

TANJA REPIČ

NEMI KRIKI
SPOLNE ZLORABE



IN NOVO
UPANJE

KAZALO:

UVOD	6
1. SPOLNA ZLORABA KOT TRAVMA	10
1.1 DEFINICIJA SPOLNE ZLORABE.....	11
1.2 PREVALENCA SPOLNIH ZLORAB.....	16
1.3 POSILSTVO	18
1.3.1 Miti in resnice o posilstvu	19
1.3.2 Dejavniki tveganja za posilstvo	23
1.3.3 Sindrom travme posilstva (<i>Rape trauma syndrome – RTS</i>).....	25
1.4 POSLEDICE SPOLNE ZLORABE.....	29
1.4.1 Dejavniki, ki vplivajo na doživljanje posledic	29
1.4.2 Kratkoročne posledice.....	32
1.4.3 Dolgoročne posledice.....	34
1.4.4 Najpogostejša ravnanja, ki jih zlorabljeni uporablja za preživetje.....	37
1.4.5 Vedenjski indikatorji posledic spolne zlorabe pri otrocih.....	39
1.4.6 Seksualizirano vedenje pri otrocih kot posledica spolne zlorabe.....	41
1.4.6.1 Otroci z normalnim spolnim vedenjem	43
1.4.6.2 Otroci, ki s spolnim vedenjem reagirajo na stisko.....	43
1.4.6.3 Otroci, ki vzajemno iščejo stik prek spolnosti.....	44
1.4.6.4 Otroci, ki spolno nadlegujejo druge otroke	44
1.4.7 Posttravmatska stresna motnja (<i>PTSM</i>).....	45
1.4.7.1 Vsiljevanje – ponovno doživljanje	48
1.4.7.2 Izogibanje.....	51
1.4.7.3 Hipervzbujenost.....	60
1.5 SPOMINJANJE TRAVME	62
1.6 SPOLNA ZLORABA FANTOV V OTROŠTVU.....	64
1.6.1 Nekatere značilnosti fantov kot žrtev spolne zlorabe in posledice	64
1.6.2 Značilnosti storilcev, ki spolno zlorablajo fante	65
1.6.3 Primerjava med posledicami, ko je storilec moški in ko je storilka ženska.....	67
2. SPOLNA ZLORABA IN DRUŽINA.....	70
2.1 DEJAVNIKI TVEGANJA ZA SPOLNO ZLORABO V DRUŽINI	71
2.2 REAKCIJE OTROK NA TRAVMO SPOLNE ZLORABE V DRUŽINI	82
2.3 INCEST	90
2.3.1 Definicija incesta.....	90
2.3.2 Razširjenost in trajanje incesta ter starost žrtev in storilcev.....	91
2.3.3 Nasilje in prisila pri incestu	92
2.3.4 Značilnosti incestuoznih družin in njihova dinamika	93
2.3.4.1 Oče v incestuozni družini	94
2.3.4.2 Mati v incestuozni družini.....	94
2.3.4.3 Hčerka kot žrtev v incestuozni družini	95
2.3.4.4 Sin kot žrtev v incestuozni družini	96
2.4 ZASVOJENOSTI V DRUŽINI IN SPOLNA ZLORABA	105
2.5 PRENOS TRAVME: SEKUNDARNA TRAVMATIZACIJA IN TRANSGENERACIJSKI PRENOS	107
2.5.1 Sekundarna travmatizacija.....	107
2.5.2 Transgeneracijski prenos travme	108
2.5.3 Izvor koncepta in dinamika prenosa travme.....	111
3. SPOLNA ZLORABA IN RELACIJSKA DRUŽINSKA TERAPIJA	115
3.1 RELACIJSKA DRUŽINSKA TERAPIJA	116
3.2 PROJEKCIJSKO-INTROJEKCIJSKA IDENTIFIKACIJA	120
3.3 KEMIČNO-HORMONSKA ZASVOJENOST IN KOMPULZIVNO PONAVLJANJE PRI ŽRTVAH SPOLNE ZLORABE.....	123
3.3.1 Psihološka razlaga kompulzivnega ponavljanja	123
3.3.2 Biokemična razlaga kompulzivnega ponavljanja	126
3.4 REGULACIJA AFEKTOV IN SPOLNA ZLORABA.....	128

3.5 ZALJUBLJENOST IN SPOLNA ZLORABA	134
3.5.1 Ko zaljubljenost mine	136
3.5.2 Upanje za nov začetek v partnerskem odnosu	138
3.6 ODNOS TERAPEVT-KLIJENT KOT MOŽNOST RAZREŠITVE TRAVME SPOLNE ZLORABE	140
3.7 TRI RAVNI PROCESA RELACIJSKE DRUŽINSKE TERAPIJE PRI SPOLNO ZLORABLJENIH.....	143
3.7.1 Kognitivna raven	144
3.7.2 Raven čutenj in afektov.....	150
3.7.3 Raven telesa.....	162
4. SAMOPODOBA IN ZGODOVINA SPOLNE ZLORABE.....	173
5. SPOLNA ZLORABA IN TELO	186
5.1 TRAVMA SPOLNE ZLORABE IN (PSIHOSOMATSKE) ZDRAVSTVENE TEŽAVE	187
5.2 TRAVMA SPOLNE ZLORABE IN NEGATIVNA VEDENJA, KI ŠKODUJEJO ZDRAVJU TER ODNOSU DO TELESNA.....	191
5.2.1 Telesna aktivnost	192
<i>Mnogo primerov kaže, da zlorabljeni doživlja še toliko več ekstremov – ali v mučenju telesa s hrano, športom, trdo disciplino ..., ali v občutjih otopelosti – če sta bili med zlorabljanjem prisotni tudi fizično nasilje ali trpinčenje.</i>	193
5.2.2 Spanje	193
5.2.3 Hranjenje.....	195
5.2.4 Samopoškodovanje	200
5.2.5 Zasvojenosti.....	201
5.2.5.1 Stopnje vsake zasvojenosti ali kompulzivnega vedenja	204
5.3 NOSEČNOST, MATERINSTVO IN ZGODOVINA SPOLNE ZLORABE.....	206
5.3.1 Dejavniki, ki jih je potrebno upoštevati, ko ima nosečnica, mlada mamica, zgodovino spolne zlorabe.....	206
5.4 MOŽGANI IN TRAVMA SPOLNE ZLORABE	216
5.4.1 Zgradba in delovanje možganov v splošnem.....	216
5.4.2 Limbični sistem, avtonomni živčni sistem in odzivi na travmo	218
5.4.2.1 Normalen odziv na nevarnost in PTSM odziv na nevarnost.....	222
5.4.2.1.1 Hipotalamično-hipofizno-adrenalna os (HPA) – normalen odziv	223
5.4.2.1.2 Hipotalamično-hipofizno-adrenalna os (HPA) in PTSM odziv	226
5.4.3 Amigdala	227
5.4.4 Hipokampus.....	229
5.4.5 Spomin in travma	231
5.4.5.1 Implicitni in eksplicitni spomin.....	231
5.4.5.1.1 Eksplicitni spomin	231
5.4.5.1.2 Implicitni spomin	232
5.4.5.2 Pogojni spomin	233
5.4.5.2.1 Klasično pogojevanje	234
5.4.5.2.2 Operativno/instrumentalno pogojevanje	235
5.4.5.3 Stanje priklica travme (<i>State dependent recall</i>).....	236
5.4.5.4 Somatski spomini	236
5.4.5.4.1 Senzorični sistem	237
5.4.5.4.2 Somatski živčni sistem: mišice, gibanje in kinestetični spomin	240
5.4.5.4.3 Avtonomni živčni sistem	240
5.4.5.5 Pripovedovanje travme po spominu (<i>narrative memory for trauma</i>)	240
5.4.6 Travma spolne zlorabe in poškodbe možganov	241
6. SPOLNA ZLORABA IN SPOLNOST	246
6.1 OTROKOVO DOŽIVLJANJE SPOLNOSTI, ČE JE SPOLNO ZLORABLJEN	248
6.2 ZGODOVINA SPOLNE ZLORABE IN DOŽIVLJANJE SPOLNOSTI V ODRASLOSTI.....	250
SIMPTOMI KOMPULZIVNE RETRAVMA TIZACIJE	266
6.3 SPOLNE DISFUNKCIJE	270
6.3.1 Faza spolne želje	270
6.3.2 Faza spolnega vzbujenja.....	271
6.3.3 Faza orgazma.....	272
6.3.4 Seksualne bolečinske motnje	272

6.4 PARAFILJE (ALI MOTNJE SPOLNE PREFERENCE)	274
6.4.1 Ekshibicionizem.....	275
6.4.2 Voajerizem.....	276
6.4.3 Fetišizem	277
6.4.4 Transvestitski fetišizem.....	278
6.4.5 »Froterizem«	279
6.4.6 Spolni mazohizem.....	280
6.4.7 Spolni sadizem.....	281
6.4.8 Pedofilija	282
6.4.9 Parafilije, ki niso drugače specifizirane.....	285
6.5 ZASVOJENOST S SPOLNOSTJO	287
6.5.1 Značilnosti zasvojenosti s spolnostjo.....	287
6.5.2 Oblike seksualnega vedenja, ki so značilne za zasvojene s spolnostjo	290
6.5.3 Sozasvojeni s spolnostjo	293

7. KAZNIVA DEJANJA ZOPER SPOLNO NEDOTAKLJIVOST – KAZENSKI ZAKONIK IN STATISTIČNI PODATKI298

7.1 KAZENSKI ZAKONIK, URADNO PREČIŠČENO BESEDILO	300
7.2 NAJPOGOSTEJŠI »MITI« V ZVEZI S SPOLNO ZLORABO OTROK	312
7.3 KRATEK PREGLED POSTOPKA PRIJAVE KAZNIVEGA DEJANJA S PODROČJA SPOLNE NEDOTAKLJIVOSTI IN PROBLEMOV DOKAZOVANJA	315
7.4 VARUH ČLOVEKOVIH PRAVIC IN ZAŠČITA OTROK PRED SPOLNIMI ZLORABAMI	319

ZAKLJUČEK.....323

POVZETEK325

ABSTRACT.....326

8. VIRI IN LITERATURA327

To knjigo posvečam vsem vam,
ki vam je bolečina spolne zlorabe žal poznana in domača.

Vse najhujše se vam je že zgodilo. Potres je že mimo.
To, kar sedaj čutite, se samo prebuja in je tisto, česar takrat (med zlorabljanjem)
niste smeli v polnosti doživljati, sicer od strahu ne bi preživeli.

To so popotresni sunki.

Verjemite, če ste lahko prenesli in ostali živi z vso to grozo kot majhen otrok, takrat ko *se je*
zloraba dogajala,

lahko to prenesete in preživite tudi kot odrasla ženska ali odrasel moški,
sedaj ko se zloraba ne dogaja več.

Verjamem pa, da lahko doživljate ravno obratno – da je bila zloraba manj grozna,
kot so njene neusmiljene posledice.

A ne glede na vse; to, kar danes čutite, so »samo« občutki.

Je samo jeza.

Je samo strah.

Je samo žalost.

Je samo gnus ...

S tem ste živeli leta in leta, pa niste niti vedeli. Bilo je potlačeno.

Danes pa ste naredili že toliko novih korakov, da vam psiha in telo dovolita čutiti prav vse. Ni
vam več treba nositi vseh teh bremen. Ne dovolite temu majhnemu otroku, da nemo kriči v vas –
vzemite ga v naročje in ga spoštljivo potolažite ... Dajte mu tisto, kar je vedno pogrešal od svoje
mame, očeta ali drugih odraslih, ki bi MORALI poskrbeti za njegovo varnost ...

Samo naprej, četudi je kdaj za to potreben korak nazaj!

UVOD

Zakaj naslov *Nemi kriki spolne zlorabe in novo upanje?* Vsak človek, naj bo dojenček ali najstnik, moški ali ženska, reven ali bogat v stiski vedno kliče na pomoč. Ti klici so lahko neposredno izgovorjena prošnja, ko je drugemu takoj jasno, da je treba ukrepati, lahko pa so precej drugačni – so zavijanje v molk, zapiranje vase, utapljanje bolečine v raznih zasvojitvenih substancah (alkoholu, tabletah ...), neprestano zbolevanje, pogosti strahovi, depresije, motnje hranjenja ... Ste že kdaj pomislili, da so vsa ta vedenja in odzivi le posledica nečesa, kar se je že zgodilo ali pa se morda še vedno dogaja? In da je to lahko tudi spolna zloraba, na katero starši, učitelji, vzgojitelji in drugi, ki so veliko z otrokom, prepogosto niti pomislijo ne, če pa že, to raje zanikajo ali krivdo naprtijo otroku. Še huje je, ko so prav najbližji, ki bi morali dati varnost, tisti, ki zlorabljuje nedolžno otrokovo telo in dušo. Samo človek je od vseh živih bitij sposoben teh krutosti. In dokler prav ljudje – ti, on ali jaz – ne bomo slišali teh klicev zlorabljenih otrok, bodo zaman *nemo* vpili iz peklerske tišine.

Spolna zloraba je travmatično izkustvo, ki spolno zlorabljenega zaznamuje ne glede na starost, spol, versko pripadnost in pogostost dogajanja, pa četudi se tega ne spominja. Ni res, da česar ne vemo, ne boli. Resnica je ravno obratna, prav tisto, česar ne vemo, ima še večjo moč in vpliv nad nami, ker nezavedno usmerja naše življenje. V tem oziru je preteklost še vedno sedanjost, čeprav jo mnogi želijo pozabiti ter vztrajno trdijo, da se je nesmiselno ukvarjati z njo. Dovolj je minuta, da se zgodi izdajstvo in da sta prizadeta psiha in telo. Takrat postane dotik, ki je lahko nekaj najbolj svetega in lepega, če je prisotno spoštovanje, nosilec največjih bolečin in stisk. V telesni spomin in psihično strukturo se vpiše govorica zlorabe, ki ima tako moč, da spremeni celo privlačnost zlorabljenega. Četudi je ta prej odraščal v družini, kjer je prejemal varnost, podporo in spoštovanje, potem pa je bil izven družine zlorabljen, bo kasneje, ko bo odrasel, nezavedno iskal in privlačil ljudi, ki ga bodo ponovno zlorabljali, poniževali, sramotili in mu delali krivice. Morda bo slika tudi obratna, da bo on čustveno, fizično ali spolno zlorabljal druge, vse to z nezavedno željo in klicem po razrešitvi nevzdržnih groz in čutenj. Zloraba se bo prebujala prek vseh možnih »flashbackov«; prek vedenja, slik, čutenj, afektov, senzacij, položaja telesa in celo prek psihosomatike. V vsakem primeru se bosta dinamika in vzdušje zlorabe prek mehanizmov

kompulzivnega ponavljanja in projekcijsko-introjekcijske identifikacije ponavljala, lahko celo generacije naprej, vse dokler travmatični dogodek ne bo ovrednoten, naslovljen in predelan oziroma očiščen iz psihe in telesa zlorabljenega. Ta proces je poln vzponov in padcev, obdobji kriz in novih tveganj, hrepenenj in strahov, predvsem pa poguma in vztrajnosti, saj se sicer spremembe na boljše nikoli ne bi zgodile. Ni enostavno, je pa možno še kdaj zaživeti človeka vredno življenje. O vsem tem in še marsičem govori ta knjiga. V njej se prepletajo tako teorija, dosedanje raziskave kot tudi klinične izkušnje terapevtskega dela s spolno zlorabljenimi.

Namen *teoretičnega dela* je predvsem predstaviti dosedanje teorije in raziskave s področja spolnih zlorab ter na ta način prispevati k razjasnitvi razumevanja njihovih posledic. Pri posledicah je največ pozornosti namenjene štirim področjem: izvorni družini (družina, v kateri je posameznik odraščal), samopodobi, telesu in doživljanju spolnosti. Pri tem se v prvem poglavju najprej osredotočam na različne definicije, prevalenco in posledice v splošnem, kjer posvečam nekoliko več pozornosti dejavnikom, ki vplivajo na doživljanje posledic, najpogostejšim ravnanjem, ki jih zlorabljeni uporabljajo za preživetje, ter vedenjskim indikatorjem posledic spolne zlorabe pri otrocih. Med temi vedenji posebej izpostavljam seksualizirano vedenje in posttravmatsko stresno motnjo, ki je pogosto povezana s preteklostjo spolne zlorabe. Spominjanje travme in spolna zloraba fantov pa je opisana v zadnjem delu prvega poglavja.

Drugo poglavje je namenjeno spolni zlorabi in družini. V njem je pregled raziskav, ki govorijo o dejavnih tveganja v družini za travmo spolne zlorabe, opis reakcij otrok na travmo spolne zlorabe, natančneje pa spregovorim še o incestu ter prenosu travme, ki se kaže v sekundarni travmatizaciji in transgeneracijskem prenosu. Da bi globlje razumeli samo dinamiko spolnih zlorab, v tretjem poglavju travmatični dogodek povezujem z relacijsko družinsko teorijo (RDT), kjer je še posebej osvetljena teoretična osnova modela RDT pri spolno zlorabljenih. V tem okviru skušam razjasniti osnovne pojme paradigme (npr. afektivne psihične konstrukte, temeljne afekte, regulacijo afektov), opisati kemično-hormonsko zasvojenost in kompulzivno ponavljanje pri spolno zlorabljenih tako s psihološkega kot z biokemičnega vidika ter nenazadnje dinamiko zaljubljenosti pri osebah z zgodovino spolne zlorabe. V samo središče relacijske družinske terapije pa je postavljen odnos med terapevtom in klientom, na podlagi katerega se da verjeti, da lahko zlorabljeni učinkovito predeluje travmo spolne zlorabe.

V četrtem poglavju pišem o samopodobi pri spolno zlorabljenih, za tem pa sledi poglavje o telesu. V okviru le-tega navajam raziskave in teorijo za štiri sklope, ki so povezani s spolno zlorabo in telesom. To so: zdravstvene težave; vedenja, ki škodujejo zdravju in odnosu do telesa (npr. zasvojenosti, motnje hranjenja, samopoškodovanje); obdobje nosečnosti ter možgani. V sklopu o možganih največ pozornosti namenjam poškodbam, ki se zgodijo v možganih, če pride do dogodka spolne zlorabe, travmatičnemu spominu ter odzivom v telesu, ko gre za ekstremno nevarnost (npr. avtonomni živčni sistem, boj, beg, zamrznitev).

O doživljanju spolnosti pri spolno zlorabljenih natančneje pišem v šestem poglavju, kjer se najprej osredotočam na otrokova doživljanja, potem pa še na doživljanja pri odraslih. Pri slednjih se najbolj posvetim spolnim disfunkcijam, parafilijam ter zasvojenosti s spolnostjo, saj so dosedanje raziskave pokazale, da je z omenjenimi vedenji ter motnjami pogosto lahko povezana zgodovina spolne zlorabe.

Sedmo poglavje vas vodi skozi kazenski zakonik RS, natančneje skozi člene, ki govorijo o kaznivih dejanjih zoper spolno nedotakljivost. Tu navajam tudi statistične podatke v zvezi z omenjenimi kaznivimi dejanji za Slovenijo, ki mi jih je posredovala generalna policijska uprava. K temu dodajam še najpogostejše mite v zvezi s spolno zlorabo otrok, kratek pregled prijave kaznivega dejanja s področja spolne nedotakljivosti ter nekaj besed o varuhu človekovih pravic in zaščiti otrok pred spolnimi zlorabami.

V teoretičnem delu želim predvsem odpreti čim več področij, s katerimi je lahko zaznamovana spolno zlorabljena oseba. Pri tem bi rada poudarila, da posamezniki zelo različno doživljajo posledice zlorab oziroma da ne pomeni, da bo vsak, ki je bil zlorabljen, doživljal vse od naštetega. Nekdo bo imel lahko več težav na enem področju, drugi na drugem. Tudi ne pomeni nujno, da je vsaka posledica, simptom pri nekemu lahko samo vpliv spolne zlorabe. Doživljanje posameznika je vedno kompleksno in treba je poznati celotno sliko, zato ne moremo omenjenih vedenj povezovati izključno samo s travmo zlorabe, kar tudi ne pomeni, da je vedno izključena. V vsakem primeru pa je nujno vedeti (predvsem za tiste, ki se kot strokovnjaki srečujejo s problematiko spolnih zlorab, ali pa tudi za tiste, ki so ljubljene osebe, prijatelji in znanci travmiranih), da je zloraba nedopustno dejanje, za katerega ni nobenega opravičila in je zanj

odgovoren VEDNO in SAMO tisti, ki zlorablja. Žrtev ni kriva, vendar največkrat občuti vso krivdo, in prav zato še toliko bolj potrebuje okrog sebe ljudi, ki ji bodo v podporo in pomoč.

Klinične izkušnje, ki so večkrat omenjene v knjigi, se navezujejo na individualne ali skupinske terapije s spolno zlorabljenimi, in sicer po modelu relacijske družinske terapije, ki jo je razvil dr. Christian Gostečnik. Večji del izjav in izpovedi udeležencev, ki so med besedilom dobesedno navajane v poševnem tisku, je tudi del moje doktorske disertacije, v kateri sem spremljala in raziskovala sam proces in spremembe relacijske družinske terapije pri spolno zlorabljenih osebah. Za sodelovanje v raziskavah, za dovoljenje in zaupanje, da lahko tudi v knjigi objavim nekatere njihove najgloblje stiske in bolečine, se iskreno zahvaljujem vsakemu posebej in vsem skupaj.

Verjamem, da lahko vsakdo, ki je žrtev spolne zlorabe, ne glede na posledice najde svojo pot *novega upanja*, in prepričana sem, da lahko k temu pripomore tudi ta knjiga.

Dr. Tanja Repič,
zakonska in družinska terapevtka