

Informacje na temat wykorzystywania seksualnego dziecka dla rodziców

Co to jest wykorzystywanie seksualne?

Wykorzystywanie seksualne dziecka często definiuje się jako kontakty lub interakcje między dzieckiem a dorosłym, w których dziecko jest wykorzystywane jako środek seksualnego zaspokojenia sprawcy lub osoby trzeciej. Sprawcą wykorzystywania seksualnego może być także osoba, która nie ukończyła jeszcze 18 lat, jeśli jest ona znacznie starsza od dziecka lub może mieć nad nim władzę lub kontrolę. Najczęściej wykorzystywanie seksualne obejmuje jakiś bezpośredni kontakt fizyczny, np. seksualny dotyk i pocałunki; obmacywanie, ocieranie się albo penetrowanie pochwy lub odbytu za pomocą palców; seks oralny oraz symulowany stosunek lub penetrację pochwy lub odbytu penisem. Niektórzy przestępcy seksualni zaspokajają się, pokazując dziecku swoje narządy płciowe lub obserwując bądź też filmując, jak dziecko zdejmuje z siebie ubranie.

Dzieci są często nakłaniane do udziału w takich niewłaściwych czynnościach za pomocą żartobliwej perswazji (np. „To będzie nasz specjalny sekret...”) lub przekupywane z użyciem pieniędzy, słodczych lub przysług. Niekiedy stosuje się wobec nich terror lub zastraszanie. W niektórych mniej częstych sytuacjach sprawca może posłużyć się siłą fizyczną lub przemocą. Należy pamiętać, że niezależnie do tego, czy dziecko zostało „skrzywdzone”, czy nie, czy się temu sprzeciwia, czy nie, oraz czy mu się to podoba, czy nie, skłonienie go do tego rodzaju czynności przez osobę dorosłą lub starsze dziecko jest uważane za wykorzystywanie seksualne.

Jakie są konsekwencje wykorzystywania seksualnego dla dziecka?

Dzieci, które przeżyły wykorzystywanie seksualne, mogą przejawiać wiele różnych reakcji emocjonalnych i behawioralnych. Charakter i nasilenie tych trudności zależą od wieku dziecka, tożsamości przestępcy, okoliczności wykorzystywania seksualnego oraz reakcji rodziny na ujawnienie tego faktu przez dziecko. Dzieci mogą wykazywać objawy wskazujące na lęk i cierpienie, takie jak moczenie nocne, wycofanie lub zachowania *acting out*, koszmary, trudności w szkole i ucieczki z domu. Trudności te są podobne do problemów przejawianych przez dzieci, które przeżyły

jakiś rodzaj traumy. Dzieci mogą wykazywać także objawy bardziej swoiste dla wykorzystywania seksualnego, takie jak powtarzające się wypowiedzi i zabawy o zabarwieniu seksualnym, niewłaściwe dla wieku zachowania seksualne oraz obawy przed konkretnymi sytuacjami lub ludźmi przypominającymi im o molestowaniu. Dodatkowo niektóre dzieci nie przejawiają jakichkolwiek wyraźnych trudności w następstwie ich traumatycznych doświadczeń.

Gdy tylko molestowanie zostanie ujawnione i przerwane, część dzieci wraca do względnie normalnych zachowań i emocji. Wsparcie i ochrona ze strony bliskich im ludzi są bardzo ważne dla powrotu do normalności. Niektóre dzieci mają jednak objawy utrzymujące się jeszcze długo po zakończeniu wykorzystywania seksualnego. W istocie znacząca liczba dzieci, które doświadczyły tego typu przemocy, wykazuje objawy stresu pourazowego. Z tego powodu ważne jest, aby dziecko wykorzystane seksualnie zostało poddane badaniu psychologicznemu i – jeśli to konieczne – terapii.

Jakie rodzaje terapii są dostępne dla dzieci, które doświadczyły wykorzystywania seksualnego?

W celu przezwyciężenia skutków wykorzystywania seksualnego u dzieci sięga się po różne formy terapii: terapię indywidualną, rodzinną i grupową. Stosowane techniki terapeutyczne wywodzą się z różnych teorii psychologicznych, włącznie z teoriami psychodynamicznymi, behawioralnymi, poznawczymi, wglądowymi oraz strukturalnymi i strategicznymi teoriami terapii rodzin. Istnieje tylko ograniczona liczba badań dotyczących skuteczności tych różnych podejść w pomaganiu dzieciom, które doświadczyły wykorzystywania seksualnego. Dysponujemy znaczną liczbą badań, które wskazują, że terapia poznawczo-behawioralna, wdrażana zarówno w formie indywidualnej, jak i grupowej, skutecznie zmniejsza problemy przeżywane w następstwie wykorzystywania seksualnego.

Interwencje poznawczo-behawioralne skutecznie pomagają dzieciom, które były molestowane, a także ich opiekunom, niebędącym sprawcami wykorzystywania seksualnego. Terapeuta poznawczo-behawioralny może pomóc rodzicom, którzy nie są sprawcami, w poradzeniu sobie z własnymi myślami i emocjami związanymi z wykorzystywaniem dziecka. Jednocześnie uczy on umiejętności wychowawczych, które pomagają w skuteczniejszym reagowaniu na ujawnianie przez dziecko własnych przeżyć i na jego trudności związane z wykorzystywaniem seksualnym. Interwencje poznawczo-behawioralne dopasowuje się do indywidualnych trudności pacjenta. Obejmują one psychoedukację, naukę radzenia sobie oraz ćwiczenia związane z przetwarzaniem poznawczym. Ćwiczenia związane z *przetwarzaniem poznawczym* zachęcają dzieci do stopniowej, rozłożonej w czasie konfrontacji ze wspomnieniami, myślami i codziennie spotykanymi bodźcami przypominającymi o molestowaniu (np. łazienka, spanie samemu, zdejmowanie ubrania, branie prysznica). Można w tym celu wykorzystać rozmowę, zabawę lalkami, rysowanie, czytanie, pisanie, poezję, śpiewanie itp.

Tego rodzaju zajęcia terapeutyczne, redukując lęk związany z rozmową na temat wykorzystywania seksualnego, pomagają dzieciom, które tego doświadczyły, w bardziej otwartym wyrażeniu swoich myśli i emocji, co ułatwia im zrozumienie i emocjonalne przetworzenie tych doświadczeń.

Wreszcie, rodzice powinni wiedzieć, że badania nad wykorzystywaniem seksualnym dzieci wielokrotnie wykazały, że najważniejszym czynnikiem mającym wpływ na psychiczne przystosowanie dzieci po molestowaniu seksualnym jest wsparcie, jakie otrzymują od rodziców i innych opiekunów. Przy silnym wsparciu ze strony troskliwych dorosłych oraz skutecznej interwencji medycznej i psychologicznej dzieci, które doświadczyły wykorzystywania seksualnego, mogą liczyć na zdrową i satysfakcjonującą przyszłość.

Jakie dzieci padają ofiarą wykorzystywania seksualnego?

Wykorzystywanie seksualne spotyka dzieci należące do wszystkich klas społecznych, ras i grup wyznaniowych. Jego ofiarą padają zarówno chłopcy, jak i dziewczęta; nie są to bardzo rzadkie przypadki. Nasze najlepsze szacunki wskazują, że do ukończenia 18 lat jedna dziewczyna na cztery i jeden chłopiec na siedmiu byli poddawani jakiejś formie kontaktowego wykorzystywania seksualnego.

Kto molestuje seksualnie dzieci?

Tylko niewielki odsetek przestępców seksualnych to kobiety, większość stanowią mężczyźni. Sprawcami wykorzystywania seksualnego na ogół *nie* są „obleśni staruszkowie” lub nieznajomi czający się w parkowej alejce. Zazwyczaj nie są oni w wyraźny sposób chorzy psychicznie czy upośledzeni umysłowo. W rzeczywistości sprawcy to często osoby dobrze znane dzieciom, do których dzieci mają zaufanie. Niejednokrotnie są to członkowie rodziny (np. kuzyn, wujek, rodzic, ojczym, dziadek) lub osoby niespokrewnione z dzieckiem, ale dobrze mu znane (np. sąsiad, trener, opiekun). Nie ma jednoznacznego opisu lub profilu przestępcy seksualnego i w żaden sposób nie można rozpoznać potencjalnego sprawcy. Z tego powodu często trudno uwierzyć, że zaufana osoba byłaby zdolna do seksualnego wykorzystania dziecka.

Niektórzy sprawcy sami jako dzieci byli molestowani seksualnie albo cierpieli w dzieciństwie z powodu innych form wykorzystywania i zaniedbania. Niektórzy mogą być niezdolni do utrzymywania stosunków intymnych z dorosłymi partnerami i mogą to sobie rekompensować różnymi kontaktami z dziećmi. Inni potrafią utrzymać seksualne relacje z dorosłymi, ale szukają zaspokojenia u dzieci w chwilach stresu. Niewielki odsetek sprawców molestuje dzieci, będąc pod wpływem narkotyków lub alkoholu.

Dlaczego dochodzi do wykorzystywania seksualnego?

Chociaż pytanie to jest często zadawane przez dzieci i ich opiekunów, nie ma prostej odpowiedzi. *Przede wszystkim należy pamiętać, że nie można winić dzieci i adolescentów, którzy doświadczyli wykorzystywania seksualnego, ani ich rodziców niebędących sprawcami.* Cała odpowiedzialność za wykorzystywanie seksualne spada na przestępcę seksualnego, bez względu na problemy, które mogły się przyczynić do jego zachowania.

W naszym społeczeństwie sprawy związane z seksualnością na ogół wywołują skrupowanie. Podejmuje się ograniczone wysiłki na rzecz zapobiegania wykorzystywaniu seksualnemu dzieci. Również z tego powodu omawiany problem tak długo pozostawał w ukryciu. Powinniśmy więc jasno i otwarcie komunikować nasze obawy dotyczące wykorzystywania seksualnego dzieci. Jako społeczeństwo musimy bardziej zdawać sobie sprawę z wagi i rozpowszechnienia tego problemu i z większym zaangażowaniem zająć się tym problemem na świecie.

Dlaczego dzieci nam nie mówią, co się dzieje?

Wykorzystywanie seksualne dziecka jest z samej swej natury dokonywane w tajemnicy. Niemal zawsze dochodzi do niego wtedy, gdy dziecko przebywa samo ze sprawcą. W celu dalszego utrzymywania kontaktów seksualnych sprawcy nakłaniają dzieci do zachowania tajemnicy. Mogą się w tym celu posłużyć bezpośrednią groźbą, że jeśli dziecko komukolwiek o tym powie, wyrządzą krzywdę jemu lub jego zwierzęciu, członkom rodziny itp. Często wmawiają dziecku, że molestowanie to jego wina i że to ono zostanie obciążone odpowiedzialnością, spotka się z odrzuceniem lub nikt mu nie uwierzy, jeśli komuś o tym powie. Dzieci czują się zakłopotane, zawstyżone i pełne obaw w związku z wykorzystywaniem seksualnym, a także samą tajemnicą. W rzeczywistości wiele ofiar aż do osiągnięcia dorosłości nikomu nie mówi o tym, co je spotkało, ponieważ boi się odrzucenia, kary lub odwetu.

Kiedy należy podejrzewać wykorzystywanie seksualne?

Z powodu utrzymywania w tajemnicy behawioralnych reakcji ofiary i ich szerokiego zakresu wykorzystywanie seksualne dziecka jest trudne do wykrycia. Dzieci, które były molestowane seksualnie, są jednak najczęściej identyfikowane w wyniku ich własnego przypadkowego lub umyślnego odsłonięcia się. Niektóre z nich przypadkowo zdradzają fakt wykorzystywania seksualnego, przejawiając „dorosłe” zachowania seksualne lub dzieląc się wiedzą na temat seksu, która wykracza poza ich wiek. Część z ofiar może uczynić niejednoznaczne wyznanie lub powiedzieć przyjacielowi, który następnie powiadomi rodziców. Rodzice powinni uważać na nagłe zmiany zachowania ich dzieci: koszmary, wycofanie oraz unikanie określonych

osób, miejsc lub rzeczy, niezwykle agresywność, nerwowość i niewłaściwe zachowania seksualne. Zachowania te mogą wskazywać na obecność wielu różnych trudności pourazowych, które wymagają zbadania.

Reakcje dzieci na osobę, która je molestuje, są dość zróżnicowane. Na podstawie obserwacji dziecka w towarzystwie domniemanego przestępcy nie można ustalić, czy dochodziło do wykorzystywania seksualnego. Niektóre dzieci boją się i unikają sprawców; inne wypowiadają się na ich temat bardzo negatywnie, ale zachowują się w stosunku do nich pozytywnie. Jeszcze inne wyrażają przywiązanie i miłość w stosunku do rodzica lub opiekuna będącego sprawcą wykorzystywania seksualnego. Niezależnie od tego, czy uczucia dzieci do sprawcy są pozytywne, negatywne czy ambiwalentne, należy je zaakceptować. Dzieci powinny wiedzieć, że żadne ich emocje nie są złe.

Nauczenie dziecka, jak dbać o bezpieczeństwo osobiste oraz podtrzymywanie otwartych „kanałów komunikacji” w obrębie rodziny, może zwiększyć prawdopodobieństwo, że ujawni ono wykorzystywanie seksualne lub inne traumatyczne doświadczenia, jeśli do nich dojdzie.

Jak ograniczyć ryzyko wykorzystywania seksualnego dziecka?

Ważne jest podtrzymywanie otwartych kanałów komunikacji z dziećmi. Konkretnie biorąc, dzieci powinny otrzymać odpowiednią do ich wieku edukację na temat płci, a także informacje dotyczące wykorzystywania seksualnego. Tak jak uczymy dzieci zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego, musimy je także uczyć o molestowaniu seksualnym. Należy im wyjaśnić w rzeczowy sposób, że ich ciało należy do nich i że mają prawo sprzeciwić się „złemu” dotykowi. Trzeba je poinstruować, że mogą powiedzieć osobie dorosłej o każdym dotyku, który jest dla nich krępujący lub – ich zdaniem – „zły”. Oprócz tego dzieci i adolescenty powinni się dowiedzieć, jak podejmować bezpieczne decyzje dotyczące tego, gdzie idą i co robią bez nadzoru rodziców lub innych osób dorosłych.

Należy jednak pamiętać, że powstrzymanie wykorzystywania seksualnego lub opowiedzenie o nim może być dla dziecka lub adolescenta niezwykle trudne. Dlatego *nigdy nie należy obwiniać dziecka bądź nastolatka za to, że nie powstrzymali wykorzystywania seksualnego, ani za to, że nie od razu o nim powiedzieli*. Wiele dzieci nigdy tego nie ujawnia, a większość z nich robi to dopiero po pewnym czasie.

Ważne jest także, aby pamiętać, że rodzice nie mogą przez cały czas obserwować i nadzorować swoich dzieci. *Bez względu na twoje starania, możesz nie być w stanie zagwarantować, że twoje dziecko nigdy nie będzie molestowane seksualnie*. Jako rodzic, który nie molestuje swojego dziecka, nie powinien/aś się obwiniać, jeśli do takiego molestowania dojdzie. Zamiast tego najlepiej poświęcić swoją energię na uzyskanie potrzebnej pomocy dla dziecka.

Jak należy zareagować, jeśli podejrzewasz, że twoje dziecko było wykorzystywane seksualnie?

Odkrycie, że dziecko mogło być wykorzystywane seksualnie, może, co naturalne, „wytrącić rodzica z równowagi”. Najważniejsze jednak, co rodzic powinien zrobić w tej sytuacji, to *starać się zachować spokój*. Dzieci, w tym także młodzież, są bardzo wrażliwe na emocjonalne reakcje rodziców i jeśli widzą lub czują, że są oni przygnębieni lub zagniewani, mogą z przerażenia „zamknąć się w sobie”. Musisz zakomunikować swemu dziecku, że dobrze postąpiło, mówiąc ci o molestowaniu. Jeśli sam nie możesz spokojnie wypytać dziecka, lepiej poczekać na pomoc specjalisty. Uważaj, aby nie powiedzieć niczego, co sugerowałoby, że odpowiedzialnością obarczasz dziecko, i pamiętaj, aby podkreślić, że nie jest ono winne wykorzystywania seksualnego. Niektóre dzieci donoszą, że kontakt seksualny był przyjemny. *Nie* oznacza to, że dziecko ponosi z tego względu jakąkolwiek odpowiedzialność lub że powinno mieć poczucie winy z powodu czerpania przyjemności z seksualnej interakcji i zainteresowania sprawcy. Niekiedy dzieci, które padły ofiarą wykorzystywania, mogą nawet inicjować zachowania seksualne z innymi osobami dorosłymi. *Zawsze* jednak to *dorosły jest odpowiedzialny* za wyznaczenie właściwych granic.

Nie zachęcaj swojego dziecka, aby „zapomniało o tym”, i nie zamykaj rozmowy na ten temat. Niemniej nie należy nalegać, aby dziecko opowiedziało o czymś, o czym nie jest gotowe rozmawiać. Po prostu bądź otwarty/a na wszystko, co może ci ono powiedzieć, i na wszelkie pytania, jakie może zadać. Staraj się zrozumieć, że dziecko może mieć mieszane uczucia co do sprawcy wykorzystywania seksualnego i tego, co się stało. Chociaż możesz chcieć, aby dla bezpieczeństwa przebywało cały czas przy tobie, ważne jest, abyś nie był/a nadmiernie restrykcyjny/a i pomógł/ogła rodzinie wrócić do możliwie normalnego funkcjonowania. Ponadto pamiętaj, aby nie bać się wyrażania wobec dziecka normalnych form czułości i fizycznej bliskości. Niekiedy jest to trudne, zwłaszcza w przypadku ojców niebędących sprawcami. Nie chcesz jednak, aby dziecko odniosło wrażenie, że twoje uczucia do niego uległy zmianie z powodu tego, co się stało.

Dzieci, które mogły być molestowane seksualnie, powinny zostać poddane specjalistycznemu badaniu lekarskiemu, które obejmuje okolice narządów płciowych. Chociaż mogą czuć się skrzywdzone z powodu wykorzystywania seksualnego, ich ciało zazwyczaj pozostaje niezmienione. Kompetentny lekarz może zapewnić dziecko, że z jego ciałem jest wszystko w porządku.

Gdzie szukać pomocy?

Każdy, kto podejrzewa, że dziecko zostało wykorzystane seksualnie, powinien skontaktować się z biurem rzecznika praw dziecka w swoim stanie*. W większości stanów uruchomiono w tym celu bezpłatny telefon zaufania. Możesz zachować anonimowość, ale pracownik socjalny zada ci ważne pytania na temat dziecka, możliwego sprawcy i okoliczności wydarzenia. Urząd ten najprawdopodobniej zbada prawdziwość twoich twierdzeń oraz udzieli dziecku i rodzinie porad oraz pomocy.

* W Polsce Biuro Rzecznika Praw Dziecka mieści się w Warszawie i każdy może zwrócić się tam o pomoc lub radę (adres internetowy: rpd@brpd.gov.pl) (przyp. red. nauk.).