



## 12. poglavlje:

# Sprečavanje seksualnog zlostavljanja

Kako djeca postaju sve samostalnija, ona upoznaju nove ljude i vežu se uz njih na mnogo različitih načina. Baš kao što moraju naučiti sigurno se kretati po kući i zajednici, tako moraju naučiti i o osobnoj sigurnosti. Ovo poglavlje govori o zaštiti djece od seksualnog zlostavljanja.

Možda je neobično vidjeti materijal o seksualnom zlostavljanju u ovoj knjizi. Nažalost, djeca s posebnim potrebama kao što je sljepoća mogu biti u većoj opasnosti od seksualnog zlostavljanja nego djeca koja vide, tako da je o tomu važno razgovarati.

**Neka naša djeca budu sigurna**

Nitko nema pravo seksualno iskorištavati dijete.

- ni rođak (dijete ili odrastao)
- ni obiteljski prijatelj
- ni susjed
- ni stranac
- ni učitelj
- ni skrbnik

*Roditelji trebaju razgovarati o seksualnom zlostavljanju međusobno i sa svojom djecom. Razgovor o tome je prvi korak u sprečavanju zlostavljanja. Izbjegavanje razgovora samo štiti zlostavljače.*

Ipak, teško je razgovarati o seksualnom zlostavljanju. Na mnogim mjestima:

- ljudi rijetko razgovaraju o seksu
- ljudi ne žele vjerovati da se seksualno zlostavljanje događa vrlo maloj djeci, tako da o tome ne razmišljaju ili ne razgovaraju
- pravila ili običaji kažu tko bi s djecom trebao razgovarati o seksu, što treba reći i kada je vrijeme za njih.

Svako bi dijete trebalo biti sigurno od seksualnog zlostavljanja. Za zaštitu djece od seksualnog zlostavljanja trebala bi biti odgovorna svaka odrasla osoba.

## Neke činjenice o seksualnom zlostavljanju

Seksualno zlostavljanje je svaki izravni ili neizravni seksualni kontakt odrasle osobe (ili starijeg maloljetnika) i mlađeg djeteta. Seksualno zlostavljanje se može dogoditi bilo kojemu djetetu. Događa se u svim zajednicama, u bogatim i u siromašnim obiteljima. Najčešće se događa djevojčicama, ali se događa i dječacima.

Postoji puno različitih vrsta seksualnog zlostavljanja. Neke od najuobičajenijih su:

### Zlostavljanje dodirivanjem djeteta:

- ljubljenje ili grljenje djeteta sa seksualnim namjerama
- snošaj
- oralni seks (dodirivanje penisa ustima ili dodirivanje vagine ustima)
- dodirivanje djetetovih genitalija ili traženje od djeteta da dodiruje genitalije odrasle osobe

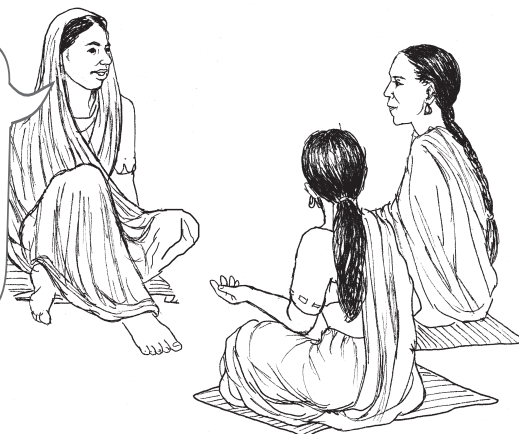
### Zlostavljanje bez dodirivanja djeteta:

- upotreba riječi povezanih sa seksom da bi se dijete šokiralo ili seksualno uzbudilo
- prisiljavanje djeteta da sluša ili gleda spolni odnos drugih ljudi
- prisiljavanje djeteta da pozira za fotografije
- prisiljavanje na prostituciju

Većina seksualnog zlostavljanja započinje kada su djeca stara 5 godina ili starija, ali se može dogoditi i mlađoj djeci. Većinu zlostavljane djece zlostavlja netko koga poznaju, na primjer član obitelji ili susjed, a ne stranac. Zlostavljanje često dugo traje, ponekad godinama.

Ne znamo točno koliko je seksualno zlostavljanje učestalo jer djeca često nikome ne kažu. No, moguće je da je čak 1 od svaka 4 djeteta u svijetu seksualno zlostavljano.

*Seksualno zlostavljanje može biti tjelesno - kao što je snošaj, dodirivanje ili ljubljenje genitalija. No, ne mora to biti tjelesni dodir - mogu biti i seksualno uzbudjuće riječi.*



## Seksualno zlostavljanje ima dugoročne posljedice

Premda je teško razgovarati o seksualnom zlostavljanju, vrlo je važno da obavezno o tome s vašim djetetom razgovarate vi ili netko u koga imate povjerenja. Objašnjavanje seksualnog zlostavljanja djeci tako da ga ona mogu razumjeti, neće ih učiniti zabrinutijima. Neće im ni naštetiti. Učinit će ih sigurnijima.

Sangeeta je bila stara 4 godine kada ju je zlostavljao njen četrnaestogodišnji brat. Otišla je roditeljima i rekla im na svoj dječji način da ju je brat povrijedio. Isprva su Sangeetini roditelji mislili da se sama udarila. Sangeeta nije znala koje riječi treba upotrijebiti, ali je nastavila objašnjavati.

Napokon, kada su njeni roditelji shvatili što se dogodilo, sve su učinili kako bi zataškali događaj. Sangeeti su zabranili da o tome govori. Njeni roditelji su «riješili problem» poslavši njenog brata u internat. Za njene roditelje, stvar je bila riješena.

Kako je Sangeeta odrastala, bratovo zlostavljanje imalo je na nju trajne učinke. Bojala se muškaraca i mislila je da je ona kriva što su joj brata poslali od kuće. Kada bi došao kući za praznike, nije mogla s njim razgovarati. Sangeeta je bila uvjerenjena da se nikada neće moći udati. Rekla je da ju je sram i da se boji da će je opet «boljeti». Isto tako se nije ničemu nadala u budućnosti i nije imala vjere u sebe niti u svoje sposobnosti.

Kada je bila stara 16 godina, Sangeeta je počela o zlostavljanju u djetinjstvu razgovarati sa svojom tetom koja je bila psihoterapeut. Pričajući o svojim osjećajima i strahovima počela je stjecati samopouzdanje. Napokon je, s tetinom podrškom, mogla podijeliti svoje osjećaje s bratom, koji ju je molio za oprostjenje. Sada je sretnija, ali još ne može s roditeljima razgovarati o svojim osjećajima.



Sangeeta je bila sretna što je uspjela pronaći nekoga s kim može razgovarati o svojim osjećajima. Ponekad se žrtve zlostavljanja pretvaraju da se ništa nije dogodilo. Ponekad se ne sjećaju što se dogodilo dok ne počnu pričati o tome zašto su tako uplašene ili nesretne. Kada odrasli koji su bili žrtve zlostavljanja u djetinjstvu ne mogu razgovarati o svojim osjećajima, često ne mogu razgovarati ni sa svojom djecom o tome kako se zaštititi od zlostavljanja.

## Zašto mojem djetetu prijeti seksualno zlostavljanje?

Ponekad odrasli misle da imaju pravo seksualno iskoristiti dijete. Ponekad starija djeca ne shvaćaju da čine nešto loše.

Sva su djeca u opasnosti od seksualnog iskorištavanja jer vjeruju odraslima i starijoj djeci i ovisе o njihovoj brizi. Zato im je teško reći 'ne' tim osobama. Vrlo mlada djeca imaju i slabije razvijene vještine razmišljanja i ne znaju što je prihvatljivo ponašanje odraslih.

Djeca s posebnim potrebama su posebno ugrožena jer često moraju ovisiti o brizi drugih ljudi i više nego djeca koja nemaju poteškoće. K tome, slijepa i slabovidna djeca:

- mogu imati slabije razvijene komunikacijske vještine. Zbog toga mogu imati poteškoća s razumijevanjem onoga što im kažete o njihovoj sigurnosti. Isto tako, može vam biti teže razumjeti ih ako vam pokušaju reći da su zlostavljani.
- možda manje znaju o svojim tijelima i razlikama između dječaka i djevojčica nego djeca koja vide.
- ne primjećuju važne informacije, poput nečijeg izraza lica, koje ponekad mogu djeci pomoći da nauče što je sigurno društveno ponašanje.

Ne upotrebljavaju svi zlostavljači tjelesnu prisilu. Oni mogu koristiti:

- uvjeravanje i laskanje
- razne vrste prijetnji
- primamljive slatkiše

Rezultat zlostavljanja je ipak uvijek nasilan i štetan za dijete.



## Sprečavanje seksualnog zlostavljanja

### ► *Kako da pomognete djetetu upoznati svoje tijelo*

Dijete staro 18 mjeseci može početi učiti nazive dijelova tijela. Kada je vaše dijete staro između 3 i 5 godina, naučite ga o genitalijama i drugim intimnim dijelovima tijela i o tjelesnim razlikama između dječaka i djevojčica.



Učenje se može dogoditi prirodno, na primjer kada se dijete kupava.

Slijepa ili slabovidna djeca mogu zatrebati dodatnu pomoć pri učenju o dijelovima tijela. Potražite na 102. i 103. str. aktivnosti koje će pomoći. Realistične lutke također mogu pomoći pri učenju dijelova tijela.

### ► *Kako pomoći djetetu da shvati značenje njegovih intimnih dijelova tijela*

Objasnite da su neki dijelovi tijela intimniji od drugih. Objasnite da ljudi ne smiju dodirivati genitalije ili druge intimne dijelove tijela vašeg djeteta i da ono ne smije dodirivati tuđe intimne dijelove tijela, čak i ako to netko zatraži.

Također, obavezno objasnite da postoji i seksualno zlostavljanje koje ne uključuje dodir.

*Nitko drugi ne smije dirati vaše genitalije. Ako od vas netko traži da dodirujete genitalije, to je pogrešno.*

*Isto tako, ako netko s vama razgovara o intimnim stvarima ili traži da ih gledate, to je također pogrešno.*



### ► **Kako pomoći djetetu da nauči reći ne**

Pomozite svom djetetu da vjeruje svojim osjećajima i potaknite ga da razgovara s vama o onomu što osjeća.

Tražite od djeteta da odmah kaže vama ili nekoj drugoj odrasloj osobi ako netko zatraži da učini nešto što mu je neugodno učiniti.



Pomozite djetetu da vježba reći 'ne'. Prvo, pokušajte zamisliti situacije u kojima dijete može poželjeti reći 'ne'.



Zatim, razgovarajte o tome kako reći 'ne' i gdje dijete može dobiti pomoć.



► **Kako pomoći djetetu razumjeti da ne mora uvijek slušati odrasle**



Nučite dijete da treba vikati 'ne, ne', vrištati, gristi i otimati se ako ga odrasla osoba ili starije dijete pokuša napasti.



► **Kako pomoći djetetu da shvati tajne**

Razgovarajte o tajnama koje su u redu i koje nisu u redu.

*Ako ne kažemo Jeani da baka dolazi na njen rođendan, takva je tajna u redu.*



*No, ne smijemo imati tajni o intimnim dijelovima naših tijela. Obavezno mi reci ako bilo tko želi dodirivati tvoje genitalije.*

Objasnite djetetu da vam mora reći ako mu je netko prijetio kako bi ga spriječio da govori o nečemu. Zlostavljač može reći nešto kao: Ovo je naša tajna. Ako bilo kome kažeš, ubit ću tebe ili osobu kojoj si rekla. I svima ću reći kakve si pokvarene stvari radila. Uvjerite dijete da se ništa loše neće dogoditi ako razgovara s vama. Dijete mora znati da zlostavljač tako prijeti jer on radi nešto zlo, a ne dijete.



*Ponekad ti netko može reći da će ti se nešto loše dogoditi ili da će te povrijediti ako odaš tajnu. Ako se to dogodi, vrlo je važno da mi to kažeš.*

► **Poštujte rastuću potrebu svojega djeteta za privatnošću dok se kupa ili oblači**

Slijepo dijete može imati poteškoća s razumijevanjem pojma intimnih dijelova tijela jer treba pomoć u puno svakodnevnih aktivnosti. No, možete poticati dijete da vam kaže kada ne želi pomoć.

*Nemoj ulaziti.*



*Dobro Lora, čekat ću vani..*



## Kako mogu znati je li moje dijete bilo zlostavljano?

Kada su mala djeca zlostavljana, ona se mogu bojati reći vam jer zlostavljač upozori dijete da ništa ne kaže ili se dijete boji da je ono učinilo nešto loše. Također, dijete možda nema dovoljno razvijene komunikacijske vještine da bi reklo što se dogodilo.

Budući da djeca ne govore uvijek o zlostavljanju, morate tražiti moguće znakove. Sljedeći znakovi nisu uvijek rezultat zlostavljanja, ali bi trebali potaknuti brigu, pogotovo ako ih dijete pokazuje nekoliko.

Neki od fizičkih znakova uključuju:

- neobjašnjenu bol, otekline ili krvarenje usta, genitalija ili oko analnog otvora
- poderano ili krvavo rublje
- teškoće pri mokrenju ili velikoj nuždi
- modrice
- glavobolje ili bolovi u truhu

Seksualno zlostavljana djeca mogu:

- prestati se kupati ili se prati češće nego je uobičajeno
- igrati se na seksualan način s drugom djecom ili s igračkama
- znati o seksu više nego druga djeca njihove dobi

Djeca koja su bila žrtve nasilja, uključujući seksualno zlostavljanje, mogu:

- se činiti veoma plašljivom, osjetljivom i opreznom ili iznenada izbjegavati ili se bojati određenih osoba ili mjesta
- željeti stalno biti s roditeljima
- ponašati se tajanstveno ili nastojati biti sama većinu vremena
- početi se ponašati na djetinjastiji način, poput beba
- pokušati pobjeći od kuće
- biti tužni većinu vremena ili uopće ne pokazivati osjećaje
- loše spavati zbog ružnih snova i straha od mraka

Ako sumnjate na zlostavljanje, pokušajte ostati smireni. Da biste više saznali, pokušajte pitati dijete pitanja o tome kako se osjeća. Možete si pomoći tako da postavite situacije u igri koje će potaknuti dijete da vam pokaže što se dogodilo ili što ono zna. Pažljivo slušajte i obavezno dajte do znanja vašem djetetu da mu vjerujete.



## Ako je vaše dijete bilo seksualno zlostavljano

Ako je vaše dijete bilo seksualno zlostavljano, možete mu pomoći ako:

- vjerujete što vam govori. Djeca rijetko izmišljaju priče o seksualnom zlostavljanju.
- ga pohvalite što vam je reklo. Djeca trebaju znati da su postupila ispravno rekavši za zlostavljanje.
- uvjerite ga da ono nije krivo za zlostavljanje i da niste ljuti na njega.
- zaštitite ga. Pokušajte spriječiti budući kontakt djeteta i zlostavljača. Ako to nije moguće, budite s djetetom vi ili netko tko zna što se dogodilo uvijek kada je zlostavljač prisutan.
- liječite fizičke zdravstvene probleme koje je prouzročilo zlostavljanje. Pokušajte testirati svoje dijete na spolno prenosive bolesti, čak i ako nema simptoma. Neke spolno prenosive bolesti nemaju simptoma ili se ne pojavljuju dok je dijete mlado.

Kao roditelju, i vama je potrebna pomoć. Roditelji proživljavaju mnoge emocije, uključujući nevjericu, bijes i tugu kada saznaju da je njihovo dijete bilo zlostavljano. Roditelji mogu okrivljavati jedno drugo za ono što se dogodilo njihovom djetetu. Pomoći će ako razgovarate o tim osjećajima s nekim kome možete vjerovati. Budite strpljivi sami sa sobom. Možda će trebati puno vremena da se ti osjećaji promijene.

## Kako da učinite svu djecu u zajednici sigurnijom

Školski programi i sastanci u zajednici mogu obrazovati cjelokupnu zajednicu o seksualnom zlostavljanju. Povremeno izvođenje kratkih igrokaza ili skečeva ljudima olakšava grupno raspravljanje o zlostavljanju.

Smislite radionice za roditelje da im pomognete naučiti kako s vrlo malom djecom razgovarati o seksualnom zlostavljanju.

Održavajte sastanke na kojima ćete odlučiti kako vaša zajednica može odgovoriti na slučajeve seksualnog zlostavljanja. Neke su zajednice predložile javno osramoćivanje, demonstracijama ispred kuća poznatih zlostavljača.

