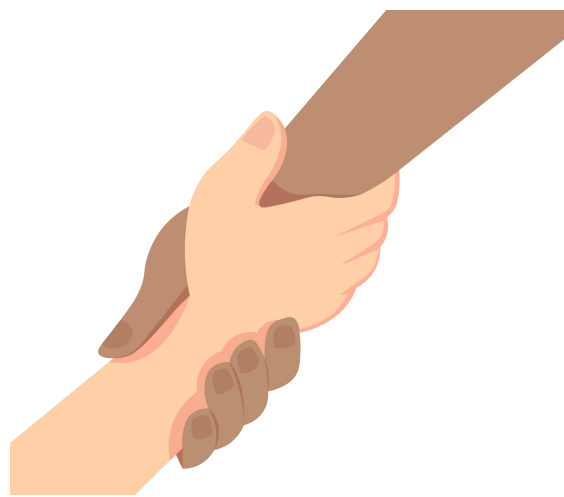


ŠTO KAD MI SE DIJETE POVJERI?

**razgovor sa seksualno
zlostavljanim djetetom**



**Praktični priručnik za roditelje
i ostale odrasle osobe kojima
se dijete povjeri i razotkrije
seksualno zlostavljanje**

**Prof.dr.sc. Gordana Buljan Flander,
klinička psihologinja i
psihoterapeutkinja**

**Mia Roje Đapić, mag.psych.,
klinička psihologinja i
psihoterapeutkinja**

Zagreb, 2022.

nekoliko činjenica

SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE DJECE

važno je znati

Neki oblik seksualnog zlostavljanja doživi svako 5. dijete i mlada osoba!

1 OD 5

Seksualno zlostavljanje djece nije rijetko.

1 OD 10

Procjenjuje se da zlostavljanje razotkrije tek svako 10. dijete.

Djeca šute iz straha, srama, krivnje, osjećaja povezanosti s počiniteljem koji je najčešće bliska osoba...

U oko 90% slučajeva počinitelj je djetetu poznata osoba u koju dijete i obitelj imaju povjerenje pa nekad bude teško povjerovati da je baš ta osoba počinitelj.

9 OD 10

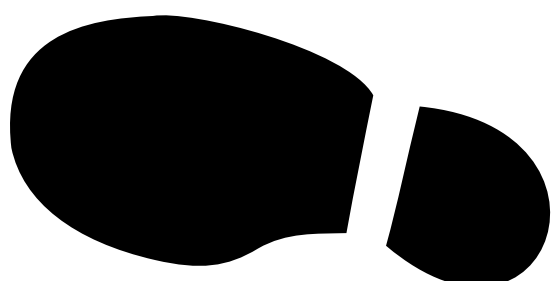
98% djece ne uspije se povjeriti odmah.

To ne znači da dijete ne pati ili da nema povjerenja u vas. Djetetu nekad treba vremena. U prosjeku prođe 10 do 16 godina od početka zlostavljanja dok se dijete povjeri.

98%

SVA djeca trebaju i zaslužuju zaštitu od svih oblika zlostavljanja. Kad nam se povjere i razotkriju zlostavljanje, čine nevjerovatno hrabar korak.

100%



Kako dijete "odabere" trenutak da se povjeri i razotkrije zlostavljanje?



1.

"Ekspres lonac"

Jedna mogućnost je da se djetetu nakupljao stres jako dugo vremena. U jednom trenutku više nije moglo izdržati i "eksplodiralo" je.

2.

Briga za druge



Dijete osjeća odgovornost ako je počinitelj u kontaktu s drugom djecom i mladima, posebno ako se radi o bratu/sestri djeteta. Ima ih potrebu zaštititi od eventualnog zlostavljanja.

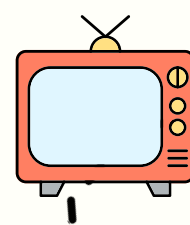
3.

Tema je otvorena

Netko je pitao dijete ili otvoreno s njim razgovarao o temama spolnosti, sigurnosti, zaštite, seksualnog zlostavljanja... Dijete je steklo dojam da se može osloniti na tu osobu i vjerovati joj.

4.

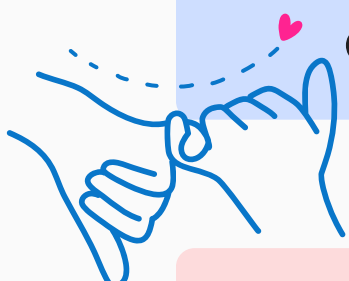
Okidači



Dijete se jako uznemirilo gledajući neki film ili slušajući tuđa iskustva. Razumjelo je što mu se dogodilo s odmakom. Ili, pri stupanju u ljubavne i spolne odnose kasnije u životu otkriva neke teškoće povezane s iskustvima zlostavljanja koje je potiskivalo.

KAKO JE DIJETE ODABRALO BAŠ MENE ZA POVJERITI SE I RAZOTKRITI ZLOSTAVLJANJE? ŠTO SAD?

Ako je dijete odabralo vas,
znači da imate dobar
odnos i da vam vjeruje.



Osigurajte privatnost i
dovoljno vremena.
Odgodite sve obveze.



Imajte strpljenja.
Razotkrivanje
zlostavljanja je proces, a
ne jedan događaj.

Recite i ponašanjem pokažite
djetetu da možete čuti ono
što ima za reći.

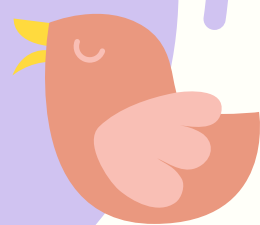
Pratite svoje misli i
emocije. Kasnije će i vama
trebati podrška.



Često je puno više
traumatično osjećati se
usamljeno u teškoj situaciji,
nego ju proživjeti.
Dijete s vama čini prvi
korak tome da bude
zaštićeno i manje
usamljeno.



Kad se dijete povjeri,
mnogi odrasli imaju
potrebu reagirati
impulzivno...



...ali djetetu od
vas treba...

S

mirenost

*Duboko udahnite. Ako dijete primjećuje da vam je teško, otvoreno to i recite, ali naglasite da **imate kontrolu nad svojim emocijama**, da želite čuti više i da dijete nije odgovorno za vaše emocije.*

T

ko je kriv?



*Jako je važno da dijete od vas čuje i osjeti da **ono nije krivo** iako je normalno da se tako osjeća. Nije krivo za zlostavljanje, kao ni za to što se nije povjerilo ranije. **Kriv je uvijek i samo počinitelj.***

O

tvorenost

*...za sve što dijete ima reći. Ne prekidajte. **Slušajte** puno više nego što govorite. Razumite da dijete možda **neće ili ne može reći sve**. Ostavite mogućnost nastavka razgovora, bez forsiranja.*

P

ovjerenje



*Recite i pokažite djetetu da mu **vjerujete** i da vam je **drago** što vam se odlučilo povjeriti o onome što je doživjelo. **Zahvalite** djetetu (ne na sadržaju nego na povjerenju).*



ŠTO NE RADITI?

Ne prekidamo dijete i ne nudimo svoje ideje - samo slušamo i ohrabrujemo dijete da govori.

Ne dajemo obećanja koja ne možemo ispuniti ni odgovore u koje nismo sigurni.

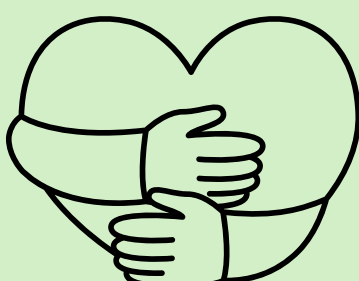
Ne obvežemo se na čuvanje tajne djeteta čak ni kad nas dijete to zamoli.

Kažemo djetetu kome i kada ćemo reći o zlostavljanju i što bi se moglo dalje događati.

Ne zaustavimo se na: "Ne znam što će sada biti". Ono što ne znamo, istražimo.

Ne pitamo dijete zašto nije prije reklo, ne iskazujemo nepovjerenje ni zgražanje nad onim što nam govori.

Ne dozvolimo da dijete više niti minute bude nezaštićeno od strane počinitelja.



NEKE REČENICE KOJE MOGU POMOĆI



Ja ti vjerujem i uz tebe sam.



Napravit ću sve da te
odsad nadalje zaštitim.



Žao mi je što ti se to
dogodilo. Nisi sti kriv/a.

Jako je hrabro od tebe
odlučiti se povjeriti o ovim
iskustvima.



Hvala ti što si mi sve ovo
rekao/la. Tvoje povjerenje
puno mi znači.

Ovo nije tajna koja se može ni
treba čuvati. Vjerujem da te
strah i da ti je neugodno, ali
više nisi sam/a. Ja sam tu i
nigdje ne idem. Bit ću uz tebe
cijelim putem.



A KAKO STE VI?

Velikoj većini odraslih, a posebno roditeljima, saznanje da je dijete seksualno zlostavljano izaziva intenzivne emocije.

Javljanju se osjećaji; krivnje, srama, straha, zbunjenosti, nevjerice, šoka, bespomoćnosti, beznadnosti, ljutnje, izdanosti...

Što više potiskujete emocije, to one više upravljaju ponašanjem. Jako je važno brinuti o sebi u ovom trenutku. Na taj način brinete i o djetetu koje vas treba više nego ikada.

Razgovarajte sa stručnjacima mentalnog zdravlja i surađujte sa svim stručnjacima u sustavu. Imate pravo na svu moguću podršku.

Nitko ovo ne može ni ne treba proći sam.

