



## Bezpieczna prywatność dziecka

dr Agnieszka Widera-Wysoczańska

*P*rzyglądając się dzisiejszej sferze dyskursu publicznego, można odnieść wrażenie, że ważne grupy zawodowe mają ograniczoną wiedzę na temat problemu przemocy seksualnej i pedofilii. Obawiam się, że również wielu studentów psychologii w trakcie studiów nie otrzymuje specjalistycznej wiedzy na temat diagnozowania sprawców czy ofiar przemocy seksualnej, mechanizmów jej przebiegu czy sposobów przeciwdziałania, choć jest to grupa zawodowa, która powinna być bardzo dobrze przygotowana do tego typu oddziaływań.

Słyszę wypowiedzi, że pedofile molestują dzieci z potrzeby miłości i dlatego, że nie mają dostępu do dorosłych partnerów. Powszechny jest pogląd, że profilaktyka przemocy seksualnej od najwcześniejszych lat dziecka ma opierać się na edukacji seksualnej. Zainteresowała mnie wypowiedź Tomasza Sekielskiego, autora filmu *Tylko nie mów nikomu*, który w jednym z wywiadów stwierdził, że profilaktyka dotycząca doświadczania przez dzieci pedofilii dotyczy znacznie szerszych mechanizmów niż tylko edukacji seksualnej. Jest to wypowiedź istotna dla rozległych kontekstów przeciwdziałania przemocy seksualnej.

Kiedy pod koniec lat 80. XX wieku zaczynałam pracę terapeutyczną, praktycznie nikt nie zajmował się przeciwdziałaniem przemocy seksualnej. Nie mówiono o tym problemie w telewizji, radiu, nie pisano w prasie. Do molestowania seksualnego dzieci czy dorosłych podchodzono bardzo beztrzesko, wydawało się, że problem nie istniał. Choć od pewnego czasu wiele mówi się na ten temat w mediach, w społecznej mentalności nadal nie obserwuję znaczącej zmiany.

Nawiązując do wspomnianego filmu braci Sekielskich, zastanawiam się, ile osób dostrzeże, jakie mechanizmy przemocy są w nim ukazane.

W jednej ze scen słyszymy, że ksiądz zwraca się do mężczyzny, którego przed laty wykorzystywał seksualnie, następującymi słowami: „Ty byłeś taki męski, sam tego chciałeś”. Jest to przykład sytuacji, w której ksiądz, który ponosi całą winę za zaistniałą sytuację, manipulując skrzywdzoną przez siebie osobą, przerzuca na nią odpowiedzialność za swoje przestępcze czyny.

Ile osób niesłusznie uzna, że chłopak, który jest ofiarą, faktycznie sam tego chciał? Ile osób sądzi, że ksiądz występujący w filmie ma rację, gdy zarzuca krzywdzonej kobiecie, że zbyt późno zgłosiła się do niego, aby porozmawiać o przemoc, jakiej się dopuścił? Jak powszechny jest pogląd, że późna konfrontacja świadczy przeciwko osobom ujawniającym doznaną przemoc seksualną? Ile osób rozumie, że właśnie na tym polega zawile oddziaływanie sprawcy pedofilii na swoją ofiarę, aby na zawsze uniemożliwić osobie ujawnienie tajemnicy?

### **Typy przemocowych zachowań seksualnych sprawcy**

Aby skutecznie przeciwdziałać przemoc seksualnej, w pierwszej kolejności należy poznać typy molestowania seksualnego. Kiedy przemoc występuje w rodzinach biologicznych, adopcyjnych, zastępczych, mówimy wtedy o przemoc wewnątrzrodzinnej. Wówczas osoby, które dziecko darzy szczególnym zaufaniem, miłością i od których oczekuje zainteresowania i bezpieczeństwa, dopuszczają się kazirodztwa „biologicznego”. Przemoc zewnątrzrodzinna występuje, gdy przemoc seksualnej, przeważnie jednorazowej, dopuszcza się osoba dla dziecka zupełnie obca lub gdy krzywdzi osoba obca, ale zaufana, będąca dla dziecka autorytetem (np. nauczyciel, lekarz, ksiądz, wychowawca, przyjaciel rodziny, trener). W tym drugim przypadku dochodzi do kazirodztwa psychologicznego. Słowa „kazirodztwo” używa się dla podkreślenia szczególnie zawitych i bolesnych mechanizmów, jakie towarzyszą przemoc seksualnej oraz konsekwencji, jakie za sobą niesie.

W obu wymienionych typach dochodzi do przemoc seksualnej z dotykiem (ostrej) – z penetracją i bez niej (dotyk w miejsca intymne, wspólne kąpiele, wspólne spanie z inicjatywy rodzica, penetracja); bez dotyku (nagość, uprawianie przy dziecku seksu lub tak, że słyszy go zza ściany, fotografowanie nagiego dziecka, robienie mu zdjęć pornograficznych, pokazywanie dziecku pornografii i wyjaśnianie, co się dzieje na tych filmach) oraz emocjonalnej, która polega na opowiadaniu żartów i snuciu

opowieści na temat seksu w obecności dzieci, na wulgarnym lub seksualnym mówieniu w obecności dziecka o ciele drugiej osoby i ciele samego dziecka oraz na międzypokoleniowej zamianie intymnych relacji w rodzinie (opowiadanie dziecku przez rodzica o swoich kontaktach, potrzebach seksualnych).

Nie można oceniać, który rodzaj przemocowych zachowań seksualnych jest bardziej destrukcyjny. Czasami wystarczy jeden dotyk, żeby osobie skrzywdzonej zawalił się świat. Ponosi ona konsekwencje ostre (objawy występujące w trakcie i zaraz po doznanej przemoc), które stopniowo, wraz z wiekiem osoby krzywdzonej zmieniają się w utrzymujące się przez całe życie symptomy długoterminowe, chroniczne i wtórne problemy po doznanej traumie. W konsekwencji zachowanie molestowanego dziecka i adolescenta może zwrócić uwagę kolejnego seksualnego agresora, który rozpoznaje bezsilną ofiarę.

### **Dynamika przemocy seksualnej**

Obserwatorom wydaje się, że ofiary są bardzo związane ze sprawcą. Dzieje się tak, ponieważ pierwszym elementem dynamiki przemocy seksualnej jest uzależnienie dziecka od sprawcy przemocy seksualnej przez uwodzenie (grooming) lub zastraszanie. Tak budowana relacja daje sprawcy swobodny dostęp do dziecka.

Uwodzenie polega na między innymi na:

- obiecywaniu wspaniałej przyszłości,
- budowaniu zaufania dziecka i jego rodziny do sprawcy,
- opisywaniu wybranej ofiary jako wyjątkowej,
- zabawach cielesnych (zapasy, łaskotanie),
- dawaniu prezentów,
- budowaniu współczucia do sprawcy (jest taki samotny, opuszczony, niezrozumiały).

Zastraszanie dziecka polega na:

- obwinianiu go o to, że do przemocy seksualnej dochodzi,
- straszeniu rozpadem rodziny, pogorszeniem relacji dziecka z opiekunem,
- straszeniu konsekwencjami prawnymi wobec sprawcy oraz brakiem kontaktu z nim,

- prześladowaniu (stalking), czyli śledzeniu, nachodzeniu, zbieraniu informacji poprzez zadanie pytań o sfery intymne pod pretekstem miłości do swojej ofiary.
- Kiedy sprawcą jest ktoś z rodziny, dzieci słyszą, że jeśli to wyjdzie na jaw, to rodzina się rozpadnie. Walczą o rodzinę, bo jest ona dla nich najwyższą wartością, bez niej nie wyobrażają sobie życia.

W przypadku księży uzależnienie to można nazwać mianem emocjonalno-duchowego. Ksiądz, mając władzę duchową, jest autorytetem, któremu dzieci i osoby dorosłe ufają i są podporządkowane. Podobnie jak inni pedofile, uwodząc, mogą uzależniać od siebie ofiary. Dziecko słyszy, że jest wyjątkowe, delikatne, niezwykle dla sprawcy ważne. W filmie *Siłaczka* (2002), dokładnie ukazującym dynamikę przemocy seksualnej, opowiedziano historię trenera w podnoszeniu ciężarów, który wykorzystywał seksualnie trzynastoletnią zawodniczkę. Mężczyzna przychodził do jej rodziców i opowiadał, jaką mają niezwykłą córkę, obiecywał, że będzie zdobywała złote medale, a cała rodzina będzie „zabezpieczona finansowo”. W rezultacie nawiązał z całą rodziną tak silną więź, że kiedy zapraszał małą do hotelu i wykorzystywał seksualnie przy udziale jej starszej siostry, rodzice nie czuli żadnego niepokoju i nie zauważali pojawiających się u córki konsekwencji psychologicznych.

Jaki jest mechanizm myślenia dziecka w takiej sytuacji? Rodzice – najważniejsze, najmądrzejsze osoby na świecie – godzą się na uwodzenie czy zastraszające zachowania sprawcy, np. wspólne wyjazdy. Krzywdę wyrządza osoba, która jest dla dziecka autorytetem. Dziecko przestaje ufać swojej intuicji, że coś złego się dzieje, pomimo wielkiego niepokoju zaprzecza doświadczanej krzywdzie.

Tak uzależnione dziecko doznaje ostrej przemocy seksualnej z dotykem. Dynamika tej fazy może przebiegać różnie. Sprawca może od razu dopuścić się gwałtu na dziecku lub może stopniowo przyzwyczajając dziecko do coraz drastyczniejszego dotyku, aż do penetracji. Gdy do tego dojdzie, sprawca wzmacnia działania służące utrzymaniu tajemnicy, w przemyślany sposób zniechęca dziecko do ujawnienia doświadczanej krzywdy.

Bywa, że przemoc seksualna zostaje ujawniona celowo, czyli przez samą ofiarę, lub przypadkowo, gdy ktoś zauważy toczący się dramat. Dziecko początkowo z dużym lękiem ujawnia doznaną przemoc. Początkowo jednym zdaniem może powiadomić o zachowaniach sprawcy. Następnie

stopniowo uzupełnia opis tych zachowań oraz okoliczności, w jakich do nich dochodziło. Może jednak unikać ponownego, wielokrotnego opowiadania o doznanej przemocy, aby chronić się przed wspomnieniami wywołującymi ból.

Po ujawnieniu celowym początkowo sprawca, uwiedziona rodzina i środowisko, także policja i prokuratura oraz profesjonaliści (lekarze, psycholodzy), ostatecznie samo zgnębione dziecko zaprzeczają przestępczym działaniom sprawcy przemocy seksualnej. Zaprzeczanie może być zupełne lub polegać na minimalizowaniu czy racjonalizowaniu zachowań sprawcy; przrzucaniu odpowiedzialności na dziecko; oskarżaniu innych osób o przemoc seksualną wobec dziecka lub oskarżaniu innych o „spisek” przeciwko sprawcy; deprecjonowaniu matki i oskarżaniu jej o brak umiejętności wychowawczych; manipulowaniu sytuacją; indukowaniu dziecku fałszywych wspomnień; obwinianiu dziecka, że to ono uwiodło sprawcę, nie ochroniło się, nie powiedziało o przemocy od razu, a wręcz odwlekało ujawnienie traumy, więc samo tego chciało. Sprawca czy rodzina oraz specjalista z instytucji mogą nie zauważać objawów, nie reagować na ujawnienie lub sygnały wysyłane przez osobę skrzywdzoną, dążąc do wykazania, że ofiara nie jest wiarygodna. Przykładowo, gdy wyszło na jaw, że dyrygent Polskich Słowików wykorzystywał seksualnie kolejne pokolenia dzieci śpiewających w chórze, niektórzy rodzice w trakcie pikiet chcieli udowodnić, że te oskarżenia wobec dyrygenta nie są prawdziwe. Skąd takie postępowanie? Może sami zostali uzależnieni od sprawcy bo ulegli uwodzeniu „mistrza manipulacji”.

Osoby skrzywdzone seksualnie są oskarżane przez sprawców i otoczenie o to, że „sprawiało im to przyjemność”. Trzeba wiedzieć, że ciało człowieka jest tak skonstruowane, że na dotyk reaguje odczuciem przyjemności. Część ofiar przemocy seksualnej za pomocą psychologicznych mechanizmów obronnych odcina się od niej i nic nie odczuwa, u części jest jednak inaczej. Jedne i drugie bywają oskarżane o to, że „same tego chciały”. Aby skutecznie chronić dzieci, warto wiedzieć, że „odczucie przyjemności” to tylko reakcja ciała i wcale nie oznacza, że którekolwiek z dzieci chciało być wykorzystane seksualnie.

Ofiary molestowania zawsze wysyłają sygnały, że dzieje im się krzywda, czasami mówią wyraźnie o tym, czego doświadczają. Niektórzy rodzice rzeczywiście tego nie widzą, większość jednak wypiera podejrzenia i uznaje, że nic się nie dzieje. U dziecka pojawiają się objawy, które



**Po jakich zachowaniach kobiety można rozpoznać, że krzywdzi seksualnie dziecko, aby zaspokoić emocjonalno-seksualne pragnienia kosztem rozwojowych potrzeb dziecka?**

- Myje genitalia dziecka także wtedy, gdy ono domaga się już samodzielności i ujawnia wstyd (ok. 5.–7. roku życia).
- Kąpie się nago z dzieckiem powyżej 2,5 roku życia.
- Samodzielnie „sprawdza”, czy strefy intymne nastoletniego dziecka dobrze się rozwijają.
- Przeprowadza zbędne zabiegi medyczne, np. lewatywę.
- Permanentnie chodzi nago lub w bieliznie po domu w obecności dzieci.
- Ubiera dziecko niezgodnie z jego płcią.
- Wyzywa wulgarnie dziecko lub inne osoby w obecności dziecka.
- Opowiada dziecku o swoich doświadczeniach seksualnych.
- Współżyje w obecności dziecka lub gdy dziecko jest za ścianą, zachowując się przy tym bardzo głośno.
- Przyprawdza do domu wielu obcych mężczyzn w celach seksualnych.
- Seksualnie stymuluje dziecko, eksponując erotyczne gesty i słowa, aby zaspokoić własne potrzeby.
- Doprowadza do pieśczości i współżycia z dzieckiem.

powinny zaniepokoić dorosłych. Gdy jednak tak się nie stanie, dziecko czuje się zdradzone i nigdy więcej nie zwróci się po pomoc do opiekunów i być może do nikogo innego. Niektóre osoby, które przeżyły seksualną traumę, w wyniku coraz poważniejszych konsekwencji wpływających na ich funkcjonowanie ujawniają ją terapeutom dopiero w życiu dorosłym.

**Kim jest sprawca przemocy seksualnej?**

Aby przeciwdziałać przemocy seksualnej w domu czy w środowisku, trzeba posiadać wiedzę, kto może krzywdzić. Dominuje przekonanie, że sprawcami przemocy seksualnej wobec dzieci są mężczyźni, chociaż zdarza się, że są nimi również kobiety. Twierdzenie to nie jest prawdziwe. Literatura wskazuje, że w rzeczywistości podobny odsetek mężczyzn i kobiet wykorzystuje seksualnie dzieci i młodzież. Sprawców, niezależnie od płci, dzieli się na pedofilii fiksacyjnych – właściwych, których zainteresowanie seksualne jest ukierunkowane wyłącznie na dziecko, i regresyjnych – budujących relacje z rówieśnikami, posiadających rodziny, dla których zachowanie seksualne wobec dziecka jest czynnością zastępczą w sytuacji konfliktu z partnerką/partnerem, służącą rozładowywaniu napięcia i budowaniu poczucia siły i „wartości”. Pedofil to osoba zainteresowana

czynnościami seksualnymi z dzieckiem w okresie przed pokwitaniem, a więc zwykle do około 13. roku życia. Są też sprawcy, którzy dążą do kontaktu seksualnego z dzieckiem między 10. a 14. rokiem życia (hebefile), oraz tacy, którzy wykorzystują seksualnie młodzież będącą między 15. a 19. rokiem życia (efebofile).

Z prowadzonych przeze mnie badań wynika, że większość specjalistów: psychologów, pedagogów, lekarzy, nauczycieli, policjantów, prawników, sędziów, utożsamia sprawcę przemocy seksualnej z mężczyzną. Nie zawsze tak jest. Zdarza się, że w trakcie terapii dorosłe osoby opowiadają, że były wykorzystywane przez matki, głównie pod przykrywką czynności opiekuńczych, pielęgnacyjnych czy higienicznych. Niestety, małe dzieci rzadko same dostrzegają i ujawnią takie zachowanie matek, starsze dzieci traktują je jako nadopiekuńcze. Przeciwdziałanie przemocy w tym wypadku wymaga świadomości i skrupulatnej obserwacji postępowania kobiet pełniących rolę matki, babci czy ciotki oraz nauczycielek czy przyjaciółek domu.

Dziecko czy nastolatek nie wie, jak poradzić sobie z takimi bodźcami. Jest ubezwłasnowolnione i nie ma możliwości ujawnienia krzywd doznanych ze strony matki. Bez pomocy nie potrafi ich rozpoznać czy nazwać. Żyje w przekonaniu, że nikt mu nie uwierzy. Chroni się przed stratą matki, wypierając doznaną traumę.

Profilaktyka przemocy seksualnej może być skuteczna tylko wtedy, gdy osoby dorosłe z rodziny oraz ze środowiska wiedzą, na czym polega działanie pedofila i po jakich objawach rozpoznawać, że dziecko jest przez niego krzywdzone. Dziecko powinno wiedzieć, że może uzyskać pomoc ze strony osoby dorosłej: wychowawczynie, psychologa szkolnego, policjanta. Problem polega na tym, że często te bezpieczne osoby nie wiedzą, jak zareagować w sytuacji przemocy seksualnej, dlatego profilaktyka musi obejmować również osoby dorosłe.

### **Ogólne zasady przeciwdziałania przemocy seksualnej**

Profilaktyka przemocy seksualnej wobec małoletnich opiera się na uczeniu ich, w jaki sposób mogą dbać o swoje prywatne granice oraz chronić się przed manipulacjami rówieśnika, osoby nieco starszej lub dorosłej, która zachowuje się dziwnie, być może chcąc go seksualnie skrzywdzić.

Małe dziecko nie wie, czym jest seks. Może opisać doświadczone zachowanie, ale nie ma świadomości i wiedzy poznawczej dotyczącej



## PROFILAKTYKA OBEJMUJE DZIAŁANIA

### SKIEROWANE NA:

- **dzieci, dorosłych** (bez nich dzieci nie mają szans);
- **sytuację przed wystąpieniem przemocy** (zapobieganie przemocy),
- **sytuację po wystąpieniu przemocy** (likwidowanie przemocy, zapobieganie konsekwencjom i zmniejszanie ich nasilenia);
- **sytuację w domu,**
- **sytuację poza domem;**
- **ochronę przed bliskimi,**
- **ochronę przed autorytetami,**
- **ochronę przed obcymi.**

go i seksualnego dziecka i nie przyspieszać wiedzy dziecka o relacyjnych zachowaniach seksualnych oraz skierowanych na samego siebie. Wszystko ma swój czas.

Molestowane osoby nastoletnie wiedzą, czym jest seks i można z nimi o pewnych zachowaniach seksualnych rozmawiać. Większość z nich z powodu emocjonalnego uwikłania przez pedofila nadal nie potrafi się przed nim bronić. Im sprawca jest bliżej związany z rodziną, tym bardziej dziecko jest przekonane, że nikt mu nie uwierzy. Profilaktyka dotycząca nastolatków powinna uwzględniać fakt, że dojrzewające dzieci, pomimo tego że posiadają jakąś wiedzę o seksie, zazwyczaj nie są świadome długoterminowych konsekwencji wynikających z zachowań seksualnych podejmowanych z „własnej woli” lub pod przymusem.

Przeciwdziałając przemocy seksualnej dzieci małych i nastoletnich, trzeba pamiętać, że te, które były i są bezpieczne, mogą nic nie wiedzieć o zachowaniach seksualnych lub wiedzieć niewiele oraz mogą nie być seksem zainteresowane. Natomiast dzieci seksualnie skrzywdzone posiadają wiedzę opartą na doświadczeniu. Jak wspomnę w dalszej części artykułu, profilaktyka dzieci bezpiecznych i molestowanych seksualnie powinna w pewnym momencie przebiegać odmiennie.

seksualności i zasad z nią związanych. Natomiast na poziomie emocjonalnym pojawiają się u niego trudne uczucia, między innymi obrzydzenie, poczucie winy i wstydu, strach, poczucie, że dzieje się coś bardzo złego, czego nie może zaakceptować. Z powodu braku wystarczających umiejętności językowych nie potrafi tego dokładnie nazwać, opisać i zrozumieć. Natomiast emocje zapisywane są w jego ciele i ten trudny zapis pozostaje na całe życie. Doznawanie w tak młodym wieku, bez własnej świadomej woli zachowań seksualnych doprowadza do rozbudzenia dziecka, tworząc seksualne fundamenty dla dopiero rozwijającej się tożsamości. Skuteczna profilaktyka powinna uwzględniać etapy rozwoju emocjonalnego, poznawcze-



## Ochronianie prywatnych granic

Dziecko od najwcześniejszych lat powinno być uczone, jak ochraniać się przed naruszaniem jego intymnych granic zarówno ze strony osób obcych, jak i bliskich. Profilaktyka powinna zapobiegać przemocy seksualnej przed jej wystąpieniem oraz eliminować, gdy już do niej doszło. Powinna być kierowana do dzieci i ich rodziców, wychowawców i nauczycieli, do całego społeczeństwa. Profilaktyka dziecka polega na uczeniu go, że istnieje taka sfera jego życia jak prywatność i że powinno się o nią dbać. Wielu dorosłych przez całe swoje życie nie nauczyło się reagowania na naruszanie prywatnych granic, ponieważ nie rozróżniają dotyku dobrego (ciepłego i bezpiecznego) od dotyku złego (związanego z agresją i przemocą fizyczną ze strony osób dorosłych i innych dzieci), od dotyku intymnego (związanego z naruszeniem przez sprawcę prywatnych granic osoby poprzez seksualne dotykanie jej ciała i miejsc intymnych oraz penetrację, a także z intymnym dotykiem się osób dorosłych, gdy obojdwie wyrażają na to świadomą zgodę) oraz od dotyku dotyczącego pielęgnacji i zabiegów medycznych.

## Bezpieczeństwo w domu

Najważniejsze jest chronienie dziecka przed ostrą przemocą seksualną, zanim do niej dojdzie. W tym celu uczymy dziecko, że istnieją prywatne przedmioty i własna przestrzeń, o którą należy dbać i zapobiegać jej naruszeniu. Uświadamiamy, jak reagować na manipulacje sprawcy oraz tworzymy plan działania służący ochronianiu siebie.

Uczymy dziecko, aby nie mówiło nikomu, że jest samo w domu i nie wpuszczało obcych do mieszkania, gdy nie ma opiekunów. Wszystkie dzieci wiedzą, że należy szanować starszych i słuchać ich, niezależnie od tego, co robią. Bezpieczniej i zdecydowanie rozsądniej jest nauczyć dziecko, że nie może ono robić wszystkiego, o co poproszą dorośli (lub inne dzieci), jeżeli w tej prośbie jest coś nieznanego, niepokojącego, zaskakującego i nieprzyjemnego i jeżeli nie wie o niej mama albo tata lub inny zaufany opiekun.

Na początku pokazujemy, że szczoteczka do zębów, szczotka do włosów czy ręcznik należą tylko do dziecka i nikomu poza nim nie wolno ich użyć. Nie może także używać tych przedmiotów należących do innej osoby. Jeśli ktoś „łaskocze” lub bawi się z dzieckiem „w zapasy”, a ono nie

ma na to ochoty, to musi o tym wyraźnie powiedzieć. Jeśli: „Przestań!” nie przyniesie rezultatu, dziecko powinno krzyknąć i biec do osoby, której ufa – najczęściej mamy lub babci, ale raczej nie do rodzica osoby, która narusza intymne granice (te osoby przeważnie nie pomagają). W ten sposób dziecko uczy się, że nikomu nie wolno dotykać jego ciała, gdy ono czuje się nieswojo. Kiedy babcia czy wujek powiedzą: „Pocałuj mnie”, to wolno powiedzieć: „Nie! Nie lubię tego”. A jeśli dziecko będzie do tego przymuszane, powinno powiedzieć o tym mamie, której zadaniem jest w takiej sytuacji poprzeć je i ochronić.

Należy pukać do drzwi pokoju dziecka, gdy się do niego wchodzi, wcześniej ucząc je: „Jeżeli zamykasz drzwi swojego pokoju, to oznacza to dla innych: proszę pukać, zanim wejdiesz.” Jednocześnie poprosimy dziecko, aby pukało, gdy chce wejść do pokoju rodzica czy rodzeństwa. Opiekun powinien rozpoznawać naturalny wstyd dziecka, który przeważnie rozwija się około 3.-5. roku życia. Gdy mówi ono: „Ja samo chcę się kąpać”, mama i tata powinni respektować to życzenie i jeżeli to konieczne czuwać z odległości nad bezpieczeństwem dziecka w łazience. Dzieci, u których ten wstyd został niezauważony we wczesnym dzieciństwie, mogą zatracić instynkt ochraniającego swojego ciała przed niechcianym dotykiem. Warto w tym miejscu zaznaczyć, że nachalne mycie miejsc intymnych dziecka jest traktowane jako przemoc seksualna.

Należy uczyć dziecko, co to są intymne części ciała oraz aby nie pozwalało innym osobom ich oglądać czy dotykać bez bardzo jasnej przyczyny: „Twoje ciało jest twoją prywatną własnością”. Wyjątek stanowią uzasadnione czynności medyczne czy pielęgnacyjne, o których rodzic wie. Warto jasno zaznaczyć, czym różni się dotyk intymny od dotyku dobrego, czyli ciepłego i bezpiecznego oraz złego dotyczącego przemocy fizycznej.

Gdy sprawca siłą fizyczną lub uzależniając dziecko manipulacjami emocjonalnymi i poznawczymi, doprowadzi do kontaktu seksualnego, wtedy dziecko w różnym wieku raczej nie ma już szans, aby uciec. Uwrażliwienie na to, jakie są sposoby uzależniania dziecka przez sprawcę nie wymaga wiedzy o szczegółach i formach kontaktu seksualnego. Natomiast wiedza o manipulacjach stosowanych przez pedofila, aby uzależnić dziecko, zwiększa szansę małego na ochronienie się przed taką osobą.

Nie należy przymuszać dziecka do tego, aby ścisnęło, siadało na kolanach, spało w jednym łóżku albo całowało krewnych i znajomych czy obcych. Samodzielnie może podejmować pewne decyzje o dotykaniu innych w miejsca powszechnie do tego przeznaczone (np. dłoń) i o byciu

dotykanym. Natomiast rodzice w domu, na placu zabaw czy nauczyciele w klasie powinni być czujni i interweniować, gdy widzą, że granice prywatności dziecka mogą być naruszone.

Warto być szczególnie wyczulonym na krewnych i obcych, którzy chcą z dziecka zrobić „specjalnego przyjaciela”, dają mu prezenty nieodosowne do wieku czy bez wiedzy rodziców i próbują spędzać z nim dużo czasu sam na sam. Jeżeli jakiś człowiek powie dziecku, że to, co wspólnie robią, ma zachowywać w sekrecie, musi ono wiedzieć, że powinno natychmiast poinformować o tym fakcie zaufaną osobę. Nauczmy dziecko rozróżniać dobrą tajemnicę od złej.

Gdy wujek czy przyjaciel domu przyniesie dziecku ulubiony prezent, nie oznacza to, że ma ono zgadzać się na całusy, przytulanie lub inne formy bliskości. Gdy dziecko się temu sprzeciwia, rodzic powinien pochwalić syna czy córkę, że nie zgadza się na dotyk oraz poprosić je, aby zawsze w takiej sytuacji mówiło NIE i zgłaszało ją osobie, której ufa. Gdy dziecko widzi, że dorosły jest zły z powodu odmowy, rodzice powinni wyraźnie zaznaczyć, że najważniejsze są uczucia dziecka i jeżeli osoba dorosła nie ma złych intencji, zrozumie sprzeciw. Jeżeli jednak osoba ta będzie nadal nachalna, dziecko musi zgłosić to osobie zaufanej, która obroni je przed potencjalnym niebezpieczeństwem.

Rola rodzica to również zadbanie o to, aby w domu dziecko nie miało dostępu do gazet, filmów pornograficznych, erotycznych kanałów telewizyjnych, nie powinno widzieć zachowań seksualnych i słuchać rozmów o treści seksualnej oraz wulgarnych słów.

### **Bezpieczeństwo poza domem**

Poza domem należy obserwować i pokazywać dziecku nachalne zachowania osoby bliskiej będącej autorytetem (m.in. nauczyciel, ksiądz, trener) czy obcej (sąsiad), stopniowo budujące u dziecka zaufanie i przez to doprowadzające do jego ubezwłasnowolnienia.

Dziecko musi być świadome tego, że bez zgody rodzica nie może przyjmować cukierków czy innych prezentów od obcych (od rodziny także), w żadnym przypadku nie może iść z obcą osobą do jej domu lub w inne miejsce.

Gdy obca osoba na podwórku czy w sklepie powie: „Chodź do mojego domu, pokażę ci, jakie mam śliczne pieski”, to dziecko powinno być nauczone, jak odmówić i bezpiecznie oddalić się z miejsca, w którym zostało

zaczepione oraz natychmiast powiadomić o sytuacji zaufaną osobę. Najskuteczniejszą ochroną jest jednak stała obserwacja dziecka, gdy jest ono poza domem i nie pozostaje pod opieką innego dorosłego (wychowawcy, opiekuna).

Rodzice powinni zawsze pytać dziecko (w każdym wieku), dokąd idzie, z kim i co będzie robiło, gdy przebywa poza domem. Młody człowiek (pomimo, że buntuje się przeciwko takiej „kontroli”) musi być świadomy tego, że przekazuje te informacje dla własnego bezpieczeństwa. Rodzic powinien znać kolegów syna czy córki i ich rodziny. Wiedzieć, kto zajmuje się dziećmi, gdy one bawią się w czyimś domu. Należy rozmawiać z ciekawością o tym, co dziecko robiło z kolegami, bez wdawania się w intymne szczegóły i bez krytyki.

Dziecko musi rozumieć, że znajomość jego imienia lub jakakolwiek wiedza o nim lub jego rodzicach przez obcego nie oznacza, że osoba ta przestała być obca i można jej zaufać. Musi znać plan działania w sytuacji, gdy rodzic nie jest natychmiast dostępny: odsunięcie się (ucieczka) od tej osoby, wykonanie telefonu do rodzica czy innej zaufanej osoby, powiadomienie policji, schronienie się u kolegi.

Instytucje zajmujące się dziećmi powinny umożliwić rodzicom sprawdzenie, kto pracuje w przedszkolu czy w szkole, kto prowadzi kółka zainteresowań. Bądźmy bardzo ostrożni, gdy jakaś osoba samodzielnie (a nie pod patronatem znanej organizacji) zakłada „klub dla dzieci” na podwórku lub w szkole. Również jeśli korzystamy z usług opiekunki dla dziecka, należy sprawdzać jej referencje oraz ustalać zasady nadzoru nad dzieckiem.

Informacje o seksualności powinny być wprowadzane stopniowo, gdy dzieci zaczynają dorastać. Wiedza o seksie musi być dostosowana do ich wieku rozwojowego i ma być dla nich przyswajalna i zrozumiała oraz niepobudzająca seksualnie. W edukację należy włączyć wiedzę o niebezpiecznych, ale nierozpoznawalnych przez młodzież manipulacjach (zachowaniach, wypowiedziach) rówieśników czy osób dorosłych („Jeśli mnie kochasz, to mi to udowodnij”), nakłaniających wbrew woli ofiary do poddania się czynnościom seksualnym. Trzeba uczyć dziecko, że druga osoba nie może doprowadzać do kontaktu seksualnego, gdy osoba do niego zachęcana czy przymuszana nie może wyrazić świadomej zgody na seks, ponieważ jest słabsza fizycznie, emocjonalnie czy poznawczo lub znajduje się pod wpływem alkoholu czy narkotyków.

## Zasady uniwersalne

Ważne jest, aby młody człowiek wiedział, że nie musi radzić sobie sam z niepokojącymi sytuacjami. Pamiętajmy, że pomimo profilaktyki dziecko nie jest w stanie samo ochronić się przed sprawcą przemocy seksualnej. Profilaktyka zwiększa szanse rozpoznania manipulacji, oddalenia się od sprawcy przemocy seksualnej i ujawnienia niebezpiecznych sytuacji. Jednak najważniejsze jest działanie osób dorosłych polegające na odpowiedniej opiece, uważności i ochronie.

Istotna jest otwarta komunikacja pomiędzy rodzicem i dzieckiem. Rozwinięcie dobrej komunikacji polega między innymi na umiejętności porozumiewania się z dzieckiem w jego języku i na poznaniu znaczeń, które dzieci nadają słowom i sytuacjom. Szkoły i przedszkola powinny wdrożyć specjalne programy profilaktyczne, których założeniem jest nauczanie dziecka podstawowych zasad bezpieczeństwa i sposobów reagowania na zaczepki osób o niejasnych intencjach. Informacje o seksualności powinny być wprowadzane stopniowo, gdy dzieci zaczynają dorastać. Wiedza o seksie musi być dostosowana do ich wieku rozwojowego i ma być dla nich przyswajalna i zrozumiała oraz

- niepobudzająca seksualnie. W edukację należy włączyć wiedzę o niebezpiecznych,
- ale nierozpoznawalnych przez młodzież manipulacjach (zachowaniach, wypowiedziach) rówieśników czy osób dorosłych („Jeśli mnie kochasz, to mi to udowodnij”), nakłaniających wbrew woli ofiary do poddania się czynnościom seksualnym. Trzeba uczyć dziecko, że druga osoba nie może doprowadzać do kontaktu seksualnego, gdy osoba do niego zachęcana czy przymuszana nie może wyrazić świadomej zgody na seks,
- ponieważ jest słabsza fizycznie, emocjonalnie czy poznawczo lub znajduje
- się pod wpływem alkoholu czy narkotyków.

Opiekun ponadto powinien pokazać dziecku, że można mu zaufać. Może podzielić się własnymi doświadczeniami z okresu dorastania, również tymi, w których czasami ze śmiechem, a czasami z bólem uczył się życia na własnej skórze. Takie relacje pomogą dziecku zobaczyć dorosłych, jako prawdziwych ludzi a niejako doskonałych (pomnikowych), do których nie można zwrócić się o pomoc. Rolą opiekuna jest pomóc

dziecku zrozumieć, że w pewnych sytuacjach trudno radzić sobie z problemami w pojedynkę i warto szukać pomocy u drugiego człowieka.

W trakcie edukacji opiekun powinien zadawać dziecku pytanie: „Co zrobisz, jeżeli ktoś, kogo dobrze znasz, spróbuje dotknąć cię w sposób nieodpowiedni? ”. Warto również uczulić podopiecznego na okoliczność próby manipulacji słowami: „Twoja mama powiedziała, że możesz ze mną pójść do parku”. Gdy sprawca chce wzbudzić w dziecku „litość”, mówiąc: „Dzisiaj jestem taki smutny i zmęczony, chodź tu do mnie i pociesz mnie”, dziecko, mówiąc: NIE, powinno wiedzieć, że nie jest jego zadaniem zaspokajając potrzeby dorosłych.

Również ważne jest, aby dziecko miało świadomość, że sprawca może próbować zastraszać słowami: „Jeżeli tego nie zrobisz, to zrobię to twojej siostrze” lub „Zabiję twój psa”, lub „Jeżeli o tym powiesz, nasza rodzina się rozpadnie”. W takiej sytuacji dziecko, niezależnie od tego, jak bardzo obawia się, że może tak się stać, musi być nauczone prawidłowej reakcji. Również starsze dzieci powinny być wyczulone na stwierdzenia: „Zrobiłem to, ponieważ ubrałaś tak seksowną sukienkę”. Nastolatek musi być świadomy, że żaden ubiór lub jego brak nie usprawiedliwia seksualnie przemocowych zachowań sprawcy.

Osoby nastoletnie są bardzo narażone na przemoc seksualną, ponieważ uważają, że są niezależne, mądre i świadome na tyle, aby chronić się samodzielnie. Niektóre zachowania sprawców odbierane są przez nich jako świadectwo ich atrakcyjności, dorosłości i na chwilę budują poczucie wartości jako kobiety czy mężczyzny. Wymiana informacji z nastolatkiem może nie być łatwa, między innymi dlatego, że w kryzysowej sytuacji osoba nastoletnia przeważnie zwraca się o pomoc do rówieśników. Dlatego tak ważne jest budowanie wśród młodych ludzi zaufania do instytucji, jaką jest szkoła oraz do rodziców, opiekunów, aby to do nich zwracali się po aktywną pomoc.

Pomoc osobom zagrożonym utrudniona jest przez wszechobecne mity społeczne usprawiedliwiające sprawcę i oskarżające ofiarę. Podczas zajęć profilaktycznych należy wraz z dziećmi poszukiwać argumentów podważających toksyczne mity. Celem takiego działania jest doprowadzenie do zmiany sposobu myślenia o sprawcy przemocy seksualnej oraz zachowań dziecka wobec zagrażającego dorosłego.

## Bezpieczeństwo w internecie

Rozpowszechnioną dziś formą przemocy seksualnej jest cyberprzemoc – prezentowanie dzieciom pornografii oraz werbowanie do jej produkcji oraz angażowanie w relacje seksualne. Internet jest wykorzystywany przez pedofilów do tego typu przestępczej działalności. Angażowanie dziecka w produkcję czy oglądanie pornografii dziecięcej jest przestępstwem i pozostawia u niego bardzo poważne i długotrwałe konsekwencje. Niedozwolone jest pokazywanie czy dopuszczanie do oglądania przez dziecko pornografii, ponieważ pobudza ona seksualnie, uzależnia, zniekształca postrzeganie swojej tożsamości płciowej, rujnuje wartości życiowe, uprzedmiotowia drugą osobę, uniemożliwia budowanie romantycznych-miłosnych relacji, naraża na doświadczanie ostrej przemocy seksualnej.

Aby temu zapobiec, należy prowadzić z dziećmi wyjaśniające rozmowy. Warto zakładać zabezpieczenia na urządzenia takie jak tablet, komputer, telefon oraz tłumaczyć dziecku, skąd takie postępowanie. Programy zabezpieczające nie dają gwarancji całkowitego usunięcia niepożądanych informacji. W tym miejscu ważna jest czujność rodzina, każdy dorosły ma moralny i prawny obowiązek zgłaszania prób wykorzystania internetu w celach związanych z pedofilią i pornografią. Najlepiej informować o tym policję lub organizacje zajmujące się ściganiem takich przestępstw. Organizacje te mogą zagwarantować anonimowość źródła wiedzy o przestępstwie. Należy przyjąć trudną prawdę, że dziecko, które miało bierny lub aktywny kontakt z pornografią, potrzebuje długoterminowej pomocy psychologa. Również rodzice dziecka potrzebują profesjonalnego wsparcia!

Jednym z powszechnych współcześnie zachowań pornograficznych jest seksting – wysyłanie w media społecznościowe czy bezpośrednio do konkretnej osoby zdjęć i filmów swoich nagich genitaliów. Problem sekstingu dotyczy głównie dziewcząt. Partnerzy przemocowi, uzależnieni od seksu i uprzedmiotowiający kobiety, proszą je o wysyłanie intymnych zdjęć, twierdząc, że jest to forma wyrażania miłości. Działania profilaktyczne wobec sekstingu wymagają uświadomienia młodym ludziom możliwych konsekwencji, wysyłania oraz upubliczniania nagich zdjęć. Ważna jest również pogłębiona dyskusja na temat specyfiki zjawiska i motywacji stojącej za przesyłaniem takich materiałów. Z relacji młodych ludzi, głównie dziewcząt, wynika, że angażując się w seksting, często



### Zasady bezpiecznego korzystania z internetu do wykorzystania w pracy z dzieckiem:

- Nie ufaj osobom, które chcą widzieć za dużo. Nie podawaj nikomu swojego (i nikogo innego) imienia i nazwiska, swojego wieku, adresu domowego, adresu e-mailowego, adresu szkoły, do której chodzisz oraz numeru telefonu bez wcześniejszej zgody rodziców.
- Nie wysyłaj nikomu zdjęć pokazujących ciało Twoje lub innej osoby.
- Nie mów nikomu, gdzie będziesz lub co będziesz robić za jakiś czas, bez wcześniejszej zgody rodziców na ujawnienie tych informacji.
- Nigdy nie odpowiadaj na wiadomości osób, których nie znasz, bez wcześniejszej zgody rodziców na taką korespondencję.
- Nie otwieraj e-maili, linków, załączników od osób, których nie znasz.
- Nigdy nie wchodź w miejsca w internecie, które wymagają dodatkowej zapłaty bez wcześniejszej zgody Twoich rodziców.
- Nie spotkaj się z nikim, kogo poznałeś, także w Internecie, bez wiedzy swoich rodziców.
- Nigdy niczego nie kupuj w internecie bez wcześniejszej zgody rodziców.
- Nigdy nie odpowiadaj na żadną wiadomość czy rozmowę na czacie, która spowodowała, że czujesz się mało komfortowo. Ufaj swojemu instynktowi. Powiedz o takim doświadczeniu swoim rodzicom, tak szybko jak to tylko możliwe, aby mogli powiadomić o takiej korespondencji policję.
- Nie wypełniaj żadnych kwestionariuszy czy ankiet w internecie bez wcześniejszej zgody rodziców.
- Natychmiast urwij kontakt z osobą, która wysyła nagie zdjęcia do Ciebie i poinformuj o tym fakcie osobę dorosłą.
- Nie używaj internetu, gdy jesteś w domu swoich kolegów, bez wcześniejszej zgody rodziców.
- Nie ufaj informacjom podawanym o sobie przez kogoś w internecie. Nie widzisz tej osoby i nie wiesz, kim ona jest naprawdę, 12-letnim dzieckiem czy 40-letnim dorosłym, który tylko udaje dziecko.
- Zawsze, najszybciej jak to jest możliwe, mów rodzicom lub np. wychowawcy, pedagogowi w szkole o czymś, co Cię zdenerwowało, zawstydziło.
- Nie podawaj informacji o swojej rodzinie osobom nowo poznanym, także w internecie.
- Gdy potrzebujesz porozmawiać z kimś lub opowiedzieć o swoich przeżyciach, nie rób tego poprzez internet. Bezpieczniej jest porozmawiać z profesjonalną osobą z telefonu zaufania czy z psychologiem lub pedagogiem w szkole.
- Poproś rodziców, aby ustalili dla Ciebie bezpieczne zasady korzystania z internetu: porę dnia, miejsce, długość korzystania i odpowiednie dla Ciebie strony, które możesz odwiedzać, zakres podawanej informacji.
- Postępuj zgodnie z ustalonymi regułami rodziców, nauczycieli, bibliotekarzy, gdy jesteś w domu, w szkole i u przyjaciół. Nigdy nie łam tych zasad.



działają pod presją. W Wielkiej Brytanii osoby, które namawiają do seksingu mogą zostać ukarane wpisem na listę przestępców seksualnych oraz zakazem pracy z dziećmi.

### Gdy dziecko zostało wykorzystane seksualnie

W przypadku kiedy doszło do wykorzystania seksualnego dziecka, profilaktyka polega na zapobieganiu konsekwencjom emocjonalnym, poznawczym, somatycznym, społecznym czy zmniejszaniu ich nasilenia.



#### Reagowanie na przemoc seksualną doznaną przez dziecko

- Dorosły może cały czas krzywdzić dziecko, jeżeli sekret jest zachowany.
- Dziecko może próbować powiedzieć o doznawanej przemoc seksualnej, wysyłając sygnały. Może mówić o grach, których nie lubi, o osobie, z którą nie chce zostawać samo, o koszmarach nocnych, które przeżywa. Odważnie i uważnie pytaj o więcej!
- Rozpoznawaj o tym, jak dziecko rozumie to, czego doświadczyło oraz jak widzi swoją rolę w doznanej przemoc seksualnej.
- Mów dziecku, że za zachowania seksualne wobec niego odpowiedzialny jest sprawca oraz że ono jest bez winy. Przemoc seksualna nigdy nie jest winą dziecka, niezależnie od tego, co mówią o tym sprawca i inni dorośli.
- Jeżeli Twoje dziecko doznało przemocy i ujawniło ją, wówczas przeproś je, że go nie ochroniłaś/-eś, nie zauważyłaś/-eś. Ono na te przeprosiny bardzo czeka.
- Wierz dziecku, które mówi o przemoc seksualnej. Obiecuj pomoc i zrób to. Ważne jest, aby Twoje dziecko wiedziało, że mu ufasz i je chronisz.
- Powiedz, że jesteś dumna/-y z dzielnego dziecka, które ujawniło przemoc.
- Podkreślaj, że zrobiło dobrze, mówiąc o problemie.
- Rodzina nie uniesie tego problemu w samotności i izolacji. Potrzebuje pomocy bliskich i profesjonalistów.
- Zaprowadź dziecko do pediatry, jeżeli czuje jakikolwiek ból lub ma podejrzone siniaki.
- Jeżeli jest to słuszne skorzystaj z porady dziecięcego ginekologa.
- Przeprowadź specjalistyczną diagnozę psychologiczną dziecka i rodziny.
- Korzystaj ze wsparcia psychologa i prawnika w trakcie planowania dalszych działań.
- Dziecko, ty oraz reszta rodziny powinna skorzystać ze specjalistycznej terapii psychologicznej.
- Ochroniaj i wspieraj dziecko, a nie sprawcę. Postępuj konsekwentnie i uważnie.
- Zgłoś przestępstwo na policję lub do prokuratury.

Wychowawca, nauczyciel, pedagog i rodzic musi zakładać, że jeśli dziecko mówi, że doszło wobec niego do zachowań seksualnych, to rzeczywiście tak było. Gdy dziecko próbuje powiedzieć wprost o doznawanej przemocy seksualnej lub mówi o nieprzyjemnych grach, opowiada historie o krzywdzonej koleżance, zadaniem dorosłego jest uważne i delikatne dopytanie o więcej szczegółów. Opiekun powinien również nauczyć się rozpoznawać niepokojące zachowania rówieśników dziecka lub osób starszych, które mogą być typowe dla sprawców przemocy seksualnej. Zaufanie dziecka i okazanie wsparcia znacznie zmniejsza konsekwencje, które dziecko może ponosić w przyszłości w wyniku doznanego molestowania. Wsparcie jest profilaktyką zapobiegającą nasilaniu się objawów w aktualnym i przyszłym życiu dziecka.

Najskuteczniejszą i najważniejszą profilaktyką jest okazywanie dziecku miłości, ciepła, zainteresowania i dużej życzliwości przez inne osoby uczestniczące w jego kształceniu i wychowaniu. Uczmy rodziców, aby przytulali swoje dzieci, zaspokajając ich potrzeby bycia kochanym, ważnym, zauważonym i szanowanym.

W taki sposób zyskują oni zaufanie dziecka. W sytuacji zagrożenia będzie ono szukało pomocy u najbliższych. Znam sytuacje, gdy dzieci same zgłosiły pedagogowi szkolnemu czy policji, że są molestowane przez rodziców i prosiły o zabranie z domu. Otrzymały specjalistyczną pomoc. Kiedy dochodzi do przemocy seksualnej, zawsze pomoc psychologa, psychoterapeuty specjalizującego się w terapii osób wykorzystywanych seksualnie jest kluczowa.

*Tekst został napisany przede wszystkim dzięki analizie wypowiedzi dzieci, młodzieży i osób dorosłych, którzy doznali przemocy seksualnej w rodzinie oraz poza nią i których autorka od około 30 lat wspiera podczas prowadzonej z nimi psychoterapii.*

### **Bibliografia:**

1. MacFarlane, K., Feldman, R. i inni, *Wykorzystanie seksualne dzieci. Przesłuchanie i diagnoza małego dziecka*, Dzieci niczyje, Warszawa 2002.
2. Widera-Wysoczyńska, *Mechanizmy przemocy w rodzinie. Z pokolenia na pokolenie*, Difin, Warszawa 2010.
3. Widera-Wysoczyńska, *Bezpieczna przystań dziecka*, „Psychologia w szkole” 2004 nr 2, s. 77–86.