

## PODRŠKA RODITELJIMA ČIJE JE DIJETE PREŽIVJELO SEKSUALNO ZLOSTAVLJANJE

---

Kada Vam se dijete povjeri da je preživjelo seksualno zlostavljanje ili to saznate na neki drugi način, od Vaših reakcija i reakcija drugih odraslih osoba važnih djetetu, ovisit će djetetov oporavak i kako će ono vidjeti sebe.

Stoga je prije svega najvažnije da svojim i riječima i djelima šaljete djetetu sljedeće poruke:

- volim te;
- vjerujem ti;
- ono što se dogodilo nije tvoja krivnja;
- učinit ću sve što mogu da te zaštitim;
- uz tebe sam.

Pri tome Vi u sebi možete doživjeti različite reakcije i osjećaje, koji mogu utjecati na različite aspekte Vašeg života. Ne postoji "jedna točna" ili „ispravna" reakcija na činjenicu da je Vaše dijete seksualno zlostavljano.

Najčešće prve reakcije su:

**Šok** – potpuno preplavljujuće iznenađenje nečim o čemu većina ljudi niti ne razmišlja da je moguće.

**Negiranje** – jedna od prvih mogućih reakcije je negiranje nasilja o kojem Vam se dijete povjerilo, sumnja u to što dijete govori. Takvu reakciju može osjetiti većina roditelja, jer je istina toliko teška i preplavljujuća i teško ju je prihvatiti.

**Bijes** – nikome nije „lako“ čuti da mu je bliska osoba preživjela seksualno zlostavljanje, a pogotovo je to iznimno teško roditeljima. Možete biti ljuti i frustrirani što Vam se dijete nije već prije povjerilo. U nekim slučajevima može se javiti osjećaj bijesa kao reakcija na sumnju da Vaše dijete izmišlja nešto o osobi koja je vama važna. Međutim, bez obzira na vaše prve osjećaje, važno je zapamtiti da Vaše dijete nije krivo i samo proživljava različite, zbunjujuće osjećaje. Djetetu ne treba Vaš bijes.

**Strah** – mogu se pojaviti osjećaji straha, koji dolaze iz različitih izvora. Jedan od najvećih strahova svakako je hoćete li moći zaštititi dijete od tog istog zlostavljača, koji može ponovo pronaći Vaše dijete i nauditi mu. Drugi ogroman izvor straha je kada je zlostavljač član obitelji, što otvara brojne strahove i dileme što i kako učiniti da zaštitite svoje dijete.

**Tuga** – normalno je da osjećate tugu zbog toga što je Vaše dijete proživjelo, kao i tugu zbog svoje obitelji i sebe. Saznanje da Vam je dijete bilo seksualno zlostavljano svakako će izazvati promjene u Vašem životu.

**Osjećaj bespomoćnosti** – ne znate što će se dalje događati, koje su posljedice za dijete, kako izgleda postupak, kako zaštititi dijete. Ako je počinitelj član obitelji, može se javiti strah da će Vam državne službe oduzeti dijete.

**Anksioznost** – imate tjeskobu, nelagodu i nedoumicu hoćete li moći i znati na "pravi" način pomoći svom djetetu, kao i strahove kako ćete upravljati drugim odnosima u svom životu, osobito ako imate odnos sa zlostavljačem.

**Osjećaj krivnje** – kako je moguće da niste znali ili bar naslutili što je Vaše dijete preživjelo. U slučaju kada je počinitelj član obitelji, moguć je osjećaj krivnje, jer prema počinitelju imate i druge pozitivne osjećaje.

Usprkos tome, Vaša reakcija i odgovor na djetetovo razotkrivanje seksualnog nasilja mogu biti ključni za sigurnost djeteta, ali i njegov proces oporavka od seksualnog nasilja.

### Zato je najvažnije:

- saslušajte dijete i podržite ga;
- vjerujte djetetu;
- ne okrivljujte dijete niti na koji način;
- ne umanjujte i ne obezvrjeđujte djetetovo iskustvo;
- uvjerite dijete da je učinilo ispravnu stvar kada Vam se povjerilo o preživljenom nasilju;
- nemojte djetetu davati obećanja koja ne možete ispuniti;
- potražite stručnu pomoć za dijete, ali i za sebe.

Vaše dijete treba Vas, Vašu zaštitu i pomoć. Kako bi mogli biti potpuno uz dijete, važno je da budete svjesni svojih osjećaja, da ih proradite i da pomognete sebi, kako bi mogli pomoći Vašem djetetu.

Razgovor sa stručnom osobom može doprinijeti lakšem nošenju s traumatskim događajem i olakšanom procesu oporavka.

Vidjeti više na:

Staff, H. (2022, January 11). Helpful and Harmful Reactions to Disclosure of Sexual Abuse, HealthyPlace. Retrieved on 2023, October 26 from <https://www.healthyplace.com/parenting/abuse/helpful-harmful-reactions-to-disclosure-of-sexual-abuse>