

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Erica Kovač

**Okrevanje odraslih preživelih žrtev spolne zlorabe v otroštvu z vidika
(ne)podpore nezloraablajajočih bližnjih**

Magistrsko delo

Ljubljana, 2020

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Erica Kovač

**Okrevanje odraslih preživelih žrtev spolne zlorabe v otroštvu z vidika
(ne)podpore nezlorablajočih bližnjih**

Magistrsko delo

Mentorica: izr. prof. dr. Mojca Urek

Študijski program: Duševno zdravje v skupnosti

Ljubljana, 2020

ZAHVALA

*Zahvaljujem se vsem, ki so kakor koli pripomogli k nastanku naloge:
še posebej mentorici, izr. prof. dr. Mojci Urek, za njena strokovna usmerjanja,
podporo in potrpežljivost,
dr. Jelki Škerjanc za začetne korake pri nastajanju naloge,
vsem sodelujočim pri intervjujih ter
ostalim mojim bližnjim.*

*Za vsakogar pride čas, ko mora zavihati rokave
in na vrh svojega seznama
obvezno uvrstiti sebe.*

Marian Wright Edelman

PODATKI O MAGISTRSKEM DELU

Ime in priimek: Erica Kovač

Naslov magistrskega dela: Okrevanje odraslih preživelih žrtev spolne zlorabe v otroštvu z vidika (ne)podpore nezlorablajočih bližnjih

Mentorica: izr. prof. dr. Mojca Urek

Kraj: Ljubljana

Leto: 2020

Število strani: 194

Število tabel: 5

Število prilog: 7

Število virov: 80

Ključne besede: spolna zloraba, storilci, posledice spolne zlorabe, strategije preživetja, viri okrevanja in pomoči

Povzetek: Tematika spolnih zlorab otrok ter odraslih preživelih žrtev je še vedno pereč problem v slovenski družbi ter tudi na globalni ravni. Posledice, ki jih odrasle preživele žrtve utrpijo, imajo velik vpliv na njihovo življenje na vseh področjih. Zato je potreben proces okrevanja in soočenja z lastnimi travmami, to pa zahteva veliko vztrajnosti, moči in poguma na njihovi poti opolnomočenja. Naloga opisuje družbeno zgodovinski pregled pojava spolne zlorabe z vidika teoretičnih modelov in konceptualnih okvirov zlorabe otrok, zakonodajo na področju spolnega nasilja, oblike spolnih zlorab in dinamiko spolne zlorabe med storilcem in žrtvijo.

V nalogi izvedena kvalitativna raziskava nam pomaga natančneje prikazati načine spolne zlorabe v otroštvu in tudi v odraslosti ter spekter posledic, ki so jih odrasle preživele žrtve utrpeli pri tem. Razkriva nam, kdo je bil storilec, kje in kako se je spolna zloraba dogajala, kako je prišlo do razkritja, kakšni so bili odzivi bližnjih ter kakšno strategijo preživetja so preživele žrtve uporabile. Prikaže pa nam tudi, na kakšen način so preživele žrtve okrevale in kakšno vlogo glede podpore so pri tem igrali njihovi starši in bližnji. Raziskava pa se dotakne tudi trenutnega položaja pojava spolne zlorabe v družbi ter virov ozaveščanja in preventivnih programov na sistemski ravni.

MASTER'S THESIS ABSTRACT

Name and Surname: Erica Kovač

Master's Thesis Title: Recovery of Adult Survivors of Sexual Abuse in Childhood from the Point of View of (Non)Supportive Non-Abusive Close Relatives

Mentor: Assoc. prof. PhD. Mojca Urek

Location: Ljubljana

Year: 2020

Number of pages: 194

Number of tables: 5

Number of attachments: 7

Number of sources: 80

Keywords sexual abuse, perpetrators, consequences of sexual abuse, survival strategies, sources of recovery and support

Abstract: The subject of sexual abuse of children and adult survivors is still a serious issue in Slovenian society and globally as well. The consequences that adult survivors have suffered, have a major impact on all fields of their lives. Therefore, a process of recovery and coping with person's own traumas is needed, and this requires a lot of perseverance, strength, and courage on their path to empowerment. The thesis describes a social-historical overview of the phenomenon of sexual abuse in terms of theoretical models and conceptual frameworks of child abuse, legislation in the field of sexual violence, forms of sexual abuse and the dynamics of sexual abuse between perpetrator and victim.

The qualitative research that was conducted in the thesis, helps us elaborating the ways of sexual abuse in childhood and also in adulthood. It shows the spectrum of consequences that adult survivors of sexual abuse have suffered. It reveals to us, who was the perpetrator, where and how the sexual abuse took place, how the disclosure came about, what were the reactions of close ones, relatives, and what survival strategy victims used. Furthermore, the research also points out the ways the victims recovered and what role their parents and other important, close ones played in terms of support. The research also describes the current situation regarding the phenomenon of sexual abuse in society, and available sources of awareness raising and prevention programs at systemic level.

KAZALO

1.	TEORETIČNI UVOD.....	11
1.1.	DRUŽBENO-ZGODOVINSKI PREGLED POJAVA SPOLNE ZLORABE.....	11
1.1.1.	Konceptualni okviri zlorabe otrok.....	14
1.1.2.	Teoretični modeli	15
1.1.3.	Feministična teorija in spolno nasilje	16
1.2.	DEFINICIJA SPOLNE ZLORABE	18
1.3.	ZAKONODAJA.....	21
1.3.1.	Zakon o preprečevanju nasilja v družini	21
1.3.2.	Konvencija Sveta Evrope o preprečevanju nasilja nad ženskami in nasilja v družini ter o boju proti njima.....	21
1.3.3.	Konvencija Sveta Evrope o zaščiti otrok pred spolnim izkoriščanjem in spolno zlorabo	22
1.3.4.	Kazenski zakonik	23
1.3.5.	Direktiva 2012/29/EU o določitvi minimalnih standardov na področju pravic, podpore in zaščite žrtev kaznivih dejanj	24
1.4.	OBLIKE SPOLNIH ZLORAB	25
1.4.1.	Pedofilija	26
1.4.2.	Incest	28
1.4.3.	Sodobne oblike zlorab	29
1.5.	SPOLNA ZLORABA KOT ENKRATNO DEJANJE ALI KOT PONAVLJAJOČE SE DEJANJE	31
1.6.	STORILCI.....	34
1.6.1.	Moški kot storilci	34
1.6.2.	Ženske kot storilke	35
1.6.3.	Mladoletne osebe kot storilci	38
1.7.	DINAMIKA SPOLNE ZLORABE MED STORILCEM IN ŽRTVIJO	42
1.7.1.	Odnos otroka - žrtve do spolne zlorabe.....	44
1.8.	ODRASLE PREŽIVELE ŽRTVE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU.....	46
1.8.1.	Skupne značilnosti žrtev spolne zlorabe	47
1.8.2.	Razkritje spolne zlorabe	51
1.8.3.	Ne razkriti spolno zlorabo - zakaj žrtve molčijo?	53
1.8.4.	Konec zlorabe - kdaj se zloraba konča?	54
1.9.	POSLEDICE SPOLNE ZLORABE PRI ODRASLIH PREŽIVELIH ŽRTVAH SPOLNE ZLORABE	55
1.9.1.	Starost žrtve, trajanje spolne zlorabe, čas razkritja	55
1.9.2.	Spol storilca.....	56
1.9.3.	Zloraba v družini	56

1.9.4.	Spol žrtev.....	58
1.9.5.	Osnovni sociološki model travme	60
1.9.6.	Fiziološke posledice spolne zlorabe v otroštvu	66
1.10.	SOOČANJE S POSLEDICAMI SPOLNE ZLORABE PRI ODRASLIH.....	68
1.11.	STRATEGIJE PREŽIVETJA SPOLNE ZLORABE PRI ODRASLIH	72
1.12.	OKREVANJE PO SPOLNI ZLORABI PRI ODRASLIH PREŽIVELIH ŽRTVAH SPOLNE ZLORABE	75
1.12.1.	Proces okrevanja	76
1.12.2.	Viri okrevanja in ključne osebe pri okrevanju	77
1.13.	ODNOS NEZLORABLJAJOČIH STARŠEV DO ODRASLE PREŽIVELE ŽRTVE SPOLNE ZLORABE	81
1.13.1.	Starši - mati, oče ali partner matere.....	81
1.13.2.	Mati	83
1.14.	ODNOS OSTALIH NEZLORABLJAJOČIH BLIŽNJIH DO ODRASLE PREŽIVELE ŽRTVE SPOLNE ZLORABE	89
1.14.1.	Podpora partnerjev	90
1.14.2.	Podpora ostalih bližnjih.....	90
2.	PROBLEM.....	93
2.1.	OPIS PROBLEMA IN TEORETSKA IZHODIŠČA	93
2.2.	RAZISKOVALNA VPRAŠANJA IN TEZE.....	93
3.	METODOLOGIJA.....	94
3.1.	VRSTA RAZISKAVE	95
3.2.	MERSKI INŠTRUMENT	95
3.3.	POPULACIJA IN VZORČENJE.....	95
3.4.	ZBIRANJE PODATKOV	95
3.5.	OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV	96
4.	REZULTATI.....	97
4.1.	KRATKA PREDSTAVITEV SODELUJOČIH V INTERVJUJIH– TRENUTNA STAROST, STAROST PRI SPOLNI ZLORABI IN STORILEC.....	97
4.2.	POTEK TRAVMATSKÉ IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU TER STRATEGIJA IN TAKTIKA STORILCA.....	99
4.2.2.	Potek in način spolne zlorabe.....	99
4.2.3.	Strategije preživetja žrtev	101
4.2.4.	Odzivi žrtve na spolno zlorabo.....	106
4.2.5.	Soočenje	110
4.2.6.	Meje.....	111
4.2.7.	Nasilje nad žrtvijo (posredno/neposredno).....	113
4.2.8.	Telo	115
4.2.9.	Izgube	119

4.2.10. Spominjanje.....	119
4.2.11. Strategija in taktika storilca.....	124
4.3. POSLEDICE TRAVMATSKJE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU	132
4.3.1. Kratkoročne posledice.....	132
4.3.2. Dolgoročne posledice.....	134
4.4. RAZKRITJE TRAVMATSKJE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU	139
4.4.1. Način razkritja in odziv	139
4.5. OKREVANJE V ODRASLI DOBI PO TRAVMATSKI IZKUŠNJI SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU	144
4.5.1. Okrevanje	144
4.5.2. Viri moči in okrevanja.....	146
4.6. PODPORA V ODRASLI DOBI PO TRAVMATSKI IZKUŠNJI SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU IN POLOŽAJ POJAVA SPOLNE ZLORABE V DRUŽBI.....	151
4.6.1. Odnos-odziv nezlorablajočih oseb do travmatskega dogodka spolne zlorabe in do odrasle preživele žrtve.....	151
4.6.2. Položaj pojava spolne zlorabe v družbi.....	158
4.6.3. Rešitve na sistemski ravni	160
4.6.4. Položaj in vpliv spolne zlorabe na sedanje življenje odraslih preživelih žrtev	162
5. RAZPRAVA	164
6. SKLEPI	181
7. PREDLOGI	186
8. SEZNAM VIROV	188
9. PRILOGE	195
PRILOGA 1: Vprašanja za intervju	195
PRILOGA 2: Intervju 1	197
PRILOGA 3: Intervju 2.....	205
PRILOGA 4: Intervju 3.....	213
PRILOGA 5: Intervju 4.....	221
PRILOGA 6: DOLOČANJE ENOT KODIRANJA	228
PRILOGA 7: ZDRUŽEVANJE SORODNIH ENOT V KATEGORIJE IN PODKATEGORIJE	290

KAZALO SLIK:

Slika 1.1. <i>Cikel spolne zlorabe</i>	41
Slika 2.1. <i>Razmerje storilec: žrtev spolne zlorabe</i>	48
Slika 3.1. <i>Osnovni sociološki model travme</i>	62

KAZALO TABEL:

Tabela 1.1. <i>Posledice spolne zlorabe, ki se pojavljajo pri odraslih preživelih</i>	66
Tabela 2.1. <i>Stopnje okrevanja</i>	71
Tabela 3.1. <i>Strategija preživetja - obrambni mehanizmi</i>	74
Tabela 4.1. <i>Okrevanje po travmi</i>	75
Tabela 5.1. <i>Vrste pomoči preživelim žrtvam spolne zlorabe</i>	80

1. TEORETIČNI UVOD

1.1. DRUŽBENO-ZGODOVINSKI PREGLED POJAVA SPOLNE ZLORABE

Skozi zgodovino je zloraba otrok prisotna v vseh družbah in kulturah in je zelo star pojav (Plummer, 1993, v Tomison, 1995). V začetku zloraba otrok ni nekaj slabega, posledice zlorabe tudi niso znane oziroma so zanikane. V Grčiji so v času 5. in 6. stol. pr. n. št. spolni stiki med odraslimi in otroci (dečki) sprejeti in veljajo za zdrave. Dečki so za spolni stik materialno in družbeno nagrajeni, vendar ni rečeno, da pri spolnih stikih uživajo (Isaacs, 1993, v Bilo, Oranje, Shwayder, Hobbs, 2013). Šlo je za pederastični odnos (homoseksualno razmerje) med odraslim moškim in dečkom (mladostnikom).

Otroci zelo dolgo nimajo lastnih pravic v družinah in so posebna lastnina svojih staršev, zlasti očeta ali družbe. Zato velja v rimskih časih načelo »*patria potestas*« (očetova moč), ki očetom daje absolutno in neomejeno oblast pri odločanju o usodi svojih otrok: oče vzgoji otroka, lahko ga zavrne ali proda kot sužnja ali ga žrtvuje, odloči, da otrok zaradi svojih hib ne more živeti in ga zato da ubiti (Bilo, Oranje, Shwayder, Hobbs, 2013).

V 16. stoletju je v Angliji sprejeta zakonodaja, ki začne postopek zaščite otrok pred spolno zlorabo: fantje so bili zaščiteni pred prisilno sodomijo in dekleta, mlajša od 10. let, zaščitene pred prisilnim posilstvom. V ZDA postanejo spolne prepovedi strožje.

V 17. stoletju začnejo nekateri vzgojitelji opozarjati starše, naj ves čas nadzorujejo svoje otroke. Opozarjajo jih naj, da nikoli niso goli pred drugimi odraslimi – tako jih zaščitijo pred spolnimi zlorabami. To pa pomeni enega izmed prvih znakov, da družba na splošno prepozna možnost spolne zlorabe otrok (Conte in Shore, 1982, v Tomison, 1995).

Sledi viktorijanska doba (1837-1901), ki je polna nasprotij – na eni strani napredek v industriji in znanstvenih odkritjih, na drugi strani pa pojavljanje spolne zlorabe v družinah. Številni spoštovani moški so zapeljevali in zlorabljali mlada dekleta in deklice in to je bila stalna praksa. Togi standardi obravnavajo tudi odnos družbe do spolnosti in otrok – masturbacija je ostro obsojena in ima pečat norosti, je razlog zastoja v rasti in zgodnje smrti pri fantih, pri deklicah pa spodbuja prezgodnji spolni razvoj, promiskuiteto in nimfomanijo. Veliko je poskusov zajezitve masturbiranja: odstranitev klitorisa, obrezovanje pri fantih, prerez živcev na spolnih organih pri obeh spolih. S tem se poda sporočilo, da otroci niso spolna bitja. Povečata se tudi pornografija in otroška prostitucija (Crosson-Tower, 2006).

V 19. stoletju se pojavi oče sodobne psihoanalize, Sigmund Freud. Na Dunaju zdravi ženske, ki imajo diagnosticirano histerično nevrozo ter različne simptome – od kompulzivnega bruhanja, kihanja, kašljanja do slepote, gluhosti in paralize. Med zdravljenjem pa veliko bolnic poroča o spolni zlorabi v mladosti. Freud (1966) zato tudi zapiše, »da so mi skoraj vse moje bolnice povedale, da so jih zapeljali njihovi očetje. Na koncu sem ugotovil, da ta poročila niso resnična in tako sem spoznal, da histerični simptomi izvirajo iz fantazij in ne iz resničnih dogodkov.« Upoštevati pa je tudi potrebno, da Freud leta 1905 v svojem delu »Dora« vključi živahen zapis zapeljevanja 14-letnice s strani očeta in njene nadaljnje uporabe opisa očeta kot »kmeta v (njegovih) izpopolnjenih spolnih spletkah« (Herman, 1997, v Crosson-Tower, 2006). Iz Freudovega poročila je očitno, da je prišlo do spolne zlorabe, tako da je težko verjeti, da Freud kasneje izpodbija kredibilnost situacije med očetom in hčerko oz. verjame, da do spolne zlorabe ni prišlo (Rush, 1992, v Crosson-Tower, 2006). Nikoli ne bo znano, kaj povzroči Freudov preobrat v njegovih teorijah, ker uniči svoje zapiske in dnevnike. Vse to vpliva na sedanje zanikanje spolne zlorabe in nepripravljenost prepoznati simptome spolne zlorabe pri otrocih (ibid.).

Družba se tudi prvič zaveda, da je potrebno otroke zaščititi pred škodljivim vedenjem staršev ali skrbnikov. Lahko bi rekli, da je bil otrok ponovno izumljen kot oseba, ki je imela pravico do zaščite pred zlorabo – vključno z zlorabo, spolnim izkoriščanjem in delom otrok. V 70-ih letih 19. stoletja se ustanovi Društvo za preprečevanje krutosti nad otroki v ZDA (*Society for the Prevention of Cruelty to Children in the United States*). Povod za ustanovitev tega društva pa ja primer deklice Mary Ellen Wilson, ki priča pred sodnikom Lawrenceom, »kako jo je mati pogosto bičala, jo porezala s škarjami in ji zadala hude poškodbe. Nikoli je ni vzela v naročje ali jo poljubila.« (Watkins, 1990) (Bilo, Oranje, Shwayder, Hobbs, 2013) V 20-ih letih 20. stoletja je spolna zloraba označena kot zunajzakonski napad, ki ga storijo »neznanci«, pri čemer je žrtev prej »zapeljivka« in ne nedolžen otrok (Gordon, 1990, v Wurtele in Miller-Perrin, 1992, v Tomison, 1995).

Oates (1990) navaja, da se pred 1960 letom družba spopada z nevarnostjo in grožnjo stereotipnega nadlegovanja otrok, zato je bolj grozljivo priznati, da se v družini pogosto dogaja spolna zloraba, ki jo zagrešijo družinski člani. Otroci so odvisni od njih. Torej če je spolna zloraba priznana, je ogrožena družinska struktura. Nekateri raziskovalci kot je Kinsey s sodelavci (1953, Goddard in Carew, 1993) minimalizirajo in zmanjšujejo spolno zlorabo otrok, ker menijo, da družba ni dosegla točke, ko bi lahko priznala spolno zlorabo v družini (Tomison, 1995).

Zavedanje, da imajo otroci svoje pravice, se še povečuje. Ni več sprejeto, da imajo starši absolutno in neomejeno oblast nad svojimi otroki, čeprav je v preteklosti nasilno vedenje predstavljeno kot nekaj smešnega. Leta 1961 Kempe s sodelavci (Silverman, Steele, Droegemuller in Silver) objavijo članek o »sindromu pretepenega otroka«, ¹ v katerem opišejo učinke nasilja staršev nad svojimi otroki in znova odkrijejo spolno zlorabo otrok (Bilo, Oranje, Shwayder, Hobbs, 2013).

Otrokovi zagovorniki in feministično gibanje so zaskrbljeni zaradi spolne zlorabe otrok (Reppucci in Haugaard, 1993). Boriijo se za večjo ozaveščenost, kar pa se ne dogaja s strani zagovornikov odraslih žrtev, ki so preživele posilstvo in ostale vrste spolnih napadov (Tomison, 1995).

V poznih 90-ih letih 20. stoletja pa so dobrodelne organizacije seznanjene s spolno zlorabo otrok, ki je najpogostejša oblika družinskega nasilja (Wurtele in Miller-Perrin, 1992, v Tomison, 1995). Leta 1989 Generalna skupščina Združenih narodov sprejme »Konvencijo o otrokovih pravicah«, ki zagotavlja splošni okvir zakonodaje, ki velja v določeni državi, pod pogojem, da je država konvencijo ratificirala. Ta konvencija vsebuje človekove pravice, vključno s civilnimi, kulturnimi, ekonomskimi, političnimi in socialnimi pravicami. Sistem civilnega in kazenskega pravosodja mora v okviru zakonodaje vsake države ravnati v skladu s svojimi pravnimi postopki, kadar se soočajo s sumi zlorabe otrok.

V 21. stoletju gre boj za človekove in otrokove pravice dalje. Veliko akcij in kampanj se pojavlja tako globalno kot nacionalno. Odvijajo se razne akcije in kampanje kot na primer trenutno najbolj aktualne: #MeToo (v ZDA), #JazTudi (v Sloveniji), angažiranja za spremembo 170. člena kaznivega dejanja »posilstvo« v Kazenskem zakoniku RS (DNK, 2020), kampanja »Samo JA pomni JA« (DNK, 2020), vztrajanje Slovenije pri zavezanosti h Istanbulski konvenciji. Na drugi strani pa uspeva otroška pornografija na spletu, izkoriščanje otrok na razne načine. Vsa ta protislovja ne prinašajo rezultatov, ki bi si jih kot družba želeli za dobrobit otrok. Rešitve so na globalni sistemski ravni in na političnih odločevalcih, seveda pa lahko tudi sami kot posamezniki pripomoremo k spoštovanju človekovih in otrokovih pravic.

¹ *The Battered Child Syndrome*

1.1.1. Konceptualni okviri zlorabe otrok

Bolton (2006, str. 24-26) navaja, da ne obstaja splošna teorija, ki bi poskušala razložiti zlorabo otrok, zato se v literaturi glede zlorabe otrok pojavljajo konceptualni okviri in teoretični modeli, ki pa jih večkrat zamenjujejo oziroma združujejo (Loseke, Gelles, Cavanaugh, 2005, Mignon, Larson in Holmes, 2002, *ibid.*). V magistrski nalogi imamo za izhodišče feministično perspektivo.

Konceptualni okviri vključujejo psihološko, sociološko in feministično perspektivo.

1. *Psihološka perspektiva o zlorabah in trpinčenju v otroštvu*: navaja, da se zloraba v družini zgodi zaradi osebnostnih lastnosti in psiholoških motenj ali patologije pri storilcu (Loseke in drugi, 2005, O'Leary, 1993, v Bolton, 2006). Mignon in drugi (2002) poudarjajo, da se zloraba zgodi zaradi deviantnih osebnostnih lastnosti storilca, povezanih s problematičnimi razvojnimi stopnjami v otroštvu; da storilec dobi nagrado ali kazen za zlorabo; da se storilec ravna po nasilnih fantazijah. Čeprav raziskovalci to perspektivo empirično potrdijo, ne upoštevajo interakcij med posameznikom in okoljem.
2. *Sociološka perspektiva o zlorabah in trpinčenju v otroštvu*: poudarja, da zlorabo povzročajo različni dejavniki (Gelles in Loseke, 1993, Loseke in drugi, 2005, Mignon in drugi, 2002, v Bolton, 2006). Ta perspektiva se sprašuje o družbenem okolju v smislu družbenih struktur, družbenih sil in družbenih procesov. Poudarja pogled iz posameznika na družino in okolje (kontekst), s katerimi družina sodeluje (*ibid.*).
3. *Feministična perspektiva o zlorabah in trpinčenju v otroštvu*: poudarja, da nasilja ni mogoče razumeti, če ne upoštevamo spola in moči (Yllo, 2005, v Bolton, 2006). Miller (2002) navaja, »da vsaka zloraba pomeni moč, nadzor in samozadovoljstvo. Gre za surovo silo.« Feministke verjamejo, da se zloraba otrok začne in ohranja v okviru družine (Miller, 2002, v Bolton, 2006). Feministična teorija krivdo za zlorabo otrok prelaga na ramena moškega ali patriarhalne družbe, ki daje moškemu moč in uči ženske, da so podrejene. Vendar je to stališče omejeno, ker ne upošteva zlorabe, ki so strojene s strani matere ali pa je mati sokrivec pri zlorabi (»tihi sodelavec, tihi partner«). Tudi ne upošteva primere zlorabe na način otroške prostitucije ali druge vrste zlorabe otrok.

1.1.2. Teoretični modeli

a) Teorija navezanosti

Razvije jo Bowlby (1958). Domneva, da ima lahko zgodnja ločitev matere in otroka dolgoročne škodljive učinke na razvoj otroka. Temelji na konceptu vedenja navezanosti (Bolton, 2006). Predstavlja novo gonsko teorijo, ki jo Bowlby uvršča med biološko osnovane motivacijske sisteme posameznika. Pride do ugotovitve, da stanje, ko otrok zazna, da je ohranjanje bližine s skrbnikom, največkrat materjo, ogroženo, povzroči anksioznost, ta pa aktivira sistem, imenovan navezanost² (Erzar in Kompan Erzar, 2011, Žvelc, 2011).

Drugi raziskovalci (Ainsworth in drugi, 1978, Crittenden, 1995) razširijo prvotno teorijo navezanosti in opredelijo tri vrste negovalnih okolij, ki povzročajo nevarne navezanosti. Te so: izogibanje/obramba, ambivalentnost/prisila in neorganiziranost/nadzor. Po Millerju (2002, v Bolton, 2006) teorija navezanosti gleda samo na vlogo matere pri negi ali trpinčenju otroka, očeta pa iz tega izvzame, polega tega pa ta teorija ne upošteva drugih dejavnikov zlorabe otrok, kot so revščina, depresija, družinsko nasilje, partnersko nasilje, stres v družini in zloraba s strani očeta (Miller, 2002, Little in Kantor, 2002, v Bolton, 2006).

b) Razvojna teorija

Razvojne teorije običajno razlagajo, kako se otroci in odrasli razvijajo fizično, kognitivno, čustveno in celo moralno. Glede na razvojne teorije so izkušnje iz otroštva ključni dejavnik uspešne prilagoditve odraslih. Običajni razvoj je za zlorabljenega otroka pogosto težka naloga in vsaka motnja v razvoju ima lahko dolgoročne negativne posledice (Crosson-Tower, 2002, Hulme, 2002). Razvojne teorije so pri zlorabi v otroštvu pomembne, ker sta starost in čustveni razvoj otroka povezana z otrokovo zmožnostjo obvladovanja trpljenja (Mignos in drugi, 2002, v Bolton, 2006).

c) Ekološka teorija

Razvije jo Belsky (1980) za analizo trpinčenja otrok. Je spremenjena različica »teorije ekologije človekovega razvoja« po Bronfenbrennerju (1977). Po Bronfenbrennerjevem modelu družina leži znotraj določenega topografskega območja, ki se širi in vključuje različna okolja, in tako vpliva nanjo (na družino). Družine se medsebojno povezujejo v ekološkem prostoru in so sestavljene iz štirih prekrivajočih se sistemskih slojev, ki se

² *attachment*

imenujejo mikrosistem (nastanitve vsakodnevnih interakcij), mezosistem (strukture, ki vplivajo na posameznike v določenem času njihovega razvoja, npr. šola ali delo), ekosistem (večje družbene strukture, ki bi lahko vplivale na lokalno območje - vlada, delo in množični mediji) in makrosistem (večja kultura, ki zajema prepričanja in vrednote, ki se posamezniku posredujejo z interakcijo z drugimi sistemi).

Ekološka teorija, ki jo predlaga Belsky, ima še eno lastnost: da bi Belsky preučeval trpinčenje otrok, je potrebno upoštevati, kako določen starš odrašča, da je njegovo vedenje nasilno. To pomeni, da moramo razumeti ontogeni razvoj staršev. Ekološka teorija o trpinčenju otrok ima tudi 4 ravni analize:

- ontogena (kar starši prinesejo v družino - način vzgoje),
- mikrosistemska (ožje družinsko okolje),
- ekosistemska (soseska in delo) in
- makrosistemska (vrednote in prepričanja večje kulture).

Pri ekološki teoriji pa je potrebno biti previden, saj :

1. ontogeneza pri storilcu ni povezana z zlorabo te osebe: številni starši so bili zlorabljeni v otroštvu, in vendar ne zlorablajo svojih ali drugih otrok,
2. njegova teorija ne upošteva razlik, ki jih opažamo pri različnih vrstah trpinčenja otrok (Bolton, 2006).

1.1.3. Feministična teorija in spolno nasilje

Tri načine feminističnega teoretskega pisanja nam predstavijo Kate Millet (1972), Susan Griffin (1971) in Susan Brownmiller (1975). Koncept patriarhalnosti (Millet, 1972, Kelly, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 69) pravi, da je ženska podrejenost značilna za večino preteklih družb. Tukaj moški nadzorujejo ženske in imajo nad njimi moč. Odločilno vlogo pri zatiranju žensk ima moško nasilje. Millet pokaže tudi, kako se patriarhalnost reproducira v družini, državi, v ideologiji in kulturi. Nadzor v patriarhalnih družbah, kakor v vseh političnih sistemih, je v celoti odvisen od moči. Rich (Kelly, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 70), ki se tudi opira na Milletov koncept patriarhalnosti, priznava, da so oblike patriarhalnega nadzora in stopnje moči, ki jo imajo ženske v posamezni kulturi in v drugih kulturah, različne.

Kelly (1996, v Zaviršek, 1996, str. 71) poroča o rezultatih raziskav, da je oče še vedno pomemben dejavnik v družinskih razmerjih. Oprelitev patriarhalnosti mora nujno

vključevati starostna razmerja, če želimo razumeti, kako sta položaj žensk in otrok povezana z gospodinjstvi in širšimi družbenimi razmerji.

Moč v feministični analizi ni lastnina, temveč razmerje, ki določa interakcije med moškimi in ženskami v vseh plasteh družbenega življenja. Moč, ki jo imajo moški nad ženskami, večina feministične teorije dojema kot posledice domneve, da je primarno in temeljno biti moški. Moč je še okrepljena z drugimi moškimi družbenimi vlogami, ki so jim pripisane specifične oblike avtoritete (na primer mož, šef, oče). Analiza psihologije moči po Lips (1981, Kelly, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 75) poudarja, da lahko dominantne skupine ali posamezniki rutinsko uporabljajo jezo in agresijo kot vir moči, saj je tveganje, da se jim bodo postavili po robu, razmeroma majhno.

Feministke razumejo, da je cilj moških, ko izvajajo spolno nasilje nad ženskami, družbeni nadzor in ta proces vključuje tudi to, da državne ustanove ne prepoznajo takega vedenja kot »zločin« (ibid.).

S svojo definicijo spolnega nasilja poizkuša Kelly (1996, v Zaviršek, 1996, str. 90) reflektirati razširjenost oblik spolnega nasilja in prav tako poskuša upoštevati dožemanje žensk. Pravi, da »spolno nasilje vključuje vsako fizično, vizualno, verbalno ali spolno dejanje, ki ga ženska ali dekle v tistem času ali pozneje doživi kot grožnjo, vdor ali napad in ki učinkuje boleče, ali pa jo degradira in ji odvzame možnost nadzora nad intimnim stikom.«

1.2. DEFINICIJA SPOLNE ZLORABE

Definicij spolne zlorabe je več oziroma so napisane za več strokovnih področij (medicinsko, pravniško, družbeno, socialno...), zato je spolno zlorabo na splošno težko definirati, da bi v eni definiciji povzeli in omenili vsa področja. Velikokrat se uporablja več izrazov oziroma sinonimov, mislimo pa na spolno zlorabo. Ti največkrat uporabljeni izrazi so spolno nasilje, spolni napad in druge oblike spolnega nasilja. V magistrski nalogi zato uporabljamo besedno zvezo »spolna zloraba«, ki se nanaša na spolno zlorabo, ki se je neki osebi dogodila v otroštvu in je sedaj v »predelovalni« fazi travmatičnega dogodka. Odrasla oseba je v procesu okrevanja.

V nadaljevanju navajam nekaj definicij spolne zlorabe. Definicijo spolne zlorabe, ki zajame vse značilnosti, ki neko dejanje opredeljuje kot spolno zlorabo, opisujeta Haugard in Repecci (1988, v Repič, 2008) in izhajata iz tega, da pri spolni zlorabi izstopa šest spolno sprejetih meril, ki so:

1. Namera ali reakcija storilca: za zlorabo gre, kadar storilec namerno išče, spodbuja ali stopnjuje spolno vznburjenje v neki situaciji z otrokom.
2. Reakcija žrtve: za zlorabo gre, kadar otrok čuti, da odrasli s svojim nasilnim ali neprimernim vedenjem prekoračijo njegove meje, četudi tega niso načrtovali.
3. Uporaba sile: za zlorabo gre, kadar nekdo za seksualno potešitev z otrokom uporabi silo.
4. Izkoriščanje: otroci so odvisni od svojih skrbnikov, od njih dobivajo informacije, podporo in sredstva za preživetje, zato je z njimi enostavno manipulirati - tako izkoriščanje je zloraba.
5. Odsotnost privolitve: otroci ne vedo in se ne zavedajo dovolj, da bi lahko privolili v spolnost. In četudi bi »privolili«, je to še vedno zloraba, ker gre med drugim tudi za razvojno in starostno razliko. Nekateri storilci smatrajo, da je otrok privolil, če se ne upira, vendar to vsekakor ni merilo. Odrasli je v polnosti odgovoren za svoje kriminalno dejanje.
6. Prezgodnja razvojna zrelost: za zlorabo gre, kadar seksualna dejanja in pričakovanja na ustrezajo razvojni stopnji otroka.

Kot je navedeno v Repič (2008, str. 18) je spolna zloraba po Finkelhoru (1984) udeležba otrok in mladoletnikov v spolnih aktivnostih z odraslo osebo ali osebo, ki je starejša ali večja od njih, pri kateri je otrok ali mladoletnik zlorabljen kot spolni objekt za zadovoljevanje

spolnih potreb ali želja osebe, ki je starejša od njega in pri kateri zaradi neenakih moči v odnosu sam nima možnosti, da bi izbral, ali bo privolil v spolno aktivnost ali ne.

Svetovna zdravstvena organizacija (WHO, 2004) definira spolno zlorabo kot vključevanje otroka v spolne aktivnosti, ki jih ne razume v celoti, ne more dati zavestnega soglasja ali za katerega otrok ni razvojno pripravljen. V spolne dejavnosti z odraslo osebo ali z drugim otrokom, ki ga po starosti in moči nadvladuje, je otrok vpleten z namenom zadovoljiti potrebe druge osebe, ki ji je bil zaupan v varstvo in naj bi do njega izkazovala odgovoren odnos. To vključuje, ni pa nujno omejeno na: napeljevanje ali siljenje otroka h kakršni koli nezakoniti spolni dejavnosti, vključevanje otrok v prostitucijo ali v druge nezakonite spolne prakse, izkoriščanje otrok za pornografska gradiva in predstavitev.

Spolna zloraba otrok (The Survivors Trust 2020) vključuje prisiljevanje ali spodbujanje otroka k sodelovanju v spolnih dejavnostih, ne glede na to, ali se otrok zaveda, kaj se dogaja, in ni nujno, da vključuje visoko stopnjo nasilja. Otrok je opredeljen kot oseba, mlajša od 18. let.

Spolna zloraba lahko vključuje:

- fizični stik, vključno s posilstvom ali oralnim spolnim odnosom,
- samozadovoljevanje, poljubljanje, drgnjenje, dotikanje po oblačilih,
- vključuje lahko nekontaktne dejavnosti – vključevanje otrok v gledanje ali izdelavo seksualnih fotografij, gledanje spolnih aktivnosti,
- spodbujanje otrok k spolno neprimernemu vedenju,
- izkoriščanje ali priprava otroka za zlorabo preko spleta ali na prostitucijo,
- spolno zlorablajo lahko moški, ženske ali tudi otroci

Øvreeide (ZPSZ, 2014), norveški specialist klinične psihologije in izvedenec, pravi, da govorimo o spolni zlorabi takrat, »ko so otrokovo telo, čutnost, radovednost, potreba po potrditvi in drugi vidiki otroških naravnih motivov izkoriščeni s strani odrasle osebe ali starejšega otroka, ki išče spolno zadovoljstvo in/ali nadvlado, v neposrednem ali posrednem odnosu z otrokom. Spolna zloraba vključuje prisiljevanje ali zavajanje otroka ali mladostnika k spolnim aktivnostim, ne glede na to, ali se otrok ali mladostnik zaveda, kaj se dogaja ali ne.»

Spolno zlorabo opredelimo kot vsak spolni kontakt med odraslo osebo in spolno nezrelim otrokom (gre za telesno in duševno, torej emocionalno in socialno nezrelost) zaradi zadovoljitve spolnih potreb odraslega ali vsak spolni kontakt z otrokom ob uporabi sile, groženj, prevare, moči itd. (Finkelhor, 1988, v Rojšek, 2002, str. 40). Posledica zlorabe je:

PTSM,³ disociativna reakcija, depresivnost in suicidalnost, zmanjšana kontrola impulzov, kognitivne motnje, motnje hranjenja, agresivno vedenje, motnje spolnega vedenja in identitete, reviktimizacija, »borderline« sindrom multiple osebnosti, itd. Našteti dejavniki se prepletajo med seboj, različni so po obsegu in intenzivnosti (Bickley in Beech, 2001, Dell, 1989, Frei, 1995; ibid.).

Spolna zloraba otroka je vsako dejanje osebe, ki z zlorabo odnosa, svojega privilegiranega položaja, moči in vpliva nad otrokom, otroka prisili ali zavede v spolnost ali dejanja s spolno konotacijo, z namenom zadovoljitve lastnih potreb po nadzoru in moči, lahko tudi z namenom zadovoljitve svojih spolnih potreb. Spolna zloraba otroka je kršitev etičnih, moralnih in socialnih norm ter zakonskih določil (DNK, 2020).

³ Posttravmatska stresna motnja

1.3. ZAKONODAJA

V Sloveniji imamo zakonodajo, ki obravnava kazniva dejanja vseh vrst spolnega nasilja: spolne zlorabe, spolnega napada, posilstva, ipd. Kot država pa smo sprejeli tudi dve konvenciji, ki v svojim členih nalagata državam članicam EU ukrepe, smernice in priporočila preprečevanja, ukrepanja, kaznovanja in strokovne pomoči na področju spolnega nasilja in vseh njegovih ostalih vrst in oblik.

1.3.1. Zakon o preprečevanju nasilja v družini

Zakon o preprečevanju nasilja v družini (ZPND, 2008) opredeljuje v svojem 3. členu, 4. točki spolno nasilje.

»(4) Spolno nasilje so ravnanja s spolno vsebino, v katera žrtev ne privoli, je vanje prisiljena ali zaradi svoje stopnje razvoja ne razume njihovega pomena, grožnje z uporabo spolnega nasilja, ter javna objava spolnih vsebin o žrtvi.«

1.3.2. Konvencija Sveta Evrope o preprečevanju nasilja nad ženskami in nasilja v družini ter o boju proti njima

Konvencija Sveta Evrope o preprečevanju nasilja nad ženskami in nasilja v družini ter o boju proti njima - tako imenovana Istanbulska konvencija (2011, v Sloveniji stopi v veljavo 2015) v svojem 36. členu definira »spolno nasilje, vključno s posilstvom«

1. *Pogodbenice sprejmejo potrebne zakonodajne ali druge ukrepe za zagotovitev, da se naslednja naklepna dejanja opredelijo kot kazniva:*

- a.) *vaginalna, analna ali oralna spolna penetracija v telo druge osebe, s katerim koli delom telesa ali predmetom brez njenega privoljenja*
- b.) *izvajanje drugih spolnih dejanj z osebo proti njeni volji*
- c.) *pripraviti drugo osebo v neprostovoljna spolna dejanja s tretjo osebo*

1. *Privolitev mora biti dana prostovoljno kot izraz svobodne volje osebe, ocenjene v okviru danih okoliščin*

2. *Pogodbenice sprejmejo morebitne potrebne zakonodajne ali druge ukrepe za zagotovitev, da se določbe prvega odstavka uporabljajo tudi za dejanja, strojena zoper nekdanje ali sedanje zakonce ali partnerje, kakor jih priznava notranje pravo.«*

1.3.3. Konvencija Sveta Evrope o zaščiti otrok pred spolnim izkoriščanjem in spolno zlorabo

Konvencija Sveta Evrope o zaščiti otrok pred spolnim izkoriščanjem in spolno zlorabo - tako imenovana Lanzarotska konvencija (2007, v Sloveniji stopi v veljavo 2013) v svojem 1. členu definira namen konvencije:

- preprečevanje in boj proti spolnemu izkoriščanju in spolnim zlorabam otrok
- varstvo pravic otrok, ki so žrtve spolnega izkoriščanja in spolnih zlorab
- spodbujanje sodelovanja na državni in mednarodni ravni proti spolnemu izkoriščanju in spolni zlorabi otrok

V svojem 18. členu določa sankcije materialnega kazenskega prava za spolno zlorabo.

»1.vsaka stranka sprejme potrebne zakonodajne ali druge ukrepe za opredelitev naslednjih oblik namernega vedenja kot kaznivo dejanje;

- a. sodelovanje v spolnih dejavnostih z otrokom, ki v skladu s pravno veljavnimi predpisi nacionalnega prava ni dosegel zakonske starosti za spolne dejavnosti*
- b. sodelovanje v spolnih dejavnostih z otrokom*
 - ob uporabi prisile, sile ali groženj*
 - ali - ob zlorabi zaupnega odnosa, avtoritete ali vpliva nad otrokom, vključno v družinskem krogu*
 - ali ob zlorabi položaja v primeru posebne ranljivosti otroka, zlasti zaradi telesne ali duševne hibe ali položaja odvisnosti*

2.vsaka stranka določi za izvajanje 1. odstavka starost, do katere spolne dejavnosti otrok niso dovoljene.»

1.3.4. Kazenski zakonik

V slovenski kazenski zakonodaji imamo v Kazenskem zakoniku (KZ 1 - UPB2, UL RS 50/12) v 19. poglavju definirana Kazniva dejanja zoper spolno nedotakljivost. (170. - 176. člen)

- 170. člen - Posilstvo
- 171. člen - Spolno nasilje
- 172. člen - Spolna zloraba slabotne osebe

Sledi 173. člen KZ, ki je naveden v celoti ravno zato, da se lažje razume spolno zlorabo otroka, ki je v Sloveniji uradno pregonljivo kaznivo dejanje.

- 173. člen - Spolni napad na osebo, mlajšo od petnajst let

(1) Kdor spolno občuje ali stori kakšno drugo spolno dejanje z osebo drugega ali istega spola, ki še ni stara petnajst let, se kaznuje z zaporom od treh do osmih let.

(2) Kdor stori dejanje iz prejšnjega odstavka s slabotno osebo, ki še ni stara petnajst let, ali tako, da uporabi silo ali zagrozi z neposrednim napadom na življenje ali telo, ali na tak način doseže storitev dejanja z drugo osebo, se kaznuje z zaporom od petih do petnajstih let.

(3) Učitelj, vzgojitelj, skrbnik, posvojitelj, roditelj, duhovnik, zdravnik ali druga oseba, ki z zlorabo svojega položaja spolno občuje ali stori kakšno drugo spolno dejanje z osebo, ki še ni stara petnajst let in mu je zaupana v učenje, vzgojo, zdravljenje, varstvo ali oskrbo, se kaznuje z zaporom od treh do desetih let.

(4) Kdor v okoliščinah iz prvega, drugega in tretjega odstavka tega člena kako drugače prizadene spolno nedotakljivost osebe, ki še ni stara petnajst let, se kaznuje z zaporom do petih let.

(5) Dejanje iz prvega odstavka tega člena ni protipravno, če je bilo storjeno z osebo primerljive starosti in če ustreza stopnji njene duševne in telesne zrelosti.

- 173. a. člen - Pridobivanje oseb, mlajših od petnajst let, za spolne namene
- 174. člen- Kršitev spolne nedotakljivosti z zlorabo položaja
- 175. člen – Zloraba prostitucije
- 176. člen – Prikazovanje, izdelava, posest in posredovanje pornografskega gradiva

1.3.5. Direktiva 2012/29/EU o določitvi minimalnih standardov na področju pravic, podpore in zaščite žrtev kaznivih dejanj

Na evropski ravni je za zagotovitev minimalne ravni pravic žrtev v vseh državah članicah sprejela več pravnih instrumentov EU, ki vzpostavljajo skupna pravila, namenjena zaščiti in pomoči žrtvam kaznivih dejanj. Pomembno je, da se žrtve kaznivih dejanj v kazenskem postopku izjavijo o navedbah storilca. Čeprav je glavni namen kazenskega postopka oceniti odgovornost storilca ali storilcev, na splošno žrtve lahko dejavno in samostojno sodelujejo v tem postopku.

To zagotavlja *Direktiva 2012/29/EU o določitvi minimalnih standardov na področju pravic, podpore in zaščite žrtev kaznivih dejanj* (v Sloveniji stopi v veljavo leta 2019), ki krepi pravice žrtev, vključno s procesnimi pravicami. Zagotavlja, da so osebe, ki so bile žrtve kaznivih dejanj, kot take tudi spoznajo, da se obravnavajo spoštljivo, prejmejo tudi ustrezno zaščito in podporo ter da imajo dostop do pravnega varstva. Direktiva od držav članic EU zahteva ustrezna usposabljanja za uradnike, ki bodo imeli stike z žrtvami in morajo poznati potrebe žrtev. Direktiva tudi zahteva spodbujanje sodelovanja med državami članicami in usklajevanjem nacionalnih služb glede njihovih ukrepov v zvezi s pravicami žrtev (*Žrtve kaznivih dejanj v kazenskem postopku*, 2019).

1.4. OBLIKE SPOLNIH ZLORAB

Poznamo več oblik spolne zlorabe, ki se dogajajo v času otroštva žrtve. Te razdelimo na (Bašič, 1997, str. 145-149, v Satler, 1997):

- Golota: odrasli hodi gol po hiši pred vsemi člani družine ali nekaterimi izmed njih.
- Nesramne pripombe: odrasli daje neprimerne pripombe o spolnosti ali otrokovem telesu.
- Slačenje: odrasli se slači pred otroki.
- Razkazovanje genitalij: odrasli otroku kaže genitalije in vanje usmeri otrokovo pozornost.
- Opazovanje otroka: odrasli na skrivaj ali odkrito opazuje otroka, kadar se kopa, slači urinira ali iztreblja.
- Fotografiranje otrok: odrasli fotografira otroka ali opazuje in fotografira otroka v erotični pozi.
- Uporaba pornografije: odrasli kaže otroku pornografsko literaturo, video filme ali zlorablja otroka za pornografske aktivnosti.
- Poljubljanje: odrasli intimno poljublja otroka. Takšen »francoski način« način poljubljanja naj bi bil namenjen samo odraslim.
- Otipavanje: odrasli otipava otrokove prsi, trebuh, genitalno področje, notranjo stran stegen ali zadnjico. Otrok otipava odraslega na njegovo zahtevo.
- Masturbacija: odrasli masturbira medtem, ko ga otrok opazuje; odrasli gleda otroka kako masturbira; odrasli in otrok gledata drug drugega medtem ko masturbirata.
- Felacija: pri tej vrsti oralno genitalnega stika odrasli moški prisili dečka, da vzame v usta njegov penis, nato pa še sam vzame dečkov penis v usta.
- Kunilingus: pri tej vrsti oralno genitalnega stika se mora otrok z jezikom in usti dotakniti spolovila ali vaginalnega področja odrasle ženske ali pa se odrasli moški ali ženska z usti dotika spolovila ali vaginalnega področja deklice.
- Digitalna penetracija (s prsti) v zadnjik ali danko: storilec lahko vdene v zadnjik tudi razne predmete.
- Digitalna penetracija (s prsti) v vagino: storilec s prsti penetrira v vagino. Vanjo lahko vstavlja tudi razne predmete.

- Sodomija: penetracija s penisom v zadnjik ali danko: Odrasli lahko otroku to stori večkrat brez poškodb, ker je zadnjik v otroštvu prožnejši.
- Penetracija penisa v nožnico: moški storilec s penisom penetrira v vagino.
- Spolni odnos na suho: je slengovski izraz, ki opisuje odnos, pri katerem odrasli drgne svoj penis ob otrokovo genitalno področje, ob notranjo stran njegovih stegen ali ob otrokovo zadnjico.
- Bestialnost - prisilni spolni odnos z živaljo: o bestialnosti govorimo, ko odrasli otroka prisili, da živali drgne spolovilo ali, da ima spolni odnos z živaljo.
- Ekshibicionizem – spolna izprevrženost, težnja k razkazovanju spolovil osebam drugega spola.

Pri otrocih moramo biti pozorni še posebno na otrokovo spremenjeno, drugačno vedenje, na večkrat ponavljajoče se vedenje, ta vedenja so na nek način povezana ter vedenje lahko vključuje govorjenje. Vse to so prvi znaki, da se z otrokom nekaj dogaja – ali sam spregovori o tem (o morebitni spolni zlorabi) ali pa na svoj način govori o tem, kaj trpi (ibid., str. 57).

1.4.1. Pedofilija

Potrebno je omeniti še pedofilijo in incest, ki sta »posebni« obliki spolne zlorabe v smislu, kar velikokrat posplošujemo, da če se zloraba dogaja v družini, jo poimenujemo incest, če pa odrasli moški zlorablja otroka, pa imenujemo to pedofilija.

Pedofilija (Rojšek, 2002, str. 45-46) je patološka spolna nagnjenost do otrok v starosti do 13 let in mlajših. Deklice so pogostejše žrtve kot dečki, največ zlorab deklic je v starosti 8-10 let, dečkov nekoliko višje starosti. Pedofil je po DSM-V⁴ (2013) storilec, ki je star vsaj 16 let in vsaj 5 let starejši od žrtve. Lahko je heteroseksualen ali homoseksualen, pri tem pa je možnost ponavljanja dejanja pri homoseksualnih pedofilih dvakrat večja kot pri heteroseksualnih. Pedofilija (Rojšek, 2002) je zelo kompleksen pojav, kar so raziskovali Bain in Sanders (1996), Dell (1989) in Frei (1995):

- Gre za alibije: pedofil reče otroku, da ga ima rad, ga pridobi na svojo stran, mu daje darila; lahko se celo zdi, da je otrok voljan in pripravljen, še posebej če išče starševsko podobo, ki jo v svojem življenju sicer pogreša

⁴ *The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-V)*

- Gre za pretvezo: pedofil je pogosto profesionalno povezan z otrokom, nastopa kot učitelj, inštruktor, športni trener, voznik šolskega avtobusa, duhovnik, družinski prijatelj, sosed itd.
- Možne so tri stopnje poteka:
 1. od preproste fantazije do sadističnega umora
 2. od ljubkovanja do objemanja, poljubljanja
 3. od felacije do masturbacije, analne ali genitalne penetracije

Pedofili si pomagajo tudi z drobnim in hujšim izsiljevanjem, opravičujejo pa se z dobronamerno »spolno vzgojo«, ali da si »otroci zaslužijo spolno zadovoljstvo« ali da so sami otroci spolno provokativni. Žrtve so pogosto lastni otroci, posvojenci ali otroci prijateljev, sosedov, itd.

Pogosto se zgodi, da je oče postane zainteresiran za hčer, šele ko telesno dozoreva, medtem ko je pedofil zainteresiran ravno za otroke, ki so še seksualno nezreli. Te razlike so bile očitne in opazne pri odzivanju s seksualno vzburjenostjo na fotografije golih otrok oziroma na odrasle osebe nasprotnega spola.

Pedofile lahko razdelimo tudi po starosti (Požarnik, 1984, v Rojšek, 2002):

- *mladoletni pedofili*: fantje v tej skupini so psihosocialno in psihoseksualno zavrti in nimajo priložnosti ali poguma, da bi navezali spolne stike z vrstnicami ali starejšimi ženskami
- *pedofili srednjih let*: to so osebno nezreli, socialno, poklicno in družinsko neprilagojeni moški, ki so po vrhu še pogosto zasvojeni z alkoholom. Alkohol sicer igra izjemno pomembno vlogo pri obravnavanih problemih, kot so pedofilija, incest in spolno nasilje
- *pedofili v poznih letih*: to so osamljeni, impotentni, senilni in arteriosklerotični moški, pri katerih so moralne zavore popustile in sledijo povsem trenutnim čustvenim nagibom.

1.4.2. Incest

Incest je po DMS V (2013) uvrščen kot podtip pedofilije in vključuje vse oblike seksualnega kontakta, najpogosteje med bratom in sestro ali med očetom in hčerko.

Pri incestu je vir travme družinski član. Družinski odnosi v takem primeru, postanejo še posebej prizadeti s kompliciranimi vlogami storilca, žrtve, tihega partnerja, prič travme in tistimi, ki delajo, da se ni nič zgodilo (Cvetek, 2009).

Kot raziskujeta Maddock in Larson (2004, v Cvetek, 2009, str. 127-129), naj bi incest v družini temeljil na štirih različnih osnovah:

1. *incest, ki temelji na izkrivljenjem izražanju čustvene bližine*, predstavlja napačen, izkrivljen način izražanja ljubezni. Čeprav se pogosto misli, nasprotno, pa motivacija incestnega storilca redko temelji le na pomanjkanju spolnih stikov z ženo, čeprav zakonsko zvezo takšnih storilcev muči kronično spolno nezadovoljstvo. Očetje dvorijo hčerkam ali posvojenkam, kar je napačen poskus izkazovanja ljubezni in občutenja čustvene bližine. Takšna zloraba bo trajala dalj časa in da bo sčasoma prišlo tudi do spolnega odnosa kot rezultata storilčevih poskusov, da konzumira odnos med njima kot dvema ljubimcema.
2. *incest, ki temelji na erotičnosti*, je značilen v tako imenovani panseksualni družini, v kateri so v incestno vedenje pogosto vključeni oba izmed staršev in večina ali vsi otroci. Spolni stiki se lahko pojmujejo kot vrsta igre. Osnovna družinska vez je projekcija eroticizma v vsakodnevno življenje –v jezik (še posebej humor), telesni videz, družinske obrede in rekreacijo. Družinski albumi ali domači filmi lahko vključujejo spolne prizore, pogosto je tudi ustvarjanje otroške pornografije. Pri taki vrsti incesta niti ni nujno, da spolni stiki vodijo v spolne odnose, kjer je fokus na draženju⁵ in izzivanju.
3. *incest, ki temelji na agresiji*, je značilen za družine, v katerih uporabljajo seksualizirano agresijo za spoprijemanje s frustracijami in razočaranjem na različnih življenjskih področjih. Storilec se lahko do žrtve vede ježno in celo nasilno. Incestni stiki med očetom in hčerko se lahko pojavijo v povezavi s storilčevo željo, da bi ženo kaznoval za pomanjkanje pozornosti ali erotičnega interesa. Adolescent pa lahko na primer spolno zlorablja mlajšo sestro kot maščevanje za tisto, kar zaznava kot zavračanje pri očetu, medtem pa telesno zlorablja fante.

⁵ *teasing*

4. *incest, ki temelji na besu*, je povezan z očitno individualno psihopatologijo. Storilec odigrava eksistencialni bes z enim ali več družinskimi člani. Namesto zavestne, osredinjene jeze je to vedenje primitivni izraz cikla sramu in besa, ki izhaja iz dolgotrajne frustracije. Značilen je storilčev bes, ki temelji na njegovi zgodovini, v kateri je bil dolgo žrtev zlorabe, nasilja ali razvojnih kriz, kar ustvarja notranjo duševno strukturo, ki jo označuje trajna previdnost glede preživetja. Včasih je zloraba eksplozivno-impulzivna, drugič je natančno načrtovana, izvedena na hladen in preračunljiv način, ki ga spremljajo prepričljive racionalizacije. V nekaterih primerih sta spolna zloraba in spremljajoče nasilje lahko življenjsko ogrožajoča.

Stone (1989, v Mitchell in Morse, 1998, str. 193-194) omenja tako imenovano dismorfobijo, ki se pojavi med preživelimi žrtvami incesta, in pomeni, da jih je strah, da so »grde, umazane«. Storilec jim govori, »da so grde in umazane in da jih ne bo nihče maral in želel, razen on (storilec) sam.« Preživela žrtev ve, da je sama del umazanih in nedopustnih spolnih aktivnosti, zato sta sram in stigma še toliko večja.

1.4.3. Sodobne oblike zlorab

Safe.si (2020) piše o eni od sodobnih oblik zlorab, to je spletno nasilje.⁶ To je nasilje ene ali več oseb nad drugo osebo ali skupino preko spleta (ali interneta). Med najstniki se najpogosteje izvaja kot spletno ustrahovanje, spletno trpinčenje ali spletno nadlegovanje. Gre za ustrahovanje preko digitalnih naprav (mobilni telefoni, računalniki, tablični računalniki). Lahko se pojavi preko SMS, MMS sporočil, različnih aplikacij in klepetalnikov, prek družabnih omrežij, forumov in iger.

Spletno nasilje vsebuje lahko tudi spolno zlorabo, če gre za deljenje fotografij in posnetkov s spolno vsebino (gole fotografije otrok), kar pa je po slovenski kazenski zakonodaji kaznivo dejanje (176. člen KZ - Prikazovanje, izdelava, posest in posredovanje pornografskega gradiva).

Nekatere oblike spletnega nasilja so: žaljiva sporočila⁷ in komentarji, izključevanje iz spletnih skupin, ustvarjanje sovražnih spletnih skupin, lažni profili, deljenje intimnih posnetkov in izsiljevanje z intimnimi posnetki, fotografiranje in snemanje ter objavljanje posnetkov brez dovoljenja, predelave fotografij na žaljiv način, grožnje, izsiljevanje, trolanje, spletno zalezovanje, kraja gesel, ipd.

⁶ *cyberbullying*

⁷ *flaming*

Vsako spletno nasilje pusti posledice. Marsikatera žrtev na prvi pogled ne kaže nobenih posledic nasilja, v resnici pa zelo trpi. Le tega noče, ne zna ali pa si ne upa pokazati. Spletno nasilje pri žrtvi povzroči veliko stisko, ki se lahko stopnjuje in vodi tudi v depresijo, izolacijo in samopoškodovanje (kar lahko vodi tudi do samomora) (ibid.).

Evropska komisija v Bruslju (julij 2020) navaja, da je po nekaterih ocenah vsak peti otrok v Evropi žrtev določene vrste spolnega nasilja na spletu. Med pandemijo COVID-19 se po navedbah EUROPOL-a okrepi tudi deljenje fotografij s pornografsko vsebino. Število spolnih zlorab otrok ne spletu se v EU poveča s 23.000 primerov leta 2010 na več kot 725.000 primerov leta 2019 (RTV SLO, 2020).

Tudi INTERPOL navaja svoje glavne ugotovitve (*ICSE - INTERPOL's International Child Sexual Exploitation*, maj 2019) o spolni zlorabi preko spleta in vseh oblikah spletnega nasilja:

- v letu 2019 je 60 držav, skupaj z EUROPOL-om, povezano v skupno bazo za iskanje žrtev spolnega nasilja preko spleta
- v letu 2019 odkritih je več kot 8.897 spolnih napadalcev
- v letu 2019 odkritih je 19.481 žrtev spolnih zlorab preko spleta
- v letu 2018 je vsak dan na spletu odkritih in prepoznanih 15 otrok, ki so žrtve spletnega nasilja

1.5. SPOLNA ZLORABA KOT ENKRATNO DEJANJE ALI KOT PONAVLJAJOČE SE DEJANJE

Spolna zloraba je lahko enkratno dejanje ali pa ponavljajoče se dejanje. Oba pa prinašata različne posledice, s skupno točko, da je na koncu žrtev travmatizirana, z manj ali več posledicami.

Pri spolni zlorabi kot enkratnem dejanju je potrebno hitro razkritje in hitro ukrepanje, da ima travma na žrtev čim manjše posledice. Pri enkratnem dejanju gre lahko za spolni napad, npr. s strani tuje osebe, ker je lahko še posebej travmatično za žrtev. Tak primer je tudi posilstvo, ki je po slovenski kazenski zakonodaji kaznivo dejanje, ki se poda na predlog žrtve.

Ponavljajoče se dejanje spolne zlorabe je lahko kratkotrajno ali dolgotrajno.

Russell (1986, v Sanderson, 2006, str. 47-48) raziskuje med kratkotrajno in dolgotrajno spolno zlorabo. Raziskava o odnosu med trajanjem, pogostostjo in vplivom spolne zlorabe na žrtev je protislovna (kontradiktorna). Nekateri raziskave (Tsai in Wagner, 1978, Bagley in Ramsay, 1986, Urquiza in Beilke, 1988) pokažejo, da pogostejša in daljša kot je zloraba, večji je vpliv na otroka (žrtev) in večja je verjetnost, da bo otrok travmatiziran.

Russel (1986, ibid.) ugotovi, da o izjemni, hudi travmatizaciji poroča:

- 73 % odraslih preživelih, pri katerih je zloraba trajala več kot 5 let,
- 62 % odraslih preživelih, pri katerih je zloraba trajala med enim tednom in petimi leti,
- 46 % odraslih preživelih, ki so bili enkrat zlorabljeni.

Nasprotno pa Courtois (1979) ter Seider in Calhoun (1984) ugotovijo, da dlje, kot traja zloraba, manjša je travmatizacija. To se zgodi zaradi »normalizacije« spolne zlorabe, pri kateri otrok misli, da je spolna zloraba normalen, običajen proces in ga sprejme brez dvoma. Otrok do neke mere prilagodi svoje izkušnje tistim, ki so od njega pričakovane. »Normalizacija« je lahko tudi oblika naučene nemoči, pri kateri otrok odstopi od svojih izkušenj. Takšni otroci lahko odrastejo v odrasle, ki normalizirajo spolno zlorabo do te mere, da je vse, kar pričakujejo, za njih zloraba. Vstopijo lahko v nasilne odnose, v katerih so lahko nadalje zlorabljeni (spolno, fizično, čustveno) ali v katerih so njihovi otroci izpostavljeni tveganjem zlorabe. Ponavljajoča se spolna zloraba lahko povzroči disociacijo in vpliva na delovanje spomina.

Terr (1991, 1994) raziskuje različne vrste travme. Opiše travmo tipa 1 in travmo tipa 2 in vplive, ki jo ima na otroka:

- ✓ *Travma tipa 1* je en sam travmatičen dogodek, ki si ga bo otrok zaradi nečesa novega, presenečenja in spremljajočega se stresa bolj verjetno zapomnil. To še posebej velja, če je otrok sposoben spregovoriti o dogodku in ga s tem obdelati. Čeprav je učinek lahko travmatičen, je lažje za otroka, da strne to izkušnjo brez da bi preveč zmotil svoj spomin
- ✓ *Travma tipa 2* je večkratni dogodek, pri katerem je otrok večkrat travmatiziran. Vpliv travme tipa 2 je takšen, da se mora otrok zaščititi pred temi travmatičnimi dogodki na način, da razvije obrambne mehanizme. Eden od načinov je, da loči čustva od spomina (disociacija). Tako tudi spomini na spolno zlorabo postanejo nejasni in so ločeni od čustev. To otroku omogoča, da se spopade in preživi tako zastrašujoče izkušnje. Ponavljajoča se zloraba omogoča otroku, da ostane oddaljen od izkušnje in ima tako luknje v spominu na ta dogodek. Bolj pogosta kot je travma, več možnosti ima otrok, da bo razvil disociacijo in pozabljanje. Disociacija se lahko pojavi večkrat, ko pride na plan več občutkov. Ker otroci redko govorijo o spolnih zlorabah, je veliko bolj možno pozabljanje, ki preprečuje obdelavo in dopolnitve izkušenj znotraj otrokovega spominskega sistema (Sanderson, 2006).

Odnos med travmo odnosa in disociacijo raziskuje tudi Freyd (1996, v Sanderson, 2006, str. 184). Na primer, pri incestu gre za »travmo izdaje«, ki zahteva blokiranje zavedanja o izdaji v odnosih navezanosti, da otrok lahko preživi travmo. Takšna disociacija je prilagodljiva, saj otroku omogoča, da svojo izkušnjo izdaje dojema kot ločen pojav (oz. del) navezanosti. Po Freydu (1996) se to doseže z »izolacijo znanja«, pri kateri so spomini, povezani s travmo izdaje, zaustavljeni pred zavestnim zavedanjem, da bi ohranili odnose navezanosti.

Raziskave kažejo na povezavo med disociacijo in zgodovino travm, zlasti zlorabe otrok. Po Zlotnicku in sodelavcih (1996, v Sanderson, 2006) je spolna zloraba na prvem mestu, ki pripelje do disociativne motnje; torej otrok, ki je žrtev spolne zlorabe, ima večjo možnost, da bo razvil motnjo, povezane z disociacijo.

O spolni zlorabi govori tudi Øvreeide (ZPSZ, 2014), ki poudari, da je spolna zloraba vzpostavljena kot medosebno, ljubkovalno dogajanje, pri katerem je storilec spolni motiv sprva prekrit pred otrokom. Ta interakcija vpelje otroka kot aktivnega in sodelujočega v interakcijo, celo pri spolnem vedenju. Torej sta krivda, če lahko tako rečemo, in občutek sramu za dejanje spolne zlorabe in njegove posledice, naravni psihološki učinek pri otroku.

Potrebno pa je tudi izpostaviti, da je ponavljajoča spolna zloraba lahko v zlorabljaljočem odnosu »spodbujena« s strani otroka, ki seveda ne ve, da je s tem karkoli narobe. In tako je zloraba s strani storilca razumljena kot »dovoljena«, ker temelji na:

- otrokovem impulzu po raziskovanju, telesa, občutkov, ipd.,
- otrokovi potrebi po nadzoru,
- otrokovi spolni vzburjenosti,
- otrokovih »sekundarnih pridobitvah« (razna nagrajevanja, igrače, sladkarije, ipd.).

»Dovoljeno« ali »spodbujeno« s strani otroka pa je v tem kontekstu potrebno ustavljati, kar pa je dolžnost odrasle osebe.

1.6. STORILCI

Potrebno je poudariti, da je storilec lahko vsak; ne glede na spol, starost, družbeni status, vero, raso, ekonomski status, zato je potrebno biti še posebno previden, ko se govori o storilcih, da že na začetku ne začnemo izločati osebe, ki po naših prepričanjih »ne morejo« biti storilci.

Po statističnih podatkih je več storilcev moških kot žensk: 96 % ljudi, ki spolno zlorablja otroke, so moški in 76,8 % ljudi, ki spolno zlorablja odrasle osebe (NSVRC, 2011). Zato v nalogi uporabljamo moški spol in odraslo osebo, ko govorimo splošno o storilcih.

1.6.1. Moški kot storilci

Pri storilcih moškega spola ne gre za določen tip moškega, na katerem bi bilo prepoznati, da zlorablja otroke. Pojavljajo se v vseh slojih prebivalstva in ne kažejo niti vedenjskih motenj niti drugih nenavadnosti. Niso spolno frustrirani moški, tudi niso spolne pošasti in pijane gorile. Storilec nima na sebi ničesar takega, kar bi lahko pomagalo, še posebej moškim, da bi se od njega razlikovalo. Žal se spolna zloraba dogaja v normalnem vsakdanu.

Po svoji zunanji pojavnosti, po družbeni vpetosti, po poklicnih odnosih in prijateljskih odnosih je storilec normalne moški, ki ga v njegovih krogih priznavajo in je zaradi svoje ustrežljivosti tudi priljubljen. Ne pozna se mu, da je v večini primerov večkratni storilec (Waiss in Galle, 2000, str. 20-36).

Značilnosti storilcev v družini

Obstajata dva tipa osebnosti storilcev, ko gre za zlorabo v družini.

1. *Agresivna, dominantna, posesivna osebnost storilca*: izberejo si šibko, negotovo, podredljivo ženo ali partnerko. Tako se počutijo še močnejše. Zaradi lažje zadovoljitve svoje potrebe po zlorabljanju moči in zato, da ostane njihov način življenja prikrit in obvladujoč, družino pogosto izolirajo od okolja. Sčasoma postane žena, partnerka zaradi njihove agresije in dominiranja, popolnoma pasivna in takrat se obrne na otroka
2. *Pasivno-odvisna osebnost storilca*: poiščejo partnerko, s katero želijo dobiti tudi mater. Obnašajo se kot otroci, njihove sposobnosti za socialne stike in vživljanje v druge osebe so slabe; čeravno jim je žena kot mati, jih to ne zadovoljuje, čutijo se

osamljene in imajo potrebo po sprejetosti in toplini. Hočejo drugo partnerko, hočejo nekaj drugega, novega. Žena se pogosto umakne in takrat najdejo razlog, da se obrnejo na otroka.

Čeprav sta to zelo različna tipa in imata enake značilnosti, nobeden ne kontrolira svojega življenja in ne prevzema odgovornosti za svoja ravnanja. Ne glede na svoje predstavljanje navzven, imata nizko samozavest, ne občutita bližine do ljudi in svet se jim dozdeva nevaren; pri obeh se skozi njihovo življenje in partnerski odnos vleče nit nasilja (ZPSZ, 2015, str. 78-79).

1.6.2. Ženske kot storilke

Weiss in Galle (2001, str. 46) ugotavljata, da je žensk storilk manj, okoli 20%. Pri spolni zlorabi se otrok vselej znajde v položaju smrtnega strahu, brezizhodnosti, saj se z njim dogaja nekaj, česar noče. In spolna zloraba ženske ni nič manj travmatična in nič manj ne ogroža doživljanje otroka kot zloraba s strani moškega. Zakaj včasih mislimo, da spolna zloraba s strani ženske ni tako huda? Galle (2001, str. 47) navaja, da so možna tri pojasnila:

- enačenje zlorabe s posilstvom,
- ženske ne morejo posiliti fantov ali deklet,
- ženske so bolj empatične, kar pa seveda ne izključuje, da so ženske storilke.

ZPSZ (2015) navaja, da žrtve o ženskih storilkah redkeje poročajo in to je pomemben razlog za slabše in številčno manjše prepoznavanje ženskih storilk. Pri majhnih otrocih lahko ženske storilke zlorabo zelo hitro prekinajo z »negovalnimi opravili« otroka. Ženskam se pripisuje naravna zaščita otroka. Ženske so tudi »manj nevarne, nimajo penisa, ne penetrirajo in ni možnosti zanositve.« Ženska ob zlorabi tudi ne dobi nobene zadovoljitve s strani otroka. Rojšek (2002, str. 50) poudarja nekaj spoznanj glede ženskih storilk (po raziskavah Smith in Sauders, 1995):

- tipična storilka spolne zlorabe je lahko mlada ženska na pragu svojih 20ih in 30ih let,
- izhaja iz disfunkcionalne družine,
- pogosto je sama prestala fizično, čustveno ali spolno zlorabo kot otrok, mladostnica ali kot odrasla oseba,
- njene izkušnje zlorabe so težke narave in so vsebovale nasilne spolne fizične aktivnosti,

- zloraba se je dogajala s strani znanih in zaupnih moških ali s strani ene ali več ženskih storilk,
- tipična ženska storilka kot odrasla oseba doživlja probleme na več področjih v svojem življenju in verjetno izhaja iz nižjega socialno ekonomskega sloja,
- storilka je pogosto izolirana od socialne podpore in pogosto trpi za vrsto duševnih motenj, vendar le redko psihotične narave; prevladuje depresija, samomorilna nagnjenost, kemična odvisnost, nizko samospoštovanje,
- ima eno ali več psihiatričnih motenj kot so posttravmatski stres - motnja (PTSM), mejno strukturirano osebnost, slabo razvite sposobnosti samoobvladovanja.

Ženska storilka (ibid.) najpogosteje zlorabi deklico, čeprav so v splošnem zlorabljeni tudi dečki kot tudi mladoletniki obeh spolov. Najpogosteje bo ženska zlorabila otroke, s katerimi ima trajen ali družinski odnos in mladoletnike med predšolskimi in šolskimi otroki. Sama dejanja spolne zlorabe so običajno zmerno intenzivna in ne vključujejo uporabe sile in groženj.

Mayer (1992, 1993, v Mitchell in Morse, 1998) ženske storilke razdeli v 4 kategorije:

1. mati – zlorablja hči
2. mati – zlorablja sina
3. triada: mati, odrasel moški; oba zlorabljata otroka
4. sorojenec-sorojenec; mati spodbuja in sili svoje otroke v spolni odnos ali prostitucijo

Vse štiri kategorije dejanj so lahko posredne ali neposredne, vključujejo lahko besedno izkoriščanje, voajerizem in ekshibicionizem.

Ženske – »tihe sodelavke«

Posebna omemba je potrebna pri ženskah, ki sodelujejo »pasivno«, prikrito pri spolni zlorabi. Imenujejo se »tihe sodelavke« oz. »tihi partnerji«.⁸

Kot navajata Forward in Buck (2001, str. 157-160) so mnoge hčere, ki so preživele zlorabo, bile bolj jezne na mater kot na očeta, ki je bil storilec. V družinah, kjer se dogaja zloraba, so

⁸ *silent partner*

tri vrste mater: tiste, ki res nič ne vedo, tiste, ki morda vedo in tiste ki zagotovo vedo. Nekatero matere so takšne, ki ne ukrenejo ničesar, čeprav jim otrok pove o spolni zlorabi. Nekatero matere pa so t.i. »tihe sodelavke«, ki si nadenejo plašnice na oči. Znake zlorabe sicer opazijo, a jih namerno prezrejo v zmotnem prepričanju, da bodo tako zaščitile sebe in svojo družino. Večina »tihih sodelavk« prenesejo svojo vlogo matere in žene na hčer, odpovedo pa se tudi svoji osebni moči. Po navadi ne silijo hčera, naj jih nadomeščajo pri spolnih odnosih, dopustijo pa, da si napadalec podredi njih in hčere. Njihovi strahovi in odvisnost so močnejši od materinske ljubezni, zato zapustijo hčere nezaščitene.

Engel (2020) poudarja pomen t.i. »tihih partnerjev« oziroma tihih sodelavcev. Ta izraz se najpogosteje uporablja v primeru spolne zlorabe otrok, vendar se lahko uporablja v vsaki situaciji, ki je povezana z zlorabo druge osebe. Tihi partner je vsak sorodnik ali ožji družinski prijatelj, ki sodeluje z nasilnežem; to je najpogosteje žena ali mož storilca, ki skupaj sodelujeta v zaroti tišine. Tihi partner ne ščiti otroka, ampak z njimi tudi nasilno ravna. Zruši samozavest žrtve in jim vcepi dvom v njeno ali njegovo doživetje. Minimalizirali bodo zlorabo in sporočili žrtvi, »da le ni vse tako hudo« oz. da si je žrtev vse to izmislila. Žrtev spozna, da jih »tihi partner« ni zaščitil, da jim je obrnil hrbet. To spoznanje povzroči pri žrtvi še dodatno hudo čustveno škodo, bolečino in trpljenje, ki zahteva še dodatno psihološko zdravljenje, ki pa je ločeno od okrevanja od zlorabe. Mnoge žrtve na koncu občutijo enako večjo škodo ali jezo do tihega partnerja kot do storilca. Tihi partner je za zlorabo ravno tako kriv kot storilec sam – še več, storilec zlorablja »odkrit« , tihi partner pa »prikrito in zahrbtno« .

Mati kot storilka spolne zlorabe povzroči še posebej veliko škodo na psihičnem telesu za žrtve moškega spola. Tako ugotovi Krug v raziskavi (1989, v Ford, 2006, str. 71), da so imele vse njegove žrtve moškega spola, ki so bile zlorabljene s strani mater, poznejše težave v odnosih, 88 % jih poroča o depresiji, skoraj dve tretjini pa ima težave z drogami.

Skoraj vsi moški in ženske, ki sodelujejo v raziskavi (Denov, 2004, v Ford, 2006, str. 72) poročajo, da so imele spolne zlorabe, kjer je bila storilka ženska, zelo velike posledice in poškodbe tako na fizični kot psihični ravni. Zato je bilo okrevanje zelo težko. Zanimivo pa je, da v raziskavi samo en moški poroča, da mu spolna zloraba s strani ženske ni pustila posledic in mu ni škodovala. Poleg tega so tisti, kjer so bili storilci tako moški kot ženske, vsi poročali, da je zloraba s strani ženske bolj škodljiva in ima težke posledice.

Vendar je lahko vpliv spolne zlorabe manj odvisen od dejanskega dogodka in bolj od tega, kako ga žrtev doživi in ocenjuje (Woodward in Joseph, 2003, v Ford, 2006). V vzorcu raziskave (Kelly, Wood, Gonzales, MacDonald in Waterman, 2002, v Ford, 2006) so

nekateri moški poročali, da so se počutili »še posebej deviantno«, saj so bili deležni prijetnih občutkov, medtem ko jih je mati zlorabljal. Mars (1998, *ibid.*) poroča o treh moških, ki so se počutili izredno zadovoljne zaradi spolnega stika s svojimi materami, pri čemer je spolno vznemirjenje v nekaterih primerih preseglo občutek pri spolnih aktivnostih z drugimi ženskami. Kelly in drugi (2002) nakazujejo, da lahko prijetni občutki med spolno aktivnostjo, ki je »tabu«, povzročijo krivdo, sram in samoobtoževanje, kar pelje v sprožitev ostalih negativnih čustev žrtvi (Ford, 2006).

Ženske storilke lahko zlorablajo na način, da sodelujejo s storilcem. Comartin, Burgess-Proctor, Kubiak in Kernsmith (2018) omenjajo raziskavo Harrisa (2010, *ibid.*), ki loči dva podtipa žensk storilk, ki »sodelujejo« pri spolni zlorabi:

1. »ženske v spremstvu« (*accompanied women*), ki prostovoljno sodelujejo pri spolni zlorabi skupaj s storilcem moškega spola,
2. »prisiljene ženske« (*coerced women*), katere storilec moškega spola prisili, da sodelujejo pri spolni zlorabi.

Comartin in drugi (2018) poudarjajo, da je teorija navezanosti⁹ uporabljena za preučevanje, kako je slaba vez v otroštvu s straši povezana s kasnejšimi spolnimi prestopki med odraslimi moškimi (Smallbone in Dadds, 1998). Vendar obstajajo na podlagi teorije navezanosti redki dokazi o razlagah spolnih kršitev s strani odraslih žensk. Spolni zločini niso dobro razloženi s teorijami, ki poudarjajo družbene in sociološke vzroke kaznivih dejanj, zato z vidika različnih teorij v kriminologiji ne dajejo pozornosti na storilce spolnih napadov (Harris, 2010, Simon, 2000, v Comartin *idr.*, 2018).

1.6.3. Mladoletne osebe kot storilci

Otroci (Frei, 1996, str. 13-14) imajo svojo spolnost, ki je otroška, primerna stopnji otrokovega razvoja in jo je nemogoče primerjati s spolnostjo odraslega človeka. Po eni strani je otrokovo zanimanje za spolnost v različnih obdobjih različno intenzivno. Po drugi strani pa so otroška spolna dejanja popolnoma drugačna od dejanj odraslih ljudi. Spolne igrice med otroki so normalen in nujen del otrokovega razvojnega procesa. Pomen spolne zlorabe imajo šele takrat, kadar vedno isti otrok pregovarja ali sili druge otroke k spolnim dejanjem, ki očitno spadajo spolnosti odraslih.

⁹ *Attachment Theory* (Bowlby)

Zlorabljanje med otroki se dogaja, ko na primer:

- eden od otrok sili druge otroke, da mu na kakšnem skritem kraju sesajo spolni ud
- ena od deklic bi se kar naprej rada igrala isto – drugi otroci morajo predstavljati dojenčke, ki jih ona potem povija in neguje, maže s kremo ter pri tem vtika prste v nekatere njihove telesne odprtine-nožnico ali zadnjico- in morda zraven mrmra: »saj ne boli, saj ne boli...«
- deček kar naprej sili druge dečke, da morajo z njim na stranišče, da se morajo tam sleči in jim on nato potiska prst v zadnjik in jih prijema za spolni ud,

zato je takšne igre potrebno prekiniti. Otrok, ki sili k takim igram druge otroke, s tem skoraj gotovo kaže, da kak odrasel človek spolno zlorablja njega samega, in da torej potrebuje strokovno pomoč.

Rich (2003, 2009, v Crosson-Tower, 2014, str. 136-137) poda oceno povprečnega mladoletnega prestopnika, ki spolno zlorablja: star je približno 14 let, z nizko do povprečno inteligenco in ima kot svojo žrtev raje deklice. Pri značilnostih mladoletnih prestopnikov kot spolnih storilcev je potrebno upoštevati tudi njihovo starost, interese, socialne veščine in njihova vedenja.

Spolna zloraba s strani mladoletnikov je večdimenzionalna. Nimajo vsi storilci enake motivacije za spolno zlorabo. Rich (2003) mladoletne storilce glede na motivacijo deli na:

- tiste, ki jim je spolna zloraba glavni cilj – svoje žrtve prisilijo ali uporabijo silo nad njimi,
- tiste, ki jim je glavna motivacija agresija in nasilje, šele nato spolna zloraba,
- tisti, ki imajo spolno zlorabo za eksperimentiranje ali raziskovanje,
- tisti, ki so duševno bolni ali imajo kognitivne motnje in se zato ne znajo in ne morejo odločiti glede spolne zlorabe (ibid.).

Bagley in Dann (1987, v Bagley in King, 2004, str. 118) izpostavljata, da je približno 30 % moških, ki spolno zlorablja otroke, mladoletnikov. Večina teh mladoletnikov je bila tudi sama spolno zlorabljena. Ti mladostniški storilci pogosto kot odrasli nadaljujejo s tem vzorcem nasilnega vedenja, ki pa vodi v pedofilijo.

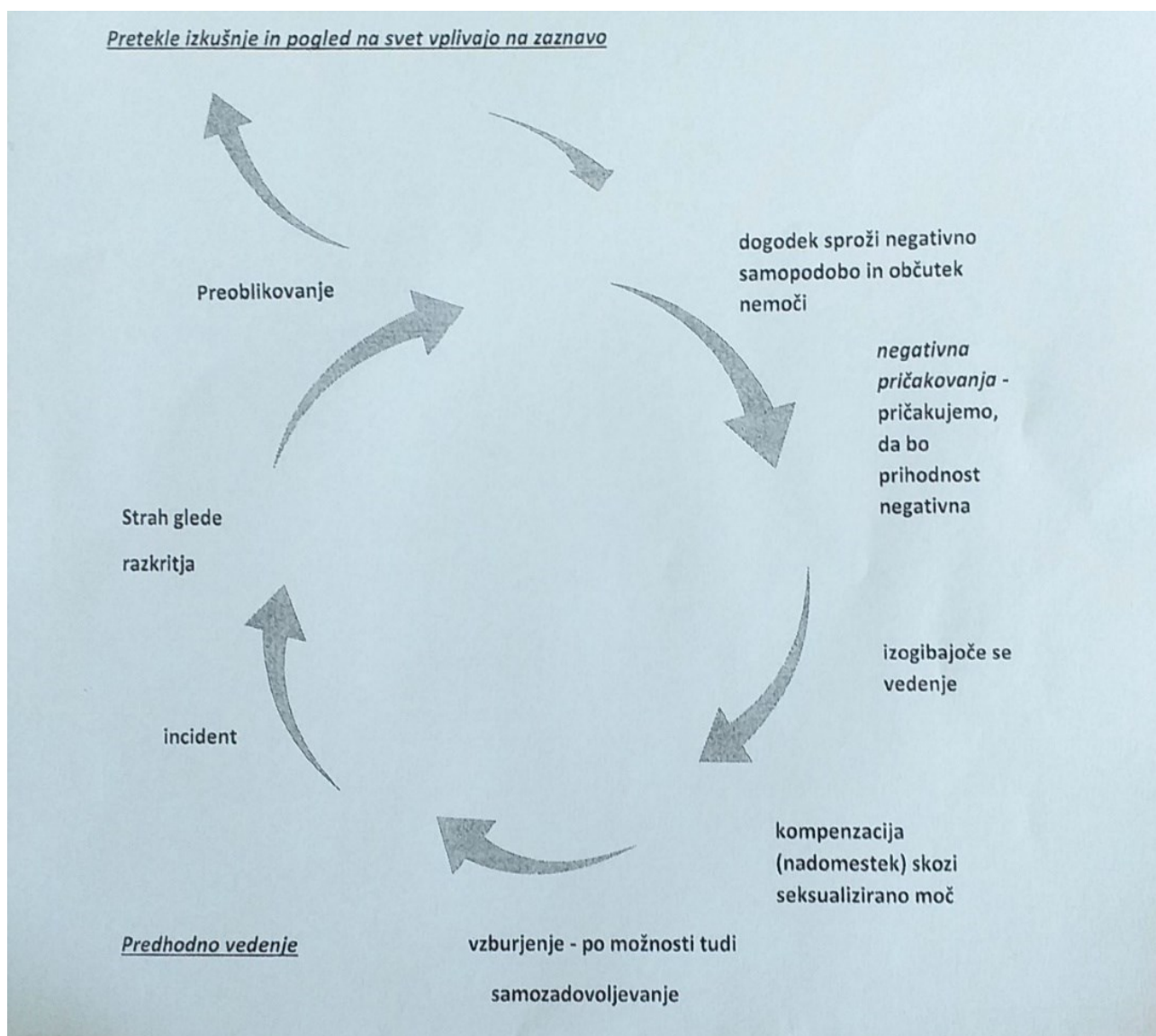
Cikel spolne zlorabe s strani mladoletnih oseb

Cikel spolne zlorabe s strani mladoletnih oseb (Lane 1997, v Erooga in Masson, 2006, str. 13) (Slika 1.1) predstavlja kognitivno in vedenjsko napredovanje pred, med in po spolno zlorablajočem vedenju mladostnika. Če se model uporablja za posamezno osebo, se bodo sestavni deli cikla lahko razlikovali, vendar imamo v modelu tudi skupne elemente – zlorablajoče vedenje, tipi zadovoljstva in stili mišljenja, ki podpirajo zlorablajoče vedenje. Model predstavlja proces dogodkov in ne vzročne predstavitve elementov spolne zlorabe. Predstavljen je ciklično zaradi ponavljajoče kompulzivne narave zaporedja vedenja in zaradi znakov, da so bili prejšnji primeri kaznivih dejanj pogosto vzporedni z njimi, zato pa krepijo vzorec spolne zlorabe.

Pretekle izkušnje mladih in njihov pogled na svet vplivajo, da nek dogodek sproži v njih negativno samopodobo, dogodek doživljajo stresno in imajo negativna pričakovanja. Občutke brezupnosti spremlja želja, da bi se temu izognili. Neuspeh povzroča občutke zamere in občutke po moči in nadzoru. To povzroča začasne učinke ugodja, kar vodi tudi do vznburjenja in fantaziranja o spolnosti. Izvajanje nadzora ali prevlade se sčasoma izrazi spolno – na način spolne zlorabe. Nato sledi občutek strahu, da bi se spolna zloraba razkrila. To povzroča nelagodje in tesnobo, kar pa vodi v preoblikovanje vedenja (z »miselnimi napakami«). Cikel spolne zlorabe predstavlja niz neutemeljenih mehanizmov spoprijemanja, ki pa le začasno blažijo nelagodje, vendar težave ne rešijo.

Slika 1.1. *Cikel spolne zlorabe*

(povzeto po Lane, 1997, v Erooga in Masson, 2006, str. 13)



1.7. DINAMIKA SPOLNE ZLORABE MED STORILCEM IN ŽRTVIJO

V besedilu uporabljam besedo storilec, kar velja za oba spola, tako za moški kot za ženski. Po statističnih podatkih je več storilcev moških kot pa žensk, teh je 90 % (Garcia-Moreno, 2003, v Rakovec-Felser, 2015), žrtev pa je več žensk kot moških – to pomeni, da je 82 % vseh žrtev, ki so stare manj kot 18. let, žensk (Department of Justice – Sexual Assault of Young Children as Reported to Law Enforcement 2000, Children and Teens: Statistics, 2000).

Strategije spolnih storilcev so zelo prefinjene, saj zloraba pri njih ni nikoli naključna in zato se storilci nanjo dobro pripravijo. Ta priprava je dolgoročna, ustrezen odnos je zgrajen premišljeno in usmerjen v določen cilj. Začne iskati primernega otroka, takšnega, ki mu po njegovem občutku nekaj manjka (tisti, ki nimajo dobrih odnosov s straši, otroci, ki so osamljeni), s temi otroci prefinjeno vzpostavi stik, na način, da mu pomagajo, da je videl, da so tudi oni osamljeni, in nato otroka omreži, ker je otrok zmeden in v zadregi, da mu otrok zaupa. Storilec nato otroka osami na način, da se bo otrok ravnal le po njem in bo po možnosti zanemarjal druge stike. Cilj storilca je v tem, da se otroku ponudi kot edini zaupnik. Osamitev se začne z mešanico hvale, priznanja in laskanja po eni strani ter izključne bližine po drugi strani. Takega načina otrok ne more in ga tudi ne sme razumeti. Storilec bo zdaj preživel veliko časa samo z otrokom in mu dodelil posebne pravice, storilec počasi otroka potegne v svojo odraslo telesno intimnost, začel po z dotiki, poljubi, masturbacijo. Otrok je kmalu omrežen in se počasi začne sam od sebe truditi za storilca, mu delati majhne usluge, ga želi razumeti v primeru, da ima storilec kakšne skrbi. Do sedaj še ni prišlo da spolnega izkoriščanja otroka, za to je potrebno še, da storilec še naprej gradi nadzor nad otrokovo okolico. Če storilec zlorablja otroka v svojem družinskem krogu, bo zgradil tudi nadzor nad svojo lastno okolico. Ko to doseže, je na vrsti, da storilec preizkusi otrokovo primernost. Našel bo priložnost, da bo po naključju ali pomotoma segel v mednožje otroka. Če bo otrokova reakcija burna, bo storilec na tej točki nehal, ker se bo bal, da ga bo otrok izdal. Vendar se otroci, ki si jih je storilec izbral in so že ustražovani, odzovejo drugače – pri preizkusu ostanejo mirni in poizkušajo razumeti, kaj se dogaja. In tako ima storilec otroka pod nadzorom.

Zato je storilec dosegel svoje prve cilje:

- otrok je odvisen od njega in mu zaupa, ker na poseben način skrbi zanj,
- ker otrok ne more razumeti vzroka in narave tega odnosa, je pri vsaki tozadevni spolni razlagi odvisen od storilca, kar pomeni, da je otrok zdaj motiviran sam od sebe ohranjati odnos, ki si ga želi celo poglobiti,
- storilec je prekoračitev meja uredil tako, da je otrok, ali sploh ne prepozna kot takšne, ali pa jo obravnava kot pristen in normalen del odnosa. Storilec s tem nadzoruje zaznavo in razmišljanje,
- tako je otrok razpoložljiv tudi navzven,
- storilec ima zdaj pod nadzorom tako otrokovo kot tudi svojo lastno okolico, tako da nihče ne spozna, za kakšen odnos gre.

Sledi vzdrževanje tega odnosa med storilcem in otrokom. To pomeni, da se ponavadi prične spolno izkoriščanje. Začne se iznenada, predvsem zavito v igro. Storilec bo začel sistematično prirejati situacije tako, da bo otrok kot opazovalec bil tisti, ki spodbuja spolnost. Dvome in zadržke, ki se bodo pojavljali pri otroku, bo storilec obravnaval s pomirjevanjem, s sprevrčanjem dejstev, s podkupovanjem, z grožnjami, z nalaganjem odgovornosti za prestopke otroku. Bistvo strategije moči storilca je, da spravi otroka v položaj, v katerem sam ne bo več vedel, kdo je. Storilec ima moč opredeljevanja resničnosti - otroci imajo seveda potrebo po tem, da jim zaupne odrasle osebe razlagajo ustroj sveta. V načelu so pripravljeni sprejemati kot resničnost to, kar jim kot takšno opredeli odrasli. Pri zaupnih odraslih so celo pri lastnemu občutenju, proti lastni zaznavi pripravljeni verjeti, kar pravi odrasli. Storilec je pri izgradnji odnosa dodatno okrepil to nagnjenost z omreževanjem in s povzročanjem zmedenosti. Zdaj je otroka pripravil, da počne nekaj, česar pravzaprav noče početi, a mora domnevati, da si to želi početi. To otrokovo zmedenost nad samim seboj storilec zaostri tako, da mu zdaj opredeli resničnost »bilo ti je lepo«, »to je tisto, kar potrebuješ«, »saj se ni nič zgodilo«, »nič te ni bolelo«. Otrok storilcu verjame te razlage, zato da bi potisnil lastno zmedenost in negotovost. Dejansko pa se prav s tem njegova zmedenost še stopnjuje in zahteva »nova« pojasnila.

Ko otrok noče več sodelovati, storilec pogosto uporabi stavek »Saj vem, kaj si v resnici želiš«. Storilec bo na vsak način želel zagospodariti nad otrokovo zaznavo in s tem tudi nad njegovim spominjanjem. Storilec mora neprestano zviševati protiutež nadzora nad otrokom. Poskušal bo doseči, da se otrok sam ne bi zavedal in vsaj ne bi verjel svojim občutkom odpora in težnji po obrambi. Zato bo storilec otroka zmedel in mu porušil zaupanje vase.

Torej storilec tako sprevrača resničnost zlorabe - dogajanje prikazuje kot nedolžno ali celo koristno, odnos pa kot normalen (npr. vsi očetje to počnejo svojim hčerkam, moja očetovska dolžnost je, da te poučim o spolnosti). S strani storilca je pomembna tudi osamitev otroka, na način, npr. da sproži prepir med materjo in hčerko, očrni otrokove prijatelje, vnese nezaupanje v otrokove prijateljske odnose... K strategiji osamitve spada obveza čuvanja skrivnosti - storilec z grožnjami, z izvajanjem sramu, z nejasnostjo in s povzročenim nezaupanjem v samega sebe povzroči, da se otrok ne more pogovarjati o zlorabi s tretjimi osebami. Zato storilec velikokrat uporablja »To je najina skrivnost.«, »To si samo sanjala.«, »A res misliš, da bi te mamica poslušala?«, »Nihče ti ne bo verjel«.

Obveza čuvanja skrivnosti ne temelji toliko na grožnjah, ki jih storilec včasih uporablja (»Če boš to komu povedal, povedala, te bomo poslali v dom..., te bom ubil,... bo tvoja mamica od groze umrla...«), ampak na osramočenosti in nejasnih spominih, na zadregi zaradi tega odnosa in zmedenosti, glede njegovega pomena, na negotovosti, glede tega, kaj se je v resnici zgodilo. Otrok ne more govoriti o tako protislovnih situacijah, kot je ta, pa ne zato, ker bi mu to nekdo prepovedal, ampak ker so skrivnostne same situacije.

S strategijo »pravega pomočnika« storilec ne zmede samo otroka glede vsebine in pomena odnosa spolne zlorabe, ampak deloma in bo občasno začne celo sam verjeti svojim preinterpretacijam, zanikanju in omalovaževanju. Storilec zanika resničnost zlorabe oz. njen pomen tudi pred samim seboj, ne le pred otrokom – že v času med spolno zlorabo si poskuša storilec pomiriti vest s prepričevanjem samega sebe (npr. »Ne upira se, torej si tega pravzaprav želi«, »To je dobro zanjo-popolnoma mirna je«, »Spolnost pogloblja odnose z otroci«, »Božanje še ni spolnost«). Tako storilec ne poskuša ohraniti le pozitivne slike o samem sebi, ampak se označi celo kot »pomočnika«. Priprava otroka ter razlaga podrobnosti spolne zlorabe storilec zasnuje tudi strategijo, ki bo glavna oporna točka, ki ji bo hkrati tudi sam verjel: »Zapeljal (ali zapeljala) me je!« (Waiss in Galle, 2000, str. 20-36).

1.7.1. Odnos otroka - žrtve do spolne zlorabe

Posledice so v splošnem veliko hujše, če je bila ta oseba starš, očim, mačeha ali nekdo, ki mu je otrok zaupal, kot pa v primeru, da je bil storilec tujec. Prav tako je huje, če je storilec oče, ki je po naravi bliže otroku kot stric. V nasprotju s tem nekatere raziskave (Browne in Finkelhor, 1986) kažejo, da ni razlike med travmo spolne zlorabe, ki se je zgodila znotraj ali zunaj družine. Te nepričakovane rezultate omenjena avtorja pripišeta dejstvu, da oseba pri zlorabi zunaj družine najverjetneje doživlja veliko več strahu kot s strani osebe, ki jo bolje

pozna in z njo živi. Temu dodata tudi mnenje, da lahko otrok v nekaterih primerih težje zaupa kakemu sorodniku, kot pa sosedu, s katerim je v dobrem odnosu, in če pride v slednjem primeru do spolne zlorabe, bodo prav tako hude posledice, celo večje, kot če je zlorabljal sorodnik. Iz tega zaključujeta, da strah in zaupanje med žrtvijo in storilcem igrata večjo vlogo kot sorodstvena vez med žrtvijo in storilcem (Repčič, 2008, str. 36).

Pri otroku se zgodi tudi internalizacija zlorabe – to pomeni ponotranjenje in je proces, ko otrok sprejme vse posledice zlorabe in jih dojema kot sebi lastne (Fowler, 2008, str. 18). Otroci svoje zlorabe in soočanje z njimi obravnavajo vsak zase in pri sebi na unikatno drugačen način. Nekateri otroci, ki doživijo zlorabo na način neprimerne dotikanja in ta zloraba traja kratko obdobje, imajo lahko zelo hude posledice in reakcije, ki trajajo vse življenje. Nekateri drugi otroci pa so bili zlorabljeni v časovno dolgem obdobju, vendar so se uspeli soočiti in spoprijeti s tem, kar se jim je zgodilo, in živijo dalje brez kakršnih koli resnih posledic, občutenj ali odzivov telesa. Zato lahko trdimo, da »resnost« zlorabe ne določa, v kakšnem obsegu je otrokovo zdravje fizično in čustveno ogroženo:

- nekateri otroci razvijejo obrambne mehanizme, ki jim preprečijo, da bi zloraba vplivala na njihovo življenje. Nekateri otroci so izjemno odporni in preživijo vse, kar se jim je zgodilo.
- nekatere otroke obrambni mehanizmi ščitijo skozi vso odraslo življenje, vendar to ni rešitev – je »le naprava, s katero upravljaš, da preživiš«,
- nekateri otroci pa so v določeni meri zaprti; nočejo govoriti o tem, kar se jim je zgodilo, zato se tudi ne morejo premakniti naprej in živeti dalje brez da bi jih posledice ovirale in omejevale.

Ko gre za odnos žrtev-storilec v primeru nasilnega odnosa, je potrebno omeniti še t.i. stockholmski sindrom. Tudi ko gre za odnos žrtev-storilec v primeru nasilja in spolni zlorabi v družini lahko govorimo o stockholmskem sindromu. Forward in Torres (2006, v Zloković in Dečman Dobrnjič, 2007, str. 76) govorita o tem in ugotavljata, da prihaja med žrtvijo in storilcem do zanimive čustvene in psihološke navezanosti, do sočutja žrtev s storilcem in včasih celo do njenega izkazovanja ljubezni storilcu. Žrtev in storilec sta torej ujeta v odvisniški odnos, v medsebojni »psihološki krog«, ki ga je težko preseči.

1.8. ODRASLE PREŽIVELE ŽRTVE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

V nalogi uporabljam pojem »preživela žrtev spolne zlorabe v otroštvu«. Osredotočam se na ženski spol, saj so ženske najpogostejše žrtve spolne zlorabe v otroštvu. Pojma žrtev in preživela izhajata iz načina, kako so se ženske upirale, ko so bile spolno napadene. V okviru feminizma je v zgodnjih 80-ih nastal terminološki premik - namesto besede »žrtev« so začeli uporabljati besedo »preživela« (*survivor*). Beseda žrtev se nanaša na ubite ali uničene, ali pa na tiste, ki so pretrpele izgubo. Pojem »žrtev« zakriva drugo stran ženske viktimizacije: aktivne in pozitivne načine, s katerimi se ženske upirajo ter poskušajo obvladati položaj in preživeti. (Kelly, v Zaviršek, 1996, str. 147-151).

Za opis osebe s posledicami travme na poti okrevanja je ustrežnejši izraz »preživeli« (*survivor*), vendar izraz »preživeli« v slovenskem jeziku žal ne izraža notranjega ponosa osebe, ki je šla skozi hude stvari in se ob tem okrepila (Rozman, 2015, str. 195).

Preživeti pomeni obstajati naprej po življenjsko nevarni izkušnji, ki je sestavni del številnih primerov spolnega nasilja. Ni pomembno samo fizično preživetje, pomembno je tudi čustveno preživetje. Čustveno preživetje se nanaša na stopnjo, do katere so ženske sposobne prenoviti svoje življenje, tako da izkušnje spolnega nasilja nimajo vseobsegajočega in kontinuiranega negativnega učinka na njihovo življenje. Vse, ki so preživele, so imele in imajo moč, ne glede na izkušnjo viktimizacije. Tako smo preusmerili poudarek od ženske kot pasivnih žrtev spolnega nasilja k ženskam kot aktivnim preživelim (Kelly, v Zaviršek, 1996).

Kaj doživlja žrtev (Weiss in Galle, 2001, str. 56) je odvisno od treh dejavnikov, ki pa nimajo med sabo enake teže posledic zlorabe:

- stopnja in vrsta predhodne bližine med otrokom in storilcem ali storilko,
- začetna starost otroka,
- obseg spolnih dejanj.

Ne moremo trditi, katera vrsta in kakšen obseg zlorabe je »hujši«. Učinek storilčeve strategije in življenjskih okoliščin, ki spremljajo odnos spolne zlorabe, je nenazadnje odvisen od otrokovega doživljanja.

Na to doživljanje vplivajo tudi (ibid., str. 74) starost na začetku zlorabe, vrsta predhodnega odnosa s storilcem/ko, trajanje zlorabe, situacija v družini (ki otroka podpira ali zavrača), od

spolne podučenosti otroka, od načina vzgoje, ki ga je otrok doma deležen (lahko je avtoritaren zaradi toge delitve vlog ali pa podpira razvoj otrokove osebnosti).

Dolgoročna travmatizacija žrtve pa je manj odvisna od stopnje seksualizacije odnosa kot od stopnje premoči, ki jo izvršuje izkoriščevalski odrasli.

Daly (2015) ugotavlja, da otroci, ki so preživeli več vrst zlorabe, imajo povprečno življenjsko dobo krajšo za 20 let glede na otroke, ki niso bili zlorabljeni. Če se dogaja zloraba v družini, nekateri starši še naprej zlorablajo svoje otroke v odrasli dobi, drugi pa jih zlorablajo samo v otroštvu ali v najstniških letih.

Spolna zloraba je nasilje, vendar, kot pravi Øvreeide (ZPSZ, 2014), pa spolna zloraba, ko se zgodi, ni vedno doživeta kot nasilje:

- zaradi obrambnega mehanizma otroka, ki je žrtev zlorabe,
- zaradi rutinskega sprejemanja pozicije moči zlorabljevalca-storilca,
- zaradi pomena, ki se ga pripiše »incidentu« v trenutku, ko se pojavi,
- zaradi kratkoročnih koristi (nagrajevanje, razne ugodnosti s strani zlorabljevalca; kupuje igrače, pelje otroka v kino, mu daje posebno mesto, ga/ jo (po)hvali).

Otroci, ki so preživeli spolno zlorabo, se kasneje v odrasli dobi soočajo s številnimi težavami, tako na biološkem, sociološkem kot ekonomskem področju. Zaradi te izkušnje nasilja posledično razvijejo prilagoditvene motnje in vedenjske težave (Kilpatrick in Litt, 1997, v Bregant, 2017), ki lahko vztrajajo v odraslo dobo in jih ovirajo pri doseganju potencialov, s katerimi so bili rojeni.

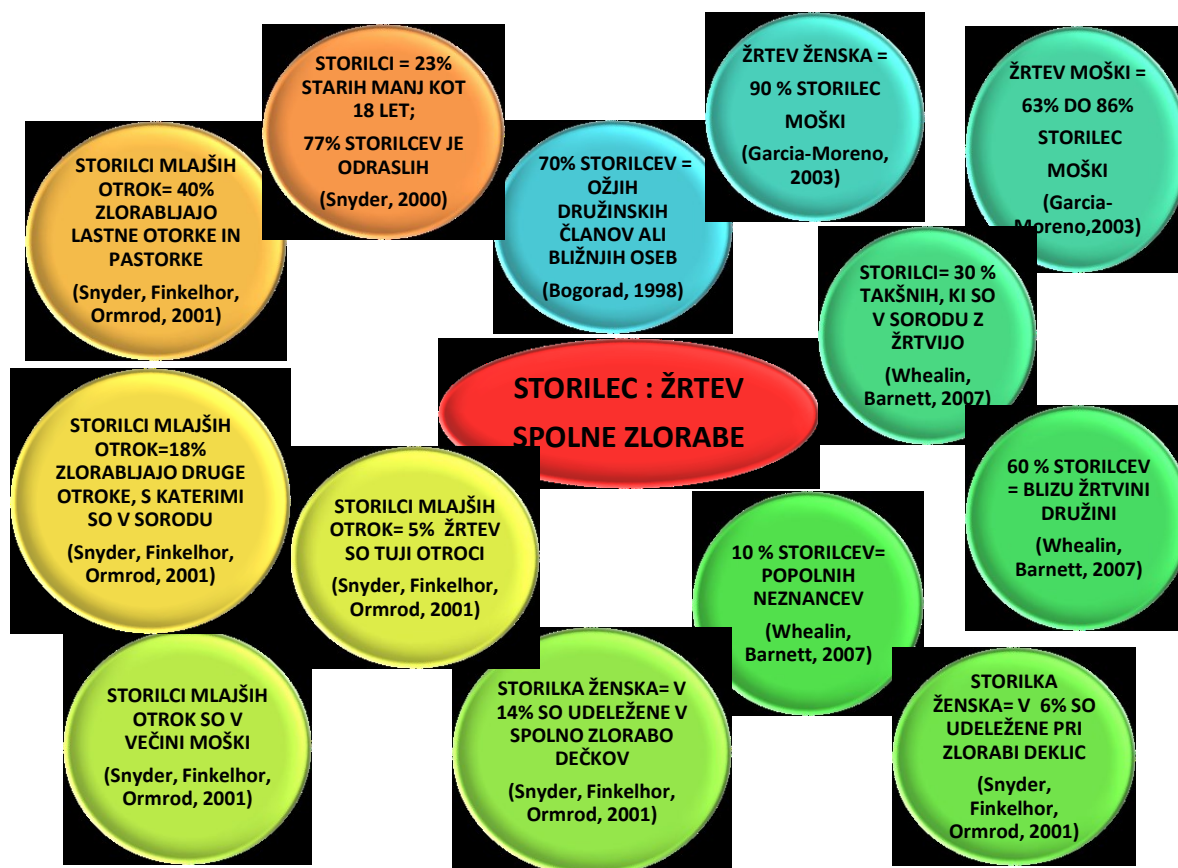
1.8.1. Skupne značilnosti žrtev spolne zlorabe

Spolno zlorabljen je lahko vsak - lahko se dogodi vsakemu, tako dečkom kot deklicam vseh starosti, verskih prepričanj, rase, socialnega statusa, narodnosti, izobrazbe. Do 18. leta starosti je spolno zlorabljena 1 od 4 deklic in spolno zlorabljen 1 od 7 dečkov (Cohen, Mannarino in Deblinger, 2006, str. 220)

Slika 2.1. prikazuje statistične podatke o spolni zlorabi v razmerju »storilec: žrtev spolne zlorabe«.

Slika 2.1. *Razmerje storilec: žrtev spolne zlorabe*

(prirejeno po Rakovec-Felser, 2015)



Potrebno je omeniti, da je ena najzgodnejših študij o spolni zlorabi opravljena leta 1919 s strani deFrancisa (Finkelhor, 1981, v Crosson-Tower, 2014, str. 118) in Ameriško humano organizacijo – Otroški razdelek.¹⁰ Na območju New Yorka med 263 primeri odkrije večjo incidenco (pojavnost) spolne zlorabe, kot je domnevano prej.

Finkelhor (1994, Peters, 1986, Leventhal, 1990) pa po primerjavi 19 retrospektivnih raziskav v ZDA in Kanadi, ki pridobijo podatke o razširjenosti spolne zlorabe otrok, trdi, »da so te študije razširjenosti vodile do zaključka, da je vsaj vsaka peta odrasla ženska v Severni Ameriki doživela kakršno koli obliko spolne zlorabo v otroštvu (v Itzin 2006, str. 182-183).

¹⁰ *American Humane Association - Children's Division*

Russel in Bolen (o tem pišeta v tiskanih medijih) pa se ne strinjata s Finkelhorjem (1994), da je najboljša ocena spolne zlorabe otrok le 20 %, kar je enako oceni razširjenosti, o kateri poročata Alfred Kinsey in njegovi kolegi (1953). Finkelhor razlaga, da je prišel do teh podatkov z bolj dovršenimi študijami, vendar Itzin (2006) zaključí, da osnova za to oceno ni najboljša – namesto tega je bolj zaželeno izbrati študije z najzmogljivejšimi metodologijami za merjenje razširjenosti (pojavnosti) spolnih zlorab otrok (v Itzin, 2006).

Če strnemo nekatere ugotovitve raziskav, lahko določimo nekaj skupnih značilnosti žrtev spolne zlorabe. Simmons (2014) in Terry (2013) izpostavljata določene skupine otrok.

✓ Te so:

otroci ženskega spola, osamljeni otroci, otroci v rejništvu, posvojenci, pastorki, telesno ali duševno ovirani otroci, otroci z že doživeto zlorabo, otroci z revnih okolij, z vojnih območij, psihično ali kognitivno izpostavljeni otroci, otroci enostarševskih družin, iz razpadlih družin, brez čustvene podpore in socialno izolirani, pa tudi otroci staršev z duševnimi boleznimi, alkoholno ali drugo obliko odvisnosti (v Rakovec-Felser, 2015).

Berliner (2011, v Crosson-Tower, 2014) navaja povprečno starost zlorabljenih: za dečke med 4 in 6 let, in za deklice med 11 in 14 let. Verjetnost je, da je tudi več zlorabljenih mladostnikov, vendar je to statistično težko prikazati iz več razlogov:

- mladostniki še posebej neradi poročajo o spolni zlorabi ali spolnih izkušnjah, ker se bojijo, da jim bodo starši v prihodnosti omejili svobodo kaznovanja,
- poleg tega se lahko dejanje, če je prijavljeno, zelo verjetno uvrsti med posilstva.

Kultura zmenkov (zgodnji zmenki brez spremstva, priljubljenost barov, kjer se zbirajo samske osebe, ipd.) naredi najstnike še bolj ranljive, ko se na zmenkih srečajo z znanci, neznanci ali pa pride do »posilstva na zmenku«¹¹ (ibid.).

Statistika »Agencije Evropske unije za temeljne pravice«¹² za leto 2014 za Slovenijo pokaže, da od 15. leta dalje (Combating Violence Against Women Slovenia, 19.1. 2017):

- 22 % žensk v Sloveniji doživi fizično in /ali spolno nasilje
- 14 % žensk v Sloveniji zalezujejo (sedanji ali bivši partnerji)
- 44 % žensk v Sloveniji doživi spolno nadlegovanje

¹¹ *date rape*

¹² *European Union Agency for Fundamental Rights*

Kot zanimivost omenimo še statistiko »ranljive populacije«¹³ za ZDA (WSCAP - About Sexual Assault 2020):

- 43 % lezbijk in biseksualnih žensk ter 30 % homoseksualcev in biseksualnih moških poroča, da je v življenju doživelo vsaj eno obliko spolnega nasilja ali zlorabe,
- 34 % domorodkinj – Indijank in domorodkinj iz Aljaske poroča o poskusu ali dokončanju posilstva v svojem življenju v primerjavi z 19 % afroameriških žensk, 18 % belk in 7 % žensk iz Azije,
- med odraslimi osebami z motnjami v razvoju je kar 83 % žensk in 32 % moških žrtev spolnega nasilja,
- invalidne ženske so posiljene in zlorabljene najmanj dvakrat več kot »splošna« populacija žensk,
- študija iz leta 2007 pokaže, da je v letu 2006 spolno zlorabljenih 5 % (ali 60.500) od več kot 1,3 milijona zapornikov, ki so zaprti v zveznih in državnih zaporih v ZDA.

Po statističnih podatkih raziskave »*Violence against women*« (2014, str. 128), ki je izvedena med državami članicami EU, navajajo ženske, ki so spolno zlorabo doživele pred svojim 15. letom:

- da so bili storilci v 97 % moški. V nasprotju s fizičnim nasiljem se ženske v otroštvu pogosto srečujejo s spolnim nasiljem, ki ga povzročijo storilci, ki niso iz osrednje družine,
- vsaka druga ženska, ki je bila žrtev spolnega nasilja v otroštvu, trdi, da je bil storilec moški, ki ga prej ni poznala,
- vsaka četrta ženska, ki je doživela spolno nasilje, je bilo to s strani moškega, ki ga je poznala,
- le 4 % žensk trdi, da jih je zlorabil oče ali očim,
- 17 % žensk pa navaja, da jih je zlorabil sorodnik moškega spola.

Nekatere empirične študije kažejo, da je spolna zloraba v otroštvu eden od dejavnikov tveganja za viktimizacijo v poznejšem življenju. Obstaja tudi nekaj znakov, da odnos preživele žrtve do storilca vpliva na ponavljajočo se viktimizacijo v življenju, še posebno, če je storilec družinski član.

¹³ Tako so jo poimenovali na spletni stani WSCAP, op. a.

1.8.2. Razkritje spolne zlorabe

Repič (2008, str. 144) navaja, da poleg terapije, žrtve tvegajo povedati tudi komu drugemu o spolni zlorabi - najlažje sestri ali bratu, šele potem mami, očetu redkokdo, ali nekomu od prijateljev. Pomembno pri tem je, da žrtev zlorabe čuti, da je ta oseba vredna zaupanja in da bo razumela zlorabo, da ne bo obsojala, minimalizirala dogodka, opravičevala storilca. Dogaja se tudi ravno obratno, da posamezniki, preden pridejo na terapijo, vsem brez razmejitev razlagajo, kaj se jim je zgodilo, saj na ta način regulirajo bolečino in sproščajo napetost. V času terapij pa kmalu vidijo, da so izrabili predvsem take osebe, ki njihovih klicev na pomoč niso slišali. Tako začnejo postopno postavljati meje in svoje zgodbe ne pripovedujejo več vsakemu, ki jih bolj ko ne iz vljudnosti vpraša, kako so, saj se s tem samo še bolj ranijo in razvrednotijo.

Tudi po razkritju, ki ga redko sproži žrtev, ampak ponavadi pozorne tretje osebe, bo storilec poizkušal izvajati svojo moč opredeljevanja resničnosti, a zdaj ne več le pred otrokom, ampak vse bolj tudi pred okolico, ki razkriva odnos. Uporabil bo strategijo zanikanja in omalovaževanja. Storilec bo vedno hotel prepričati vse, da ni bil storilec, da ni bil aktiven, temveč je on žrtev, pasiven. Veliko je izgovorov, ki jih storilec uporabi, cilj pa ni vedno le zanikanje lastnih interesov, izkoriščevalskega značaja odnosa, ampak tudi prepričevanje sogovornikov, naj vzrok zlorabe razumejo ravno obratno: pravzaprav naj bi bil kriv otrok ali vsaj nekaj, kar je bilo nekako močnejše od storilca. Če otroka že ne predstavi kot povzročitelja, da ga je otrok napeljeval zlorabi, potem to pripiše vsaj okoliščinam, nad katerimi ni imel nadzora (npr. bil sem pod vplivom alkohola, mamil, sem duševni bolnik, imel sem hudo otroštvo, imel sem težave v partnerskem odnosu). Skratka, zlorabo hočejo predstaviti, kot da bi bila dobra za otroka - storilec je želel pomagati, ker npr. je otroka bolel trebuh in ga je hotel pregledati, hotel sem jo podučiti o spolnosti...). Nekateri storilci med soočenjem na stopnji razkritja neprestano poudarjajo svojo nedolžnost, značajsko trdnost, predstavljajo se kot ustrezljivi, dobrodušni in nedolžni (Weiss in Galle, 2000).

Øvreeide (ZPSZ, 2014) poudarja značilnost, da ljudje v otrokovi socialni mreži ob razkritju spolne zlorabe zavzamejo različna stališča do domnevnega incidenta (spolne zlorabe) in zato se lahko pojavijo konfliktni procesi, ki so v takšni situaciji običajni.

Po tujih raziskavah (London in McGee, v Alaggia, 2005), kot jih navaja Rakovec-Felser (2015), lahko povzamemo, da je le tretjina odraslih oseb, ki je v otroštvu utrpela spolno zlorabo, do tedaj to nekomu zaupala in da kar 47 % tistih, ki so v otroštvu doživeli spolno zlorabo, tega nikoli prej niso nikomur razkrili. Otroci najtežje spregovorijo o incestoidnih

oblikah spolne zlorabe in tudi ko že razkrijejo zlorabo, svoje izjave največkrat tudi zanikajo oziroma jih umaknejo.

Kot navajata Sedlak in Basena (2014, v Bregant, 2017) čas med zlorabo in poročanjem – (razkritjem) praviloma ne sovpade. Za otroke stare med 6 in 9 let poročanje o zlorabi kasni za povprečno 2,2 do 2,7 let, za otroke stare 10 do 12 let pa 3 do 4 leta. Za nekatere pride čas razkritja v odrasli dobi, zato je še toliko bolj pomembno, da žrtve prepoznamo pravočasno, da se ne soočajo same s posledicami, ampak da smo jih v oporo in pomoč.

Pomembno vlogo pri zaščiti žrtve spolne zlorabe, še posebej, če je to deklita, igra mati. Če se zloraba pojavi v družini, lahko podpora matere pripomore k preinitvi zlorabe, omili njene travmatske učinke in zmanjša njene dolgotrajne negativne posledice.

V Sloveniji opravita raziskavo Rakovec-Felser in Vidovič (2016). Raziskujeta, kako na razkritje vpliva materin odziv na otrokove obtožbe o spolni zlorabi. Izvedeta kvalitativno in kvantitativno analizo 73 sodnih mnenj o sumih storjenih spolnih zlorab v zadnji 10-ih letih. V raziskavo vključijo žrtve ženskega spola, storilec pa je v vseh primerih odrasel moški. Izvedenec, ki poda mnenj o sodnih primerih, je v vseh primerih ista oseba. Rezultati kažejo:

- da so žrtve zlorabe stare od 4 do 15 let, v povprečju pa 11,5 leta,
- 61,6 % deklic zlorabo doživi v družini, 38,4 % pa zunaj družine,
- žrtve, ki so deležne materine opore in pomoči, potrebujejo okrog devet mesecev, da razkrijejo zlorabo,
- tiste, ki pa podpore s strani mame nimajo, pa imajo večje težave in so o zlorabi spregovorile šele po nekaj letih (v povprečju čez 6,9 let).

Rakovec-Felser (2015) povzema (po raziskavah Hansen, 1996, McCauley, 1981), da, preden otroci zmorejo razkriti zlorabo, morajo premagati različne strahove in skrbi. Neredko se počutijo odgovorne za zlorabo, sramujejo se in se bojijo morebitne označenosti in izključenosti med vrstniki v šoli. Strah jih je, da jih bodo obtoževali in ga krivili za to, kar se mu je zgodilo. Otroci se tudi bojijo, da bodo prelomili obljubo o skrivnosti, ter da jim ne bo nihče verjel. Bojijo se tudi kazni – da bodo prikrajšani za materialne dobrine, za pridobljene ugodnosti, za čustveno bližino in naklonjenost, da bo razpadla družina, da bodo izgubili dom ter da bodo mlajši otroci razseljeni in predani v tujo oskrbo.

Strah jih je tudi tega, kako se bodo njihovi nezlorablajoči starši odzvali na razkritje. Če je odziv staršev negativen, lahko to poslabša travmo in vpliv spolne zlorabe. Če pa se nezlorablajoči starši pozitivno odzovejo na razkritje spolne zlorabe, lahko ti odzivi, čeprav ne vedno, zmanjšajo učinek zlorabe. Ostali dejavniki, vključno z ravnanji ostalih odraslih (kot so socialni delavci in delavke, policisti in policistke, kriminalisti in kriminalistke,

sodniki in sodnice...), imajo lahko nadaljnji vpliv na otroka. Negativne izkušnje s temi odraslimi lahko vplivajo na ponovno travmatizacijo otroka, še posebej, če otroka večkrat sprašujejo o podrobnostih zlorabe (Anderson in drugi, 1981, Tutfts New England Medical Center, 1984, v Sanderson 2006, str. 55).

Bouvier in ostali (1999, v Šraj, 2010) v svojem pregledu raziskav navajajo, da so raziskovalci našli pomembne povezave med razkritjem spolne zlorabe in kasnejšimi posledicami pri žrtvi. Najmanj zahtevni so primeri, kjer se razkritje spolne zlorabe zgodi ob prisotnosti strokovnjaka. Najhujše posledice pa so takrat, ko starši otroku ne verjamejo, kar jim pove. Spaccareli (1994, v Šraj, 2010) poroča, da spolna zloraba po razkritju vodi še do drugih stresnih odzivov, kot je na primer odziv staršev. Pogosto se namreč zgodi, da se starši zaradi spolne zlorabe ločijo.

Razkritje spolne zlorabe za otroka ni lahko – otroka je strah tudi, da bo pri razkritju spolne zlorabe izgubil osebo, ki ima v njegovem življenju pomembno vlogo (starš, sorodnik, prijatelj, učitelj, ipd.), čeprav ga je ta oseba zlorabljal. Otroci, ki so spolno zlorabljeni, pogosto trdijo, da si še vedno želijo razmerja z osebo, ki jih je zlorabljal, vendar pa si ti otroci želijo, da se spolna zloraba ustavi. Ta strah pred izgubo posebnega odnosa »otrok-storilec« je tako velik, da je otroku bolj pomembno nerazkritje spolne zlorabe, kot da izgubi zanj pomembno osebo (Sanderson, 2006, str. 80).

Skozi razkritje išče večina preživelih rešitev in »odškodnino« - želijo si opravičilo od storilca, ali potrditev, da je do zlorabe res prišlo, saj verjamejo, da bo okrevanje tako lažje. Čeprav ima to velik pomen za preživelega, ni nobenega jamstva, da bo to pripeljalo do sprememb na bolje. Preživela žrtev ima lahko lažne iluzije, da se bo počutila boljše, če ji verjamemo, kar je razkrila. Notranje verjetje preživele žrtve in njena sprava s tem, kar se je zgodilo, je tisto, kar jo ohranja pri močeh, da se lahko sooča s posledicami in kljub temu živi dalje. Pripisovanje prevelikega pomena razkritju, lahko vpliva na nezmožnost preživele, da verjame in potrdi svoje izkušnje spolne zlorabe.

Tudi če preživela žrtev prizna in spregovori, da je bila spolno zlorabljena, lahko storilec ali nezlorablajoči starš to utemeljuje s tem, da spolna zloraba ni bila preveč škodljiva in zaradi tega mora preživela žrtev to preboleti in živeti dalje (Sanderson, 2006).

1.8.3. Ne razkriti spolno zlorabo - zakaj žrtve molčijo?

Courtois (1992, v Mitchell in Morse, 1998, str. 90) poudarja, da se veliko žrtv spolnih zlorab v družini (incest) tega ne spominja, ker so v fazi »zanikanje-otrplost«, ko se odzivajo po

travmatičnem dogodku. To zanikanje je prisiljeno s strani družinske obsodbe »ne povej«. Ta faza je sestavljena iz nekaj posebnih stanj: zatiranje, disociacija, delna ali popolna izguba spomina, čustveni izpadi, »samohipnoza«, samoanestezija (nezmožnost občutiti fizične bolečine), čustveni ali socialni umik, anhedonija (nezmožnost občutiti užitka), izogibanje čustvom ali situacijam, ki so povezani s travmo.

Včasih ne pride do razkritja niti ko mine zelo dolgo časa, razlogi za to pa so lahko (Alaggia, 2002, v Rakovec-Felser, 2015):

- otrok je v strahu zaradi možnih povračilnih ukrepov,
- otrok se lahko čuti krivega zaradi morebitnega ugodja ali vznburjenja, ki ga je doživel med spolnim stikom,
- otrokova zgodba je zmedena, ob različnih izpovedih spremenjena, otrok je lahko napačno razumljen; ne ve se, kaj je res in kaj si je izmislil,
- osebe, ki se jim je otrok zaupal, niso pripravljene otroka izpostavljati zasliševanjem in travmatičnosti sodnih postopkov,
- ker otroku ni bila povzročena huda telesna poškodba, je zlorabo težko dokazati,
- starše in družinske člane je sram in bojijo se socialne stigmatiziranosti.

1.8.4. Konec zlorabe - kdaj se zloraba konča?

Veliko je razlogov, zakaj bodo odrasli prenehali zlorabljati določenega otroka ali pa otroke na splošno. Kot navaja Fowler (2008, str. 42), ni nekih določenih dokazov ali vzrokov, da odrasli prenehajo z zlorabo – ali se za to zavestno odločijo ali pa jih prisili v to določena situacija. Odrasli storilci (tako moški kot ženske) prenehajo spolno zlorabljati, ker:

- so bili pri tem zaloteni in kazensko odgovorni ter poslani v zapor,
- je otrok razkril zlorabo – je spregovoril,
- je starš, ki ni zlorabljal, ugotovil, da nekdo zlorablja otroka in ga zaščitil,
- se družina, kjer je bil otrok zlorabljen, odseli,
- se je storilec odselil,
- je storilec našel novo žrtev in nadaljeval z zlorabo pri njej,
- ima otrok dovolj moči, da se zoperstavi zlorabi in s tem povzroči, da storilec preneha z zlorabo.

1.9. POSLEDICE SPOLNE ZLORABE PRI ODRASLIH PREŽIVELIH ŽRTVAH SPOLNE ZLORABE

Dejavniki, ki vplivajo na doživljanje posledic, so po raziskavah strokovnjakov (Corby, 2006, Pierce in Pierce, 1985, Russel, 1986, Browne, Finkelhor, 1986, v Repič, 2008, str. 35- 37):

- starost otroka, ko se je zloraba zgodila,
- spol otroka - zloraba deklic in dečkov se razlikuje v načinu in vrstah spolne zlorabe,
- stopnja resnosti zlorabe,
- odnos z osebo, ki je spolno zlorabljala,
- dejstvo, ali je otrok o zlorabi komu povedal, in če je, kakšen je bil odziv te osebe,
- prisotnost nasilja in groženj,
- trajanje spolne zlorabe,
- kako »normalna«, tolerirana je bila zloraba za družino in za določeno kulturno okolje.

Potrebno je poudariti, da nima vsaka žrtev spolne zlorabe enake posledice. Pojavijo se v različnih časovnih obdobjih, še posebej v stresnih situacijah ali ko se v življenju zgodi situacija, ki prebudi potlačena čustva. Nekatere žrtve se znajo same uspešno soočati s posledicami in z njimi živeti, nekatere niso pri tem uspešne, nekatere pa poiščejo katero od oblik strokovne pomoči. Posledice spolne zlorabe pa žrtve spremljajo žal vse življenje. S pravilno podporo, pomočjo, okrevanjem in opolnomočenjem se lahko žrtev optimalno nauči živeti s temi posledicami. Tako se določene posledice bolj poredko pojavljajo, so manj intenzivne in trajajo krajše obdobje. Vse to lahko žrtev sama uravnava s pomočjo obiskovanja terapij, svetovanj, skupin za samopomoč, s pomočjo osebnega zdravnika pri težavah v duševnem zdravju in ostalih fizičnih in fizioloških težavah.

1.9.1. Starost žrtve, trajanje spolne zlorabe, čas razkritja

Katere posledice bo žrtev imela, je odvisno od več dejavnikov: starost, ko se je zloraba začela in končala, trajanje zlorabe, čas razkritja zlorabe, kdo je zlorabo razkril - žrtev sama ali druge osebe, spol storilca, kje se je zloraba zgodila ali dogajala, ali je bila spolna zloraba enkratno dejanje ali ponavljajoče se dejanje.

Rezultati raziskave (Šraj, 2010, str. 52) kažejo, da so s starostjo žrtve povezane nekatere posledice. Pri trajanju spolne zlorabe se kaže tendenca k pozitivni povezanosti z

dolgoročnimi posledicami. Negativno se povezujejo predvsem dolgoročne posledice in podpora, ki jo je žrtev prejela. Strokovnjaki se zavedajo tudi tega, da še nobena žrtev, ki je poročala o spolni zlorabi, ni poročala o tem, da bi imela spolna zloraba nanjo pozitivni ali nevtralni vpliv. Lahko naredimo zaključek, da starejša ko je žrtev spolne zlorabe ob prenehanju zlorabe, obsežnejše so posledice, ki jih občuti. In starejši, kot so otroci ob posameznem dogodku spolne zlorabe (začetek, konec, razkritje), obsežnejše so posledice (Šraj, 2010).

1.9.2. Spol storilca

Urquiza (1988, v Repič, 2008, str. 70-72) raziskuje posledice, ko je storilec moški in ko je storilka ženska; v splošnem velja, da so ženske, ki zlorablajo, bolj »skrbne«, manj nasilne, najpogostejše pa so tiste, ki jim je otrok zaupan v varstvo ali pa so celo mame tega otroka, medtem ko so moški pogostejše bolj nasilni in so redkeje vključeni v skrb za otroka, ki ga spolno zlorablajo.

Posledice so veliko bolj negativne, ko je zlorabljal oseba, ki je bila žrtvi čustveno blizu. Iz tega strokovnjaki (Finkelhor, 1984, Friedrich, 1988, Kendall-Tackett, 1993, *ibid.*) sklepajo, da so dolgotrajne negativne posledice spolne zlorabe za heteroseksualne odnose veliko bolj škodljive v primerih, ko je storilka ženska (npr. mama, varuška), kot v primerih, ko je zlorabljal moški znanec ali tujec (npr. družinski člani).

Po drugi strani pa so ugotovitve raziskav, da isti spol storilca in žrtve spolne zlorabe pri fantih kot žrtvah povzroča dolgotrajne negativne posledice predvsem na področju spolne identitete, spolnih prepričanj in spolne vloge.

1.9.3. Zloraba v družini

Odrasle preživele žrtve so bile največkrat zlorabljene v svoji družini, kjer so se počutile varno. Takrat so bile še otroci. In reakcije otrok na travmo spolne zlorabe v družini so lahko različne in odvisne od različnih dejavnikov: od narave in resnosti travme, funkcioniranja družine pred samo travmo in ob razkritju travme, od kulturnega okolja, podpore... Otrok se lahko na specifična travmatična doživljanja različno odzove. Strokovnjaki (Nelson in Schwerdtfeger, 2004) pa delijo te odzive na štiri področja:

- ✓ kognitivno (kognitivni vplivi travme so simptomi hipervzburjenja, ponavljajoči se in vsiljivi spomini, povezani s travmo, učne težave ali nazadovanje v šoli, težave s pozornostjo in koncentracijo),

- ✓ afektivno (jezna, tesnoba, strah, krivda, zmeda, nemoč, nezaupanje, osamljenost, depresija, pretirano vznemirjenje, vznemirjenost, potlačitev bolečih čustev, zamrznitev, disociacija),
- ✓ vedenjsko (pretirana budnost, izogibanje, umikanje, ekstremni strahovi, fobije, ekstremna osuplost, vznemirjenost, motnje spanja),
- ✓ razvoj težkih simptomov (motnje pozornosti, hiperaktivnostne motnje, konduktivne motnje, depresivnost, samomorilnost, zloraba substanc, avtoagresivno vedenje).

Družina je lahko zelo močno povezana s travmo spolne zlorabe, celo v primerih, ko je bila oseba zlorabljen zunaj družine. Prav tako je družina tista, ki pomaga posamezniku iti naprej, mu daje podporo ali pa mu, nasprotno, ne dopušča, da bi razrešil boleče izkušnje, saj bi to pomenilo nujno spremembo celotnega družinskega sistema in ne le posameznika. Nenazadnje pa lahko vpliv travme seže celo generacije nazaj ali pa zaznamuje osebe, ki so neposredno povezane s travmiranim (sekundarna travmatizacija) (Repič, 2008).

V večini primerov kaže, da so posledice zlorabe toliko bolj škodljive, kolikor mlajši je zlorabljeni otrok. Vplivi zlorabe ne bodo prekinili in ovirali samo razvojne stopnje otroka, na kateri je bil, ko se je zloraba zgodila, ampak tudi vse nadaljnje stopnje v razvoju. Prav tako določa resnost posledic tudi način, kako je bila oseba spolno zlorabljen. Z drugimi besedami - če je prišlo do spolnega odnosa, bodo posledice najverjetneje veliko bolj škodljive, kot če je prišlo »le« do dotikanja, božanja. Nenazadnje pa je senzitivnost otroka tista, ki je močno povezana z resnostjo škode, posledic zlorabe. Bolj kot je otrok čustveno senzitiven, večja je možnost resnih negativnih posledic. Presenetljivo je dejstvo, da ni toliko pomembno, kaj se je nekomu zgodilo, kot to, kako si je ta oseba razložila ta dogodek - kaj je ob tem dogodku čutila (Knauer, 2002, v Repič 2008).

Raziskava pokaže, da obstaja nepovezanost med trajanjem spolne zlorabe in kratkoročnimi posledicami. Tudi Dubner in Motta (1999, v Šraj, 2010, str. 62-63) v svoji raziskavi, v kateri se osredotočita na PTSM pri žrtvah spolne zlorabe, ne najdeta povezave med trajanjem spolne zlorabe in pojavnostjo PTSM. Kot možni razlog navedeta, da otroci izkrivljeno poročajo o trajanju spolne zlorabe, to pa je lahko oslabilo povezavo med tema dvema spremenljivkama. Pri vseh raziskavah je možen takšen izid, saj lahko otroci, med drugim tudi zaradi različnih obrambnih mehanizmov, izkrivljeno pripovedujejo tudi o časovnih spremenljivkah.

Osebe, ki so bile žrtve spolne zlorabe v otroštvu (Cvetek, 2009), doživljajo zaradi travmatičnih dogodkov manj varnosti v odraslih odnosih navezanosti kot tiste, ki niso doživele spolne zlorabe. Zanje so značilne bolj prestrašene oziroma izogibajoče navezanosti (po Whiffen in Oliver, 2004, *ibid.*). To pomeni, da želijo biti blizu romantičnemu partnerju, vendar se bojijo, da jih bo zavrzel, če se preveč približajo. To razrešijo tako, da ohranjajo distanco v bližnjih odnosih (Bartholomew in Horowitz, 1991). Te osebe tudi doživljajo večje stopnje telesnega in spolnega sramu, strahov, anksioznosti in krivde glede spolnosti, zmede glede spolne usmeritve, težav s spolnim vznburjenjem in z željo ter bolečino pri spolnih odnosih, višjo stopnjo spolnega nezaupanja in konfliktov z moškimi, imajo več spolnih partnerjev in bolj kratke odnose s spolnimi partnerji (po Whiffen in Oliver, 2004).

1.9.4. Spol žrtev

Leta 1985 se v ZDA izvede raziskava, v kateri sodeluje 585 oseb, ki so bile žrtve spolne zlorabe v otroštvu (od tega 416 žensk in 169 moških) in poroča, da so bili zlorabljeni še pred svojim 18. letom starosti. Storilci so v večini moškega spola, razlike pa se kažejo pri spolu žrtev. Žrtve moškega spola poročajo, da so bili predvsem žrtve ne-sorodnikov in tujcev, zloraba pa se dogaja zunaj, izven doma. Moški so v času prve zlorabe starejši od žensk, njihov storilec pa je podobne starosti kot oni. Zloraba žrtev moškega spola je »hujša, nevarna, ima večje posledice« kot zloraba žrtev ženskega spola, vendar žrtve moškega spola zlorabe ne prijavljajo. Številne razlike v profilih žrtev moškega in ženskega spola so odvisne od žrtvinega odnosa do storilca ali storilke (Gordon, 1990).

Farber in drugi (2009) poročajo, da se večina avtorjev strinja, da je več žrtev žensk kot moških. Študije o storilcih kažejo, da obstaja veliko več žrtev moških, kot pa je to podano v študijah in raziskavah. Študija primerja okoliščine zlorabe žrtev dečkov in deklic. 81 primerov zlorab v obdobju treh let, kjer so žrtve dečki, primerjajo z 81 primeri zlorab, kjer so žrtve deklice, tudi v obdobju treh let. Hipoteze so, da bo veliko razlik med dečki in deklicami, žrtvami spolnih zlorab, vendar študija pokaže, da je malo razlik med dejavniki, ki so povezani z zlorabo. Spol žrtev ni povezan:

- z odnosom storilca ali storilke do žrtve,
- s številom storilcev ali storilk
- s pogostostjo spolnih zlorab drugih otrok ali sorojencev,
- s tem, kolikokrat se zloraba pojavi,
- z uporabo nagrajevanj ali groženj ali s sočasnostjo fizične zlorabe.

Raziskava pokaže, da je med deklicami žrtvami več fizičnih dokazov (razne manjše poškodbe) o spolni zlorabi, med dečki žrtvami pa je več oralno-spolnih stikov. Moč nad otrokom in kako ga lahko zmanipulira ima večji vpliv na odločitev storilca, da prične s spolno zlorabo kot pa spol otroka, ki bi si ga storilec lahko izbral kot svojo žrtev (ibid.). Green (1995, v Šraj, 2010, str. 51) je na osnovi več raziskav podal razdelitev med kratkoročnimi in dolgoročnimi posledicami spolne zlorabe.

V okviru *kratkoročnih posledic* spolne zlorabe se pojavljajo simptomi:

- ✓ vezani na *strah* in *anksioznost* (motnje spanja, motnje hranjenja, psihosomatske motnje, generalizirana anksioznost in fobično izogibanje),
- ✓ ter *posttravmatska stresna motnja* (PTSM).

Dolgoročne posledice Green (1995) razdeli na:

- ✓ *splošno psihopatologijo* (nezaupanje, slaba samopodoba, depresija, samomorilno vedenje, nizka kontrola impulzov, slabi vrstniški odnosi, slab učni uspeh, histrionični in disociativni simptomi in identitetna disociativna motnja),
- ✓ *spolno hipervzbujenost* (prekomerno spolno zapeljevanje vrstnikov in odraslih, promiskuiteta, prostitucija, kompulzivno masturbiranje in seksualizacija odnosov),
- ✓ ter *spolno inhibicijo* (fobično izogibanje osebam nasprotnega spola, fobično izogibanje dogodkom, povezanih s seksom, popolna spolna inhibicija, spolna disfunkcija, motnje pri izbiri partnerja in motnje v spolni vlogi).

Posledice spolne zlorabe so kratkoročne, srednjeročne in dolgoročne - srednjeročne se nanašajo na otroštvo, dolgoročne pa se prenesejo v odraslo dobo. Med srednjeročnim in dolgoročnim časovnim okvirjem pride do motenj v psihološkem delovanju, do prilagoditev pri spolnem življenju (odnosih) in medosebnih odnosih (Bagley in King, 2004, str. 127).

Zaradi obremenjujočih izkušenj v otroštvu, kamor spada tudi spolna zloraba, se tudi pojavijo težave v duševnem zdravju. Prva slovenska študija (Kuhar idr., 2019) »*Prevalenca in dolgoročni vplivi obremenjujočih izkušenj v otroštvu na funkcioniranje v odraslosti*« raziskuje pozitivne in obremenjujoče izkušnje v otroštvu pri prebivalcih Slovenije. Na vzorcu 4940 odraslih prebivalcev Slovenije, starih med 18 in 75 let, je izvedena spletna anketa. Vzorec ima 50,9 % žensk in 49,1 % moških, povprečna starost je 47 let. Omenimo obremenjujoče izkušnje v otroštvu, kjer rezultati kažejo, da je večina (76,5 %) anketiranih v otroštvu doživela vsaj eno obremenjujočo izkušnjo od desetih. V povprečju so anketirani poročali o 2,4 obremenjujočih izkušnjah. Kar 27,3 % udeležencev raziskave je poročalo o

štirih ali več obremenjujočih izkušenj. Pri slednjih je po dosedanjih študijah tveganje za neugodne izide največje.

Obremenjujoče izkušnje so:

- fizično nasilje omeni 42,7 % anketiranih
- čustveno nasilje omeni 55,8 % anketiranih
- spolno zlorabo omeni 6 % anketiranih
- fizično zanemarjanje omeni 24,2 % anketiranih
- čustveno zanemarjanje omeni 25 % anketiranih
- odrasel član gospodinjstva z duševno motnjo ali težavo – to omeni 13 % anketiranih
- priča nasilju med odraslimi v gospodinjstvu – to omeni 16,2 % anketiranih
- zasvojenost odraslega člana gospodinjstva – to omeni 21,1 % anketiranih
- izguba biološkega starša, zapustitev, razveza – to omeni 30,4 % anketiranih
- hujše kaznivo dejanje ali zaporna kazen odraslega člana gospodinjstva – to omeni 3,3 % anketiranih

1.9.5. Osnovni sociološki model travme

Plumb (2007) kot strokovnjak za duševno zdravje raziskuje travmatične dogodke. Na podlagi tega nastane *osnovni sociološki model travme* (Slika 3.1.), ki je oblikovan predvsem glede na posledice spolne zlorabe v otroštvu. Uporaben je tudi pri spolnih napadih na odrasle ali na vse, ki imajo izkušnjo spolne zlorabe, spolnega nadlegovanja, so doživeli katero koli travmo, nasilje v družini. Model je narejen na podlagi mnenj žrtev, ki so doživele travmo in tudi mnenj ostalih strokovnjakov, ki se ukvarjajo s tem področjem.

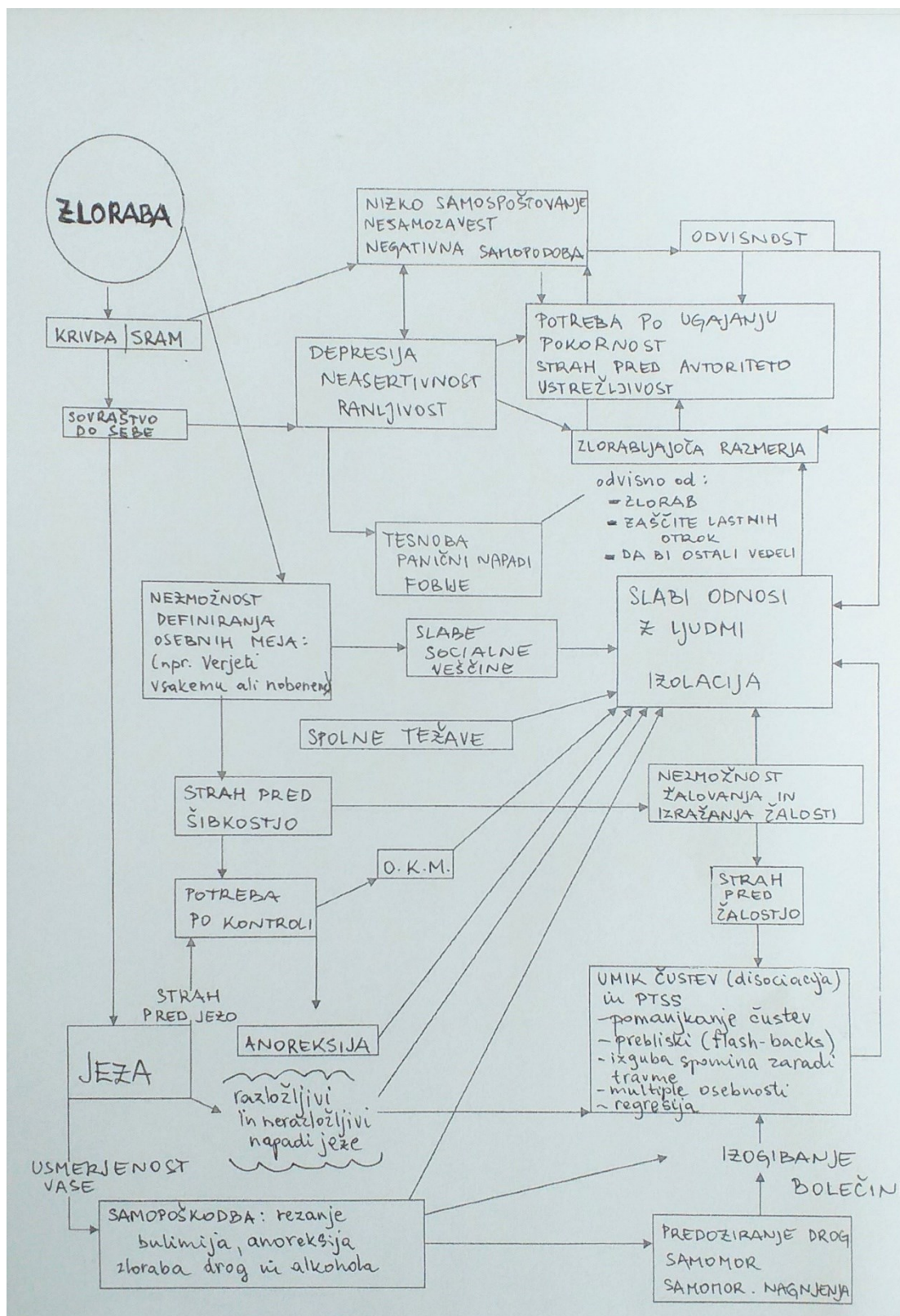
Osnovni model travme je poenostavitev zapletenega niza medsebojnih odnosov in čustev. Glavno čustvo, ki bi lahko nadomestilo vsa čustva in stanja v shemi, je strah. Poudariti pa moramo, da niso vsi odrasli preživeli, ki so imeli izkušnjo spolne zlorabe, soočeni z vsemi temi težavami ali jih ne doživljajo enako močno. Odzivi na izkušnjo spolne zlorabe so individualni in zato niso vse odrasle preživele na enak način soočene z vsemi posledicami – na to vplivajo njihove osebnostne lastnosti, trajanje in vrsta zlorabe, odnos s storilcem, odziv na razkritje, stopnja ogroženosti, ki so jo doživeli pri spolni zlorabi, kulturno okolje, v katerem živijo, spol, družbeni sloj, ipd. Plumb (2007) v svojem osnovnem modelu travme opisuje, da spolno zlorabljeni otroci mislijo in se počutijo, da so sami krivi za zlorabo, ki se jim je zgodila. Počutijo se zatirani in odgovorni za zlorabo. Počutijo se krive, sram jih je, ker so tudi oni spolna bitja in občutijo užitek ob spolnem vznburjenju. Vse to pripelje do tega,

da sami sebe sovražijo, sovražili pa so jih tudi ljudje, ki so jih zlorabljali. Sledi nizka samopodoba, so brez samozavesti in verjamejo, da so brez lastne vrednosti. Prav tako verjamejo, da se ne morejo zaščititi. Občutek imajo, da nimajo pravice preživeti sami in tudi niso sposobni, da sami preživijo, vse to pa ustvarja občutek odvisnosti od nekoga. Sovraštvo povzroča jezo, ki je usmerjena v osebo samo, to pa je vzrok za depresijo. Občutek brez vrednosti vodi v občutek brezupa. Občutek, da se ne more zaščititi, pa vodi v občutek nemoči. Brezup in nemoč pa sta ključna občutja pri depresiji.

Glavna nit in motiv pri dinamiki zlorabe je preživetje, glavno čustvo, ki prežema celotno dinamiko zlorabe, pa je strah.

Slika 3.1. Osnovni sociološki model travme

(povzeto po Plumb, 2007)



Vsaka preživela žrtev spolne zlorabe v otroštvu ima vsaj te tri posledice, s katerimi se spopada v življenju: izguba, krivda in jeza (Bašič, 1997, str. 165-167, v Satler, 1997).

1. Izguba

Žrtev spolne zlorabe trpi številne izgube - izgubo otroštva, izgubo svobode, izgubo zaupanja, izgubo samospoštovanja, izgubo enega ali obeh staršev, izgubo doma, izgubo osebne identitete. Človek po nobeni izgubi ni več isti, ne glede na to, kako jo prenese. Vedno znova si želi zanikati izgubo, vendar se je ne samo spominja, temveč zaradi nje tudi trpi. Prepogosto izgube ob spolnih zlorabah povezujemo le z izgubo fizične prisotnosti enega od staršev, če se je zloraba zgodila v družini.

2. Krivda

Otrok se redko pogovarja o svojih občutkih krivde in ker tega ne pove na glas, pogosto pozabljamo, da ni nikoli preveč besed, s katerimi otroku sporočamo, da ni kriv za to, kar se mu je zgodilo. Mnogim so krivdo celo naložili, kar velja tudi za žrtve spolnih zlorab. Občutki krivde se vedno stopnjujejo s prevladujočimi predsodki, ki jih krepijo izgovori storilcev, da jih je otrok zapeljal. Občutki krivde se vračajo, tudi odraslim, preživelim žrtvam spolnih zlorab, z njimi pa so povezani sram, nizka mera samospoštovanja in občutek ničvrednosti (ibid.)

3. Jeza

Je večinoma čustvo, ki ga žrtve potlačijo. Jeza je naraven odziv na zlorabo. Ko je bila žrtev zlorabljen, ni mogla doživeti in izraziti besa. Namesto, da bi bila jezna na storilca, so se zatekle k nekakšni kombinaciji zanikanja in sprevračanja jeze. Žrtve so jezo usmerjale nase, kar pa je peljalo v depresijo in samouničevanje (Bass in Davis, 1998, str. 142-143). Jeza je potrebno usmeriti tja, kamor spada in tudi navezati stik z njo. Jeza ni nasilje, jeza je čustvo, čustva pa sama po sebi niso škodljiva za druge. Jeza je potrebno občutiti in jo nato izraziti na konstruktiven način, brez nasilja. Jeza žrtev motivira, da ukrepajo. Jeza je zato učinkovit vir moči. Jeza je lahko škodljiva, če je nasilna in je usmerjena na druge osebe (ibid., str. 155).

Otrok, ki je bil spolno zlorabljen, je jezen na storilca, nase, na družino, na vse, za katere je verjel, da jim lahko zaupa. Svoje jeze ne more in ne sme izraziti, zato začne jezo in njene posledice prikrivati, nekateri vse svoje življenje (nenehna jeza, destruktivnost, umik, sovražnost do vseh, ki so istega spola, itd.). Jeza velja za negativno čustvo, ki je običajno prepovedano in nezaželeno. Če ni dovoljena, se lahko preoblikuje. Zato je pomembno, da jezo sprejemamo kot čustvo (Bašič, 1997, str. 165-167, v Satler, 1997).

4. Jeza in bes

Duncan (2004) navaja, da so se ženskam, ki so bile v otroštvu spolno zlorabljene, nakopičila jeza, ki se lahko razvije v bes. Jeza ženske pomeni kršitev, izdajo in nezaščito s strani družinskih članov. Pri besu se pojavljajo tudi čustva, ki so povezana z izgubo nadzora, s terorjem, s tesnobo in doživljanje kršitev osebnih meja. Nekdo, ki poskuša nadzorovati žensko, nekdo, ki se jo dotakne na določen način, ali izgovori določene besede ali stavke, ali pa se ženska počuti ogroženo, vse to so sprožilci besa in jeze. Jeza in bes sta lahko izrazita navzven proti drugim in izrazita navznoter proti sebi - takšna jeza se razvije v depresijo.

Jeza je tudi nevarna za žensko, ki jo doživlja kot izgubo nadzora in je nevarna za druge, ki so tarča jeze.

Jeza lahko povzroči tudi občutke ljubosumja in posesivnosti do drugih. Posesivnost je bolj prikrit občutek jeze. Ženske, ki so bile spolno zlorabljene, povedo, da postanejo ljubosumne, če pri njihovem partnerju zaznajo, da partner gleda ali se pogovarja z drugo žensko (Duncan, 2004).

Jeza se izraža tudi na način, da je obrnjena navznoter, v nas same. Da smo jezni predvsem sami nase kažejo naša vedenja - rezanje, bulimija (do neke mere anoreksija), zloraba alkohola in ostalih kemičnih substanc. Jeza, usmerjena navzven, pa je lahko problematična, ko je neustrezno usmerjena in je zato nejasna. Hudo nepojasnjena jeza oziroma bes si ostali velikokrat razlagajo kot manijo ali osebnostno motnjo, lahko pa zaradi jeze osebo pripelje do tega, da povzroči razne prestopke in kazniva dejanja (Plumb, 2007).

Navedene so še ostale posledice, s katerimi se soočajo odrasle preživele žrtve spolne zlorabe v otroštvu:

5. Zavist

Potrebno je omeniti še zavist, ki se poveča z besom. Zavist nastane tako z izgubo tistega, kar je bilo odvzeto od preživele žrtve, kot tudi občutka, da si drugi ljudje ne zaslužijo tistega, česar žrtev kot otrok ni imela. Čustveni posledici spolne zlorabe, ki sta večkrat zapostavljeni, sta zavist in občutek pravice, da svet dolguje žrtvi spolne zlorabe, kar ji je bilo odvzeto. Žrtev si razlaga to na način ne-pravice, to pomeni, »če jaz nisem tega imela, si tudi vi tega ne zaslužite.« (Duncan, 2004)

6. Sram

Sram (Duncan, 2004), ki ga odrasla preživela žrtev doživlja od spolne zlorabe v otroštvu, je globoko zakoreninjen občutek, da z njo nekaj ni v redu, vendar pa tega ne zna točno razložiti. Sram se ne nanaša samo na njeno telo, ampak tudi na to, kdo je kot ženska ali moški in kot človek. Sramota izvira iz skrivnostnosti spolne zlorabe, ki jo je žrtev doživljala v otroštvu,

čutila je ogabne občutke do svojega telesa, ki jih je doživljala med spolno zlorabo. Sram je globok občutek, da žrtev ni bila vredna, da ni nikoli dovolj dobra, ne glede na to, kar je naredila, ko se pogleda v ogledalo in čuti odboj v svoji zrcalni sliki, vedno ima občutek, da vsi vedo o njej samo to, kako ničvredna je. Sramota pa se pojavi tudi, ker žrtev sama sebe krivi, vendar žrtev ne razume in ne sprejema, da je sram lahko samo storilca.

7. Anksioznost

Anksioznost je zelo razširjena med ženskami, ki doživijo spolno zlorabo. Je čustveno stanje, ki ga zaznamujejo neprijetnost, občutki strahu in živčna napetost. Simptomi kroničnega šoka nam kažejo odnos med anksioznostjo v odraslosti in spolno zlorabo v otroštvu. Anksioznost doživlja žrtev pri spolni zlorabi v otroštvu ob vsakem pojavu spolnosti in ob vsakem stiku s storilcem. To pomeni, da doživlja tesnobo ob vsakem dotiku njenega telesa s strani storilca, ob vsaki izdaji nezaupanja s strani nezaupanja. Ko se sama spopada s posledicami, ko sama kot otrok občuti izgubo nadzora nad lastnim telesom. V odraslosti preživele žrtve spolne zlorabe anksioznost intenzivno občutijo v času stresa, stresni pa so lahko tudi vsakdanji dogodki, ker ni več čutiti osnovne ravni zaupanja (Duncan, 2004).

ZPSZ (2016) poroča, da tekom njihovega dolgoletnega dela z odraslimi preživelimi žrtvami spolne zlorabe v otroštvu zasledijo naslednje posledice spolne zlorabe, ki pa se ne pojavljajo pri vseh preživelih žrtvah, ne enako pogosto in ne z enako intenziteto. To prikazuje Tabela 1.1.

Tabela 1.1. *Posledice spolne zlorabe, ki se pojavljajo pri odraslih preživelih*
(povzeto po ZPSZ, 2016)

Posledice spolne zlorabe, ki se pojavljajo pri odraslih preživelih
jeza, krivda, strah, sram, izguba, žalost, nezaupljivost, težave z medosebnimi odnosi, nizko samospoštovanje, problem telesnih dotikov, problemi v družinskem življenju, agresija, bes, razne zasvojenosti (droge, alkohol, hrana, cigareti, igre na srečo, duhovnost, partnerski odnosi...), anksioznost, psihosomatske težave, težave v duševnem zdravju (depresija, psihoza, nevroza, ipd.), vsiljeni spomini (flashbacks), pretirana ustrežljivost, problemi s komunikacijo, strah pred zdravniškimi telesnimi pregledi (zobozdravnik, ginekolog), pretirano sočustvovanje, nizka samozavest, zavračanje socialnih stikov, zaprtost vase, problemi s spolnim življenjem, samopoškodbe, samomorilna nagnjenja, poizkusi samomora, nezmožnost postavljanja meja sebi in drugim, dvom v sprejetost, ginekološke težave (pogostejša vnetja, bolečine, težave z zanositvijo, neplodnost), motnje hranjenja (anoreksija, bulimija, OKM), promiskuiteta, življenje brez partnerjev, obračanje za pomoč za drugega, vključevanje v razna dobrodelna društva in društva za pomoč, bolj sključena telesna drža (kaže na nesamozavest), nočne more, prekinjeni stiki z lastno družino, problemi z zaprtimi prostori, mlajši izgled kot je v resnici stara, oblačenje v plasteh, regresija v vlogo otroka, ostajanje v neugodni partnerski zvezi, nezmožnost govorjenja - povezave povedanega-kratko besedno izražanje, nejasna spolna usmerjenost, nejasna spolna identiteta, nesprejemanje lastnega spola, sprememba spola

1.9.6. Fiziološke posledice spolne zlorabe v otroštvu

Pri preživelih žrtvah spolne zlorabe gre pogosto za kombinacijo vseh vrst nasilja - od psihičnega, čustvenega, telesnega do spolnega, zato so posledice še toliko bolj kompleksnejše. Najbolj trdovratne in pogoste posledice niso očitne na prvi pogled kot telesne okvare, pač pa se kažejo v disfunkcionalnem mišljenju. To se zrcali v vedenju, ki zajame v odrasli dobi tvegana vedenja zloraba dovoljenih in nedovoljenih kemičnih substanc, motnje hranjenja, nekemične odvisnosti in tvegana spolna vedenja (Estevez, Ozerinjauregi, Herrero-Fernandez & Jauregi, 2016, v Bregant, 2017, str. 26). Impulzivna vedenja, ki jih opažamo pri odraslih preživelih se dodatno povezujejo z občutki nepovezanosti in zavrnitve s strani družbe in okrnjeno avtonomijo posameznikov-preživelih, kar vodi v sklenjen začarani krog impulzivnosti in tveganih vedenj (alkoholizem, motnje hranjenja), ki puščajo kasneje tudi telesne posledice.

Spolno nasilje lahko spremeni delovanje naših možganov in posledično naše vedenje – to pa se kaže kot slaba samopodoba, nezaupanje v lastno moč in avtonomijo, razdražljivost. Kaže se z nespecifičnimi telesnimi znaki in simptomi, ki so posledica spremenjenega delovanja

našega avtonomnega živčevja: težave s prebavo, napadi tesnobe in panike, obolevnost zaradi nenevarnih viroz, depresijo in vsesplošno izčrpanostjo (DeBellis in Zisk, 2014, Seng, 2010, v Bregant, 2017).

Vedenjske in duševne posledice zlorabe nastanejo zaradi različnih zlorab in zanemarjanj v otroštvu ter imajo trajen vpliv na aktivnost osi hipotalamus-hipofiza-nadledvičnica (os HHN) (Tsavoussis, Stawicki, Stiocea in Papadimos, 2014), ki je ključna za izločanje in metabolizem stresnih hormonov. Vzporedno z osjo HHN pride do sprememb tudi v delovanju simpatiko-adrenalnega sistema (avtonomno simpatično živčevje), ki postane pretirano vzdražno. Znano je tudi, da imajo otroci z izkušnjo nasilja tudi povišane vrednosti bazalnega (naravnega) kortizola.

Conrad (2008, v Bregant, 2017) navaja, da stresni hormoni delujejo na posamične možganske strukture, pri čemer ja najbolj izrazito delovanje na hipokampus, ki predstavlja center za spomin. Vpliv stresnih hormonov na velikost hipokampusu pri različnih psihiatričnih stanjih, vključno s posttravmatsko motnjo (PTSM), spominja na obrnjeno črko U. Pri podaljšanem stresu se hipokampus skrči - če se stresne situacije nadaljujejo, lahko nevroni dokončno propadajo. Čustvene zlorabe spremenijo povezljivost (konektivnost) med amigdalo in hipokampusom (Fan idr., 2015, v Bregant 2017).

Nasilje nad otroki vodi v strukturne spremembe možganih zlasti v čelnih režnjih. Spremenjeno delovanje prefrontalne skorje vodi v trajne spremembe, ki ne omogočajo učinkovitega zorenja možganov; velikokrat se pridružijo težave pri samonadzoru in empatiji. Centri za emocije, strah in jezo ter občutke zadovoljstva, so strukture, ki so pomembne za naše čustveno življenje in se nahajajo v limbičnem sistemu z amigdalama in hipotalamusom (Carrion idr., 2009, De Bellis in Kuchibhatla, 2006, v Bregant, 2017)

Kot poudari Coates (2010, str. 398), kognitivno razumevanje dogodkov pomaga ustvariti čustva in zato je pri spolnih zlorabah pomembno, da je boljše, da se na posledice zlorabe odziva kot pa da se čustveno reagira na situacije. Z drugimi besedami – odrasle žrtve so v preteklosti raje reagirale impulzivno in so tako poslabšale krizne situacije kot pa da bi ustvarile fleksibilne (prilagojene) odzive.

1.10. SOOČANJE S POSLEDICAMI SPOLNE ZLORABE PRI ODRASLIH

Spolna zloraba je travmatični dogodek, ki vodi v posttravmatsko stresno motnjo (v nadaljevanju: PTSM). Za travmatični dogodek je značilno, da je bila oseba neposredno ali potencialno ogrožena s smrtjo ali z resno poškodbo ali pa je bila ogrožena njena telesna integriteta. Odziv osebe na dogodek mora vključevati intenziven strah, občutek nemoči ali groze (Cvetek, 2009, str. 21). Spolna zloraba v otroštvu in posilstvo sta najpogostejša vzroka za PTSM pri ženskah (Yehuda in McFarlane, 1995, v Cvetek, 2009).

PTSM (Psihoterapija-ordinacija, 2020) je intenzivna anksiozna reakcija, ki je posledica izpostavljenosti enemu ali več hudim dogodkom oziroma travmam. PTSM se ne razvije pri vsakemu človeku – strokovnjaki menijo, da je to povezano s tem, kako človekova psiha predeluje travmatične dogodke, to pa je odvisno od naših minulih izkušenj. Večja osebna ranljivost lahko zniža prag za nastanek PTSM ali pa oteži njegov potek, vendar te lastnosti same po sebi niso nepotrebni in ne zadostni pogoj za nastanek motnje.

Travma (Psihoterapija-ordinacija, 2020) je akutna stresna motnja, njeni simptomi pa lahko nastopijo že med dogodkom ali pa neposredno po njem: občutek tesnobe, povečan srčni utrip, razdražljivost, slaba koncentracija, znojenje, čustvena nihanja ter izogibanje vsemu, kar bi utegnilo spominjati na ta dogodek. Simptomi so sprva intenzivni, nato pa se začnejo umirjati in navadno ne vplivajo pomembno na življenje osebe. Kadar pa ne izginejo niti po mesecu dni ter začnejo omejevati človekovo življenje in delovanje, pa lahko govorimo o PTSM.

Travmo lahko doživimo kot sekundarno travmatizacijo, le-ta pa nastane, v kolikor oseba po dogodku ostane sama s svojim doživljanjem, torej nima čustvene opore, kjer bi dogodek lahko predelala in ga vključila v življenje (Sabina psihoterapija, 2020). Če je oseba dolgo doživljala ponavljajočo se medosebno (relacijsko) ali kako drugo travmo, lahko pride do kronificirane posttravmatske stresne motnje (DESNOS). To pomeni, da se je intenzivno odzivanje na travmo utrdilo in postalo kronično. DESNOS najpogosteje zasledimo pri osebah, ki so odrasčale v nasilni družini, v kateri so doživljale ponavljajoče se telesne in spolne zlorabe ali pa so jih starši telesno/čustveno zanemarjali ali zavračali.

Eden od učinkov travme (Mitchell in Morse 1998, str. 71-72) je lahko amnezija (izguba spomina), ki lahko traja tedne, mesece ali let, spomin pa se lahko vrne, ko je preživela žrtev

izpostavljena vidnim ali učinkovitim dražljajem, ki se ujema z elementi, ki so povezani s travmo (van der Kolk in Fislér, 1995, *ibid.*).

Courtois (1992, *ibid.*) opisuje različne poti, ki vrnejo spomin. To so fiziološke poti (telesni spomin, barve, vizualizacija, glasovi, vonjave, okusi), somatske poti (bolečina, bolezen, paraliza, omrtvičenje) in čustvene poti (*flashbacks*, sanje, nočne more).

Mitchell in Morse (*ibid.*) govorita tudi o odzivih na travmo, ki je iz dveh delov: zanikanje in vdor (Horowitz, 1986, van der Kolk, 1988):

- *zanikanje* nastopi, ko so spomini zatrti. Posameznik lahko ne čuti čustev,
- *vdor* se pojavi, ko se misli in občutki nenadoma pojavijo, brez opozoril. Simptomi vdora se lahko pojavijo kot nenadni vsiljeni spomini (*flashbacks*) in kot telesni spomini. Obe vrsti spomina povzročata hudo stisko pri posamezniku.

Finkelhor (1987) raziskuje travmatični vpliv spolne zlorabe na otroka, ki ga lahko razložimo z modelom »*Posttravmatskega stresnega sindroma – motnje (PTSM)*«¹⁴ in z modelom »*Štirih travmatogenih dinamik*«.¹⁵ Model PTSM ima pomanjkljivosti pri umestitvi spolne zlorabe – ne upošteva vseh simptomov, ne velja za vse žrtve in vir travme ni enak pri vseh oblikah spolne zlorabe.

Model »*Štirih travmatogenih dinamik*« (Finkelhor in Browne, 1985) je bolj zapleten in predstavlja več različnih učinkov. Ima 4 dejavnike: travmatično seksualizacijo, izdajo, nemoč in stigmatizacijo. Ti dejavniki vplivajo na travmo, in sicer na podlagi subjektivnih reakcij žrtve in ne na zunanjih merilih (Bagley in King, 2004, str. 113-116).

- 1. *travmatska seksualizacija*: se nanaša na »postopek, v katerem je otrokova spolnost (vključno s spolnimi občutki in stališči) oblikovana na razvojno neprimeren in medsebojno disfunkcionalen način kot posledica spolne zlorabe.« Otroci, ki so tako travmatizirani, se s tem soočijo tako, da postanejo v odraslosti promiskuitetni ali razvijejo odpor do spola. Vsaka taka reakcija predstavlja neuspeh pri razvoju običajnih spolnih odnosov.
- 2. *izdajstvo*: je dinamika, »v kateri otroci odkrijejo, da jim je nekdo, od katerega so bili življenjsko odvisni, škodoval.« To pripelje do tega, da

¹⁴ *The Post-Traumatic Stress Disorder Model*

¹⁵ *The Four Traumagenic Dynamics Model*

ima otrok oslabiljene sposobnosti, da zaupa ostalim ljudem, zlasti v situacijah, ki vključujejo medsebojne odnose.

- 3. *nemoč*: je dinamičen proces, pri katerem se »otrokova volja, želje in občutek učinkovitosti nenehno kršijo.« Ponavljajoč vdor v otrokov osebni prostor krepi njegovo samozaznavanje kot žrtve. Dolgotrajna spolna zloraba lahko privede do trajnega občutka nemoči žrtve in nezmožnosti, da bi se izognili nadaljnji viktimizaciji, bodisi spolni, socialni ali ekonomski.
- 4. *stigmatizacija*: se nanaša na postopek, s katerim se negativne konotacije, kot so slabost, sram in krivda, »otroku sporočijo o izkušnji spolne zlorabe, nato pa preidejo v otrokovo samopodobo. Ohranjanje skrivnosti žrtve spolne zlorabe lahko poveča pri žrtvi občutek stigme, saj krepi občutek drugačnosti.»

Canto-Cortes, Rosario Cortes in Canton (2012) pa se v svoji študiji osredotočajo na »model štirih travmatogenih dinamik« (Finkelhor in Browne, 1985). Namen študije je analizirati, kako se odrasli preživeli psihološko prilagodijo na posledice spolne zlorabe v otroštvu, ter določiti vlogo občutkov, ki jih povzroča zloraba. Vzorec študije zajema 182 preživelih in še primerjalno skupino 182 odraslih, ki niso spolno zlorabljeni. Rezultati kažejo, da imajo odrasli preživeli večja razvrščanja pri anksioznih motnjah, tesnobi in depresiji in nižja razvrščanja pri samozavesti. Če povzamemo študijo:

- rezultati potrjujejo povezavo med posledicami spolne zlorabe in razvojem psiholoških težav v odrasli dobi, pri čemer rezultati pojasnjujejo občutke preživelih, ki se lahko v veliki meri pri prilagajanju žrtve spreminjajo.

Ko se odrasla žrtev sooči s svojimi posledicami spolne zlorabe, se na te posledice odziva na naslednje načine (Bass in Davis, 1998, str. 74): omalovaževanje, racionaliziranje, zanikanje, pozabljanje, razcep, zapuščanje telesa, nenehen nadzor, miselna odsotnost, kaos, nenehna čuječnost, humor, zaposlenost (delo), beg, samotrpincenje (samopoškodovanje), poskusi samomora, zasvojenost in osamljenost.

Soočanje s posledicami pomeni okrevanje, ki ima določene stopnje. To prikazuje Tabela 2.1. Skozi stopnje okrevanja, ki jih omenjata Bass in Davis (1998), mora skoraj vsaka žrtev spolne zlorabe v otroštvu.

Tabela 2.1. *Stopnje okrevanja*

(povzeto po Bass in Davis, 1998, str. 76-77)

<i>Stopnje okrevanja</i>	<i>Opis</i>
Odločitev za okrevanje	Žrtev se mora zavestno zavzeti, da hoče okrevati. Globoko okrevanje je mogoče, kadar se žrtev sama odloči zanj in ima voljo spremeniti se
Obdobje krize	Ukvarjanje s spomini in potlačenimi občutki žrtev pripelje v krizo, ki je le ena od stopenj, ki ne traja večno.
Spominjanje	Je proces, ki preživelim žrtvam povrne nazaj njihove spomine in občutke. Veliko žrtev spomine potlači, tiste, ki pa ne pozabijo dogodkov, pa pogosto pozabijo, kako so te dogodke občutile.
Verjetje, da se je res zgodilo	Pogosto gre za dvom, ali so njihove lastne zaznave resnične. Tukaj začnejo verjeti, da se je zloraba res zgodila in da jih je prizadela.
Pretrganje molka	Večina preživelih o zlorabi nikomur ne pove v otroštvu. S pretrganjem molka se bodo znebile sramu.
Razumeti, da ni bila njihova krivda	Otrok ni nikoli kriv za zlorabo. Vedno je kriv storilec!
Vzpostavitev stika z otrokom v sebi	Mnoge preživele žrtve izgubijo stik s svojo ranljivostjo. Stik z njihovim otrokom v njih samih jim bo pomagalo občutiti usmiljenje do njih samih, še večjo jezo na storilca ter povezanost z drugimi.
Samozaupanje	Preživele morajo prisluhniti svojemu notranjemu glasu in se naučiti zaupati svojim lastnim zaznavam, občutkom in intuiciji. To so novi temelji za vključevanje v življenje.
Žalovanje in obžalovanje	Preživele niso mogle ne v otroštvu ne v odraslosti niso mogle privoščiti, da bi občutile škodo, ki so jo utrpeli zaradi spolne zlorabe. Obžalovanje pa je način, da začnejo ceniti svojo bolečino, jo izražati in s tem prestaviti v sedanjost.
Jeza	Je steber okrevanja, je močna in osvobajajoča sila. Ko jo preživele odkrijejo v sebi, jo naj usmerijo na storilca in na tiste, ki jih niso zavarovali. To je tudi ključni pogoj za okrevanje.
Razkritje in soočenje	Neposredno soočenje s storilcem in/ali s prvotno družino ni primerno za vsako preživelo žrtev. Lahko pa je učinkovit in očiščujoč proces.
Odpuščanje	Bistveno je, da preživele odpustijo same sebi. Odpuščanje storilcu ni bistveni del proces okrevanja.
Duhovnost	Je enkratno osebno doživetje, ki ga lahko najdejo v veri, meditaciji, naravi ali v svoji podporni skupini. Duhovnost jim lahko tudi dà občutek za moč, ki je večja od njih samih
Razrešitev in napredovanje	Preživela mora večkrat skozi vse stopnje, da doseže stopnjo integracije. Utrdijo in umirijo se občutja in pogledi. Preteklosti ne bodo mogle izbrisati, vendar bodo spremenile svoje življenje. Pridobile bodo zavedanje, sočutje in moč.

Za nekatere od teh stopenj Bass in Davis (ibid.) navajata, da niso za preživele žrtve enako uporabne. To so: obdobje krize, spominjanje, razkritje in soočenje (s prvotno družino), odpuščanje.

1.11. STRATEGIJE PREŽIVETJA SPOLNE ZLORABE PRI ODRASLIH

Najprej omenimo faze, kako se otrok odziva na spolno zlorabo. Summit (1983, v Rakovec-Felser, 2015) s svojim modelom »Prilagoditvenega sindroma spolno zlorabljenega otroka«¹⁶ pokaže odzive otrok na zlorabo. Razvrsti jih je v 5 faz:

1. *Ohranjanje skrivnosti*
2. *Nemoč*
3. *Sprejetje in prilagoditev*
4. *Odlaganje in neprepričljivo razkritje*
5. *Umik*

Prva in druga faza opredeljujeta osnovno ranljivost otroka, tretja, četrta in peta faza pa so odvisne od spolnega napada (trajanje, starost otroka, »vrsta« storilca).

V 1. fazi storilec z manipulacijo otrokovih čustev otroka pripravi, da molči (»To je najina skrivnost, ne povej nikomur, nihče ti ne bo verjel, če poveš mami, te ne bo imela več rada, če ji boš povedal, jo bom ubil«).

Sledi 2. faza, v kateri je otrok nemočen v nastalem razmerju z odraslo osebo, ki ji je do takrat zaupal in ji je bil čustveno privržen. Otrok je nemočen in tudi osamljen in ne more upati na pomoč in ne vidi rešitve.

V 3. fazi otrok situacijo sprejme in se ji poskuša vsaj zasilno prilagoditi, ker nima upanja, da bi se zlorabe rešil.

Sledi 4. faza, ki narekuje otrokovo razkritje zlorabe. Otrok se že veliko lažje upre storilcu, vendar to običajno naredi čustveno razburjen, zato je v okolici bolj videti upornik kot pa žrtev. Tako pri ljudeh, ki bi mu lahko priskočili na pomoč, vzbuja dvom in pomisleke. Tako otrok dobi potrditev, da so vsi njegovi predhodni strahovi, da mu nihče ne bo verjel, da nihče ne bo razumel njegove stiske in mu nihče ne bo ponudil pomoči in zaščite. Starši ga/jo imenujejo za lažnivca ali lažnivko, ne marajo ga/jo videti, mati ji/mu ne verjame in

¹⁶ *The Child Sexual Abuse Accommodation Syndrome*

sama zapada v stanja histerije in besa. Družina postane razdrobljena, očetu grozi zapor in mamu skrbi, kako bodo preživeli. V vsem tem kaosu pa vsi za to, kar se dogaja, krivijo otroka, ki je končno razkril dolgo zamolčano skrivnost.

V 5. fazi pa se v takih razmerah pridružijo še pritiski in grožnje s strani mame. In tako se žrtev neredko tudi zlomi in prekliče vse predhodne izjave in se na ta način umakne.

Eden od načinov preživetja tako odraslih kot otrok je tudi aktiviranje obrambnih mehanizmov, med temi je najpogostejša disociacija (Sanderson, 2006, str. 185). Niso pa vsi odrasli, ki so preživeli spolno zlorabo, doživeli disociacije ali razvili disociativne motnje. To je lahko delno posledica tega, da vsi preživeli ne doživljajo spolne zlorabe kot travme. Veliko spolnih zlorab se dogaja v kontekstu navezanosti, kjer so fizične bolečine in grožnje minimalne. To lahko povežemo z ljubečim odnosom otrok/odrasla oseba. Majhni otroci, ki ne morejo tega povezati s spolno zlorabo in dojeti, da to je spolna zloraba, ne bodo tega razumeli kot travmo. Obrambni mehanizem se zato ne bo aktiviral in ne bo prišlo do disociacije.

Bagley in King (2004, str. 127) navajata simptome vedenja žrtev, ki so bile spolno zlorabljene, ki so: ranljivost, naučena nemoč, samoobtoževanje, travmatične reakcije in travmatska vez. To simptomatsko vedenje se obravnava kot strategija preživetja pri spolni zlorabi.

Disociacija, mejne psihoze in večplastne osebnosti so eni izmed najbolj ekstremnih simptomov preživetja. Odrasle preživele žrtve so v odraslosti izpostavljene tudi stresorjem, ki so lahko nevarni, če ni pomoči v obliki socialne podpore in terapijske pomoči. Razvijejo se lahko hude depresije, anksiozna stanja in samomorilna vedenja. Epidemiološke raziskave kažejo, da ima 20 % – 25 % preživelih žrtev spolne zlorabe v otroštvu kronične ali pogosto resne težave z duševnim zdravjem, ki so posredno ali neposredno nastale zaradi spolne zlorabe in povezane s težavami v družini, vključno z fizično in čustveno zlorabo in z izgubo ali odhodom enega od staršev (ločitev).

Če upoštevamo vse te različne dejavnike, vse študije pokažejo, da obstaja pomembna in vzročna povezava med spolno zlorabo v otroštvu in kasnejšimi težavami v duševnem zdravju.

V Tabeli 3.1. so navedene strategije preživetja, ki jih imajo preživele žrtve kot orodje, da se spoprimejo s stresom in travmo in tako preživijo spolno zlorabljanje in njegove posledice. Več o posledicah spolne zlorabe prikazuje tudi Slika 3.1.

Tabela 3.1. *Strategija preživetja - obrambni mehanizmi*

(povzeto po Bass in Davis, 1998, str. 56-68 in po Repič, 2008, str. 42-44)

Obrambni mehanizmi in strategije preživetja odraslih preživelih
Omalovaževanje: odrasla preživela zmanjšuje pomen in težo travmatičnega dogodka. Odraslim preživelim pomaga, da vidijo, da jih zloraba ni tako poškodovala. Tako občutki postanejo potlačeni v podzvesti (nezavednem) (Bass in Davis).
Disociacija: pojav pri odraslih preživelih žrtvah, ko ima dva nasprotujoča si pogleda na istega človeka ali dogodek (Bass in Davis). Je tudi stanje, ko odrasla preživela občuti, da sta njeno telo in um ločena (zapuščanje, telesa, pobeg iz telesa) (Repič).
Zanikanje: odrasla preživela zanika, da se je spolna zloraba zgodila (Bass in Davis).
Pozabljanje: zloraba je tako globoko potlačena, da jo odrasle preživele lahko popolnoma pozabijo in jo lahko povzroči »trigger« - sprožilec (npr. dogodek, oseba, slika, kraj, vonj, zvok) (Bass in Davis).
Racionalizacija: odrasla preživela poskuša razumsko obrazložiti zlorabo in najti vzroke zanjo (Bass in Davis).
Nenehen nadzor: odrasla preživela ima s tem občutek varnosti, to lahko vodi v skrajnosti kot so kompulzivno-obsesivna ravnanja (Bass in Davis).
Nenehna čuječnost: odrasla preživela nenehno spremlja, kar se dogaja okoli nje, pozorna je na vsako spremembo. To je na nek način podobno nenehnemu nadzoru (Bass in Davis).
Perfekcionizem: s tem se odrasla preživela trudi biti popolna, brez napak. Oseba se trudi biti idealna. S tem bi si od storilca »prislužila«, da se ji zloraba ne bi ponovno zgodila (Repič).
Miselna odsotnost: zmanjšana zmožnost zaznavanja prisotnosti v trenutnem dogajanju, s tem se odrasla preživela izogne soočenju z nečim, s čimer se še ne zmore soočiti, in se na tak način obvaruje bolečine (Bass in Davis).
Zasvojenost: odrasla preživela hoče s tem obvladati notranjo bolečino, posluhuje se raznovrstnih zasvojenosti (droga, alkohol, zdravila, cigareti, spolnost, ipd.) Zasvojenost je navadno samodestruktivna. Z zasvojenostjo poizkušajo otopiti, potlačiti ali izriniti boleče občutke in spomine (Bass in Davis).
Zamrznitev: odrasla preživela čustveno, telesno in intelektualno ohromi, v okoliščinah, ki jih spominjajo na travmatično izkušnjo. Popolnoma ohromi njihova sposobnost delovanja, izgubijo nadzor nad situacijo (Repič).
Hazardiranje: z njim odrasle preživele udeležujejo hrepenenje, da jih bo iznenada doletela sreča. Kar naprej upajo, da se bo življenje čudežno spremenilo na bolje (Bass in Davis).
Poskus samomora: je samodestruktivno dejanje. S tem se odraslim preživelim zdi, da je to edino, kar jim še ostane v življenju, ki ga več ne zmorejo nadzorovati (Bass in Davis).
Težave s hranjenjem-motnje hranjenja: anoreksija, bulimija, kompulzivno prenašanje. Največkrat se pojavijo v puberteti. Vse te motne so poskus reči »ne« in dobiti nadzor nad svojim telesom, ki se razvija in spreminja. Odraščanje je zato lahko za telo grozljivo (Bass in Davis).
Versko prepričanje: nudi odrasli preživeli občutek varnosti s pravili in omejitvami, v okviru vere pridobi potrditev, da dela dobro. To ji poveča občutek lastne vrednosti, ki ji ga je dogodek zlorabe vzel. Razlaga si, da je bilo njeno trpljenje del »višjega načrta« (Bass in Davis).
Kraja: s krajo se preživele žrtve zamotijo in podoživljajo občutke, ki so jih čutile ob zlorabljanju – krivdo, grozo in naval adrenalina (Bass in Davis).
Izogibanje intimnosti: odrasla preživela se poizkuša izogniti bolečini in temu, da bi bila ponovno prizadeta znotraj odnosov. Bojijo se, da bi z intimnimi odnosi bolečina prišla na plan (Bass in Davis).
Humor: z njim odrasle preživele blažijo bolečino, izboljša razpoloženje, z njim privrejo čustva na plano (Bass in Davis).
Deloholizem: z njim odrasle preživele dosegajo dobre rezultate, delovno uspešnost lahko nadzirajo, lahko pomeni tudi način, kako se izogniti notranjemu življenju ali stikom z ljudmi (Bass in Davis).
Laganje: da je do zlorabe sploh prišlo, odrasle preživele tako postanejo lažnivke nasploh v življenju (Bass in Davis).
Težave v spolnosti: nekatere odrasle preživele se izogibajo spolnosti, lahko pa jo sprejmejo v omejenem obsegu- zanositev, za potešitev partnerjevega zadovoljstva. Lahko se predajajo prekomerni spolnosti ali pa so do nje distancirane.

1.12. OKREVANJE PO SPOLNI ZLORABI PRI ODRASLIH PREŽIVELIH ŽRTVAH SPOLNE ZLORABE

Ogden (idr., 2006, v Mojškerc, 2018) razdeli potek okrevanja po travmi poteka v tri faze (Tabela 4.1.): stabilizacija, predelava travme in integracija. Namen terapije travme je iz fragmentiranosti telesnih občutij, čustev in misli pomagati k razvoju celovite, defragmentirane zgodbe in doživetja samega sebe, kar prispeva k psihičnemu okrevanju.

V fazi stabilizacije težimo k lažšanju simptomov in k uravnovešenju. Obravnavava travmatičnih spominov ne spada v to fazo. Obravnavanje travme vsebuje mnogo nevarnosti: ponovno travmatiziranje (retravmatizacija), še močnejšo disociacijo kot doslej, povečanje občutljivosti na travmatične dražljaje ter izgubo možnosti normalnega delovanja v vsakdanjem življenju.

Tabela 4.1. *Okrevanje po travmi*

(prirejeno po Ogden idr., 2006, van der Hart idr., 2006, v Mojškerc, 2018)

<i>Faza stabilizacije</i>	<i>Faza predelave travme</i>	<i>Faza integracije</i>
Težimo k lažšanju simptomov in k uravnovešenju	Nastopi, ko je človek stabiliziran	CILJ = integracija in normalno življenje
Obravnavanje travme vsebuje mnogo nevarnosti: ponovno travmatiziranje (retravmatizacija), še močnejšo disociacijo kot doslej, povečanje občutljivosti na travmatične dražljaje ter izgubo možnosti normalnega delovanja v vsakdanjem življenju	Pazljivo napredovanje in uravnavanje stopnje stresnega odzivanja ✓ ni potrebno povedati vseh podrobnosti travmatičnega dogodka	✓ graditev novega jaza, novih verovanj, novih stališč ✓ graditev novih odnosov ✓ ustvarjanje prihodnosti
V tej fazi travmatične spomine zavestno odložimo na kasneje	Obravnavanje dogodka se odvija v stanju optimalnega stresnega odzivanja, da ne bi travmatičnega dogodka ponovno doživljali, pač pa ga integrirali v narativni spomin	
Pomembna je psihoedukacija in učenje ✓ kako biti prisoten v tem trenutku ✓ kako zmanjšati strah in normalizirati vsakdanjik pomemben je občutek varnosti	S tem postane travmatičen dogodek ozaveščen del lastne življenjske zgodbe	
Težimo k razvoju sočutja do sebe, svojih čustev in občutkov		

1.12.1. Proces okrevanja

Podoben proces okrevanja preživelih žrtev spolne zlorabe poda tudi Herman (1992, v Mitchell in Morse, 1998, str. 181-192), ki iz lastnih izkušenj kot terapevt, opiše 3 faze dela s preživeliimi žrtvami:

1. faza: *zaupanje in varnost*: je za terapevta, da razvije zaupen odnos s preživelo žrtvijo, s katero bo delal ter da se vzpostavi varen terapevtski odnos med njima,
2. faza: *spominjanje in žalovanje*: je za preživelo žrtev, da se spominja in žaluje za vsem, kar je izgubila zaradi spolne zlorabe; žrtev spregovori o travmatičnih dogodkih,
3. faza: *ponovna povezava*: kjer žrtev ponovno gradi na svoji intimnosti in identiteti; žrtev mora razviti zaupanje in odnose z drugimi, zato se v tej fazi pojavi 5 vrst strahu (Sheehan, 1994, ibid.) :
 - ✓ strah pred združitvijo - izguba samega sebe in izguba kontrole (nadzora),
 - ✓ strah pred zapuščenostjo - izguba zaščite in zavetja od pomembnih drugih oseb iz otroštva,
 - ✓ strah pred razkritostjo - strah, da bi žrtev spoznali in izvedeli, za kaj v resnici gre; ta strah je povezan s sramom,
 - ✓ strah pred napadom - strah pred čustvenim ali fizičnim napadom,
 - ✓ strah pred lastnimi destruktivnimi impulzi - pojav besa in strah, da bo žrtev poškodovala koga drugega.

Ko se preživela žrtev sooči s strahovi, lahko zaživi na novi poti in se sooči s potlačenimi čustvi, ki so takšni zaradi obrambnega mehanizma preživetja.

Kot navaja Rozman (2015, str. 194-195) se okrevanje ne more zgoditi v izolaciji, ampak so za to potrebni odnosi z ljudmi, v katerih se obnavljajo osnovne psihološke moči, ki jih je okvarila travmatska izkušnja - v našem primeru spolna zloraba v otroštvu.

Popraviti je treba osnovne sposobnosti zaupanja, avtonomije, iniciative, kompetentnosti, identitete in bližine (Ericson, 1963, v Rozman, 2015).

Kadar gre za osebo, ki je odraščala v nevarni navezanosti, še posebno, če so bili njeni primarni skrbniki tudi psihično ali fizično nasilni, je potrebno te rane zaceliti v varnem odnosu.

Spolna zloraba prinese veliko psiholoških travm, najpomembnejši posledici psihološke travme pa sta nemoč in prekinitev njenih vezi z drugimi ljudmi. Zato je bistvo okrevanja v tem, da se žrtvi vrne moč in da se zgradijo nove vezi z ljudmi (Rozman, 2015).

Obstajata dve načeli okrevanja:

1. *pomoč žrtvi, da razvije svoje moči* (opolnomočenje, dodajanje moči): žrtev mora sama biti nosilce svojega napredka. Dokler se doživlja kot žrtev, se doživlja kot oseba, ki je bila pasivna, medtem ko jo je nekdo ranil. Zdaj pa se mora postaviti v aktivno vlogo in izraz žrtev je ne opisuje več.
2. *okrevanje se mora zgoditi v varnem odnosu med terapevtom ali terapevtko in uporabnikom ali uporabnico*: varnost odnosa ne pomeni, da v odnosu ni izzivov niti da kdaj ni težko, ampak izhaja iz tega, da si terapevt ali terapevтка in uporabnik ali uporabnica delita odgovornost za odnos in jasno postavljene cilje

1.12.2. Viri okrevanja in ključne osebe pri okrevanju

Za vsako preživelo žrtev je pomembna pomoč, ki je na voljo pri okrevanju. Virov okrevanja in vrst pomoči je veliko, najbolj ključno pa je, da je ta pomoč strokovna, podkrepljena z znanjem osebe, ki jo nudi in izvaja. Za pomoč se odrasla preživela žrtev obrne, ko se je pripravljena soočiti s svojimi travmami in posledicami, ki jih je povzročila spolna zloraba v otroštvu. Vsaka dobronamerna pomoč je dobrodošla, vendar je velikokrat v rokah preživele žrtve, da pomoč poišče sama, zato je še toliko bolj pomembno ozaveščanje in informiranje o tem tako na globalni, državni in lokalni ravni. Vendar ne smemo zanemariti nezlorablajoče bližnje z vidika nudenja podpore odraslim preživelim žrtvam, še posebno ne v primeru, ko so v otroštvu tudi sami bili zlorabljeni.

Če so nezlorablajoči bližnji zatrli in potlačili svojo travmo ali pa zanikajo svojo izkušnjo spolne zlorabe v otroštvu, ko slišijo o izkušnjah svojega lastnega otroka o spolni zlorabi, lahko tudi somatizirajo - to pomeni, da se skozi njihovo telo izrazi nelagodje trpljenja, ki je nastalo na psihološki ravni. Ponovno izkusijo začetni odziv na svojo lastno zlorabo, kot da se je pravkar zgodila. Vse ponovno doživijo – postanejo ponovne žrtve in so ponovno travmatizirane, ko se soočijo z razkritjem spolne zlorabe svojega otroka (Schmidt, 2015). Na podoben način se odzovejo tudi nezlorablajoči bližnji, ki se soočijo z razkritjem spolne zlorabe svojega prijatelja ali prijateljice, sorodnika ali sorodnice, znanca ali znanke.

Ko pa gre za starše in njihove otroke, pa je odziv staršev pomemben za otrokovo delovanje in odzivanje, ko se zloraba razkrije. Moč in podpora odnosa med nezlorabljačim staršem

in njegovim otrokom sta pomembna za proces okrevanja žrtev. Ker je narava odnosa med nezlorabljaočim staršem in otrokom, žrtvijo spolne zlorabe, izrednega pomena za otrokovo okrevanje in psihološko prilagajanje, morajo socialni delavci in delavke, klinični psihologi in psihologinje, terapevti in terapevtke, zdravstveno strokovno osebje in ostali, zagotoviti takojšnje strokovno posredovanje pomoči in podpore tako nezlorabljajočemu staršu kot tudi zlorabljenemu otroku. Zato je ključna strokovna pomoč in pravočasen odziv strokovnih služb tudi za osebe, ki pomagajo pri okrevanju in so vir moči.

1. Individualno svetovanje

Za preživele žrtve je najpomembnejše, da je terapevt ali terapevtka usposobljena in ima strokovno znanje na psihosocialnem področju in na področju spolnih zlorab. Terapevt ali terapevtka mora odraslo preživelo žrtev čutiti, jo razumeti, podpirati in v prvi vrsti ji verjeti. Vse to se mora zgoditi že zgodaj v procesu okrevanja. Nekatere preživele žrtve imajo raje terapevtko, ker se počutijo varnejše o zlorabi govoriti z žensko. Nekatere izberejo terapevta, ker raje delajo z moškimi, ker so se jim naučile zaupati in se družiti z njimi na zdrave načine. Nekatere preživele žrtev doživljajo svetovanja kot pribežališče, druge pa se bojijo vsakega svetovanja posebej in se morajo prisiliti, da pridejo. Ko odrasle preživele začnejo prepoznavati svoje vedenjske vzorce in razvijati vse več življenjskih spretnosti, je to znak, da je svetovanje šlo v pravo smer, da je obrodilo sadove in da je bila vzpostavljena vez med terapevtom ali terapevtko in odraslo preživelo žrtvijo (Bass in Davis, 1998, str. 382-385).

2. Skupine za samopomoč in podporne skupine

Ena od pomoči pri okrevanju je tudi samopomoč,¹⁷ ki je opredeljena kot »poskus udeležениh, da z lastno udeležbo solidarno zgradijo mrežo socialnih podpor, preizkusijo nove oblike reševanja življenjskih problemov in si spet pridobijo vire lastnega odločanja in oblikovanja moči« (Herriger, 2002, v Klemenčič Rozman, 2011). Samopomoč se dogaja in razvija v skupinah za samopomoč, ki so tudi varno zavetje preživelih žrtev. Najvplivnejši dejavnik učinkovitosti, ki se pojavlja v teh skupinah, je skupinski proces. V teh skupinah, ki so ponavadi manjše, se odvijajo razni procesi: identifikacija z vrstniki in s skupino, učenje skozi dejavnost in izkušnjo, spodbujanje komunikacije med enakovrednimi člani, povečane priložnosti za druženje, zlom posameznikovih psiholoških obramb skozi dejavnost skupine, odprto razpravo in konfrontacijo, čustveno in socialno podporo med člani, doseganje določenega statusa v skupini, simulacijo pogojev zunanjega sveta v skupini (ne pa odnosa

¹⁷ *self-help*

med klientom ali klientko in strokovnjakom ali strokovnjakinjo) in »pomočniški princip« (Katz, 1993, v Klemenčič Rozman, 2011, str. 39).

Skupine za samopomoč so hkrati tudi lahko podporne skupine, ki dajejo članicam in članom podporo pri soočanju s spolno zlorabo in okrevanju pri tem. Kot navajata Bass in Davis (1998) je skupinsko delo uporabno za premagovanje sramu, osamljenosti in skrivnostnosti. Zgodbe ostalih članov in članic lahko vzbudijo spomine pri nekaterih, ki nejasno čutijo svoje občutke. Pogovarjanje z ostalimi preživeli žrtvami spolne zlorabe je koristno tudi za reševanje problemov. Skupine so organiziranje za določeno časovno obdobje, lahko so splošne ali pa se osredotočajo na določene teme. Lahko imajo vodjo, ki ima nalogo moderatorja oziroma usmerjevalca pogovora.

Ključne osebe pri okrevanju so najboljša pomoč za preživele žrtve. Te osebe so jim blizu, jim verjamejo, zaupajo, jih poslušajo in tudi slišijo. To je lahko partner ali partnerica, mož ali žena, prijatelj ali prijateljica, sorodnik ali sorodnica, brat ali sestra, svetovalec ali svetovalka, terapevt ali terapevtka..., najvažnejše je, da se preživela žrtev ob njem ali njej počuti varno in sprejeto in da mu ali ji lahko zaupa svoja občutja in hudo izkušnjo v preteklosti, ki se ji je zgodila.

V Tabeli 5.1. vidimo opis, kaj je pomagalo preživelim žrtvam spolne zlorabe, da so se lažje soočile s posledicami in jim je bilo okrevanje lažje.

Tabela 5.1. *Vrste pomoči preživelim žrtvam spolne zlorabe*

(povzeto po Sandreson in Cuppage, 2015, str. 43)

	<i>Kaj je pomagalo preživelim žrtvam?</i>
RAZKRITJE	da so jih poslušali, da so bile slišane, da so jih poslušali, da so jim verjeli - za nekatere: soočenje s storilcem
DRUŽINA	podpora s strani družine – tudi bratov in sester, ponovna vzpostavitev odnosa z nezlorabljačim staršem za nekatere: pretrganje vseh stikov z vsemi družinskimi člani, izselitev iz domačega kraja
PRIJATELJI IN PARTNERJI	podpora s strani zaupnih prijateljev in prijateljic, partnerjev in partnerk, ki jih ne obsojajo in katerim se lahko preživele žrtve zaupajo
STROKOVNA PODPORA	dolgoročna terapevtska podpora s strani svetovalcev in svetovalk, ki imajo specialistična znanja in so izobraženi in izobražene za delo s spolnimi zlorabami, so pripravljeni in pripravljene sprejeti preživele žrtve, imajo izkušnje pri delu s travmatičnimi sindromi in imajo željo terapevtsko delati s celotno družino ✓ podpora s terapijo za odvajanje od različnih vrst odvisnosti, rehabilitacija, skupinske terapije, samopomočne skupine, akupunktura, fizioterapija, telovadba, reiki, homeopatija, zeliščarstvo, refleksologija, ✓ želijo si strokovnjakov, ki jim je mar za njih in jim lahko sledijo
ZDRAVILNE TEHNIKE	tehnike »prizemljevanja« ¹⁸ , meditacije, ponovni stik s svojim telesom, redna telesna vadba, odpuščanje – oprostiti storilcu, branje literature o spolni zlorabi, delavnice za osebni razvoj, imeti svoje otroke, samozavedanje, imeti rad samega sebe, skrb za sebe, umetnost, umetniško izražanje, glasba, petje
POVEZOVANJE	povezovanje z ljudmi, sklepanje novih prijateljstev, grajenje podporne mreže z ostalimi ljudmi, vključujoč ostale preživele žrtve, spregovoriti o zlorabi, premagati sram, za nekatere: sposobnost govoriti s svojimi odraslimi otroki o svoji izkušnji spolne zlorabe in jih opremiti, da se pretrga krog zlorabe

¹⁸ *grounding*

1.13. ODNOS NEZLORABLJAJOČIH STARŠEV DO ODRASLE PREŽIVELE ŽRTVE SPOLNE ZLORABE

1.13.1. Starši - mati, oče ali partner matere

Nevladna organizacija iz Velike Britanije (CIS'ters – Surviving Rape and Sexual Abuse, 2020) opozarja, da je veliko nezlorablajočih staršev ali skrbnikov, ki se zaradi spretnosti povzročitelja zlorabe popolnoma na zavedajo, kaj je njihov otrok doživel. Ko spoznajo, kaj se je otroku ali odraslemu preživelemu zgodilo, naredijo vse, kar je v njihovi moči, da mu pomagajo. V takšnih primerih je lahko čustveni odziv nezlorablajočih staršev ali skrbnikov pretiran. Tukaj pa je potrebno opozoriti, da se lahko v teh okoliščinah otrok žrtev ali preživeli odrasli počuti odgovornega za pretirano razburjanje nezlorablajočega starša ali skrbnika in se lahko zato na tej točki otrok žrtev ali odrasli preživeli umakne. Pomembno je poudariti, da to ne pomeni, da zlorabe ni bilo, ampak pomeni, da hoče otrok žrtev ali odrasli preživeli zaščititi nezlorablajočega starša ali skrbnika.

Večje tveganje, da bodo otroci, ki so utrpeli spolno zlorabo in spregovorijo o tem, imeli hude psihične posledice, je pri tistih, ki ne dobijo prave starševske podpore, če so njihovi starši tisti, ki jih ne zlorablajo (Šraj, 2010).

Veliko je raziskav, ki to dejstvo tudi potrjujejo (v Šraj, 2010):

- Lynskey in Ferguson (1997, v Cohen in Mannarino, 2000) opravita longitudinalno študijo in ugotovita, da družinski odnosi in družinska podpora, pomembno vplivajo na psihološko stanje pri 18-letnikih.
- Cohen in Mannarino (2000) ugotovita, da občutek, da starši ne verjamejo tvojim besedam in visoka prilagodljivost žrtve na pričakovanja družine, pomembno doprineseta k anksioznim simptomom, vezanih na travmo, ter tesnobi in depresiji.
- Rosenthal, Feiring in Taska (2003) navajajo mnoge raziskave, ki ugotavljajo, da je starševska podpora povezana z manj simptomi in posledicami pri žrtvi.

Mati ali oče, kot nezlorablajoča starša, se lahko na razkritje zlorabe svojega otroka odzoveta na naslednje načine (Fowler, 2008, str. 137-138):

1. *Zanikanje spolne zlorabe:* nekateri nezlorablajoči starši ne morejo verjeti, da se je njihovemu otroku lahko kaj takega zgodilo. Vse to zanikajo. Bojijo se tudi, da bi

razpadla zakonska zveza in razpad družine. Ponavadi se odzivajo na način: »Jaz bi vedel/a, če se kaj dogaja.«

2. *Racionalizacija*: če je mati kot nezlorablajoča in oče storilec, se mati ponavadi odzove na način: »Moj mož je prijeten človek.«, »Je zelo ljubeč oče.«
3. *Minimalizacija*:
 - »Zgodilo se je samo enkrat ali dvakrat.«
 - »Bilo je ljubkovalno, lahko pa bi bilo veliko slabše.«
 - »Tukaj ni šlo za spolnost - on ji je bil samo naklonjen.«
4. *Obramba*: nekateri odrasli bodo hoteli drugim povedati, da v zlorabi niso imeli nobene vloge in da so dobri starši. Morda bodo pri njih iskali tudi potrditve o njihovih starševskih sposobnostih.
5. *Krivda*: starši se bodo počutili krive, ker niso prepoznali signalov, ki jim jih je pošiljal otrok, ali tudi fizičnih znakov spolne zlorabe. Lahko se izrazijo na način: »Počutim se grozno - le kako bi se to lahko zgodilo?«
6. *Ambivalenca*: zaradi občutkov krivde, ki jih ima lahko starš ali oba starša, se lahko obnašajo ambivalentno, to pa si ne bi smeli razlagati kot pomanjkanje skrbi za otroka ali pa celo obtožbe.
7. *Žalost in depresija*: to bodo lahko pokazali s svojo ravnodušnostjo, pomanjkljivim izražanjem in z slabim razpoloženjem. Nekateri starši bodo lahko zaradi tega poiskali tudi zdravniško pomoč.
8. *Strah*: nekateri odrasli se odzovejo s strahom in zaskrbljenostjo, da se lahko pojavijo nadaljnje spolne zlorabe.
9. *Jeza*: se lahko kaže kot projekcija občutkov, neposredno povezanih s spolno zlorabo oziroma odziv zaradi negotovosti, ki jih čaka v prihodnosti. Včasih je jeza usmerjena neprimerno – osredotočena na določene ljudi ali situacije npr. kdaj, ko prihaja do stikov s storilcem.

Vse te načine bi lahko poimenovali strategije preživetje nezlorablajočih staršev, ko se soočita s spolno zlorabo otroka.

1.13.2. Mati

Študija Allnock in Miller (2017, v Bond, Ellis, McCusker, 2018) kaže, da so imeli odrasli, ki so preživeli spolno zlorabo v otroštvu, negativne izkušnje razkritja svojim nezlorablajočim materam, ki jim niso verjele, so jih ignorirale in tudi obtožile, da lažejo. Skoraj polovica preživelih je priznalo glede razkritja, da so bili negativni odzivi ožjih družinskih članov, ali je bila to normalizacija ali zanikanje, posledice medgeneracijskega cikla zlorab znotraj njihovih družin in so močno povezane z družinskimi člani, ki so imeli lastno izkušnjo zlorabe.

Razkritje (ibid.) je lahko zapoznelo, ali pa je zavrnjeno s strani oseb, katerim je bila zloraba zaupana. Razloga za zapoznelo razkritje pa sta predvsem stigma in sramota.

Večina žensk, odraslih preživelih, ki so bile žrtve spolne zlorabe, občuti pri poznejšem reševanju svojih duševnih poškodb tudi bes in jezo na mater, ker jih ni znala zaščititi in jih je pustila na cedilu. Za prizadeto osebo je to pomembno in prav in nujno potrebno. Kljub temu mati ni oseba, ki nosi odgovornost za zlorabo otroka (Frei, 1996).

Da preživela žrtev spolne zlorabe sploh zmore spregovoriti, sta pomembna dejavnika opora in pomoč iz okolja, ki jo žrtev spolne zlorabe zazna in se nanjo lahko tudi zanese. Za žrtev je predvsem pomembno to, da ji verjame njena mati, če je to oseba, ki je ni zlorabljal. Z njene strani naj bi bila deležna podpore in zaščite pred možnostjo nadaljnje zlorabe. Njeno oporo otrok občuti, če zaradi izpovedanega ni izpostavljen poznejšim pritiskom in kaznovalnim manevrom, če čvrsto stoji za njim in verjame njegovim izpovedim. Raziskave so pokazale (Hansen, 1996), da so otroci s podporo triinpolkrat pogosteje razkrivali zlorabo, ki so jo utrpeli, kot otroci, ki so zlorabo doživeli, vendar v svojem okolju glede tega niso bili deležni podpore in pomoči (Rakovec-Felser, 2015).

Elliot in Briere (1981, 1996) ugotavljata, da so žrtve spolne zlorabe, katerih matere jih ob razkritju niso podprle, v postopkih pred sodišči petkrat pogosteje umikale svoje obtožujoče izjave kot otroci mater, ki so otrokovim izpovedim verjele ter so mu pomagale in ga zaščitile (ibid.).

Matere morajo, v primerih, ko je storilec oče ali oči, namreč prevzeti odgovornost v zvezi z zlorabo otroka in ga zaščititi, vse to pa vključuje in zahteva odločitve o eksistenčnih vprašanjih. Žal pa mnoge matere tega ne zmorejo (Šraj, 2010). Velika količina stresa je prisotna pri materah, ki razkrijejo spolno zlorabo otroka in se v takšni situaciji ne znajdejo najbolje (Hieberte-Murphy, 1998, v Šraj, 2010).

Ko je storilec oče ali partner mame, se odnosi žensk (mater) do otrok zaradi njihove interakcije s partnerjem še poslabšajo. Pri takšnih »posebnih odnosih« očeta ali partnerja matere in otroka, gre za obvladovanje otroka, zapletanje v skrivnost, izključevanje matere, še posebno ko gre za zlorabo hčerke, in ko hčerko postavi za »glavno žensko v hiši«. Gre za manipulacijo, grožnje, vsega tega pa se storilci zavedajo in otroke sistematično pripravljajo, da postanejo dovzetni za spolne stike in izkoriščajo njihove potrebe, da si jih pridobijo za žrtve (Conte in ostali, 1989, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 201).

Potrebno pa je omeniti tudi odzive mater na razkritje spolne zlorabe njenega otroka, vendar z vidika, ali je mati tudi sama bila v otroštvu spolno zlorabljen ali ni bila, torej z vidika primarne in z vidika sekundarne viktimizacije.

To raziskavo izvede Hooper (1996, v Zaviršek in ostali, 1996), kjer poudari, da je podpora mater najpomembnejši dejavnik, ki vpliva na otrokovo zdravljenje (Wyatt, Mickey, 1987; Conte, Berliner, 1988; Everson in ostali, 1989) in da ima odsotnost materine podpore precej škodljive učinke (Scott in Flowers, 1988).

a.) Doživljanje spolne zlorabe otrok s strani žensk (mater) iz vidika sekundarne viktimizacije

Kot poudarja Hooper (1996, v Zaviršek in ostali, 1996, str. 193), kombinacija lastnih travm in pomena podpore, ki jo dajejo drugemu, ni značilna le za ženske, katerih otroke so spolno zlorabljali. Vsak otrok ali odrasla ženska, ki je bila posiljena ali spolno izrabljena, ima v povprečju tri pomembne druge ljudi, ki se lahko na izrabljanje odzovejo z žalostjo in so glavni vir podpore za žrtev. Te ljudi imamo lahko za sekundarne žrtve.

Vendar ima mati drugačen položaj kot ostale sekundarne žrtve (Hooper, 1996, v Zaviršek in ostali, 1996) :

1. gre za širšo izgubo, zlasti kadar izrablja partner,
2. v svojem psihološkem razvoju ženske prej kot moški doživijo izgubo razmerja kot izgubo jaza (Baker in Miller, 1988) – to pomeni, da je odkritje spolne zlorabe za ženske zelo ogrožajoče, še zlasti če upoštevamo identifikacijo žensk z družino,
3. od dobre matere se pričakuje, da bo sposobna preprečiti izrabljanje otrok, zato se ženske pogosto počutijo (ali pa drugi tako gledajo nanje) kot da so pri izrabljanju sodelovale,
4. so v drugačem položaju kot veliko drugih sekundarnih žrtev, saj se od njih pričakuje, da bodo v podporo otrokom, ki so primarne žrtve.

Ko matere ugotovijo, da so njihovi otroci zlorabljeni, doživljajo vse to lahko na naslednje načine (Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 198-207):

- kot izgubo ali več vrst izgub – izgubijo zaupanje v moške, ker izrabljajo otroke, izgubo v verjetje v pravičen svet, izgubijo občutek, da imajo nadzor nad svojim življenjem in nad življenjem otroka, izgubile so preteklost in prihodnost ipd.,
- ženske ob razkritju zlorabljanja svojega otroka občutijo izgubo, obžalovanje, da tega niso odkrile že prej, nekatere so v dvomih, saj jim partner-storilec lahko reče »da so samo ljubosumne na svojega otroka«,
- nekatere občutijo nezaupanje ali celo namerno varanje, ko jim otrok ne more povedati ali pa zanika, ko je vprašan o zlorabi. Pa tudi, če otrok noče govoriti o zlorabi, ko je vprašan, se matere pogosto počutijo jezne in frustrirane,
- tiste matere, ki pa so same imele izkušnjo spolne zlorabe (ne s strani sorodnikov), pa lažje razumejo svoje otroke. Povedo, da »je to nekaj, o čemer ne govoriš.«,
- matere, ki izvedo, da njihove otroke oče ali partner spolno zlorablja, in se to po odkritju še nadaljuje, čutijo, da dovolj ne zavarujejo otrok, saj bi morale onemogočiti nadaljnjo izrabljanje. Zato imajo močne občutke krivde. Zlorabe ne morejo zaustaviti zato, ker zaupajo obljubam moških (možev ali partnerjev), da bodo prenehali, da se bodo popravili, ali pa izbrišejo prejšnje dogodke zlorabe iz zavestnega spomina,
- po odkritju zlorabe se nekatere ženske počutijo frustrirane in nemočne, same sebi se zdijo neučinkovite in nesposobne zares pomagati,
- nekatere imajo moč predelati izgube, nekatere ne. Tiste, ki ne predelajo izgube, se začne tudi proces žalovanja, ki pa vsebuje tudi mešanico zanikanja, jeze, krivde in depresije. Če proces žalovanja ni predelan, se ženske oklepajo preteklosti ali pa se oklepajo na misli na maščevanje v prihodnosti, tukaj pa sedanost nima nobenega pomena. Tiste ženske, ki pa so uspele predelati izgube, pa bolje razlikujejo med preteklostjo, sedanostjo in prihodnostjo, vendar črpajo smisel svojega življenja iz sedanosti (ibid.).

Položaj nezlorablajočih bližnjih, ki niso vedeli za zlorabo, je težak še posebej z vidika njihove zmožnosti nuditi oporo preživeli žrtvi. Če je podporni oseba mati, ji je težko sprejeti zlorabo otroka. Vsa skrivnostnost, ki obkroža spolno zlorabo, nakazuje, da ni jasnega konca tega procesa in ne niti jasnega začetka (Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996).

Glede materinstva so sociološke raziskave pokazale, da so za doživljanje le-tega značilni konflikti in protislovja, katerih vzrok je v socialnih razmerah, in da je pri njih veliko tveganje izolacije, depresij in frustracij (Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 197).

Materinstvo lahko osmisli življenje žensk, vendar pa je ustvarjeno iz socialne interakcije med žensko, njenim otrokom in drugimi, zato je potemtakem negotovo. Boulton (1983, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996) v svoji raziskavi ugotovi, da je doživljanje materinstva povezano z naravo njihovega (materinega) odnosa z možmi, ki najbolj vpliva na to, kako matere sprejemajo sebe kot matere. Tiste matere, ki so brez partnerjeve podpore, so občutljivejše za vsakdanjo realnost opravi in skrbi za otroka in za izgubo smisla (Boulton, 1983), in veliko bolj so podvržene depresiji (Brown in Harris, 1978, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996).

Tako imenovana »zamenjava vlog« med materjo in otrokom je vzorec odvisnosti od otrok, ki naj bi zadovoljevali potrebe žensk (mater). To je povezano z doživljanjem nasilja samih teh žensk. Tako Stark in Flitcraft (1988, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 198) menita, da gre ženskam, ki so same napadene, za ohranjanje jaza in potrebo po podpori v njihovi materinski vlogi. Kjer so možnosti zunaj doma zelo omejene, so otroci edini dostopni vir podpore.

Izgube mater so večje, če so v otroke vložile velik del svoje identitete. Odzivi otrok so zanje bolj ogrožajoči, kadar ima sama manj moči, da bi vplivala nanje.

Poudariti moramo, da se spolno zlorabljeni otroci do mater vedejo sovražno, ko jim najprej poskušajo na posreden način povedati, potem pa se v strahu umaknejo (Summit, v Hooper, 1996 v Zaviršek, 1996, str. 200), ali pa izražajo jezo in nezaupanje, ker jih matere niso zavarovale oziroma se počutijo krive, ker so sami sodelovali pri ohranjanju skrivnosti (Scott in Flowers, 1988, *ibid.*). Nekateri otroci, ki sprejmejo vlogo odraslih, še bolj ogrozijo vlogo mater. Te imajo občutek, da jih otroci ne potrebujejo in si jih ne želijo. To občutijo kot grožnjo svoji materinski vlogi (*ibid.*).

Pri starejših otrocih pa so učinki in posledice spolne zlorabe težje prepoznavni. Obstaja možnost, da se starejše deklice počutijo bolj krive, ker o zlorabljanju ne povedo materam, kot jezne, da niso dovolj zavarovanje, in so morda bolj nagnjene k potlačitvi kot k izražanju občutkov. Pozorni moramo biti na to, če otroci ne kažejo prepoznavnih znakov zlorabe, takrat matere pogosto verjamejo, da so otroci »preboleli« zlorabo in tako ne poiščejo prave pomoči in podpore za otroke, ne dajo jih na terapijo in se upirajo posredovanju socialnih delavcev in delavk (Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 207).

b.) Doživljanje spolne zlorabe otrok s strani žensk (mater) iz vidika primarne viktimizacije

Najprej je potrebno poudariti in izhajati iz tega, da je ženske odzive na viktimizacijo otrok potrebno razumeti v okviru njihovih lastnih izkušenj primarne viktimizacije, pa tudi v povezavi s sekundarno viktimizacijo.

Nasilni moški zlorablajo otroke, da bi okrepili nadzor nad ženami (na primer na ta način, da pretepajo in žalijo žene pred otroki, ali pa jih na različne načine spolno zlorabijo), in da razširijo svoj nadzor, na tiste, ki se ne morejo upirati. Podobno odkrijejo tudi za fizično zlorabo (Stark in Flitcraft, 1988, Bowker in ostali, 1988, v Hooper, 1996)

O tem raziskuje Hooper (1996, v Zaviršek, 1996, str. 208), ki navaja, da je za ženske, katerih otroke je spolno zlorabljal njihov partner, pomembno, da razumejo pomen zlorabljanja otroka v okviru zakonskega nasilja, sporov in nadzora, v katerem se izrabljanje dogaja. Razprave o nasilju povzročiteljev incesta do svojih žen kažejo na razširjenost družinskega nasilja v zakonskih zvezah (Dietz in Craft, 1980, Truesdell in ostali, 1986, Gordon, 1989; ibid.). ugotavljajo veliko oblik nadzora, vključno s psihološkim in spolnim nasiljem ter številne spore o denarju, spolnosti, rojstvu in vzgoji otrok.

Partnerjevo spolno zlorabljanje otroka je mogoče razumeti kot obliko spolnega nasilja nad materjo, ki jo pogosto spremljajo druge oblike nasilja.

Za primere, ko otroka zlorablja oče ali očim, je značilno, da (Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996, str. 208- 212):

- so tudi matere podvržene fizičnemu, besednemu ali spolnemu nasilju s strani partnerja (očeta ali očima otroka),
- v teh razmerjih prevladujejo moški, na glede na različne oblike nadziranja ali upora žensk,
- se mati počuti kot nadvladujoča partnerka in ni doživljala neposrednega nasilja, vendar se zaradi izrabljanja počuti ponižano in to slabo vpliva na zakonsko razmerje, v katerem se slabo zaveda svoje pravice do nadzora nad spolnim stikom,
- je večini žensk jasno, da je moževa pravica, da ima dostop do spolnosti, del tradicionalne zakonske kupčije, in so podvržene nekaterim oblikam spolnega pritiska (posilstvo, poskus posilstva, druge oblike nasilja, občutek, da je spolni odnos bolj dolžnost kot stvar izbire,

- se matere podrejujejo neprestanim moževim zahtevam po spolnih odnosih zavoljo miru,
- se matere, ki se uprejo, počutijo krive, da »mu niso dovolj pogosto dale«, pa tudi zato, ker si ne želijo spolnih odnosov tako pogosto kot partnerji,
- se ženskam (materam) v obdobju, ko sumijo, da partner zlorablja hčer, zdi, da je otrok uporabljen za napad nanje; pri tem doživljajo ponižanje in izgubo nadzora,
- matere z načinom nadziranja in upiranja nadzirajo tudi rodnost in reprodukcijo,
- možje ali partnerji nadvladujejo ženske neposredno ali prek zlorabljanja otroka in že pred tem so nasilni do žensk; nasilje do njih se nadaljuje hkrati z zlorabo, ki je oblika nadzora nad njimi (ženskami).

Primer žensk, ki jih je zlorabljal oče ali moški, ki ni bil član družine, kaže, da se spomini o zlorabi pojavijo, ko so bili zlorabljeni njihovi otroci. Otroštvo teh žensk je pomembno za njihovo sposobnost, da se spoprimejo z izgubami, ki jih prinese spolna zloraba njihovega otroka. Žensko doživljanje njene lastne zlorabe v otroštvu je pomemben vir za razumevanje doživljanja njihovih otrok, lahko pa so tudi dodaten vir za občutke krivde. Ti so še posebej prisotni na tisti stopnji predelave izgube, ko se ženske sprašujejo »zakaj jaz, zakaj ravno ona.« (Janoff-Bulman in Frieze, 1983, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996).

c.) Model izgub

Hoper (1996, v Zaviršek, 1996, str. 212) piše o primarni in sekundarni viktimizaciji, za katero so značilne izgube in proces žalovanja. Marris (1986, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996) definira žalovanje, ki ga povzroči izguba, »kot proces, ki ga je potrebno predelati – poteka od šoka prek velike stiske do vnovične integracije.«

Raziskave (Myer, 1984, de Jong, 1988, Gomez-Schwartz in ostali, 1990, v Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996), ki so pod vplivom domnevne »simetrije kroga iz teorij o izrabljanju«, se rade osredotočijo na to, ali je bila tudi mati v otroštvu spolno izrabljena, vendar niso odkrile kakšne pomembne zveze z različnimi odzivi, čeprav pa obstajajo znamenja, da matere, ki so bile same spolno izrabljene, doživljajo hujši stres (Kelley, 1990, *ibid.*).

Ženske, ki imajo varne izkušnje z odnosi v otroški dobi, lažje predelajo proces žalovanja in lažje nadomestijo izgubo, ki jo povzroči izrabljanje, če imajo tudi pozneje kvalitetne odnose, v katerih ne prihaja do izrabljanja. Ženske lažje prebolijo izgube tudi takrat, ko jim drugi verjamejo, razumejo njihove odzive na izgubo in jim pustijo čas, da predelajo konfliktno

vzgibe odpora in prilagoditve, ki jih vsebuje proces žalovanja (Hooper, 1996, v Zaviršek, 1996).

1.14. ODNOS OSTALIH NEZLORABLJAJOČIH BLIŽNJIH DO ODRASLE PREŽIVELE ŽRTVE SPOLNE ZLORABE

Kako pomembna je podpora žrtev spolnih zlorab se pozna tudi pri psihičnih posledicah, ki jih utrpijo preživele žrtve. Šraj (2010) v svoji raziskavi predvideva negativno povezanost med prisotnostjo podpore žrtvi in njenimi psihičnimi posledicami - to pomeni predvideti manj posledic pri žrtvah, ki so prejele več podpore ob razkritju spolne zlorabe. To potrjujejo tudi ostale raziskave (Spaccarelli, 1994, Cohen in Mannarino, 2000, Rosenthal idr., 2003).

V slovenski raziskavi (Šraj, 2010, str. 63) se je pokazala povezanost med podporo in dolgoročnimi posledicami, saj večja kot je podpora, manj je dolgoročnih posledic. Pokaže se predvsem pomen pri podpori najbližjih in sorodnikov, ne pa tudi prijateljev. To podprejo raziskave ostalih avtorjev. Spaccarelli in Fuchs (1997, v Rosenthal, Feiring in Taska, 2003, ibid.) ugotavljata, da ima bistveno večji pomen za žrtev starševska podpora kot pa podpora prijateljev. Rosenthal in drugi (2003, ibid.) pa v svoji raziskavi ugotavljajo, da adolescentom pomeni več podpore prijateljev kot staršev, medtem ko je pri otrocih ravno obratno. Hkrati se poudarja tudi pomen takojšnje in ne kasnejše podpore žrtvam.

V isti raziskavi (Šraj, 2010) na vzorcu 87 žrtev spolne zlorabe raziskuje povezanost posledic s časovnimi spremenljivkami (starost žrtve ob začetku, koncu in razkritju spolnega zlorabljanja ter trajanje spolne zlorabe) in podporo žrtvi ob razkritju. Tukaj se tudi pokaže pomemben pomen ostalih sorodnikov (ne le staršev, krušnih staršev oziroma posvojiteljev). Pomen tovrstne podpore v svoji raziskavi ugotavljata tudi Lynskey in Ferguson (1997, v Cohen in Mannarino, 2000, v Šraj, 2010).

Ko otrok razkrije spolno zlorabo, je pomemben tudi odziv otrokovih bližnjih na razkritje. To vpliva na stopnjo travmatiziranosti zlorabljenega otroka (Crossen-Tower, 1996). Če otrokovi zaupniki ne verjamejo njegovi zgodbi ali želijo, da otrok o tem molči, ima lahko to za otroka veliko obsežnejše posledice, kot pa če bi ga podprli. Zato se pogosto govori o sekundarni viktimizaciji (Šraj, 2010, str. 54).

1.14.1. Podpora partnerjev

Partnerji oseb, ki so doživele travmo, kamor spada tudi spolna zloraba v otroštvu, ne morejo resnično razumeti, kaj se je osebi zgodilo (Amir in Lev-Wiesel, 2004, v Cvetek, 2009, str. 129). Partnerji se pogosto čutijo ponižani in jezni.

Krivda je ena od posledic, ki ima močan vpliv na partnerja žrtve. Žrtve se počutijo krive zaradi tega, ker so preživele. Močni občutki krivde lahko na več načinov negativno vplivajo na odnose (Matsakis, 1998, *ibid.*):

- žrtev ima globok občutek, da si ne zasluži pozitivnih podpirajočih odnosov
- žrtev čuti strah pred intimnostjo, ki temelji na strahu, da bodo skrivnosti, povezane s krivdo, odkrite in da jo bo, ko bo enkrat druga oseba odkrila resnico o njenih mislih, vedenju in občutkih med travmo, zavrgla
- žrtev občuti krivdo, povezano z odvisnostjo in s kompulzijami, ki jemljejo čas in energijo, ki bi lahko bila investirana v odnose in ki jih neposredno motijo
- žrtev dovoljuje, da je izkoriščana (telesno, spolno, čustveno ali poklicno), kar je izraz nevrednosti ali oblike pokore ali kazni
- žrtev je preveč zaščitniška ali hoče v odnosih preveč dajati

1.14.2. Podpora ostalih bližnjih

Pomembno je poudariti, da so nezlorablajoči bližnji, ko se soočijo z razkritjem spolne zlorabe nekoga, ki jim je blizu (na primer otrok), kot smo že omenili, sekundarno viktimizirani in tudi oni doživijo nekakšno izgubo. Zato je pomembno, da se nudi pomoč tako preživeli žrtvi spolne zlorabe kot tudi njenim podpornim osebam, ki jim pri okrevanju stojijo ob strani. Še težje pa je, če je ta nezlorablajoči bližnji tudi sam imel izkušnjo spolne zlorabe – pomembno je, koliko jo je že predelal, ali je o tem spregovoril, je dobil ustrezno podporo ali ne, ali se sploh spomni ali zaveda svoje izkušnje spolne zlorabe ali ima to še vedno potlačeno nekje v sebi.

Schmidt (2015) opravi študijo o »Skrbi (negi, tretmaju) za nezlorablajoče bližnje (skrbnike), ki imajo tudi sami izkušnjo spolne zlorabe in njihovo soočenje še z zlorabo svojega otroka«.¹⁹

Že Triarhos-Suchlicki (2007, v Schmidt, 2015, str. 6) poudarja, da je retravmatizacija, ki jo doživi nezlorablajoči bližnji (tudi skrbnik, ki je lahko teta, stric, sestra, brat, ostali sorodniki, prijatelji...), ko otrok razkrije izkušnjo spolne zlorabe, zelo globoka.

Žal, poudarja Schmidt (2015, str. 6), na tem področju manjka raziskav, zato je potrebno nadaljnje raziskovanje na način interdisciplinarnega pristopa in pristopa z več metodami – potrebna je izmenjava znanja med sektorji, kot so zdravstvo, psihologija, socialno delo, pravo, pravosodje in varnost ter kakovostno sodelovanje med njimi.

Študija (Schmidt, 2015) temelji na teoriji objektnih odnosov²⁰ in na teoriji travme²¹ z namenom raziskati psihološko delovanje nezlorablajočih bližnjih (skrbnikov), ki so tudi sami preživeli spolno zlorabo v otroštvu. Ti dve teoriji izpodbijata Freudovo teorijo o psihoseksualnih stopnjah in motivacijskih vzgibih. Kot navajata Olio in Cornel (1993, str. 513, v Schmidt 2015), uporaba teh teorij »odraža premik k večjemu prepoznavanju resničnosti spolne in fizične zlorabe v otroštvu ter vpliv takšnih telesnih travm na intrapsihično in medosebno delovanje v odraslem življenju.«

Teorija objektnih odnosov in teorija travme nam pomagata (Schmidt, 2015, str. 58):

- razložiti, kako preživeli edinstveno doživljajo spolno zlorabo v otroštvu in kako vpliva nanje skozi vse življenje, še posebej na nezlorablajoče bližnje, ko se začnejo zavedati in ko spoznajo, da je bil njihov otrok spolno zlorabljen,
- umestiti preživelega v njegovo okolje in upoštevati njegove travmatične izkušnje, ponotranjenja sebe in drugih ter proces zdravljenja in okrevanja,
- razložiti, kako posameznik »razpade« in se razcepi zaradi hudih travm, zlasti spolne zlorabe v otroštvu,
- raziskati načine v kombinaciji z ostalimi teorijami, kako lahko preživeli odkrije ali povrne svojo lastnost, da bi živel smiselno življenje brez travmatičnih odzivov, povezanih s travmatično izkušnjo,
- razložiti postopek okrevanja nezlorablajočega bližnjega (skrbnika), ki ima svojo lastno izkušnjo spolne zlorabe. Odvisno od posameznika, travmatičnega

¹⁹ To je projekt, ki temelji na samostojni raziskavi za magistrsko delo na Fakulteti za socialno delo v Northamptonu, v državi Massachusetts, ZDA.

²⁰ *Object Relation Theory*

²¹ *Trauma Theory*

dogodka, zaščitnih dejavnikov in dejavnikov tveganja lahko proces okrevanja preživeli doživi kot obvladljivega,

- raziskati, kako travmatični dogodek, kot je spolna zloraba v otroštvu, vpliva na vedenja preživelih, njihovo spoznanje, poglede nase in na druge ter na svet. V kombinaciji ti dve teoriji dajeta okvir za razumevanje pojava nezlorablajočih bližnjih (skrbnikov), ki so v preteklosti doživeli spolno zlorabo.

Teoretične raziskave kažejo (Schmidt, 2015), da je pri zdravljenju in okrevanju odraslih in otrok, ki so imeli v otroštvu izkušnjo spolne zlorabe, pomembno vključiti psihološke postopke, ki obravnavajo pomanjkljivosti, ki jih povzroča travma spolne zlorabe; to so zlasti kognitivne motnje, strah in prekomerno aktiviranje simptomov PTSM, ki povečujejo travmatične spomine (na primer nočne more, povezane z zlorabo). Tako lahko na podlagi teorije travme, strokovnjaki in strokovnjakinje klinične psihologije in ostalih ved, ki obravnavajo travmatizirane preživele žrtve in otroke z izkušnjo spolne zlorabe, učinkoviteje pomagajo spolno travmatiziranim preživelim žrtvam, da pripišejo ustrezen čustveni pomen travmatičnim izkušnjam in dogodkom v vsakdanjem življenju, ki se lahko sprožijo. Uporaba teorije travme lahko odpravi naučene odzive zaradi strahu in vedenja, ki so posledica travme. Je tudi bistvenega pomena za odpravo simptomov PTSM. Kognitivni procesi dopuščajo proučitev in preoblikovanje pomena travmatičnega dogodka. Tako lahko zaključimo, da bi morali zdravniki in terapevti vključiti teorijo travme pri obravnavi odraslih in otrok z izkušnjo spolne zlorabe v otroštvu z namenom izkoreniniti vsiljive simptome in spomine, ki so še vedno prisotni po travmatičnih dogodkih.

2. PROBLEM

2.1. OPIS PROBLEMA IN TEORETSKA IZHODIŠČA

Posledice spolne zlorabe pri odraslih preživelih žrtvah spolne zlorabe v otroštvu vplivajo na vsa področja njihovega življenja, zato je pomemben vidik njihovega procesa soočanja in okrevanja. Izhajati moramo iz dejstva, da je spolna zloraba nasilje, kjer je odrasel človek v odnosu do otroka v položaju močnejšega in to svojo moč zlorabi. V naši družbi je spolna zloraba še vedno tabu, upoštevati pa je potrebno tudi, da sindrom spolne zlorabe ne obstaja, kot so do te ugotovitve prišli tuji strokovnjaki. Torej ni rečeno, da bo preživela žrtev kazala posledice spolne zlorabe, lahko pa bo imela samo nekatere oblike posledic. Pomembno vlogo pri okrevanju imajo tudi nezlorablajoči starši in ostali podporniki, ki so preživele žrtve zaščitili in jim verjeli. Odnos žrtev do nezlorablajočih staršev je odvisen od tega, ali je starš vedel, da se je zloraba dogajala, in če je vedel, ali je nato žrtev zaščitil. Razlika pri okrevanju žrtev je odvisna tudi od tega, ali se je zloraba dogajala v družini ali izven družine. V magistrski nalogi izhajamo iz izhodišča, da ima pri okrevanju odraslih preživelih žrtev spolne zlorabe v otroštvu pomembno vlogo (ne)podpora nezlorablajočih bližnjih in se opiramo na feministično perspektivo in teorijo o zlorabah in trpinčenju v otroštvu.

2.2. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA IN TEZE

Z raziskovalnimi vprašanji bomo poizkušali ugotoviti:

- Katere so takojšnje posledice, ki jih trpijo vse odrasle preživele žrtve spolne zlorabe v otroštvu?
- Kje se najpogosteje dogaja spolna zloraba in kdo je najpogostejši storilec spolne zlorabe nad otrokom?
- Ali se je spolna zloraba zgodila samo s strani enega storilca ali več storilcev?
- Ali so o spolni zlorabi spregovorile že v otroštvu kot otrok?
- Komu so se preživele žrtve spolne zlorabe najprej zaupale?
- Kakšno strategijo preživetja in obrambne mehanizme bso »uporabile«?
- Kakšno vlogo igrajo pri okrevanju žrtev nezlorablajoči starši?
- Kakšno vlogo igrajo pri okrevanju žrtev nezlorablajoči bližnji?

- Ali so se preživele žrtve soočile s storilcem oz. so se pripravljene soočiti z njim?
- Ali in kako je spolna zloraba vplivala na njihovo življenje?
- Ali je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabuizirana?

Teze, ki jih bomo potrdili z odgovori na raziskovalna vprašanja:

- Takojšnje posledice pri odraslih preživelih žrtvah spolne zlorabe v otroštvu so jeza, krivda, sram in strah. Najpogosteje se kasneje v življenju soočajo s krivdo, sramom in stigmo.
- Najpogosteje se spolna zloraba dogaja v domačem okolju oz. v družini, najpogostejši storilec pa je oče oz. partner matere.
- Preživele žrtve so večkrat spolno zlorabljene s strani enega storilca.
- Spolna zloraba se dogaja tudi s strani različnih storilcev.
- Majhen odstotek je preživelih žrtev, ki o spolni zlorabi spregovorijo že kot otrok.
- Preživele žrtve najprej zaupajo o zlorabi svojim materam ali prijateljem (vrstnikom).
- Njihove strategije preživetja in obrambni mehanizmi so: potlačevanje, disociacija, racionaliziranje, zanikanje, pozabljanje, nenehen nadzor ipd.
- Nezlorablajoči bližnji so lahko največja podpora pri okrevanju žrtev.
- Žrtve so na starše jezne in nezaupljive, ker jih ne zaščitijo oz. na kakršen koli način ukrepajo.
- Preživele žrtve se redko soočijo s storilcem zaradi različnih dejavnikov.
- Spolna zloraba vpliva na vsa področja njihovega življenja in ima na njih tudi močan vpliv - vpliva na partnersko življenje, na zaposlitev, na ekonomski status, na izobrazbo, ipd.
- Spolna zloraba v Sloveniji je še vedno tabu tema.

3. METODOLOGIJA

Gre za študijo primerov, ki je glede na število proučevanih primerov, pluralna ali komparativna. Izvedli smo jo na osnovi manjšega števila opisov primerov, ki smo jih dobili s pomočjo intervjujev. Uporabljene so bile enostavne enote - to so bili posamezniki.

3.1. VRSTA RAZISKAVE

Vrsta raziskave je kvalitativna, ker so uporabljeni besedni opisi pojava, ki so raziskovani ter zgodbe doživljanja, ki so jih preživele odrasle ženske, žrtve spolne zlorabe v otroštvu. Glede na stopnjo v procesu spoznavanja je raziskava poizvedovalna, omejena na manjše število primerov.

3.2. MERSKI INŠTRUMENT

Uporabljen je merski instrument polstrukturirani intervju, kjer so glavna vodilna vprašanja določena vnaprej, ostala morebitna vprašanja pa se pojavijo v samem poteku intervjuja. Gre za neposredno spraševanje oz. intervjuvanje. Intervjuji so trajali enkrat po 70 minut in trikrat po 80 minut.

3.3. POPULACIJA IN VZORČENJE

Populacijo sestavljajo štiri polnoletne odrasle, preživele žrtve spolne zlorabe v otroštvu, ki so ženskega in moškega spola. Kot kriterij za izbor v populacijo je, da so v otroštvu ali mladosti preživeli spolno zlorabo. Viri podatkov so na koncu transkribirani zapisi intervjujev.

Vzorec je neslučajnostni in priročni. V vzorcu sodelujejo 3 odrasle ženske in 1 odrasel moški, ki so v otroštvu preživeli spolno zlorabo. V sedanjosti pa se jim ne dogaja več nobena oblika zlorabe. Intervjuvanci so se strinjali, da se razkrije njihovo starost, njihova imena pa so izmišljena. Vsi so v času otroštva živeli v Sloveniji in tukaj živijo še sedaj.

3.4. ZBIRANJE PODATKOV

Zbiranje podatkov je potekalo s pomočjo intervjujev, iz katerih so nastale študije primerov. Pri dveh sodelujočih ženskah je intervju potekal v živo, na nevtralnem kraju, z eno žensko in moškim pa je zaradi COVID-19 ukrepov intervju potekal preko aplikacije ZOOM. Uporabljeno je bilo izključno gradivo, ki smo ga pridobili s spraševanjem. Intervjuji so potekali v oktobru in novembru 2020. Vsem sodelujočim sem vnaprej poslala vprašanja za intervju, da so se lahko pripravili. Vsem sem tudi predstavila namen intervjuja ter temo magistrske naloge. Izvedba intervjujev ni bila zahtevna, saj sem vse sodelujoče osebno poznala. Tako da tudi ni prihajalo do težav pri izvajanju intervjuja, vsi smo med sabo že imeli vzpostavljen zaupen odnos. Na ta način sem pridobila vse potrebne informacije.

Zvočne posnetke intervjujev, ki sem jih posnela z računalnikom, sem prepisala in jih poslala vsem v pregled za morebitne popravke ali dopolnitve. Teh ni bilo, tako da so zapisi enaki kakor posnetki intervjujev. Zapisi intervjujev tudi niso lektorirani, saj sem s tem želela ohraniti avtentičnost zapisa.

3.5. OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

Obdelava in analiza podatkov je potekala na osnovi kodiranja, kjer je bil uporabljen induktivni pristop, kjer so bile kode določene med samo analizo besedila. Iz odgovorov v intervjujih so bile izvzete pomembnejše pomenske enote.

Sledila je faza odprtega kodiranja, kjer so bili izjavam iz intervjuja pripisani pojmi. Izjave so bile vnesene v tabele, kamor so se jim kasneje pripisali pojmi podkategorij. V prvem stolpcu tabele je bila izjava sogovornika, nato je sledil pripisan pojem in v zadnjem stolpcu je bila podkategorija, v kateri so bili razvrščeni pojmi.

Naslednji korak je bil združevanje glede na podkategorije, ki so bile razvrščene še v širše kategorije, te pa so bile oblikovane glede na raziskovalna vprašanja in zastavljene teze. V nalogi je tako pet glavnih kategorij.

4. REZULTATI

4.1. KRATKA PREDSTAVITEV SODELUJOČIH V INTERVJUJIH– TRENUTNA STAROST, STAROST PRI SPOLNI ZLORABI IN STORILEC

Pri intervjujih so prostovoljno sodelovale štiri polnoletne osebe, tri ženske in en moški, Breda, Jožica, Maja in Matevž. Vsi so v svojem otroštvu imeli izkušnjo spolne zlorabe. Vsi, razen Jožice, so imeli dve ali tri izkušnje spolne zlorabe. Vsi imajo še sedaj svoje podporne osebe, ki jim stojijo ob strani in so v procesu okrevanja.

Breda je trenutno stara 60 let. Prva zloraba v otroštvu se ji je zgodila, ko je bila stara 6 let in je trajala 6 let, do njenega 11 leta. V otroštvu jo je zlorabljal njen dedek, oče njenega očeta. Dogajalo se je *»par let, 5 let, sva imela svoje igrice, vse sva skrivala. (Breda 12)« in »v dopoldnevih, ko sta bila starša v službi, jaz pa še doma, sem hodila k njima se pazit in igrat. Nisem bila še v šoli, torej sem bila stara okoli 6 let (Breda 3)«*. Breda je povedala, da njeno življenje ni bilo lahko. *»Moje življenje in otroštvo ni bilo posuto z rožicami. Naj kar povem, da sem bila večkrat posiljena in zlorabljen s strani dedka (Breda 1)«*. Druga spolna zloraba se ji je zgodila, ko je bila stara 17 let s strani znanca iz srednje šole. Ko je bila stara 20 let, je šla v tujino na študentsko izmenjavo in tam spoznala fanta, ki jo je zlorabil. Njene podporne osebe so danes oče, njen mož in prijateljica iz otroštva.

Jožica, stara 47 let, je bila spolno zlorabljen pri svojih 13.letih s strani očetovega prijatelja. Kot je povedala Jožica, *»Ja, to se pa prav dobro spomnim, hodila sem v 7. razred. Vsega se tako dobro spomnim...kot bi bilo prejšnji teden... (malo se zasmije)...stara sem bila 13 let. To pa se je zgodilo in dogajalo med poletnimi počitnicami, vedel je, da imam 2 meseca frej in sem doma (Jožica12)«*. Tudi njeno otroštvo *»ni bilo preveč lepo. Seveda kot otrok se tega takrat ne zavedaš... (tišina) ...ampak če sedaj pomislim, vse izvira iz tega...vsa grenkoba, vse hudo, kar se mi je zgodilo. Takole je bilo... (Jožica1)«*. Njena podporni oseba je danes prijateljica.

Maja je stara 29 let in je bila spolno zlorabljen s strani očeta. Lahko bi to poimenovali tudi incest. Ko pa je bila stara 12 let, je bila skupaj s sošolko zlorabljen s strani dveh sošolcev. *»Tista prva se je začela, ko sem bila stara ene 2 ali 3 leta Za to drugo zlorabo, ki je bila potem, pa sem bila stara 12 let. (Maja3)«* Prve zlorabe se ne spomni čisto dobro, kot je

povedala sama. *»V bistvu se tiste zlorabe ne spomnim čisto točno, kako se je dogajal, ker sem bila mlajša, to je čisto ta prva zloraba- imam določene izseke spomina, in glede na preostale spomine, sem nekako skupaj zložila, kdo to je. (Maja2)« »Za prvo zlorabo je bilo v družinskem krogu, ki se je dogajala v nočnem in večernem času. (Maja8)«*

Prva zloraba pa se je končala, kot je povedala, pri 13-ih letih starosti *»To, če prav pomislim, se je moralo nehat potem, ko sem jaz šla, in sem se preselila dokončno nazaj k očetu, ...stara sem bila 7 let – vseeno pa sem hodila sem in tja, od enega do drugega, do 12-13 leta.... (Maja 42)«* Vmes naj bi jo zlorabljal tudi stric, kar pa se ne spomni dobro. To naj bi trajalo istočasno kot zloraba s strani očeta. Ima občutek, da ko vidi strica, jo spreleti srh po telesu in na podlagi teh občutkov ve, da jo je tudi on zlorabljal. Ko pa je bila stara 18 let, pa je bila zlorabljenka še s strani fotografa na eni prireditvi, skupaj z njeno mladoletno prijateljico. Njeni podporni osebi sta njen partner in prijateljica.

Matevž je trenutno star 55 let in je bil v otroštvu zlorabljen s strani očeta in nato še s strani soseda. Kot je v intervjuju povedal sam *»...se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let,...(Matevž11)«* in *»Ja, saj pravim če pomislim za nazaj...me je oče zlorabljal, ko sem bil star 6 let in tja do enega 10 leta... nehal je, ko sta se z mamo ločila, ... (Matevž 14)«* Matevž je še povedal *» Ja, bil sem v šoli, to vem, to pomeni, da po moje okoli 6 let, ali pa 7 let, ne spomnim se čisto točno. Doma smo bili v eni stari bajti, ne hiši, bajti, ker se je že skoraj podirala, zelo v slabem stanju...pa revni smo bili, saj je delal oče tam na vasi, na žagi, mati pa je bila čistilka v eni tovarni tam zraven. In dokler sem bil majhen, tam do enega 5-6 leta, je bilo kar fino v familiji (Matevž 3). Oče ga je nehal zlorabljeti, kot je povedal sam, »prva zloraba od fotra se je končala, ko se je odselil stran, takrat sem bil star 10 let, druga zloraba od soseda pa po enem letu, ko sem bil star 13 let. (Matevž29)«* Matevž ima danes veliko podpornih oseb: mati, brat, bivša partnerka in prijatelj.

Zanimivo pri vseh je, da je bil storilec moškega spola, ki je bil vsem poznan. Največkrat se je zloraba dogajala s strani bližnje osebe oziroma s strani osebe, katero je žrtev poznala in ji je zaupala.

4.2. POTEK TRAVMATSKE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU TER STRATEGIJA IN TAKTIKA STORILCA

4.2.2. Potek in način spolne zlorabe

Spolna zloraba se je dogajala na različne načine, kar je storilec znal kombinirati in uporabljati več strategij in taktik skupaj. Pri Bredi je bil storilec dedek in je spolno zlorabo izvajal na način igre - vabil jo je, da se gresta igrati zdravnike, kot je povedala sama, » *pa je rekel, če se greva zdravnike igrat, da je on padel in se udaril, jaz pa sem zdravnica in ga bom pozdravila (Breda 9)*«. V igri je bilo polno obljub in zavajanj, tako da je Breda razumela, da je vse to del igre. » *To se je dogajalo že prej, ko sem bila še doma, nisem še hodila v šolo, vendar sem mislila, da je to dokaz ljubezni, da me ima dedek rad, da se z mano igra in je del igre vse to. (Breda 2)*« Hkrati je bila ta igra kot nek obred, kot je poudarila sama, » *imela sva en tak svoj obred, sigurno dvakrat tedensko, tudi popoldne sem kar sama hodila tja po šoli, (Breda8)*«.

S pohvalami je storilec pri Jožici, to je bil očetov prijatelj, izvajal spolno zlorabo. Pohvalil jo je, kako mu je všeč in da jo ima rad. Pohvale je delil tudi storilec dedek pri Bredi.

» *....in mi govoril, ko sva bila sama, če je šel oče dol v klet po pijačo, da sem mu všeč, in kako me ima rad... (Jožica2)*«

» *...govoril mi je , kako sem lepa, kako sem mu všeč že dolgo časa, pa da me ima rad, zelo rad, drugače tudi ne bi k nam prihajal...(Jožica 24)*«

» *...tako da ko sem sedela na kavču, me je božal po stegnih in šel z roko tudi v moje hlačke... in rekel, da me bo malo pobožal, ker sem pridna (Breda 6)*«

Pri zlorabi pa je prišlo tudi do prav posebnega odnosa, navezanosti, kot je omenila Breda ter tudi Matevž, ki je poudaril, da je s svojim storilcem imel odnos, kot da sta ljubimca.

» *....tega je bilo toliko veliko...ne bom vsega govorila... samo par stvari... imela sva že kar en odnos, bi lahko rekla sedaj za nazaj. (Breda 12)*«

» *...pa je kmalu minilo in navadil sem se...še parkrat sva se tako dobila...kot bi bil njegov ljubimec sem se počutil...(Matevž19)*«

Storilec je svoje žrtve tudi prepričal oziroma od njih zahteval, da se ga dotikajo. To je izkusila Maja in Breda, na nek način pa tudi Jožica in Matevž. Dotikanje je pri spolni zlorabi zelo pogosto. Ponavadi se storilec dotika žrtvinega telesa in v več primerih tudi žrtev napelje k temu, da se tudi ona dotika njega. Dotikanje počasi prehaja v bolj grobe oblike otipavanja in zlorabe.

»Je pa šlo tako, da sva se mogle midve njiju dotikati, ... (Maja 14)«

»...tako da ko sem sedela na kavču, me je božal po stegnih in šel z roko tudi v moje hlačke... in rekel, da me bo malo pobožal, ker sem pridna (Breda 6)«

Ni bilo pa redko, da je bil storilec pri zlorabi tudi nasilen, saj se mu žrtev ni pustila in se je branila, vendar je bila nemočna. Pri Jožici je storilec na silo trgal oblačila z nje, kot je povedala sama.

»Začel me je na silo stiskati in slačiti majc'o. Potem sem se začela upirati in kriliti z rokami, ampak ni pomagalo. Postal je kar nasilen in mi zvil roke za hrbet...in mi na ušesa zašepetal, zagrozil...«Pazi se, če boš povedala očetu, kr boš vid'la, kaj bom naredu s tabo (Jožica 16)«

»...on je čedalje bolj rinil vame, majico mi je skoraj strgal...(tiho, zamišljena)...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala...(Jožica 17)«

Pri Bredi pa je znanec, ki jo je posilil, bil tudi grob do nje.

»...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno... Sem vpila, jokala, on je pobegnil in jaz sem sama ostala tam. In kaj naj potem? ... sama sem bila sredi parka, vsa prestrašena in objokana, tresla sem se, zeblo me je...imela sem praske in podplutbe potem ... (Breda27)«

Manipulacija je bila prisotna pri vseh spolnih zlorabah, saj je to pogosta taktika in strategija storilca, da si pridobi žrtev. Izpostavila bom Jožico, ki je opisovala prefinjenost delovanja storilca - očetovega prijatelja.

»Niti na kraj pameti mi ni prišlo, da prihaja zaradi tega, da bi se karkoli dogajalo med nama dvema. In na začetku je prišel ves meden in prijazen do mene, potem sem ga vprašala, kaj bi rad, da očita ni doma, mamice tudi ni (Jožica 22.)«

»Prav prefinjeno, bi jaz temu rekla sedaj, čeprav takrat nisem imela pojma na začetku, kasneje mi je bilo čisto jasno (Jožica14).«

Pri spolni zlorabi pa je prišlo do spolnega stika predvsem pri Jožici in Matevžu, saj je šlo za grob poseg v telo. Storilec je imel spolni odnos z Matevžem in Jožico, ki jo je znanec, fant iz iste šole, posilil v parku. Pri Matevžu se je videla tudi ambivalentnost čustev in občutkov, ko je pri spolni zlorabi užival in hkrati trpel.

»....Tako kot sme že nakazal, se je foter spravljal name, najprej fizično, nato še spolno...pa itak psihično tudi..(Matevž6)«

»Pa sem ga moral z roko zadovoljevati, da mu je prišlo, pa potem je še on šel z roko v moje hlače,. .itak sem imel erekcijo...pa je rekel »vidiš, kako ti je lepo.. .in uživaš..«, pa sem se kar predal... in to se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let,...(Matevž11)«

»....potem pa me je dobesedno posilil (tišina)...no, nisem mogla nič, ne dihati, ne hoditi, nič.. (Jožica29)«

4.2.3. Strategije preživetja žrtev

Strategije preživetja so bile pri spolnih zlorabah nujne, saj so žrtve le tako lahko preživele in zdržale v zlorabljanju. Obrambni mehanizmi so bili tudi strategija preživetja, vendar bolj v psihološkem smislu. Pri preživelih žrtvah so se pojavljale: disociacija, omalovaževanje, nadzor, miselna odsotnost, potlačitev, racionalizacija, perfekcionizem, zasvojenost, zanikanje (laganje), zamrznitev in pozabljanje. Disociacija kot zapuščanje svojega telesa med spolno zlorabo ali pa kot delna izguba spomina se je pojavila pri vseh sodelujočih. Breda je nekako odtavala stran, Maja je vse občutila v nekem polsnu, Matevž ni toliko čutil, ko je bil »ven iz telesa«, Jožica pa je imela občutek, da je v paralelnem svetu.

»Aaaa..., med zlorabo sem kar nekako odtavala, ne znam prav ubesediti, kot da nisem tukaj prisotna...kot da tam nisem bila jaz, kot da gledam nekje od zgoraj ali od strani (Breda22)«

»Na polsen, disociacija....je bilo to večinoma v postelji, se pravi, v nekem pol snu, niti ne znam dobro definirati, kako se je začelo. Ali pa kako je vse skupaj potekalo, ker vse, kar imam od teh flashbackov je, kakor da gledam nase od zunaj, prav tisto tipično pri teh flashbackih. To je čisto tipično, da zapustiš svoje telo in te ni več tam (Maja8)«

»ta spomin je bolj tak bled, ker se mi zdi, da kakor da so se dogajale v pol snu, da je moje telo odšlo v nek pol sen (Maja 8)«

»potem pri zlorabi, ...(se zamisli)...kot da bi šel ven iz telesa...da nisem toliko čutil...(Matevž20)«

»...vsa sem se tresla, nisem vedela, kje sem, kot bi bila v nekem paralelnem svetu... (Jožica32)«

Matevž se je poslužil omalovaževanja spolne zlorabe, saj ji je zmanjšal njen pomen in težo. Spolne zlorabe se je nekako kar navadil, mu je bilo že vse običajno, čeprav se je spraševal, zakaj ga je oče zlorabljal.

»....pa saj potem ni bilo več tako hudo, ni me več bolelo...po moje sem se kar navadil, bi lahko rekel... Sem pa večkrat gruntal, zakaj se je foter spravil spolno name, kaj mu je dogajalo v glavi...nekaj mu je manjkalo, kar mu mama ni dala, ni zmogla ali hotela...to ne bom nikoli najbrž zvedel... (Matevž20)«

Breda se je posluževala nadzora in kontrole, da je imela pod nadzorom svojo okolico, da se je le tako počutila varno v svoji nevarnosti.

»In vem tudi to, da sem morala vse imeti pod kontrolo, kje se kdo nahaja, kdaj kdo pride, če so glavna vrata zaklenjena, zakaj mame toliko časa ni domov...skratka totalen nadzor, in tako sme se počutila varno, da sem jaz imela vajeti v rokah, kaj se zunaj dogaja (Breda22)«

Miselna odsotnost in zasanjanost je bil tudi eden od obrambnih mehanizmov, ki se je pojavil pri Bredi in Maji. Večkrat so bile preživele žrtve nekako zasanjane in miselno odsotne oziroma niso hotele razmišljati o spolni zlorabi in so se na nek način zamotile.

»...pa itak tudi miselna zmedenost ali odsotnost..., kar zasanjana sem bila večkrat. (Breda 22)«

»Mislim, da je bilo skos tam nekje, ni bilo tako, da sem jaz to čist' potlačila, jaz sem se tega zavedala, samo nisem hotela o tem razmišljati. (Maja21)«

Pozabljanje oziroma potlačitev je bilo obrambni mehanizem pri spolni zlorabi v otroštvu, saj so se preživele žrtve lahko učinkovito soočile z zlorabo in jo potlačile vase. Predvsem Maja in Jožica sta pogosto potlačili svoje občutke. Pozabljanje pa so uporabile pri svoji izkušnji zlorabe tudi Majine sestre, ki so bile žrtve s strani istega storilca - očeta in strica.

»...občutke... To sem morala potem hitro kar malo potlačiti, zato ker pač niti ne bi mogla preživeti v takem okolju. Je bilo kar hudo... (Maja20)«

»Mislim, da je bilo skos tam nekje, ni bilo tako, da sem jaz to čist' potlačila, jaz sem se tega zavedala, samo nisem hotela o tem razmišljati. (Maja21)«

»No in leta so prinesla svoje... ta zgodba se je izničila, zginila iz mene... jaz sem šla nato v srednjo šolo in so se najine poti razšle. (Jožica19)«

»...Vse to sem držala v sebi, kar me je psihično mučilo in mi povzročalo težave v življenju nasploh. (Jožica3)«

»In je verjela... Jaz pa to tiščala v sebi, z dneva v dan sem bolj tlačila vase (Jožica35)«

»Bom rekla tako, da so (sestre) to zelo potlačile, in nisem niti pričakovala nekih konkretnih odgovorov. (Maja42)«

»Vse sem potlačila, zadrževala sem skrivnost zase...(Jožica37)«

»...je pa po moje veliko v moji podzavesti spravljeno...(Jožica40)«

»...veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...(Jožica40)«

Racionaliziranje oziroma razumska obrazložitev zlorabe se je pojavljala pri vseh – s svojimi odgovori na vprašanje »zakaj«, so prišli do neke logične razlage, zakaj se jim je zloraba zgodila. Racionaliziranje je bilo povezano tudi z močjo, da je lahko preživela žrtev prišla do nje, saj je dobila jasen odgovor, čeprav s prepričevanjem same sebe.

»...Če sem razmišljala o takih zadevah, sem si morala prav konstantno ponavljati »nisi ti kriva, to ni se zato zgodila, ker si ti bila... ne vem.. kakorkoli izzivalna, napačna, že to je nekaj, kar je bilo na drugi strani narobe in ne pri tebi« (Maja30)«

»Tako ja, ampak, ta nemoč v kombinaciji z neko zamrznitvijo. To je bilo intenzivno, res... Ja, v bistvu so me rešili tile obrambni mehanizmi, saj to je čisto normalno in naravno, od vseh potem naprej, so se pa zgodile situacije, kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. (Maja26)«

».... zato da sem pač to predelala in s tem živela. (Maja8)«

»....kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. (Maja26)«

»Ah, kje pa...bil sem tiho...nobenemu nisem povedal...kdo bi mi pa verjel...že tako sem bil za vse čudak...in sem v sebi vse to držal in trpel...(Matevž13)«

Biti popoln v vsem in na vseh področjih je bila predvsem strategija Jožice in Matevža. Oba sta se trudila biti najboljša, najbolj pridna, uspeti v življenju, naprej jih je gnala ambicioznost. Bila sta perfekcionista.

»Rekla sem si, »ko bom naredila šolo, bom pa imela nekoga, ki me bo imel rad«. Bila sem zelo ambiciozna in pridna učenka, res med boljšimi. Cilj moj je bil uspeti v življenju, kar tako na splošno.(Jožica52)«

»...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal...Vse sem doma pospravil, vsa drva sem po velikosti in debelini zložil...vse je bilo tip-top, perfektno, ni da ni..... Pa nikoli nisem bil dovolj dober... za fotra...(Matevž20)«

Predvsem Breda in Matevž sta imela burno mladost in sta se posluževala raznih substanc, kot so alkohol, droge, cigareti, kajenje trave... Iskala sta uteho v družbi in raznih zabavah. Z omamljanjem in zasvojenostjo sta lažje preživela zlorabljanja.

»Onadva sta bila taka luftarja, ki sta večino časa žurirala in eksperimentirala, torej alkohol droge, trava, tableti, sam žur in sta me vabila, da grem z njima žurat... in se zabavat... da pozabim tega Italijana. In sem šla, seveda, vsa presrečna, da sem se sprostila. (Breda42)«

»Potem se nam je pridružilo zelo veliko nekih ljudi, nekih frendov, vsi so itak bili zadetki, džankiji...jaz pa z njimi, da sem vse pozabila...tudi spali smo skupaj...ne da bi vedela.. oziroma začasno odšla v drug svet...(Breda 43)«

».....pa potem še itak odvisnosti-kajenje, alkohol, trava, vse to sem imela, da sem zbežala od realnega sveta, ker je bilo naporno, pa se je bilo fino malo zadet', ...spala nisem nič, pa sem pokadila travo, pa je bilo dobro. ...(Breda45)«

»Pa potem sem itak iskal uteho v kajenju trave, da me je pomirjalo, pa sem malo odnehal...pa sem začel piti...ful vina sem popil, pa sem malo nehal...skos' se nekaj lovim... (Matevž21)«

Zanikanje zlorabe je bila prisotna predvsem pri Jožici in Maji. Pri Maji predvsem pri sestrah, ki sta zanikali obstoj zlorabe s strani očeta, Jožica pa se je zlagala mami, ko jo je spraševala, kaj se ji je zgodilo.

»No in leta so prinesla svoje... ta zgodba se je izničila, zginila iz mene... jaz sem šla nato v srednjo šolo in so se najine poti razšle. (Jožica19)«

»...tako da me je mami spraševala, kaj mi je. Pa sem rekla, da smo imeli telovadbo v šoli in smo skakali čez grede in sem se nekaj pretegnila. In je verjela... Jaz pa to tiščala v sebi, z dneva v dan sem bolj tlačila vase (Jožica35)«

»... pa sva se s sestro pogovarjali o tem, ...pa je ona zelo hitro rekla »da smo bile vse tri zlorabljene s strani strica, sigurno pa tebi oči tega ni naredil«, čeprav pa imam jaz take spomine. (Maja36)«

Popolnoma ohromljeno delovanje oziroma zamrznitev je bilo prisotna predvsem pri Maji, pojavljalo pa se je tudi pri Jožici. Pri zamrznitvi je šlo nekako za vdajo v usodo, saj sta bili Maja in Jožica brez nadzora nad določeno situacijo. Kar ju je spomnilo na izkušnjo že prejšnje zlorabe je, sta poizkušali čustveno, telesno in miselno zbežati. Tukaj pa se je pojavila tudi nemoč »ukrepanja« žrtve. Pri Maji se je zamrznitev pokazala tudi pri njenem zaščitništvu do svoje hčerke, ko jo kdaj ni mogla rešiti, po njeni oceni, iz nevarnosti morebitne zlorabe.

»...ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosede bi rekli »šuti in trpi«... (Maja25)«

»Tako ja, ampak, ta nemoč v kombinaciji z neko zamrznitvijo. To je bilo intenzivno, res... Ja, v bistvu so me rešili tile obrambni mehanizmi, saj to je čisto normalno in naravno, od vseh potem naprej, so se pa zgodile situacije, kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. (Maja26)«

»Jaz pa spet bila vsa trda in zmedena.. (Jožica11)«

»Vseeno je prišlo do enih situacij, ko sem se počutila, da sem se znašla nazaj v tisti situaciji zamrznitve (Maja29)«

»...ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosede bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)

»Pri njej me pa to čist'...ali zamrznem ali pa začnem noreti dobesedno in jo dajem stran...in, ne! (Maja45)«

4.2.4. Odzivi žrtve na spolno zlorabo

Vsaka žrtev se je na spolno zlorabo odziva na svoj način, na način, ki ga zmore. Pri sodelujočih v nalogi so se pojavljali naslednji odzivi: jok, zmedenost, strah, tresenje, obramba, retravmatizacija, groza, šok, nemoč, čudnost, sram, gnus, krivda. Ti odzivi so lahko bili tudi kratkoročne posledice, ki so opisane v nadaljevanju. Odzivi, strategije preživetja in posledice so med seboj prepleteni, tako da je bilo težko razmejiti med njimi in so zato v nalogi večkrat omenjeni tudi v drugih kontekstih. Strah, sram, gnus in krivda so bili najpogostejši odzivi pri vseh.

Jok se je pojavil pri Jožici, Maji in Bredi. Jok je ponavadi prišel na plan, ko je prišlo do situacije, ki je spominjala na zlorabo, na storilca ali kaj podobnega. Moral je biti prisoten nek »trigger«, sprožilec.

»...prejokala sem dneve in dneve, skrita v svoji sobi (Jožica18)«

»...jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..(Jožica28)«

»...in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, (Maja57)«

»...pa non-stop sem jokala - ko je bilo kaj takega, žalostnega in ko sem se spomnila, kaj se mi je zgodilo...sem jokala, zelo dolgo, da me je že vse bolelo... (Breda25)«

Zmedenost pa se je pojavila pri Jožici, na način, da jo je ohromila situacija in ni vedela, kaj se dogaja.

»...jaz ga nisem čisto razumela, vem pa, da sem mu samo kimala in bila tiho (Jožica8)«

Najpogostejši odziv pri vseh je bil strah. Strah, kaj bo še sledilo pri zlorabi, strah pri sami zlorabi zaradi moči storilca, strah pred ponovno zlorabo, strah spregovoriti in povedati o zlorabi, strah ostati sam, strah v kombinaciji z ustrežljivostjo, predvsem pri Matevžu, da ga ne bi oče pretepel.

»...sama in če bi kričala, me ne bi nihče slišal... to mi je bilo najhujše..(Jožica23)«

»Jaz pa spet obnemela, vsa trda, jokati sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..(Jožica28)«

»...jaz sem bil itak tiho in si nisem upal povedati, nisem hotel mame obremenjevati, ker se mi je smilila in njen otrok v trebuhu tudi (Matevž6)«

»...in strah, me je čisto ohromil... (Breda21)«

»Ker sem se bala, da če bi spet karkoli omenila in bi spet kdo to izkoristil za neko drugo obliko zlorabe, ali nekega drugega nasilja, kot verbalnega, in bi nekdo videl v tem priložnost, da s tem kaj naredi (Maja21)«

»Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel. (Breda23)«

»Če bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... (Jožica38)«

»Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...(Jožica17)«

»....da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž16)«

».....Ma,... vse sorte, po moje, samo da bi preživel...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal....če se spomnim zdaj, kolikokrat me je bilo strah, kar trepetal sem, ko sem videl, da mama kam gre in je foter doma...ker sem vedel, kaj se bo dogajalo...(Matevž20)«

»....in strah me je bilo vseh moških (Jožica25)«

»Tega sem se pa najbolj bal, da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž 16)«

»Takrat sem opazala pri obeh otrocih, pri teh letih, se pojavi,...kako bi to razložila..., nek tak občutek, kakor da moram paziti, da ne prestopim meje (Maja3)«

Groza, šok in tresenje telesa pri spolni zlorabi so se pojavili pri Maji, Matevžu in Jožici. Pri Jožici tudi njena moč, da se je hotela zoperstaviti storilcu in se je branila, čeprav neuspešno.

»Grozno je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, (Maja57)«

»...pa sem bil v šoku, zaprepaden, potem itak brezvoljen...tak apatičen že..(Matevž6)«

»Jaz pa spet obnemela, vsa trda, jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..(Jožica28)«

»...pa sem mu roke dajala stran, pa ni nič pomagalo...(Jožica24)«

Ponovno podoživljanje travme se je pojavilo pri Maji, ko so jo spraševali o zlorabi na sodišču.

»..zdaj , ko gledam nazaj, me je v totalno paniko spravila, in mi je jasno, od kje...takrat pa sem jaz v bistvu že vedela, kaj bo sledilo, prav čutila sem...(Maja 12)«

»Zelo močno gre vse ven, ker zelo konkretno in jasno sprašujejo o stvareh, ki so zelo občutljive, na zelo neprimeren način to delajo...in to večkrat, in to ni prijetno... (Maja59)«

Nemoč in čudnost sta se pojavila pri Maji, Bredi in Jožici. Nemoč je velikokrat odziv, ko žrtev ne more nič, ne preprečiti zlorabo niti ne braniti se. Velikokrat so se pri tem počutile tudi nekako čudno.

»Ne, ne čist' ..., sta tudi njo, kolegico, saj te moči nisem imela, da bi to preprečila (Maja15)«

»Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno...(Jožica50)«

»...čepprav sem se nekako čudno počutila, pa ne znam opisati, kako...na tak način, kot na čutiš, da nekaj ne štima (Breda4)«

»Aaa, spet moram sama, a res? A sem jaz res tolk' čudna, da mi tudi ona ne more pomagati...« (Maja46)«

Sram, gnus in krivda so bili najpogostejši odzivi in tudi prve posledice, ki so se pojavile pri vseh sodelujočih. Te so bile največkrat tudi prepletene med sabo in so se pojavljale skupaj. Sram jih je bilo pred samim seboj, izogibali so se telesnim stikom zaradi tega, Matevž se je na primer počutil stigmatiziranega, kot da mu na telesu piše, da je bil zlorabljen.

»Pa največ sramu, mene je bilo tako sram, že pred samo seboj...sploh nisem mogla pomisliti na to...(Breda21)«

»...vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...(Maja13)«

»Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj (Breda 23)«

.....da ne govorimo o sramu...nisem marala telesnih stikov, čisto nič...(Jožica52)«

»Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, ... (Maja24)«

»....Sram imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam..., čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)«

Gnus do storilca in do samega sebe je bil pogost odziv, hkrati pa je zaradi užitka pri spolni zlorabi prihajalo tudi do ambivalentnih občutkov in dvomov, tudi zaradi tega, ker niso vedeli, kaj je prav in kaj ne, kar je pripeljalo do občutkov krivde. Pojavljali se je tudi gnus do spolnosti in do moških.

»...vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu (Maja13)«

»...če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)«

»...da sem jaz tista, ki povzroči, da je dedek bil tak.. ...pa en tak gnus se je pojavljal, (Breda21)«

»...vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...(Maja13)«

»Ko jaz njega vidim, meni želodec tako obrne, ga ne morem tudi gledat ne. In enkrat se spomnim, da se me je dotaknil in sem ga tako grdo pogledala »da se nikoli več ne dotakneš mojega telesa (Maja54)«

»Samo ko pomislim, je toliko enega gnusa, ven pride, toliko ene te jeze... (Maja59)

»Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, (Maja24)«

»...pa kolikokrat še občutim ta gnus...bljak...hkrati sem se pa lepo imel...in zato sem bil v dvomih »kaj je prav in kaj ne«, v enem takem paradoksu..., zato taka krivda še zdaj, da sem šel z njim... pa užival hkrati...(Matevž18)«

»Sram imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam..., čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)«

»Nikoli nisem v spolnosti uživala in sem to sprejela...in rekla, samo da je konec, da gre ta seks mimo, prav ogabno mi je že postajalo. (Jožica69)«

Krivda se je pojavila pri Maji in Matevžu, tudi pri Jožici in Bredi, a malo manj.

»Vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...(Maja13)«

»Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, (Maja24)«

»...pa kolikokrat še občutim ta gnus...bljak...hkrati sem se pa lepo imel...in zato sem bil v dvomih »kaj je prav in kaj ne«, v enem takem paradoksu..., zato taka krivda še zdaj, da sem šel z njim... pa užival hkrati...(Matevž18)«

»Sem pa vmes veliko o tem brala in raziskovala, ker sem videla, da vse, kar se mi je dogajalo, da ni moja krivda in da nisem edina, in da imajo moji občutki in takšno doživljanje neko ime (Maja27)«

4.2.5. Soočenje

Pri žrtvah spolne zlorabe je šlo za različna soočenja - soočenje s samo spolno zlorabo na način, da so si priznali, da se jim je res zgodila, soočenje z razkritjem, soočenje z okolico in podpornimi osebami, soočenje z vsemi posledicami, soočenje s samo travmo in kar je najtežje, soočenje s storilcem. Osredotočili smo se na soočenje s travmo in na soočenje s storilcem. Maja je bila tista, ki je pri drugi zlorabi predvidevala, kaj se ji bo zgodilo ravno zaradi izkušnje iz otroštva, Jožica je imela moč spregovoriti, Breda in tudi ostali pa so poznali vsaj še eno žrtev spolne zlorabe.

»...spomnim se, da sem takrat že vedela, da midve ne bova od tam prišle, take, kakršne sva. In potem sploh ne vem, kaj se je vmes točno zgodilo (Maja12)«

»Ja, itak, sem poznala tiste, ki so bili spolno zlorabljeni, kar dva, saj naš kraj ni velik, in na zabavah sem spoznala veliko ljudi.... pa tudi kasneje so mi osebno povedali, tako da poznam kar par ljudi, ki so bili zlorabljeni... (Breda57)«

»Tako da ljudje, žrtve, niso sami, samo prvi korak je potrebno narediti, kar pa seveda ni lahko, in to sama dobro vem. Važno je, da se o tem spregovori in govori, kajti ljudje, ki želijo pomagati, slišijo in poslušajo.(Jožica74)«

Matevž pa se ni odločil, da se sooči s storilcem - s sosedom.

»Nimam potrebe se nekako soočati z njim, zdaj pa sploh ne (Matevž41)«

»Ne, s fotrom ne, in se ne bom soočil, je že umrl, in se tudi ne bi, tudi če bi bil živ... Nekako bi se mi zdelo brez veze, ker bi tudi on zanikal in se delal norega in nevednega,, jaz bi pa izpadel spet kreten (Matevž41)«

4.2.6. Meje

Pri spolni zlorabi gre za prekoračitev in preizkušanje meja ter za skrajnosti. Pri vseh sodelujočih so bile velika težava meje. Pri Jožici in Maji je šlo za prekoračitev meja, pri Maji Matevžu in Bredi pa za postavljanje meja. Maja je meje preizkušala, Breda in Matevž pa sta prehajala v skrajnosti.

Maja je poudarila tudi njen strah pred prekoračitvijo meja pri svojih dveh otrocih zaradi svoje lastne osebne izkušnje, ko so bile njej prekoračene meje, tako telesne kot osebne. Tudi sošolci, ki so jo zlorabili, je opisala, da niso imeli meja in so »hodili po robu«, kar je že postalo običajno in so to sprejeli za njihovo običajno vedenje. Pri Jožici pa je storilec prekoračil meje njenega telesa.

»Vse to je šlo že čez vse meje, zmeraj je kar nekaj govoril in blebetal.... Potem za njega ni bilo več meja, kar na silo me je objel, nato pa poljubil... (Jožica9)«

»Takrat sem opažala pri obeh otrocih, pri teh letih, se pojavi, ...kako bi to razložila..., nek tak občutek, kakor da moram paziti, da ne prestopim meje. Čeprav vem, da jo ne bom, a ne, zelo zanimivo... vem, da jaz ne bi tega nikoli naredila, ampak se včasih pojavi občutek, ali je še to v mejah normale (Maja3)«

»....pri nas so bili vsi fantje tako malo bolj na meji, da so skozi malo hodili po robu, to so bili sošolci in eden od njih je bil vedno tako malo bom rekla da je malo prestopil mejo, nisi pa mogel reči, da je ta malo čuden.... nekako tako... to je bil del njegovega karakterja, tako bom rekla (Maja10)«

Maja, Matevž in Breda so postavljali meje sebi in drugim. Maja predvsem otrokom ter partnerju, Breda pa ni postavila mejo sami sebi, saj je večkrat odtavala v drug svet. Matevž je imel na splošno težave pri postavljanju meja- tako sebi kot drugim.

»Ja, prav fizično sem se preselila na svoje, in potem sem začela tudi iz svoje strani meje postavljati, kaj sprejem in kaj ne. In sem šla lahko stran, kadarkoli sem hotela in ko mi ni bilo všeč. (Maja5)«

»...pač jaz se mu nisem pustila in sem mu jasno povedala, ker pač je poznal moža od moje sestre, in sem mu rekla...(Maja8)«

»Ja, tekom let, potem kasneje, kar težave pri izbiri nekega partnerja, ki bi spoštoval meje v različnih kontekstih, ni nujno v nekem spolnem smislu, ampak na sploh, da bi spoštoval žensko integriteto, ali pa samo posameznika (Maja29)

»Imam pa probleme z mejami, postaviti jih sebi...do kje grem lahko, pa tudi do drugih...sedaj je že bolje, sem se naučil jih postaviti..(Matevž20)«

»...pa smo pili, se zadevali, muzika na glas, žurke po diskotekah...ni da ni (se smeji)... vse brez meja... (Breda43)

»...mene ful bolj zaboli, kakor pa če pri tamalemu prestopijo mejo. Pri njej me pa to čist'...ali zamrznem ali pa začnem noreti dobesedno in jo dajem stran...in, ne! (Maja45)«

Maja je bila deležna preizkušanja meja s strani storilca

»Jaz sem bila takrat sicer že polnoletna, ona pa ne, bila je stara 16 let, in je skos' probaval, kje je meja, ali bova prešli to mejo, ali ne, vedno je imel take zelo opolzke izjave, neprimerne komentarje, (Maja8)«

Breda in Matevž pa sta rada preizkušala skrajnosti.

»No, in psihično sem bila itak pod'n...in na nuli...ampak sem rada hodila po nitki...nekako lovila, kje je meja...(Breda44)«

»Vsaj toliko, da sem ostal na realnih tleh, da nisem odtaval stran, pa da se mi ni zmešalo..., ker sem bil že na meji... nisem več zmogel. (Matevž34)«

4.2.7. Nasilje nad žrtvijo (posredno/neposredno)

Storilec velikokrat uporablja različne vrste nasilja, tako verbalno, fizično, spolno, psihično, vendar je pazljiv, da se na žrtvi ne vidijo poškodbe, saj bi se tako lahko razkrila spolna zloraba. Storilcu pa je v interesu, da žrtev obdrži čim dlje. To se je pokazalo tudi v naši raziskavi, saj je pri Bredi, Maji in Matevžu zloraba trajala 5 let. Pri Matevžu se je sosed kasneje spravil fizično tudi nad njegovo mamo.

»Ni bilo kot takrat, ko je bil kar nežen in sva oba nekako uživala... Zdaj pa je bil čist' podivjan (Breda14)«

»Rotila sem ga, naj neha, da zdaj bom pa res povedala vsem, pa me je na silo prijel za usta in rekel »Kaj boš, opica mala? Komu boš kaj rekla? Boš že vid'la, kaj ti bom naredu! Tako te pa ne maram, veš...Rajši uživaj kot do zdaj...pa tiho bod'« (Breda15)«

»Tam je bil park in me je tam počakal, in res grobo napadel, (tišina)...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno...(Breda27)«

»Oče je bil tudi fizično nasilen, in psihično itak, tudi do mame, in potem ji je dal malo miru, ko je videl, da je noseča...(Matevž3)«

»...potem je kmalu postopoma prenehal s fizičnim nasiljem, in je počasi začel spolno...(Matevž10)«

»Iz ene skrajnosti v drugo, iz čistega nasilja, v neko dobrikanje, obljube (Matevž10)«

»Ma,... vse sorte, po moje, samo da bi preživel...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal (Matevž20)«

»Tole od sosed pa sem lx znorel, ko se je sosed napil in začel kričati na mamo in ji groziti... takrat sem pa res pobesnel...(Matevž26)«

Pri Jožici je bilo zanimivo, da se je bala svojega očeta, kljub temu, da jo je rešil in bil zaščitniški do nje. Nikoli ni v intervjuju omenila, da bi lahko tudi oče nad njo izvajal fizično nasilje, glede na to, da je omenila strah pred fizičnim nasiljem.

»Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...(Jožica17)«

»Če bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... (Jožica38)«

Jožica je imela tudi nasilnega moža, s katerim je sedaj ločena, je pa tudi sama poudarila, da se ji zloraba ponavlja skozi življenje.

»Vse to se sedaj v mojem življenju ponavlja... vsa prestrašena v zakonski vezi z možem, pa nasilje...in vse te stvari. (Jožica20)«

Maja in Matevž pa sta imela težave v šoli, s svojimi sošolci - pri Maji je šlo za zaničevanje in bullying in z nepodporo s strani učiteljice, ki ni priznala, da se je spolna zloraba zgodila.

»...tak občutek sem imela...nato pa se je nadaljevalo v drugi obliki nasilja, kot neko zaničevanje, kot bullying, in se kar ni nehalo. (Maja18)

»...Takrat nisem vedel, zakaj, samo celo osnovno šolo so me vsi zafrkavali, pa me napadali, tako da smo se z vaškimi fanti večkrat stegli, pa so bile potem težave v šoli, pa itak tudi doma, ker sem dobil batine od očeta...in to kar ornk' batine (Matevž2)«

»...tudi sem prišel kdaj z modrico na roki ali na obrazu, pa se spomnim, da je rekla učiteljica »Si bil spet žleht, Matevž, a ne? «...(tiho...), ..tak odziv, no, nikakav... bedarija čista...(Matevž7)«

4.2.8. Telo

Raziskava je pokazala, da je telo igralo pomembno vlogo pri sami spolni zlorabi in soočanju z njo. Vsi sodelujoči so poudarjali odnos do svojega telesa na način, da ga niso sprejemali, da je šlo za grob poseg v njihovo telo in prekoračitev vseh meja, da je bilo nad njihovimi telesi izvajano nasilje, kjer je prišlo do fizičnih poškodb, fizičnih in psihičnih bolečin, telo pa je imelo tudi spomin, da se je zgodila spolna zloraba. Telo je bilo spet prepleteno z mejami, s spominjanjem, z gnusom in sramom.

Maja, Breda in Matevž so se soočali predvsem z nesprejemanjem lastnega telesa. Še posebno Maja je v svoji nosečnosti spoznavala svoje telo in občutke do njega. V prvi nosečnosti ni sprejela svoje telo, v drugi pa je bilo ravno obratno - tudi krivde je bilo manj. Naučila se je občutkov in odnosa do svojega telesa, najbolj pa postavljanje meja zdravstvenemu osebju, ki je pomagalo pri porodu in imelo na nek način nadzor nad njenim telesom zaradi njene trenutne nemoči. Breda pa je občutila celo sovraštvo do same sebe.

»Sovraštvo do same sebe je bilo zelo veliko, nisem se marala, gnusila sem se sama sebi (Breda25)«

»...in tudi zaradi tega nisem sedaj slaba oseba, ali pa ne vem, nekaj časa sem imela take občutke, da moje telo ni OK....kot da nekaj manjka, kot da je bilo nekaj svetega mu odvzetega, kar ne bom mogla nikoli nazaj dobiti, na ta način.(Maja31)«

»In to je potem v času nosečnosti kar izginilo, to glede telesa. Sem videla, da moje telo zmore ogromno, takrat mi je bila velika motivacija za vse skupaj. Sem začutila svoje telo na tak drugačen način, da nisem zbežala ven iz telesa, pa da sem videla dejansko, da je moje telo zmožno tudi nekaj dobrega in sem manj krivila sebe, tako že čisto na telesni ravni, da pač je moje telo krivo za to, da so se mi zgodile te stvari, ..tega potem ni bilo več. In tudi sedaj tega ni več. (Maja32)«

»Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...(Maja33)«

»...nisem maral svojega telesa.. res ne.. hotel sem se ga znebiti...(Matevž24)«

Na način otipavanja in dotikanja njihovih teles s strani storilcev je prišlo do hudega posega v njihovo telo. Dotikanje in otipavanje po stegnih, po spolovilu in prsih, božanje... vse to so

utrpeli Breda, Jožica, Maja in Matevž. Poleg otipavanja je bilo prisotno tudi poniževanje, Breda pa je poudarila, da je pri spolni zlorabi tudi uživala, kar je povzročilo občutke krivde in dvom, kaj se sploh dogaja ter ambivalentnost občutkov. Matevž pa je izpostavil tudi navajenost zlorabe iz otroštva, ki se je nadaljevala s strani drugega storilca - soseda. Pri njemu je prišlo do normalizacije spolne zlorabe. O spolni zlorabi Maje pa so poročali tudi mediji, saj je bil eden od njenih štirih storilcev fotograf na neki prireditvi, primer pa je prišel tudi na sodišče, kjer postopki trajajo že več kot 10 let.

»Počasi se me je tudi dotikal...najprej po rokah, nato po še stegnih, me je božal...(Jožica2)«

»....in me je on povijal in me božal pod hlačkami, tut prst mi je dajal noter... pa poljubljaj, objemal, otipaval... jaz pa odrvenela in zaprepadena, hkrati pa mi je bilo lepo, tisti občutki božanja... zato pa mi gre zdajle, ko to govorim, na bruhanje... (Breda 11)«

».....potem se je tam vse skupaj nadaljevalo z otipavanjem, z neprimernimi komentarji zraven (Maja12)«

».....in da sta se potem tudi onadva spravila nad naju, največ sicer na mene, sta se dotikala po spolovilu, po dojkah in tako, v kombinaciji s komentarji, pač tako zelo neprijetno..(Maja14)«

»...na zelo neprimeren način se punc dotikal, ker je bil fotograf, poziranje in to...(Maja58)«

»....pa božal... pa vsega tega sem bil, lahko rečem, navajen od fotra....samo tega itak nisem povedal sosedu...in se je isto nadaljevalo.(Matevž17)«

»To je bil nek poseg v moje telo in integriteto, saj potem, ko so začeli že časopisi pisati o tem. (Maja21)«

»Da pomislim malo...to so bili 4 moški, ko je šlo res za poseg v telo. (Maja22)«

Jožica je doživela najbolj grob nasilen poseg v telo, saj je bila pri prvi zlorabi posiljena - storilec, očetov prijatelj, ji je vzel nedolžnost.

»...tako da lahko povem, da je bil on tisti, ki mi je vzel nedolžnost (Jožica17)«

»...potem pa me je dobesedno posilil (tišina)...no, nisem mogla nič, ne dihati, ne hoditi, nič.. (Jožica29)«

Poškodbe na telesu so pri spolni zlorabi s strani storilca utrpeli Breda, Jožica in Matevž. Jožica je imela tudi krvavitve, saj ji je storilec vzel nedolžnost, zdravniško pomoč pa ni

iskala, saj se je bala, da bo zdravnik prijavil spolno zlorabo na policijo in se bodo pričeli uradni postopki za kaznivo dejanje. Tudi Matevž je imel spolni odnos s sosedom, kjer je začel krvaveti, kar pa tudi ni nikomur povedal, saj se je nekako zapletel v ljubezenski odnos s sosedom, za kar pa je imel kasneje pomisleke, ali ga privlačijo moški in je zato istospolno usmerjen, kar je opisano v nadaljevanju. Spraševal se je tudi o svoji moškosti – ali je sedaj še pravi moški ali ne.

»....imela sem praske in podplutbe potem ... (Breda27)«

»... Tudi krvavela sem skoraj 1 teden, in vse me je bolelo spodaj. Krvavela sem potem še od raznih šokov, najbrž je bilo to psihičnega izvora, ne vem... velike psihične in fizične bolečine... (Jožica32)«

»...zato sem imela modrice in videli so se njegovi odtisi prstov, tako da sem se nekaj časa bala sleči, da me ne bi starši videli ali pa v šoli kdo... (Jožica33)«

»... in 1x potem ko sem bil star 13 let, pa me je odzadaj...takrat je pa res šlo za seks...(tiho...)...zelo me je bolelo, tudi krvavel sem... (Matevž19)«

Njihova telesa pa so utrpela tudi fizične in psihične bolečine, še posebno Jožica, ki jih je najraje potlačila in zanikala, fizične bolečine pa so bile vidne in jih je občutila kot krvavitev. Tudi Matevž je mel podobno izkušnjo s sosedom. In Breda s fizičnimi bolečinami zaradi grobosti storilca.

».....ker mi je bilo hudo, pa grozno, pa bolelo me je včasih, ko je bil preveč grob... (Breda 22)

»...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala... te bolečine (Jožica17)

».....To so bili zame grozni časi...prejokala sem dneve in dneve, skrita v svoji sobi... in vso to bolečino sem morala potlačiti v sebe, (Jožica18)

»...velike psihične in fizične bolečine... (Jožica32)

»...kar me je psihično mučilo in mi povzročalo težave v življenju nasploh. (Jožica34)

»Krvavitev se je ustavila, nekaj dni me je še bolelo in sem komaj hodila, tako da me je mami spraševala, kaj mi je (Jožica35)«

»...zelo me je bolelo, tudi krvavel sem...pa je kmalu minilo in navadil sem se...še parkrat sva se tako dobila...(Matevž19)«

Telesni spomin se je pojavljal pri Maji, ko se spomni zlorabe na podlagi dotikov in občutkov, ki so se ji že dogajali. Tako da je že vnaprej vedela, kaj sledi, ko sta jo zlorabljala sošolca. Vse je bilo že znano njenemu telesu, in znani občutki ter enake besede. Vse je še enkrat podoživljala in bila je ponovno travmatizirana. Z racionalizacijo je poskušala preživeti v tem stanju, še posebno pri porodu. Povedala je, da je bila zlorab navajena in da so ji čisto nekaj vsakdanjega – vse je normalizirala.

»Drugače sem pa se tega začela zavedati, ko se je zgodila ena druga zloraba s strani sošolcev oz. takrat je bilo meni to čudno, kako je lahko to meni tako domače oz. nič kaj takega, da me nekdo na tak način gre čez tvojo mejo. (Maja2)«

»...takrat pa sem jaz v bistvu že vedela, kaj bo sledilo, prav čutila sem... spomnim se, da sem takrat že vedela, da midve ne bova od tam prišle, take, kakršne sva. In potem sploh ne vem, kaj se je vmes točno zgodilo, (Maja12)«

»In te besede so bile potem tiste, ki so mi odzvanjale še ful let, in mi še zdaj tako kdaj..., kako v bistvu sam sebe lahko daš nekam, ker že veš in se ti je itak že dogajalo, tako da je tvojemu telesu to že ful znano. (Maja13)«

»...tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...(Maja33)«

».....v poporodnem obdobju se je bilo težko ven dati iz teh občutkov, prav dvigovati sem se morala, je bilo zelo na začetku, ker je bilo dejansko kot še ena zloraba. Mogoče, če bi kdo gledal, bi rekel, »ah, saj ni nič posebnega...«, notri v meni pa je potekal en tak proces soočanja z vsem skupaj in spuščanja zadev, istočasno pa, ponovitev totalno tistega, kar sem se najbolj bala... (Maja34)«

4.2.9. Izgube

Izgube so bile pri naših rezultatih raziskave »nujni« del pri zlorabljanju. Preživele žrtve so izgubile nekaj nedefiniranega, nedolžnost, otroštvo, mladost, življenje, izkušnje in moškost. Breda in Jožica sta izgubili nekaj, česar ne znata poimenovati, Matevž pa je izgubil svojo moškost, saj ga je spolni odnos s sosedom zaznamoval za vse življenje. Jožica je imela največ izgub – izgubo otroštva, izgubo izkušnje, izgubo nedolžnosti, mladosti in življenja, prisotno pa je bilo tudi žalovanje za izgubo. Jožica si je pomagala s potlačitvijo, da je lažje prebrodila in se soočila z izgubami. Maja pa se ni točno opredelila, da bi imela kakšno izgubo.

»Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba (Breda 23)«

»Še zdaj pa imam občutek, da sem nekaj v življenju zgubila, kose mi je zgodila ta grozna stvar. Neka izguba, ki jo ne znam definirati, me spremlja še seda...(Jožica54)«

»To je pa grozna stvar, jaz sem bila nedolžna, vzel mi je izkušnjo, ki bi jo morala doživeti z nekom, ki ga imam rada in bi se mu predala (Jožica31)«

»Cel lajf imaš pokvarjen zaradi tega, ker ti je bilo v otroštvu nekaj odvzeto, imel si veliko izgubo otroštva, identitete...sploh ne veš, kdo si, ta zloraba te zaznamuje za naprej. (Matevž44)«

»...čeprav mi je vzel mladost in del življenja...je pa po moje veliko v moji podzavesti spravljeno...(Jožica40)«

»....s tem sem si potrjeval, da sme taparvi dec! Da nisem izgubil moškosti zaradi zlorab...(Matevž23)«

4.2.10. Spominjanje

Spominjanje zlorabe je bilo pri naših sodelujočih težko, saj se nikoli niso mogli spomniti celotnega poteka zlorabe, kar pa je tudi nemogoče. Spomini so prihajali na plan po delih, po koščkih, in marsikdo je omenil, da je sestavljal koščke spomina, da si je nekako ustvaril približno sliko spolne zlorabe. Njihov spomin je bil pogostokrat nejasen, samo pri Jožici in Maji je bilo zaslediti jasen spomin o spolni zlorabi.

Še posebno pri Maji in Matevžu so se pojavljali tako imenovani »flashbacks« ali vsiljeni spomini, ki sta jih nato zložila skupaj, da sta prišla do nekaterih glavnih podatkov o zlorabi. Pri Maji je bilo tako, da je na podlagi vsiljenih spominov prišla do ugotovitve, kdo sploh je bil storilec. Maja je tudi poudarila, da ko se je spominjala zlorabe, se je počutila kot da na vse gleda od zunaj, izven svojega telesa. Ti delni vsiljeni spomini pa so prihajali na površje postopoma, tudi več let. Tudi podobe obrazov so se pojavljale v teh delnih spominih skupaj z disociacijo.

»V bistvu se tiste zlorabe ne spomnim čisto točno, kako se je dogajal, ker sem bila mlajša, to je čisto ta prva zloraba- imam določene izseke spomina, in glede na preostale spomine, sem nekako skupaj zložila, kdo to je. Drugače sem pa se tega začela zavedati, ko se je zgodila ena druga zloraba s strani sošolcev oz. takrat je bilo meni to čudno, kako je lahko to meni tako domače oz. nič kaj takega, da me nekdo na tak način gre čez tvojo mejo. Tako da prav ti spomini, neki izseki, flash-backi enih 5 let nazaj, eni so prišli lani, zelo mešano hodijo spomini, ni tako, da bi se vse naenkrat odkrilo, ampak, tekom let se odkriva ta zgodba.(Maja2)«

»Kakor se jaz spomnim, za prvo zlorabo, je bilo to večinoma v postelji, se pravi, v nekem pol snu, niti ne znam dobro definirati, kako se je začelo. Ali pa kako je vse skupaj potekalo, ker vse, kar imam od teh flashbackov je, kakor da gledam nase od zunaj, prav tisto tipično pri teh flashbackih. To je čisto tipično, da zapustiš svoje telo in te ni več tam. (Maja8)«

»Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal (Maja29)«

Matevž je večino zlorabe večkrat podoživljal in za nekatere delčke ni vedel, kam spadajo. Imel pa je tudi telesni spomin, kar pomeni, da se je spominjal vonja storilca. Podobno se je spominjala vonja storilca tudi Jožica.

»Večkrat pa pridejo taki spomini na um, kar neki fleši se prikazujejo, neki izseki, ki ne vem, kam jih dati... pa kar zavoham soseda, njegov znoj... za bruhat... (Matevž24)

»...vse to ti hodi po glavi in buta ven... neki fleši pridejo, vse podoživljaš ponovno....skoraj v hujši obliki...(Matevž32)«

Da so imeli nejasen spomin, bi lahko pomenilo tudi, da se sodelujoči v nalogi niso mogli spomniti čisto točno podrobnosti o spolni zlorabi, ki so jo utrpeli. Predvsem Maja in Matevž sta navajala, da sta imela nejasen spomin. Nejasen spomin se je pojavljal tudi pri Majinih sestrah, ki se nekako ne spomnijo, kdo je bil še drugi storilec. Predvidevajo, da je to bil stric.

»Ja, bil sem v šoli, to vem, to pomeni, da po moje okoli 6 let, ali pa 7 let, ne spomnim se čisto točno. (Matevž3)«

»Jaz mislim, da je moralo to biti nekaj časa, se ne spomnim, kako, se je pa v bistvu nadaljevalo v obliki nekih komentarjev (Maja4)«

»...ne morem reči, da se kar spomnim točno kdaj je bilo, samo nekako tak čuden filing sem imel in ga še imam..., da je nekaj čudnega z mano narobe. (Matevž2)«

»...veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...(Jožica40)«

»Torej, jaz mislim in čutim, da me je zlorabljal oče, ko sem bila majhna in pa potem še stric... čeprav so spomini medli. (Maja39)«

»....pa kakor tudi s strani strica, ampak ona ima spomine, da je bil tudi oče. Bom rekla tako, da so to zelo potlačile, in nisem niti pričakovala nekih konkretnih odgovorov. (Maja42)«

Z drugega zornega kota pa je bilo zanimivo, ko so sodelujoči omenjali zelo jasen spomin oziroma da je bil nekje en sprožilec (*trigger*), ki jih je spomnil na določen dogodek ali pojav pri spolni zlorabi. Lahko je šlo za vonj, lahko je šlo za podobno situacijo ali podobne izrečene besede. To je bil primer Jožice, ki jo je na njenega storilca spomnil policaj na cesti, na sliki ali po televiziji, saj je bil storilec po poklicu policaj.

»Nisem imela z njim nobenega več kontakta, karkoli se mi je dogajalo v življenju, sem se spomnila te zlorabe, vedno je prišla na plan, ko je prišel tapravi triger (Jožica20)«

»Zdaj pa pri tisti drugi zlorabi, ki se jo bolj spomnim, in sem o tem največ govorila in razmišljala, in na tem sem največ delala, ... ker sem imela največ materiala od tam, da se lahko nekaj spomniš (Maja9)«

»In vedno, če pride kakšen triger, dražljaj, se vedno spomnim, kaj sem doživela...Nekaj časa, ko se videla policaja, sem se vedno zdrznila za par sekund in se nato umirila...pa na splošno je policaj že ena taka avtoriteta, da se ga bojiš... Ali pa če gledam kakšen film, in je notri kakšna punca zlorabljena, se spomnim in podoživim oziroma se mi film na hitro zavrti pred

očni o svoji zlorabi.. tega v življenju nikoli ne moreš zbrisati, to te spremlja non stop,...
(Jožica68)«

»Se mi zdi, da še vedno nekaj ostaja, tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti. (Maja43)«

»In vedno, če pride kakšen trigger, dražljaj, se vedno spomnim, kaj sem doživela...
(Jožica68)«

»...tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti. (Maja43)«

Maja pa je še poudarila, da se popolnoma nič ne spomni svojega prvega poroda, predvsem prvi del poroda. Spomnila pa se je samo občutkov, ki so ji bili že znani od zlorabe. Šlo je za retravmatizacijo in ponavljanje travmatskih spominov.

»V bistvu se jaz rojstva otroka..., sploh tisti zadnji del, pol urce, predno se je rodil, ali še manj, no, ..., tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. (Maja33)«

Najbolj pa je bil v izvedenih intervjujih prisoten travmatski spomin, ki je drugačen od »običajnega« spomina. To pomeni, da se sodelujoči travmatičnih dogodkov niso mogli spomniti zaradi šoka, ki ga je povzročila spolna zloraba. Ta spomin je ostal v njih in so jih podoživljali, kakor da bi se dogajali zdaj. Omenjali so, da je bilo že vse to njihovemu telesu znano, predvsem pri Maji. Maja je tudi doživela nek manjši panični napad pri spolnem odnosu s svojim partnerjem, ko se ji je pred očmi prikazal obraz sošolca, ki jo je zlorabil. Ponovno je Maja doživljala travmatski spomin pri porodu, ko je prosila medicinsko osebje, da ji prisluhne, ko jim je govorila, kaj želi pri porodu, pa tudi, ko je poslušala enake besede kot pri zlorabi, kako naj diha, kako se naj drži... Povedala je, da je bil njen prvi porod kot še ena zloraba – vse je podoživela. Pojavljala se je tudi posttravmatski stresni sindrom, predvsem pri Bredi in Maji. Travmatski spomin je bil prepleten s podoživljanji, retravmatizacijo, tudi z disociacijo, s telesnim spominom in s sesuvanjem lastnega občutka varnosti. Breda je poudarila, da je zaradi izkušnje spolne zlorabe postala »druga oseba«.

»In te besede so bile potem tiste, ki so mi odzvanjale še ful let, in mi še zdaj tako kdaj..., kako v bistvu sam sebe lahko daš nekam, ker že veš in se ti je itak že dogajalo, tako da je tvojemu telesu to že ful znano. (Maja13)«

».... veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...(Jožica40)«

»... vmes sem doživela tak majhen panični napad, se mi zdi, ker je bilo kar intenzivno tudi takrat. Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal - pri trenutnemu partnerju je prišel obraz sošolca, ki me je takrat zlorabil, zelo intenzivno je bilo pač tisti trenutek, ker sem ga ravno par dni prej srečala, sošolca, in se je potem to zgodilo. To je bil en tak trigger...,(Maja29)«

»... nek telesni odpor, in vse sem podoživljala, kar fleši - spomini so se mi prikazovali, kar tresla sem se... da bo kdo vame rinil, in prijemal...ne, ne, tega pa ne... (Jožica51)«

»Vsakič, ko dobim pošto iz sodišča, sem kar tako »joj, spet to«, ker potem dobim isto...tam na sodišču celo gnojnico spet name stresejo, čisto nič drugega ni... Kot da jih ne zanima, kaj se je dogajalo, kaj se je zgodilo, in pač ta punca, takrat mladoletna, ni nikakor provocirala, ...(Maja59)«

»V bistvu se jaz rojstva otroka..., sploh tisti zadnji del, pol urce, predno se je rodil, ali še manj, no, ..., tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...(Maja33)«

»Identično skoraj, ...podoživiš vse občutke...recimo tudi to, da so se določene besede ponovile, »če boš tiho, bo hitreje mimo...«, vse tako na te načine, in to je meni zelo ostalo, in potem je bilo v poporodnem obdobju se je bilo težko ven dati iz teh občutkov, prav dvigovati sem se morala, je bilo zelo na začetku, ker je bilo dejansko kot še ena zloraba. Mogoče, če bi kdo gledal, bi rekel, »ah, saj ni nič posebnega... », notri v meni pa je potekal en tak proces soočanja z vsem skupaj in spuščanja zadev, istočasno pa, ponovitev totalno tistega, kar sem se najbolj bala... (Maja34)«

»Ja, tako, recimo v mojih željah in v tem, kar sem govorila, me niso poslušale pri porodu, jaz pa sem postajala vedno bolj zakrčena in jih prosila, če me lahko kdo sliši..., ampak me niso. Sem želela narediti korak naprej, pa sploh nisem bila slišana (Maja35)«

»Pa tudi vase zaprta, nisem se hotela več družiti z vrstniki...hotela sem mir. Kot oseba sem bila drugačna. Večkrat sem se spomnila tega...(Breda37)«

»... in potem sem jaz spet nasrkala, vse sem podoživljala, vsi spomini so prišli na plan iz otroštva od zlorab... groza, vse to je bilo težko prebavit in v glavi predelat...sesul se mi je svet...(Breda40)«

»...vse je začelo ven butat, od vsega otroštva, pa še novo se je nabralo... psihične težave sem imela, bila sem depresivna, in anksiozna, (Breda45)«

»... pa mislim, da sem tudi imela težave s tem posttravmatskim sindromom...same travme so ven butale...(Breda45)«

»Sem pa vmes veliko o tem brala in raziskovala, ker sem videla, da vse, kar se mi je dogajalo, da ni moja krivda in da nisem edina, in da imajo moji občutki in takšno doživljanje neko ime, in eni občutki so bili že pokazatelji neke posttravmatske stresne motnje. In to me je zelo pomirilo (Maja27)«

4.2.11. Strategija in taktika storilca

Storilec je tisti, ki je spolno zlorabljal. Naše ugotovitve so, da so naši sodelujoči imeli vsi po dva ali tri storilce spolne zlorabe, zloraba pa je bila ponavljajoča se in tudi enkratni dogodek. Razen pri Jožici, ki jo je zlorabil »samo« en storilec. Storilec je imel svojo taktiko in strategijo, kako je izvedel spolno zlorabo, da ga ne bodo dobili. Storilci so uporabljali pri privabljanju žrtev na svojo stran igro, govorili so jim, »da jih imajo radi«, pri večini je bil pri spolni zlorabi prisoten tudi poseg v telo. Spolno zlorabo je ovijala neka splošna skrivnostnost, in prošnja, »naj se ne pove tega mami«. Storilec je bil pri zlorabljanju tudi nasilen – ali je to bilo fizično, verbalno, psihično ali spolno nasilje. Uporabil je tudi grožnje in ustrahoval svoje žrtve in da je sledila tudi kazen, če niso bili pridni oziroma niso izpolnili njegovih želja in pričakovanj. Nagrajevanje in (pod)kupovanje je bilo zelo učinkovito, še posebno, če je obljubil, da jim bo kupil kaj, kar si zelo želijo. Vedno pa je bila uporabljena tudi manipulacija žrtve, kar je pomenilo ignoriranje in obljubljanje raznih stvari.

Na način igre je storilec zlorabljal Bredo, saj jo je prepričal, da se gresta igrat zdravnike. Tukaj je bila vidna premoč nad žrtvijo in nadzor nad njo, spolna zloraba pa je bila prikazana na način igre in dala sporočilo, da s tem ni nič narobe. Breda je seveda sodelovala pri igri in bila ubogljiva. Čeprav je v sebi vedela in čutila, da je pri tej »igri« nekaj zelo narobe in tega ne bi smela početi, vendar je bila pri tem nemočna.

»...potem mi je moja roko dal na svoje spolovilo, ki je bilo že otrdelo...pa sem se zdrznila in me je podučil, da je to samo znak, da je vesel in da mu je lepo ter da je to fajn delati...in to

je bilo lx na dan...potem se je obnašal, kot da ni nič, sva se igrala dalje, šla sva pomagat babici kuhat... z eno besedo- vse je premislil in naredil plan, kako bo kaj speljal, da ne bo nihče zvedel... imel je totalno oblast nad mano, in moč, jaz pa s svojo šibkostjo napram njemu sem mu lahko samo sledila in ga ubogala..(Breda 7)«

»Tako da sem ga morala počasi zadovoljevati, z roko, (tišina)... in sva bila sama v spalnici lx, babi je bila pri sosedi,...pa je rekel, če se greva zdravnike igrat, da je on padel in se udaril, jaz pa sem zdravnica in ga bom pozdravila (Breda 9)«

Pri Bredi se je pojavila strategija storilca, da ji je govoril, »kako jo ima rad« in jo s tem še bolj zmedel, kajti vedela je, da je tukaj nekaj čudnega, in ji tako dajal občutke krivde, če ne bo izpolnjevala njegovih zahtev.

»Pa sem ga čudno pogledala, pa je rekel, »nič se ne boj, vidiš, da te imam rad...« in sem si mislila, da on že ve, da tako mora biti...čeprav sem se nekako čudno počutila, pa ne znam opisati, kako...na tak način, kot na čutiš, da nekaj ne štima (Breda4)«

»To se je dogajalo že prej, ko sem bila še doma, nisem še hodila v šolo, vendar sem mislila, da je to dokaz ljubezni, da me ima dedek rad, da se z mano igra in je del igre vse to. (Breda2)«

Pri spolni zlorabi je bil pri vseh prisoten poseg v telo na način spolnega odnosa, posilstva ali vtikanja prstov v spolovilo. Šlo je za zlorabo moči nad žrtvijo. Storilci so se žrtev dotikali, jih objemali, poljubljali, božali, zahtevali so tudi, da jih žrtev zadovoljuje. Vse to se je dogajalo nasilno in z grožnjami in s poniževanji s strani storilca, končalo pa se je tudi s poškodbami oziroma krvavitvami iz spolovila.

»...potem mi je moja roko dal na svoje spolovilo, ki je bilo že otrdelo...pa sem se zdrznila in me je podučil, da je to samo znak, da je vesel in da mu je lepo ter da je to fajn delati...in to je bilo lx na dan...potem se je obnašal, kot da ni nič, sva se igrala dalje, šla sva pomagat babici kuhat... z eno besedo- vse je premislil in naredil plan, kako bo kaj speljal, da ne bo nihče zvedel... imel je totalno oblast nad mano, in moč, jaz pa s svojo šibkostjo napram njemu sem mu lahko samo sledila in ga ubogala..(Breda 7)«

»....in me je on povijal in me božal pod hlačkami, tut prst mi je dajal noter... pa poljubljaj, objemaj, otipaval... (Breda 11)«

»Je pa šlo tako, da sva se mogle midve njiju dotikati, tako da je prišlo do erekcije, ni pa prišlo do kakšnih izlivov, in da sta se potem tudi onadva spravila nad naju (Maja14)«

»Za vse je šlo, najprej me je božal in govoril, »pa saj ti paše, a ne, a vidiš kako te imam rad, pa si govoril, da te ne maram....saj takrat si si zaslužil, ko sem te kdaj užgal, ko nisi ubogal, vidiš? Zdaj si pa tak priden...se ti bo splačalo, boš videl...« jaz pa sem zmrznil...in čakal, kaj bo... Pa sem ga moral z roko zadovoljevati, da mu je prišlo, pa potem je še on šel z roko v moje hlače,.. itak sem imel erekcijo...pa je rekel »vidiš, kako ti je lepo.. in uživaš...«, pa sem se kar predal... in to se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let,...(Matevž11)«

»...jaz sem ga moral zadovoljevati, bila sva zadaj za hišo v drvarnici, potem je pa še on mene z usti...to je bilo pa fuj....še zdaj ne morem pozabiti... (Matevž18)«

»Začel me je na silo stiskati in slačiti majc'o. Potem sem se začela upirati in kriliti z rokami, ampak ni pomagalo. Postal je kar nasilen in mi zvil roke za hrbet...in mi na ušesa zašepetal, zagrozil...«Pazi se, če boš povedala očetu, kr boš vid'la, kaj bom naredil s tabo...«. On je bil itak velik in močan, tako da fizično se z njim kosati, ni imelo smisla, pa še bala sem se ga, kot sem že rekla. In jaz sem bila ustrahovana in itak se nisem upala povedat. Pa še vprašanje je, če bi mi oče verjel, ker ta prijatelj je bila za njega »svetinja«. (Jožica16)«

»....on je čedalje bolj rinil vame, majico mi je skoraj strgal...(tiho, zamišljena)...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala... te bolečine, psihične grozote... nisem imela nobenega oziroma jaz bi se že upala mami povedal, ampak sem se bala, bala, zelo bala... kaj bodo naredili z mano...Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...(Jožica17)«

Ovijanje zlorabe v skrivnostnost je pogosta taktika storilca. Pri Bredi in Matevžu je storilec uporabil to taktiko in jih prosil, naj o tem nikomur ne povedo, saj je to njuna skrivnost.pa tudi opravičeval je to na način, da jima je govoril, da drugi tako ali tako ne bodo verjeli, če bosta o zlorabi spregovorila. Matevž je tudi opisoval svoj odnos s storilcem kot ljubezenski, za kar se mu je pojavljal velik občutek krivde. Občutki, ki so se pojavljali poleg skrivnostnosti, so bili tudi šok, zmedenost, strah, vdaja v usodo, omalovaževanje in ambivalentnost čustev, strah pred zapuščenostjo in ignoranca samega pojava spolne zlorabe s strani storilca.

»On pa vstal, se oblekel, kot da ni bilo nič in rekel, naj pridem z njim sedaj , greva še malo televizijo gledat. In sem šla, vsa prestrašena in tiho. Mi je pa na en tak strog način rekel, naj nobenemu ne povem o tem, da je to najina skrivnost in igrice, in da če bom hotela, se bova še to igrala. ... seveda sem bila tiho kot grob... nikoli nobenemu nič rekla... (Breda 10)«

»Med tisto, ko me je zlorabljal oče, sem bil frapiran, v šoku na začetku, zmeden totalno, pa prestrašen, kaj se sedaj dogaja to...vedel sem, da nekaj ne štima, da to foter mi ne bi smel početi, pa sem se kar vdal potem v usodo.. in to sprejel ..v smislu, »ok samo da me ne tepeš več...«, ...(razmišlja), potem pa mi je bilo najhujše, da mi je to začelo postajati vseč, taki mešani občutki.... Pa še vse tako skrivnostno je bilo, ko je govoril, da ne smem povedati mami, da je to najina skrivnost in da mi mama itak ne bi verjela, pa bi me lahko nagnala od doma...in bi sam taval po svetu. Tega sem se pa najbolj bal, da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž16)«

»....še parkrat sva se tako dobila...kot bi bil njegov ljubimec sem se počutil...(Matevž19)«

Nasilje se je prepletalo s spolno zlorabo. Večkrat je storilec na silo posegel v telo, nato je nadaljeval z grožnjami in tudi s poniževanji, žrtev pa se je branila, vendar brez učinka. Prevladala je moč storilca. Maja se je nekako žrtvovala za svojo prijateljico, kot je to poimenovala sama. Storilcu-sošolcu je rekla, da naj samo njo in naj pustijo pri miru sošolko. Seveda storilec ni to upošteval. Sošolci so tudi po zlorabi nadaljevali z verbalnim nasiljem in izsiljevanjem oziroma bullyingom. Maja je bila tudi pri kasnejši zlorabi s strani fotografa že navajena in se je uprla in zagrozila storilcu, »da ga mož njene sestre pozna in se to ne bo dobro končalo.« Tudi oče (storilec) jo je zmerjal s svojimi poniževalnimi komentarji in zmerjanji. Breda je bila deležna napada s strani fanta iz šole, ki jo je napadel in posilil, kar ni nikoli prijavila. Tudi pri Jožici je bil storilec fizično nasilen in jo je na silo slekel ter jo ustrahoval. Matevž pa je bil deležen hudega nasilja vseh oblik s strani svojega očeta, ko mame ni bilo doma.

»Ko sem se pa 1x vračala iz šole domov, me je zasledoval. Bilo je že zimsko obdobje, zato je bila že tema zunaj. Tam je bil park in me je tam počakal, in res grobo napadel, (tišina)...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno...(Breda27)«

»...rotila sem ga, naj neha, da zdaj bom pa res povedala vsem, pa me je na silo prijel za usta in rekel (Breda15)«

»...se ne spomnim, kako, se je pa v bistvu nadaljevalo v obliki nekih komentarjev, nekih verbalnih zadev in občasnih dotikov, ki so bili neprijetni in pač tako, kakor v nekem hecu, »saj se razvijaš«, taki komentarji, »kaj delaš,...« in potem že kar bolj neprimerne besede »kakor da bi se prodajala«, glih tak občutek sem dobivala, čeprav sem vedela, da ne delam nič kaj takšnega. Zdaj ko gledam nazaj, je bil en tak čist' normalen razvoj, ko sem se

pogovarjala z drugimi, je bilo vse isto, ampak pri nas je bilo tako, kakor da se kurbam okoli, tako grdo rečeno. (Maja4)«

»Tisto, ki pa se je pač potem zgodilo, pa je bilo, da smo šli na neko šolsko praznovanje oziroma na neko ekskurzijo, in v bistvu na poti domov sta dva sošolca mene in mojo prijateljico nekako ujela, ko sva šli na WC v en lokal na poti domov, in sta naju ustrahovala tam notri, kaj bosta naredila in midve sva bili tam zaprti, ..to je bil enkratni dogodek, samo 1x se je zgodil... (Maja11)«

»Onadva sta naju potem nekako zvlekla ali zvabila..., ne vem, katera bi bila bolj primerna beseda, v moško stranišče in potem se je tam vse skupaj nadaljevalo z otipavanjem, z neprimernimi komentarji zraven, in nikoli ne bom pozabila svojih besed, ko sem jima rekla »da naj kolegico pustita pri miru in da naj pač na meni naredita to, kar pač moreta, ker meni je itak vseeno« (Maja12)«

»Ta zadeva je bila samo 1x, trajalo pa celo tisočletje, se mi zdi...tak občutek sem imela...nato pa se je nadaljevalo v drugi obliki nasilja, kot neko zaničevanje, kot bullying, in se kar ni nehalo. (Maja18)«

».....Kasneje ko je pač prišlo do nekega poskusa posilstva pri moji kolegici, pa istočasno do poskusa nekih zlorab, otipavanja, ker sem pač uspela ustaviti zadevo, in je potem tudi šlo v medije, takrat smo se zelo jasno soočili s tem, tako da sem potem morala na sodišče hoditi in pričati, nazadnje celo dve leti nazaj (Maja56)«

»....Tako kot sme že nakazal, se je foter spravljal name, najprej fizično, nato še spolno...pa itak psihično tudi, ko me je zmerjal in poniževal, »da nimam pojma, da sem kurbin sin in luzer, in da z mano ne bo nikoli nič, da me ne bo nobena baba marala, pa da bom itak sam ostal, ker sem smrdljivec, garjav, in klošar...« pa fizično..me je stolkel kot hudič... pretepal me je z žico in kablom od enega stroja ali žage in se potem hvalil po vasi, naj pokažem rit, kakšne modrice imam...pa za vrat me je tiščal in me hotel s povštrom zadušiti...to je delal, ko je bila mati pri sosedih. Vsak trenutek, ko sva bila sama, je izkoristil.. Mama je bila takrat že noseča, pa mislim, da je bil foter toliko pri sebi, da se je spucal na meni... jaz sem bil itak tiho in si nisem upal povedati, nisem hotel mame obremenjevati, ker se mi je smilila in njen otrok v trebuhu tudi...pa sem bil v šoku, zaprepaden, potem itak brezvoljen...tak apatičen že..(Matevž6)«

»Ni odnehal, kar rekel je, »zdaj pa takoj v sobo, ajde, hitro!« potem je začel trgati z mene pulover in odpenjat hlače ..hotela sem se izmuzniti, samo je bil tako velik, da me je prijel in vrgel na kavč v dnevni. (Jožica29)«

Vso to nasilje pa je bilo polno groženj, predvsem pri Bredi.

»....in hkrati dal vedeti, da če komu povem, bo on vse zanikal in bom jaz kaznovana in vsi bodo o meni grdo govorili. (Breda 13)«

»Kaj boš, opica mala? Komu boš kaj rekla? Boš že vid'la, kaj ti bom naredu! Tako te pa ne maram, veš...Rajši uživaj kot do zdaj...pa tiho bod'« (Breda15)«

Naslednja uporabljena strategija pri storilcu je nagrajevanje in (pod)kupovanje ter razne podobne obljube. Pri Bredi, Matevžu in Jožici jim je storilec obljubljal, da jim bo kupil igrače, punčke, sladkarije, oblačila ter tudi cigarete in kolo. Pri Matevžu, Jožici in Bredi je to tudi storil, kar je pri žrtvi povzročilo občutek, da jih ima res rad. Maja pa ni imela izkušnje podkupovanja in nagrajevanja.

»...vedno je našel čas, da sva bila sama. Prav prefinjeno je vse izpeljal in me ovijal okoli prsta s svojimi obljubami, da mi bo kupil novo punčko, da bova šla na sladoled in kupit bonbone. (Breda 5)«

»Pa me je nagrajeval, kupoval, kar sem hotela-sladkarije, igrače, razne družabne igre, 1x mi je kupil lepo oblekico z rožicami, ki je hotel, da jo imam oblečeno, ko se igrava...da me je z lahkoto božal po nogah in gor..., (Breda 12)«

»...ta prijatelj je potem še večkrat hodil k nam, potem mi je začel nositi še sladkarije in prav čutila sem, da me ne nek način podkupuje in hoče , da sem mu na razpolago...(Jožica6)«

».....Ko me je pa eno leto zlorabljal sosed, je bilo pa huje... tudi on je začel me najprej polahko otipavati in mi obljubljal, da mi on pa res kupil kolo, ne tako kot foter, ki je samo obljubljal... pa potem me je podkupil s cigareti, ki mi jih je naskrivaj dajal, da sem potem kadil v gozdu...itak mama ni vedela, ker je bila v svojem svetu... pa božal... pa vsega tega sem bil, lahko rečem, navajen od fotra...samo tega itak nisem povedal sosedu...in se je isto nadaljevalo, (Matevž17)«

Da pa storilec začne z zlorabo, ponavadi z žrtvijo manipulira, zlorabo pa vedno načrtuje. To so izkusili tudi naši sodelujoči, saj pri njih različnih vrst manipulacije s strani storilcev ni manjkalo. Pri Jožici je storilec nekaj časa opazoval svoj teritorij ter jo opazoval. Ko sta

vzpostavila nek odnos, jo je tudi opozarjal, naj bo previdna, ker so zunaj grozni in nevarni ljudje. Jožica je občutila neko prijateljsko vez med njima. S tem je bilo še težje prekiniti zlorabo. Preusmerjal je tudi pozornost in s tem Jožico zmedel in zavedel. Ker pa počasi ni bilo več meja, je začel z nasiljem nad njo. Bil je prav prefinjen, kot je zaslišal očeta od Jožice – hitro se je naredil, kot da nič ni bilo. Prav vidno je bilo, da je bila zloraba načrtovana, kar se vedno zgodi s strani storilca. Vedno najde primeren čas in kraj in tudi primerno žrtev zanj. Storilec se je na zlorabo pripravil v vseh naših primerih. Preizkušal je meje svojih žrtev in njihov odziv. Na nek način jih je privajal na zlorabo. Zato žrtve na začetku sploh niso vedele, kaj se je dogajalo, ustrašile so se in otrpnile, bile so nemočne, zato jih je storilec tudi pohvalil, kar pa jih je spet potegnilo nazaj v krog zlorabljanja.

»...Moj oče je imel enega dobrega prijatelja, v glavnem sta bila nerazdružljiva, skupaj sta preživljala prosti čas velikokrat...in jaz sem počasi odraščala in ta moški, bi lahko sedaj rekla, da se je zagledal vame in je hodil dvakrat do trikrat na teden k nam na obisk ..(Jožica1)«

»....nato je prišel oče gor, in on je nehal.. obnašal se je kot da se ni nič zgodilo, (Jožica4)«

»Večkrat je tudi izkazoval skrb do mene, naj bom previdna, da so zunaj grozni ljudje, še posebno moški, ki bodo od mene kaj hoteli...(Jožica7)«

»...zmeraj je kar nekaj govoril in blebetal, kot da hoče pozornost preusmeriti ali pa me zavesti in zmešati. Potem za njega ni bilo več meja, kar na silo me je objel, nato pa poljubil..., (Jožica9)

»....Ko je on slišal, da gre oče gor po stopnicah, je hitro se usedel nazaj za mizo in bral časopis in se delal, kot da nič ni, bil je ves zatopljen v zgodbo v časopisu. Tako da oče itak ni nič posumil.(Jožica11)«

»Prav prefinjeno, bi jaz temu rekla sedaj, čeprav takrat nisem imela pojma na začetku, kasneje mi je bilo čisto jasno. On je imel prav plan narejen, kdaj bo prišel, kaj bo rekel, kaj mi bo prinesel. Kot da me podkupuje in hkrati veže na svojo stran, da bi se mu zaupala in bila tudi kot frendica. Tako mi je enkrat rekel, če bi bila prijatelja. Seveda sem rekla ja, kaj drugega mi ni preostalo... tako kot sem že prej povedala, je ratal že čist nasilen...(Jožica14)«

»On je kadil, pil je počasi kavo, me gledal, in nato vstal, šel proti meni. Jaz itak spet otrpnila... in on me je božal po laseh, govoril mi je , kako sem lepa, kako sem mu všeč že

dolgo časa, pa da me ima rad, zelo rad, drugače tudi ne bi k nam prihajal... Božal me je še čedalje bolj grobo, po rokah, obrazu, nogah, tudi po riti, pa sem mu roke dajala stran, pa ni nič pomagalo... (Jožica24)«

»...on je vztrajal, nadaljeval, govoril mi je, naj se ne bojim, naj bom vesela, da me ima rad in da me zato objema in lupčka... (Jožica25)«

Posebno pri Matevžu se je to videlo – storilec oče je šel iz ene skrajnosti v drugo; iz brutalnega fizičnega nasilja do nekega dobrikanja in obljub in dajanja občutka krivde Matevžu. Pri drugem Matevževem storilcu (sosedu) pa je bilo enako – najprej ga je opazoval, potem pa je šel Matevž k njemu in sosed mu je dal za jesti in piti in tako je dobil naklonjenost Matevža. Breda pa se je nekako borila s svojimi občutki krivde in zmedenosti, saj je v spolni zlorabi uživala.

»To se je dogajalo na neki prireditvi, in je eden od organizatorjev je prijateljico zadrogiral in jo je hotel posiliti. Pred tem pa je že imel taka neprimerna povabila, »vaju poberem, pa bomo šli v jaccuzzi«, in ne vem, kaj še vse...Jaz sem bila takrat sicer že polnoletna, ona pa ne, bila je stara 16 let, in je skos' probaval, kje je meja, ali bova prešli to mejo, ali ne, vedno je imel take zelo opolzke izjave, neprimerne komentarje, na zelo neprimeren način se punc dotikal, ker je bil fotograf, poziranje in to... (Maja58)«

»...pol sem pa sam taval okoli in se potikal... in sosed me je samo opazoval takrat, kdaj sem šel k njemu, pa mi je dal za jesti in piti..tak je bil prijazen, je vedel, kaj se doma dogaja... pa me je spraševal, »kako kaj mami«, vedno samo mami...za fotra pa je itak vedel, da je nor'c, saj sta se enkrat fajn usekala zaradi enih drv in dreves...in od takrat so bili med njima napeti odnosi...tako da lahko rečem, da me je sosed tudi večkrat rešil, vsaj glede hrane, da nisem bil lačen... (Matevž8)«

»No, tako se je dogajalo pri fotru... potem je kmalu postopoma prenehal s fizičnim nasiljem, in je počasi začel spolno... kot sedaj vidim za nazaj, me je najprej sprobaval, kako reagiram...pa itak sem bil frapiran, saj nisem vedel, kaj se zdaj gre. Iz ene skrajnosti v drugo, iz čistega nasilja, v neko dobrikanje, obljube... ..foter me je privajal v neke spolne igrice z njim...pa mi je obljubljal, da mi bo kupil kolo, ker mu kdaj pomagam na njivi, pa da bova šla skupaj na eno lokalno fuzbal tekmo, pa...glej, ni da ni..., kar sem hotel... (Matevž10)«

»...saj je foter to prefinjeno izvajal... vse naskrivaj (Matevž12)«

»....pa je začel hoditi k nam, pa pomagati mami, pa ji dajati denar in kupoval je hrano, pa avto je imel, in jo je vozil na izlete, (Matevž15)«

»Kot da me podkupuje in hkrati veže na svojo stran, da bi se mu zaupala in bila tudi kot frendica. Tako mi je enkrat rekel, če bi bila prijatelj. Seveda sem rekla ja, kaj drugega mi ni preostalo... tako kot sem že prej povedala, je ratal že čist nasilen...(Jožica14)«

»Ni bilo kot takrat, ko je bil kar nežen in sva oba nekako uživala (Breda14)«

4.3. POSLEDICE TRAVMATSKE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

4.3.1. Kratkoročne posledice

Spolna zloraba zaznamuje vsako žrtev, vendar se vse posledice ne pojavljajo pri vseh enako in vsak jih ne občuti enako. Nekatere kratkoročne posledice in učinki spolne zlorabe se lahko prenesejo tudi naprej v življenje, nekatere pa vplivajo na žrtev le določen čas, saj jih s svojo strategijo preživetja in obrambnimi mehanizmi nekako potlačijo ali pa tudi sprejmejo in se naučijo z njimi živeti. Vsi naši sodelujoči so se najprej soočali z jezo, krivdo, z nemočjo z gnusom, s strahom, s stigmo, s sramom, z izdajo in z izgubo. Niso občutili naenkrat samo ene posledice, temveč so se posledice pojavljale skupaj.

Jeza se je pojavila skupaj z besom, krivdo in nemočjo in s sramom ter gnusom, predvsem pri Bredi. Jeza je bila usmerjena na njih same in na storilca ter na mamo, v primeru Matevža, ker ga ni zaščitila.

»Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba...Vem, da sem bila jezna, in besna, pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano (Breda23)«

»Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)«

»Jezem sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mamo kasneje, ker ni nič opazila (Matevž20)«

Krivda je bila prisotna največ pri Bredi, Maji in Jožici.

»...pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. (Breda23)

»Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)«

»Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosedge bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)«

»Na začetku itak me je bilo strah, sram , pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)«

Posledice, ki so se še pojavile, so bile tudi nemoč, gnus in stigma. Storilec je imel moč nad njimi, gnus je bil povezan predvsem tudi s sramom in vse to je vplivalo na stigmatizacijo. V spodnjih izjavah je lahko vse to razbrati.

»Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano (Breda23)«

»Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel... Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj(Breda23)«

»Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)«

»Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)«

»...čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosedge bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)«

»...pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar goštal sem in kar na bruhanje mi je šlo (Matevž20)«

»Zaradi strahu, sramu in stigme, nekega pečata, ...sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla (Jožica40)«

Kot posledica se je vsem ostalim posledicam pridružil še sram.

»Na začetku itak me je bilo strah, sram , pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)«

»Vem, da me je bilo tako sram, na začetku, ko me je foter zlorabljal, pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar gotal sem in kar na bruhanje mi je šlo.....pa na nek način me je izdal, nisem mu več zaupal... Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mamu kasneje, ker ni nič opazila...(Matevž20)«

Občutki strahu, izdaje in izgube so bili prvi občutki in posledice pri Jožici, Matevžu in Bredi.

»Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel... Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj (Breda23)«

»Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba...Vem, da sem bila jezna, in besna, pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano (Breda23)«

»Na začetku itak me je bilo strah, sram , pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)«

»Zaradi strahu, sramu in stigme, nekega pečata, ...sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla (Jožica40)«

»Vem, da me je bilo tako sram, na začetku, ko me je foter zlorabljal, pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar gotal sem in kar na bruhanje mi je šlo.....pa na nek način me je izdal, nisem mu več zaupal... Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mamu kasneje, ker ni nič opazila (Matevž20)«

4.3.2. Dolgoročne posledice

Vse preživele žrtve imajo po spolni zlorabi dolgoročne posledice, ki vplivajo na kakovost njihovega življenja na vseh področjih. Različne posledice so se pojavljale večkrat pri vseh sodelujočih in so se med sabo prepletale, zato jih je bilo težko razmejiti.

Preplet vseh posledic pri Bredi se je kazal najprej v odnosu do svojega telesa - sovraštva do same sebe in tudi gnusa do same sebe. Neprestano je jokala, bila je nesamozavestna. Večkrat

je bila žalostna in je imela nihanja razpoloženja. Prisotne so bile tudi motnje hranjenja, saj se je spopadala z anoreksijo in kompulzivnim prenajedanjem. Ginekološke težave so bile pogoste ter razna vnetja na sečilih. Bila je tudi odvisna od tablet.

»Sovraštvo do same sebe je bilo zelo veliko, nisem se marala, gnusila sem se sama sebi, ...pa itak nesamozavestna sem bila...pa non-stop sem jokala-ko je bilo kaj takega, žalostnega in ko sem se spomnila, kaj se mi je zgodilo...sem jokala, zelo dolgo, da me je že vse bolelo... Da ne govorim o hrani - prenažirala sem se, nato pa bila anoreksična. ...Pa fajn sem bila bolna na ginekološkem področju, razne ciste in vnetja, kar naprej bolečine pri menstruaciji, pa nihanje hormonov, na nihanje razpoloženja... vse na kupu,... tudi uroinfekte sem imela pogosto, pa itak sem morala jesti razne tablete od A do Ž, sem bila že prav odvisna od njih, ni da ni... kar hočeš... (Breda 25)«

Naslednji sklop posledic pri Bredi je poudarjal predvsem njeno spremenjeno vedenje, nemirnost, živčnost, nezbranost, zaprtost vase. Povedala je , da se je spremenila kot oseba. Pogosto pa je podoživljala tudi spolno zlorabo.

»Tako da sva nekako zgladila to, vendar je to v meni pustilo posledice, predvsem v vedenju - bila sem nonstop nemirna, živčna, nezbrana...to so tudi te dolgoročne posledice, ki te prežemajo skozi celotno življenje. Pa tudi vase zaprta, nisem se hotela več družiti z vrstniki...hotela sem mir. Kot oseba sem bila drugačna. Večkrat sem se spomnila tega...(Breda37)«

Na površje so prišli razni spomini, kar pa je povzročilo psihične težave, depresijo in anksioznost. Z odvisnostjo od alkohola, drog in cigaret je odtavala v svoj svet, da se je izognila duševni bolečini. Omenjala je, da je imela tudi posttravmatsko stresno motnjo.

»....vse je začelo ven butat, od vsega otroštva, pa še novo se je nabralo... psihične težave sem imela, bila sem depresivna, in anksiozna, pa problemi s hrano - sem se prenažirala, in žrla, cel hladilnik hrane je šel takoj, to kompulzivno motnjo sem imela..., pa anoreksijo nekaj časa, ko se nisem sprejemala kot oseba, pa potem še itak odvisnosti - kajenje, alkohol, trava, vse to sem imela, da sem zbežala od realnega sveta, ker je bilo naporno, pa se je bilo fino malo zadet', ...spala nisem nič, pa sem pokadila travo, pa je bilo dobro....pa mislim, da sem

tudi imela težave s tem posttravmatskim sindromom...same travme so ven butale...(Breda45)«

Še vedno jo spremlja občutek krivde, sram pa jo je bilo pred drugimi ljudmi, zato je največkrat bila rada sama in se je izogibala družbi. Imela je panične napade, tesnobo in bila je agresivna. V sebi pa je zadrževala jezo in bes. Sčasoma se je naučila s tem živeti in sprejela posledice kot del sebe.

»Ja, no... še vedno imam občutek ene krivde... to me kar spremlja...pa sramu, velikokrat sem rada sama, kot da se izoliram stran od drugih...ne grem več v družbo toliko kot prej...kot da mi je brezveze... imam pa tudi panične napade kdaj, pa tesnobna sem.. še posebno, če so kakšni taki čudni dnevi. V sebi sem besna, da bi kar eksplodirala od nervoze... komaj, da se obvladujem... Veš, to je tak občutek kot bi bila tempirana bomba... ne veš, kdaj bo počila... to se mi nekako še vse vleče,.. pa sem se naučila živeti s tem, saj mi drugega ne preostane... čedalje manj je tega, pa ni tako močno, ...(se zamisli), ...ampak bo šlo, še posebno, ker sem po naravi optimist... (Breda58)«

Pri Maji so se pojavljale posledice na področju samopodobe – bila je nesamozavestna, sramežljiva, imela je težave s socialnimi stiki ter na splošno nezaupanje. Ni se počutila varno. S svojim partnerjem sta imela težave v spolnosti. Pri postavljanju meja drugim ni imela pravega občutka. Pojavljala se je t.i. zamrznitev, ki jo je telesno ohromila, velikokrat pa so se ji pojavljali nenadni prebliski (*flashbacks*) in panični napadi. Njen spomin je bil nejasen, saj se še danes ne spominja točno poteka zlorabe in kdo točno je bil storilec.

»Sem omenila že prej to, v prejšnjem vprašanju, pa še da sem bila sramežljiva, nesamozavestna, nisem hotela priti v konflikte z ljudmi, težave z zaupanjem, splošen občutek ne varnosti...(Maja28)«

»Ja, tekom let, potem kasneje, kar težave pri izbiri nekega partnerja, ki bi spoštoval meje v različnih kontekstih, ni nujno v nekem spolnem smislu, ampak na sploh, da bi spoštoval žensko integriteto, ali pa samo posameznika. Vseeno je prišlo do enih situacij, ko sem se počutila, da sem se znašla nazaj v tisti situaciji zamrznitve ali pa flash-backov. To se mi je potem včasih dogajalo tudi med spolnimi odnosi, da sem odplavala nazaj v zlorabo...vmes sem doživela tak majhen panični napad, se mi zdi, ker je bilo kar intenzivno tudi takrat. Ko

pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal - pri trenutnemu partnerju je prišel obraz sošolca, ki me je takrat zlorabil, zelo intenzivno je bilo pač tisti trenutek, ker sem ga ravno par dni prej srečala, sošolca, in se je potem to zgodilo. To je bil en tak trigger. Te težave z zaupanjem so potem še kar ostale, na splošno nezaupanje pri ljudeh. Sem se kar hitro naučila, da se na nobenega ne morem zanesti. Tudi v družini je bilo tako, pa tudi kasneje s prijateljicami sem kar dobila potrditev, da zaupati pa ne, ne dati čisto celo sebe v neke odnose, ker te bodo ranili in s tem se še danes veliko borim. (Maja29)»

Pri Jožici so se pojavljali telesni odpori do moških in predvsem strah na splošno. Podoživljala je spomine spolne zlorabe, bala pa se je predvsem novega partnerskega odnosa in novega moškega. Strah jo je bilo morebitne ponovne zlorabe. Večkrat se je to pokazalo na njenem telesu kot tresenje. Soočala se je tudi z izgubami v življenju, za kar pa je žalovala. Depresijo sta povzročila žalovanje in žalost. Imela je tudi občutke krivde, bala pa se je tudi vzpostavljati nove socialne stike. Velikokrat je bila nepristna in se je delala, da je nekdo drug. V njeni širši družini pa je bila skrivnostnost glede medsebojnih odnosov v družini.

»Še posebno moški ali fantje, ki so prišli do mene, če bi šla z njimi na pijačo ali v kino, se mi je vedno naježila koža, kar kurjo polt sem dobila, in en tak izraz prestrašen na obrazu... nek telesni odpor, in vse sem podoživljala, kar fleši - spomini so se mi prikazovali, kar tresla sem se... da bo kdo vame rinil, in prijemal...ne, ne, tega pa ne... zato se nisem družila z nobenimi fanti, ker sem se bala, da se mi isto pripeti, da me kdo kam zvleče, ne ne, to pa ne... (Jožica51)»

»Včasih sem pa imela obdobja depresije, kar tako iznenada. Ostale duševne težave nisem imela, kašne psihoze ali kaj podobnega, tudi kakšnih tablet nisem jemala. Vedno, vedno pa sem se bala, kdaj bom spet spoznala moškega in bo to to, kakor sem si jaz predstavljala, in potem me bo on napadel spolno, fizično, psihično. To me je najbolj mučilo. Še zdaj pa imam občutek, da sem nekaj v življenju zgubila, ko se mi je zgodila ta grozna stvar. Neka izguba, ki jo ne znam definirati, me spremlja še sedaj (Jožica54)»

»Ja, seveda, res je. Torej, to je ta strah do moških, še vedno je tako, kot zdaj, ko sem sama, brez partnerja. Sama sem šla v svojo kožo in se analizirala. In vidim, da se mi vleče ta strah... joj, me je kar groza, lahko rečem, da me je je strah strahu (se zasmije)... pa anksioznost včasih, kar tako v tri dni... Moram pa reči glede menjave razpoloženja- lx vesela, potem pa iz ljubega miru naenkrat totalna žalost in depra ... kot da bi obrnil

gumb...pa kar v jok padem, brezveze. Tega je sedaj malo manj, samo vseeno me je motilo. Krivda mi tudi še po glavi skače, čeprav se en del mene zaveda, da je on kriv in ne jaz! Potem pa drugi del mene govori »ne, ti si kriva«..(malo jezna). Vedno sem iskala, da sem bila sama, da me ne bi kdo videl v takšnih stanjih, ko sem jokala, bila v depri,....in bi me spraševal, kaj mi je... nisem tega hotela...Nekako sem si dala v zavest, da ne sme za te zlorabe nobeden izvedeti... Sem znala vse skupaj zamaskirati in se obnašati primerno situaciji, tako da me ni nihče pogruntal, da nisem v svoji koži, da nekaj prikrivam... skratka velikokrat sem igrala-to pomeni, da jaz nisem bila resnična jaz...(Jožica55)«

Matevž pa se je soočal z motnjami spanja, imel je potrebo po nadzoru okolice, saj ga je bilo strah, da bi se mu kaj zgodilo. Tolažbo je zato iskal v kajenju trave in pitju alkohola. Imel je tudi strah do moških, še posebno zato, ker ga je zlorabil sosed, zato se je velikokrat spraševal o svoji spolni usmerjenosti. Dvomil je v to, saj je povedal, da je imel veliko žensk in s tem sam sebi potrdil, da je »pravi moški«. Potrjevanje, da je pravi moški je bilo tudi s pitjem alkohola, menjavanjem žensk in uživanjem drog. Imel je močne občutke krivde, saj je bil nemočen in ni mogel preprečiti zlorabe. Imel je težave v duševnem zdravju – bil je depresiven in anksiozen. Še vedno ga je sram zaradi zlorabe in zaradi tega občuti neko stigmo. Drugače je bil zelo nezaupljiv do ljudi, ni mogel vzpostaviti pravega partnerskega odnosa zanj, ker še ni srečal zanj pravo žensko. Občutil je gnus do sebe in do očeta, ki ga je zlorabljal, zato ni maral svojega telesa in se je velikokrat samopoškodoval ter zapadal v krizo, bal pa se je tudi svoje prihodnosti, saj je neprestano iskal samega sebe

»Spomnim se, da sploh ponoči nisem mogel spati, nonstop sem se prebujal, pa bil na preži, če bo kdo prišel, ali pa če bo oče ponoči kaj hotel...pa na srečo ni... sem imel mir, ampak spanca pa ne... še zdaj ne morem dobro spati...in se zbujam ponoči, pa imam včasih nočne more, da me oče lovi z enim kolom, zraven stoji pa sosed in se na veliko reži...res, se kar v strahu zbudim... Pa potem sem itak iskal uteho v kajenju trave, da me je pomirjalo, pa sem malo odnehal...pa sem začel piti...ful vina sem popil, pa sem malo nehal...skos' se nekaj lovim...(Matevž21)«

»Da povem še to, da sem se nekaj časa bal moških in to zato, ker sem se spraševal, če sem sedaj peder, ker me je zlorabil sosed, in sem se bal vzpostaviti kontakt z moškimi, ker sem mislil, da oni itak vedo za mojo zlorabo...in sem najbrž istospolno usmerjen...(se zamisli)...

pa vem, da nisem, saj sem imel kar veliko žensk, sem jih kar menjal kot po tekočem traku (Matevž22)«

»...ni da ni, bila je sama uživancija...lahko bi rekel »sex, drugs & rock'n'roll«... (se smeje...), ... s tem sem si potrjeval, da sme taparvi dec! da nisem izgubil moškosti zaradi zlorab... Itak pa ven tolče krivda, da sem sam kriv, da se mi je to vse zgodilo, saj nisem nič ukrepal...pa saj tudi nisem mogel, ker sem se bal... Pa težave z dušo...kar depresiven sem bil, pa anksiozen...jaz sem se kar bal...kar tako na splošno...življenja, kaj bo, kako bo, kje bom pristal...in se je to vse potenciralo in gradilo...pa so bili panični napadi, pa sem eng'a pokadil pa spil liter vina...pa je bilo dobro za pol dneva...in potem dalje...imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam..., čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)«

»Sem pa drugače zelo nezaupljiv na splošno do ljudi, mora preteči veliko časa, da se nekomu odprem..., hvala bogu, da sem našel tako partnerko...vsaj za nekaj časa... sedaj sva šla narazen... (se zamisli, malo žalosten)... Večkrat pa pridejo taki spomini na um, kar neki fleši se prikazujejo, neki izseki, ki ne vem, kam jih dati... pa kar zavoham soseda, njegov znoj... za bruhat...nisem maral svojega telesa...res ne..hotel sem se ga znebiti... zato pa sem se velikokrat samopoškodoval, rezal sem se po rokah, ... uh...kar težki časi so bili to... Prav krizo sem imel, ko sem se vse spominjal... težko sem se soočal s tem.... (Matevž24)«

4.4. RAZKRITJE TRAVMATSKE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

4.4.1. Način razkritja in odziv

Razkritje spolne zlorabe ni preprosta odločitev. Do razkritja lahko pride s strani žrtve same ali s strani neke druge osebe, ki pozna žrtev in je opazila najprej njeno spremenjeno vedenje. Breda je za svojo zlorabo povedala očetu, ko je že nekako sam vedel, da se ji je nekaj zgodilo. Oče pa je potem povedal mami, ki je bila v šoku. Oče je Bredo podprl, ji verjel, naslednji dan pa sta odšla na policijo prijaviti storilca. Prva, ki pa ji je Breda zaupala, je bila babica. Babica pa je nato povedala očetu.

»Ampak jaz sem kar tekla, skoraj napol oblečena, v sosednji kraj, drugi babici in sem ji povedala vse, kar se je zgodilo... (Breda 16)«

»...babi je verjela meni, me je potolažila, govorila, da nisem nič kriva, da bo sedaj vse dobro.....(Breda 17)«

»Tudi mami je oči povedal...mami se je čist 'podrla in sesula....(Breda 18)«

»Ne, nisem nikomur povedala, je pa moj oče takoj pogruntal, da nekaj ne štima in da je nekaj narobe z mano. (Breda28)«

»Torej oče je sam vedel, da je nekaj groznega se zgodilo z mano. Spet je bil oče tisti, ki se je postavil zame. (Breda29)«

»...Takoj me je vprašal, kaj je bilo...pa najprej nisem hotela povedati oziroma sem rekla, da nič, pa je rekel, da mu naj takoj povem, saj vidi, da nisem dobro...pa sem mu kar povedala, pa naj se zgodi karkoli...in sem se takoj spomnila zlorabe od dedija...da je bil oče tisti, ki me je zaščitil in se postavil zame, zato mi ni bilo težko potem o tem z njim govoriti.(Breda30)«

»...njemu sem zaupala in mu verjela..., da se bo potegnil zame...je moj zaupnik in bo vedno stal ob meni...potolažil me je in rekel, da greva do ustreznih institucij, ki bodo to urejale naprej..., pa me je potem drugi dan peljal na policijo in sva dala prijavo... (Breda31)«

Jožica je za izkušnjo spolne zlorabe povedala samo najboljši prijateljici par let po zlorabi. Staršem ni povedala, saj se je bala, da se bo razvedelo po okolici in da ji oče ne bi verjel ter da bi njo krivil, da jo je njegov prijatelj zlorabil. Želela je povedati mami, vendar se je bala, da bi mama izdala to očetu.

»Ja, samo ena prijateljica. Povedala sem ji par let po zlorabi. In sem čutila olajšanje, kot da bi neko breme padlo z mene, in z moje duše. Samo njej, ker me je bilo sram in strah drugim povedati. Ona pa me je sprejela takšno, kot sem, in je tudi tiho kot grob. Zaupam ji in vem, da ni povedala nobenemu. Vem, a je zelo zelo slabo, če veliko ljudi ve nekatere stvari. (Jožica55)«

»Fajn pa je in veliko pomeni, da imam podporo staršev. Vendar v smislu problemov na splošno, ne pa da jim povem o zlorabi. Do očeta sem imela rešpekt, tako da mi na kraj pameti ni prišlo, da bi mu povedala o zlorabi. Lahko bi rekel, da sem jaz kriva in sem izzivala njegovega kolega (Jožica60)«

»Nisem tega hotela...ker če jih čim manj ve, bo dosti manj težav...takšna je bila moja filozofija, ki se je izkazala nekako uspešno... če bi povedala mami, bi se ustrašila, in bi v strahu povedala očitu, in on bi meni rekel, zakaj mu nisem takoj povedala, lahko bi mi rekel, da sem sama kriva, »kaj sem se pa tako obnašala in dajala namige« (Jožica63)«

Maja je svojo zlorabo s strani sošolca povedala očetu, ki je ukrepal tako, da je šel v šolo povedati učiteljici, a ta ni bila učinkovita. Najbolj paradoksalno pa je, da je oče bil v bistvu Majin storilec, ko je bila majhna, vendar se o tem ni nikoli z njim pogovarjala ali soočila. O tem je spraševala svoje sestre, ki pa so očeta branile in zanikale zlorabo, so pa Maji povedale, da jo je najbrž zlorabljal stric, tako kot njih (vse sestre). Oče naj bi, po pripovedovanju sestre, zlorabljal tudi njih, vendar je vse ostalo skrivnostno. Maja se je branila s tem, da je vse v njeni družini že od nekdaj skrivnostno. Za zlorabo strica pa še danes ni čisto sigurna, saj ima medle, nejasne spomine. Mati od Maje je bila zelo apatična in v svojem svetu, tako da je imela Maja občutek, da je mati nekaj vedela, da se dogaja s strani očeta, pa ni ukrepala. Starša sta se kmalu ločila in Maja je dobila mačeho. Lahko bi zaključili, da je bila mati nekako »tiha sodelavka.« In ko jo je Maja vprašala, ali kaj ve o očetu, kaj je počel, je mati samo zanikala in spremenila temo. Maja je odziv mame opravičevala s tem, da je bolna. Zato je bila Maja jezna na njo, da jo ni zaščitila pred zlorabo očeta.

»Za drugo zlorabo s sošolci sem že prej povedala, za to taprvo, doma, pa sva se s sestro pogovarjali o tem, ...pa je ona zelo hitro rekla »da smo bile vse tri zlorabljene s strani strica, sigurno pa tebi oči tega ni naredil«, čeprav pa imam jaz take spomine. (Maja36)«

»...mami pa po moje je morala čutiti vse to, ampak ona je zelo bežala, ni je bilo tam z nami, ni bila tista tipična mama, da bi bila materinska, ljubeča in tako, ona je bolj bila na drugih moških, na alkoholu in na drugih zadevah. (Maja38)«

»Torej, jaz mislim in čutim, da me je zlorabljal oče, ko sem bila majhna in pa potem še stric... čeprav so spomini medli. (Maja39)«

»Tako se meni zdi, mamu sem potem kasneje 1x vprašala, če ona kaj ve, kaj se je dogajalo in če se je njej kaj dogajalo, zdej ne vem, ali je bilo to dejansko zaradi ene bolezni, ki jo ima, ali pa se ja malo naredila tako, in je rekla »ne, ne, ne nikoli nič« in takoj zamenjala temo, in se o tem sploh ni hotela nič pogovarjat.. (Maja40)«

Matevž je glede razkritja povedal svoji mami o zlorabi s strani soseda, ko se je sosed že odselil v drug kraj, in kasneje je povedal tudi bratu, o zlorabi očeta pa je povedal bivši partnerki in prijatelju.

»Ja..., sem povedal mami o zlorabi, v afektu, takrat ko je sosed norel. Povedal sem ji, kaj mi je delal, kako me je uničeval... mami sem povedal za soseda, za fotra pa ne, in za fotra ne bom nikoli povedal mami... (odločen...), povedal pa sem kolegu, pa ženi, ki o tem molči... sem jo prosil, naj ne pove nikomur... (Matevž27)«

»Brat ni bil zraven takrat, je bil v varstvu, in itak ni vedel o tem. Sem mu povedal zdaj, ko je starejši, pa samo za soseda, in nič za fotra. Pa itak je bil tudi on v šoku, je pa verjel in me potolažil, znal je narediti pravi korak... (Matevž28)«

Kar pa se tiče odzivov institucij in morebitnih ukrepov pa so bile predvsem neučinkovite, tako šola kot sodstvo. Pri Bredi je bil dedek pogojno obsojen, Jožica se je bala iti k zdravniku, ki je utrpela poškodbe pri zlorabi. Maja je glede storilcev iz šole povedala učiteljici, ta pa ni ukrepala in ji ni verjela, da so ji sošolci lahko to, kar je govorila, naredili. Za storilca fotografa pa se postopki še vedno vlečejo na sodišču, kjer nimajo posluha za Majo in njeno kolegico, ampak opravičujejo storilca in krivdo dajejo na njiju dve, saj sta sami hoteli se fotografirati. Vse to je bilo objavljeno tudi v medijih, kar je Majo ponovno travmatiziralo - podoživljala je zlorabo. Še vedno jo preplavi jeza, gnus in jok. Matevž pa je utrpel verbalno nasilje s strani učiteljice, ki je opazila, da ima modrice, ki jih je prizadejal oče, ko ga je pretepal. V tistem času strokovne službe niso bile učinkovite, veliko je bilo pomanjkanja strokovnih delavk na šoli.

»Potem se je dedek sam odločil, da se izseli, šel je v en star vikend živeti... pa pogojno je bil obtožen. To vem, da so bili eni postopki, pa mene so nekaj spraševali, kaj je bilo...pa nisem kaj dosti povedala, kot da se nisem spomnila, kot da je vse zbledelo...(Breda 20)«

»Neee, kje pa, bala sem se zdravnika, in tudi vseh postopkov, ki bi sledili.. .toliko sem se zavedala, da sem bila mladoletna in da je to vse kaznivo...ampak on je bil policaj ...potem se pa pojdi z njim bosti...kje pa, ni govora...In zdravnik bi itak povedal staršem, potem bi se pa začele ceremonije...(Jožica35)«

»...ker sem pač uspela ustaviti zadevo, in je potem tudi šlo v medije, takrat smo se zelo jasno soočili s tem, tako da sem potem morala na sodišče hoditi in pričati, nazadnje celo dve leti nazaj (Maja56)«

»Uh, to se vleče že 10 let. Grozno je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, on pa je, tipično, zlata vreden...tako to gre...(Maja57)«

»In to se je potem razvleklo, zdaj se to že vleče 10, 11 let. Vsakič, ko dobim pošto iz sodišča, sem kar tako »joj, spet to«, ker potem dobim isto...tam na sodišču celo gnojnico spet name stresejo, čisto nič drugega ni... Kot da jih ne zanima, kaj se je dogajalo, kaj se je zgodilo, in pač ta punca, takrat mladoletna, ni nikakor provocirala, ...on bil en totalen čudak, to pa njih ne zanima... »Pa saj sta se slikali tako, pa saj sta naredili ..«, pa sva rekli, »Ja, me sva to naredili, če sva to želeli..« Drugače je, da se ti nekaj želiš, ali pa ti je to OK, druga stvar pa je, če ti nekaj ni OK. Ta koncept jim sploh ni jasen, toliko zelo te potlačijo, da pač ..., ne vem,...jaz od tem ven vedno pridem objokana, čist' fertik...Samo ko pomislim, je toliko enega gnusa, ven pride, toliko ene te jeze...Zelo močno gre vse ven, ker zelo konkretno in jasno sprašujejo o stvareh, ki so zelo občutljive, na zelo neprimeren način to delajo...in to večkrat, in to ni prijetno... (Maja59)«

»To izkušnjo sva obe s kolegico delili, v neki dobri veri..., jaz sem povedala to očetu, in sva šla skupaj do učiteljice, in potem je učiteljica rekla , »da to pa že ne more biti res, da sta onadva ful pridna fanta, odličnjaka, in da onadva to nikoli ne bi naredila...« Sploh ne vem, od kje in kako je ta zgodba potem prišla ven, in so potem tudi ostali sošolci izvedeli, in na koncu se je to manifestiralo na toliko enih načinov... (Maja19)«

»Ne, ne v šoli itak ne, niso nič opazili...to je bila ena zabačena šola... učiteljica ena čarovnica, ki je tudi vpila nad vsemi nami učenci..takrat ni bilo takih socialnih služb, pa strokovnih delavk na šoli, ki bi kaj naredile...tako da sem bil prepuščen sam sebi.. tudi sem prišel kdaj z modrico na roki ali na obrazu, pa se spomnim, da je rekla učiteljica »Si bil spet žleht, Matevž, a ne? «...(tiho...), ..tak odziv, no, nikakav... bedarija čista...(Matevž7)«

4.5. OKREVANJE V ODRASLI DOBI PO TRAVMATSKI IZKUŠNJI SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

4.5.1. Okrevanje

Okrevanje je za vsakega sodelujočega imelo poseben pomen in ga še ima. Breda je poudarila, da je okrevanje življenjski proces, ki traja celo življenje in da je pomembno, da imaš pravo osebo ob sebi, ki ti pomaga skozi to pot. Breda je imela tudi moč, da je premagala svojo odvisnost od alkohola in drog. Bila je v fazi integracije, ki je nato vodila v fazo povezave – povedala je, da je vzpostavila stik sama s sabo, s svojim notranjim otrokom.

»Tako je, to je bil prvi korak, ko sem videla, da nekaj delam zase, za svoje zdravje. In ni mi žal... nekaj mi je pomagalo, mi dalo odskočno desko za naprej. To sem dala skozi, to odvisnost. In sem zdržala, nisem posegala več po alkoholu ali drogah. (Breda 49)«

»Vse to mi je pomagalo, zdaj vidim za nazaj...Premagala sem odvisnosti!(Breda49)«

»Vedno sem potem razumela, da to ni bila moja krivda, da sem bila zlorabljen, končno sem dojela to po dolgem času. Nekako sem vzpostavila stik, eno vez, z otrokom v sebi... (Breda54)«

Jožica je govorila o okrevanju na način, da je to proces, ki se nikoli ne konča in je zanj pomembno, da sprejmeš zlorabo na način, da se naučiš z njo živeti. Poudarila je, da je proces okrevanja tekom življenja manj naporen, traja malo manj in se redkeje pojavlja. S posledicami se naučiš živeti in ponovno poizkušaš postati človek, kot si bil. Še vedno je v procesu okrevanja.

»Hmmm (tišina, razmišlja).. okrevanje....ko prideš do te točke, se začneš spraševati, kdo sem, kaj sem, kakšen sem bil nekoč, kakšen sem zdaj, ali se spreminjam.. sprašuješ se, zakaj je do tega prišlo...v bistvu raziskuješ in hočeš priti do ene celotne slike, kot nek film, da se ti zavrti...vendar tako ne gre, nikoli ne boš vse vedel in se spomnil, kar se ti je zgodilo pri zlorab (Jožica66)«

»Tako da je okrevanje v prvi vrsti to, da sprejmeš zlorabo. Mogoče se čudno sliši, a v svojem bistvu ni. Sprejmeš na način, da se navadiš z njo živeti. In da se naučiš s tem živeti. Zato mi sedaj ni težko o teh dogodkih govoriti..(Jožica66)«

»Nikoli konec okrevanja Naučiti se živeti z zlorabo Poudarila bi, da se okrevanje nikoli ne konča...to je vse življenjski cikel, ki traja, a je sčasoma tekom življenja manj naporen, traja malo manj in redkeje se pojavlja...to pomeni, da posledice, ki jih imaš, so manj naporne, znaš živeti z njimi, trajajo malo manj časa, počasi se redkeje pojavljajo...nekako bistvo je, da se naučiš s tem živeti, ker nikoli ne bo izginilo. Spet moraš postati ti -ti. (Jožica67)«

Matevž je doživljal okrevanje kot en dolg proces, ki je zelo mučen, potrebna pa je vztrajnost. Tudi on je poudaril, da je potrebno, da si najprej sam sebi priznaš, da si bil zlorabljen in da potrebuješ pomoč pri tem. Še vedno vztraja v procesu okrevanja.

»Okrevanje, okrevanje...jaaaa, hmmmm, kar hud postopek...sedaj že vse čas poslušam o tem, pa ko sem se odločil, da moram kaj narediti glede zlorab, ker se mi je že mešalo, nisem mogel več prenašati to... Okrevanje je v glavnem en tak dolg proces, ki je zelo mučen, in zato moraš biti vztrajen, da lahko kaj zase narediš. Mislim, da je najpomembnejše, da si najprej priznaš, da si bil zlorabljen, in da sam ne boš mogel čez to (Matevž32)«

»...ko so vse zavore in obrambni mehanizmi popustili... ampak ne bom odnehal zdaj, zdaj saniram um in telo...(se zasmije...)...če se da sploh še kaj narediti...mi gre pa kar dobro. (Matevž32)«

»Prav krizo sem imel, ko sem se vse spominjal... težko sem se soočal s tem....(Matevž24)«

Maja je o okrevanju povedala, da je to proces in zahteva delo na sebi. To je doživljenjski proces, kjer vidiš, kje si in kaj moraš še storiti, da bo pot okrevanja lažja. Poiskati si je treba pomoč in podporne osebe. V prvi fazi je bilo pri njej predvsem delo na sebi. Na poti okrevanja je še vedno, je v fazi integracije in sprejetja zlorabe.

»Nekatere stvari ostajajo, to ni nič hudega ...Razmišljam, kaj bi bilo kaj takšnega... Mogoče to, da je to nek proces in ni nič hudega, če pač neke stvari še ostajajo in da se bo tudi to sčasoma uredilo, kar ostaja, da naj si poiščejo res neko podporno skupino ljudi in neke ustrezne informacije(Maja63)«

»Zdaj pa pri tisti drugi zlorabi, ki se jo bolj spomnim, in sem o tem največ govorila in razmišljala, in na tem sem največ delala, ... ker sem imela največ materiala od tam, da se lahko nekaj spomniš. (Maja9)«

»Prav moja izkušnja tega okrevanja je bila bolj delo na sebi, saj v začetnih fazah, (Maja43)«

»Ja, tako je... Mislim, da je to kar dolg proces, če ne celo doživljenjski, ker dejansko vidiš, da v teh različnih fazah, v teh življenjskih prelomnicah, .(Maja44)«

»Sem sprejela to in živim s tem...tak občutek imam, ampak vedno se lahko še kaj pojavi, ampak če gledam, kako je bilo in kako je sedaj, je mnogo mnogo boljše.(Maja62)«

4.5.2. Viri moči in okrevanja

Vsi sodelujoči so imeli pri svojem okrevanju svoje vire moči in podporne osebe, kot so psihoterapevt in psihoterapevtka, podporne skupine, alternativne oblike pomoči, pisanje pesmi, ukvarjanje z glasbo, rekreacija in telovadba, kolesarjenje, narava, delo na vrtu...

Breda je svoj vir moči iskala pri terapevtki, ki je bila strokovna in ji je pomagala pri procesu in vseh fazah okrevanja. Pomagala ji je premagati odvisnost.

»Pa potem sem kar nadaljevala s terapijami nekaj let, imela sem fajn terapevtko, ki je bila strokovna in je imela posluh za moje težave. Vse to mi je pomagalo, zdaj vidim za nazaj...Premagala sem odvisnosti!(Breda49)«

Jožica ima še vedno pomoč terapevtke, kamor gre 1x mesečno. Terapevtka ji je takoj verjela in ji prislughnila.

»Še vedno sva taboljš prijateljici in imava to skrivnost, ki jo poleg tebe, ve še moja terapevtka. (Jožica65)«

»Ja, sem. Imam terapevtko, ki je strokovno podkovana in imava zaupen odnos. In hodim k njej 1x mesečno. Pogovarjava se o splošnih življenjskih stvareh in seveda tudi o zlorabi. Predelujeva posledice, sem pa vesela, da nisem sama. Ona mi je prislughnila in mi verjela takoj, ko sem ji povedala. Tako da tega se bom še posluževala. Hodim tudi na rekreacijo, kot sem že prej omenila. Drugam nisem šla, ker mi je zaenkrat to dovolj.(Jožica68)«

Matevž hodi na podporno skupino za moške, žrtev spolne zlorabe in h terapevtki. Ima tudi prijatelja, kateremu zaupa in skupaj obiskujeta podporno skupino.

»Pa smo se potem tudi mi moški bolj odprli na skupini. Tam je bil psihoterapevt in še en njegov pomočnik.(Matevž33)«

»Ja, itak, še vedno hodim na to podporno skupino, že 5 let, in sem se kar porihtal, to mi pove žena in ta kolega tudi vidi napredek pri meni. Čeprav je bilo na začetku težko, ker nisem zdržal, ko smo govorili o tem, pa sem hotel kar nehati...tako da parkrat nisem šel, pa me je poklical vodja skupine, in sva se pogovarjala, pa je svetoval, da vsaj še 1x pridem na skupino in bom potem videl naprej...in sem šel še 1x in potem hodil in hodil, za kar mi ni žal. Sem ponosen nase, da nisem obupal... Pa vmes sem začel hoditi terapevtki, ki mi pomaga se soočati z zlorabo...in potem imam v kompletu - skupino in terapije, pa pomaga zelo....Pa 1x sem probal iti bioenergetiku...je bilo kar zanimivo... sem še parkrat šel in sem se bolj umirjen.(Matevž35)«

»S kolegom skupaj hodiva 2x na mesec na skupine, potem pa ima 1x mesečno še terapijo, pri kateri zelo napredujem. (Matevž39)«

Maja pa je na začetku okrevanja imela težave s prvo terapevtko, saj je bila zelo nestrokovna in je imela premalo znanj o spolni zlorabi. Pri njej se je počutila nesprejeto, nerazumljeno in nekako čudno. Neprofesionalni odziv terapevtke na razkrito spolno zlorabo je vodil k temu, da si je Maja poiskala drugo terapevtko, ki je strokovna in zaupanja vredna. Tudi ena od njenih prijateljic je terapevtka, tako da se lahko tudi sedaj pogovori z njo o stvareh, ki jo mučijo.

»Ja, da sta mi pomoč in podpora pomagali, in zdi se mi, da v tistem trenutku, ko sem iskala neko podporo, sem jo najdlja takšno, kakršno sem rabila. Vmes je bil še en tak dogodek, ko sem že iskala terapevtko, in sem šla na prvo terapijo in je ženska..., tega v življenju nikoli ne bom pozabila..., groza..., v bistvu je v čisti tišini je vstala, samo poslušala me je, ko sem razlagala na kratko o teh svojih doživljanjih, ampak sem res prišla pripravljena k njej, in ji bom jaz vse povedala in boš ti zdržala z mano ali ne, na ta način, prav res sem jo malo porinila na rob, in pač ona ni zdržala, in je rekla, »da ona s tem težko dela, da ne more, da ni dost' usposobljena, in naj si pač poiščem nekoga drugega«. In meni je bilo spet tako...«Aaa, spet moram sama, a res? A sem jaz res tolk' čudna, da mi tudi ona ne more pomagati...« Tako na ta način...Sem potem razmišljala za nazaj, da sem ji mogoče kakšne triggerje prebudila, da je imela tudi sama tako izkušnjo...Vem, da je ona hotela na tak zelo profesionalen način odreagirati, pri meni pa je še vseeno bil tisti občutek »neki je narobe s tabo, ker ti tudi terapevtka ne more pomagati« Ker je vmes rekla tudi na tak način »jaz se s takimi rečmi ne ukvarjam, jaz nisem usposobljena za take stvari,« in sem rekla »Kaj, take stvari? to je življenje!« ...pač ... »kako nisi usposobljena za soočanje z različnimi izkušnjami

v življenju, saj si terapevtka!« To mi je zelo močno ostalo, tisto mi je bilo pa grozno. (Maja46)«

»Tako bom rekla, podpora partnerja do neke mere, če gre glede teh terapevtskih zadev. Čeprav, jaz ga razumem, da ne more tudi on razumeti čisto vsega. Imam sicer eno prijateljico, ampak ona ne ve o tej moji izkušnji, mi pa v bistvu stoji ob strani. Da bi pa prav kdo v tej izkušnji mi stal ob strani, mogoče ena kolegica, ki je tudi terapevtka, ali pa dve, ki se lahko z njima mogoče malo več o tem pogovarjam o nekih svojih trenutnih preizkušnjah, ker pač dvomim v svoje sposobnosti zaradi te moje izkušnje. Čisto na ta način. Lahko rečem, da imam nekoga, ki grem lahko tja in se malo izpovem, če je treba. (Maja48)«

Vsi sodelujoči so hodili na podporne skupine. Breda je bila na ambulantnem zdravljenju na zaprtem oddelku DTO v Ljubljani, kjer je tudi hodila na skupine za odvajanje od zasvojenosti. Matevž še vedno obiskuje skupine, namenjene moškim z izkušnjo spolne zlorabe, skupaj s prijateljem. Pomagala mu je, da je ostal na realnih tleh. Pri iskanju pomoči pa je bil samoiniciativen, ob boku mu je stala bivša partnerka. Maja se še danes poslužuje skupinskega procesa okrevanja, obiskuje tudi terapevtko in skupine. Vsi poznajo vsaj še eno osebo, ki je bila žrtev spolne zlorabe v otroštvu. Pri okrevanju so vsi uspešni in se pogumno soočajo še naprej s posledicami zlorabe. Imajo dolgo večletno pot okrevanja in so napredovali v svoji osebni rasti ter gradijo naprej na svoji pozitivni samopodobi.

»Poznam, ja, mojega kolega, je bil tudi zlorabljen..., sva se spoznala na enih delavnicah. In potem še par ljudi, ki nismo tako v kontaktu, so pa tudi z delavnic za preživele o zlorabi. (Matevž31)«

»..in mi je svetovala neko skupino, kjer se zbirajo alkoholiki in vsi, ki imajo težave z zasvojenostjo. (Breda48)«

»Skupina za rekreacijo.. Pa mislim, da mi daje eno moč, da lažje vse to prebolim in se soočam s stanji, ki butajo iz mene ven. (Jožica57)«

»Vse to mi pomaga in bom nadaljevala... (Jožica58)«

»Delo na sebi Podporne skupine Terapije Vaje na telesni ravni Dihalne tehnike Spominjanje Prav moja izkušnja tega okrevanja je bila bolj delo na sebi, saj v začetnih fazah, potem mi je pomagala tudi podpora skupine, zdaj pa preko terapij ogromno stvari spuščam. (Maja43)«

»Ja, potem, ja. V bistvu tudi prek tega procesa, v katerem sem, je itak terapija del tega. Bom rekla, da imamo vsak teden, tako da je res že dve leti ali pa več, če že ni moj proces, je pa en tak skupinski proces in je prav fajn. Da v bistvu lahko, da ob tem, ko poslušam druge, celim sebe na ta način. (Maja47)«

»Ja, sem poiskal pomoč. Ni mi nihče pomagal, sem kar našel na internetu, čisto tako naključno, da so ene delavnice oziroma neke skupine za podporo, za žrtve spolnih zlorab. In sem rekel, da bom probal, saj izgubiti nimam kaj... In sem šel, najprej je bila skupina mešana, moški in ženske, potem pa so skupino ločili po spolu, ker je bilo ženskam hudo in težko govoriti pred nami moškimi. Pa smo se potem tudi mi moški bolj odprli na skupini. Tam je bil psihoterapevt in še en njegov pomočnik. (Matevž33)«

»Je, je, mi je pomagalo in mi še. Vsaj toliko, da sem ostal na realnih tleh, da nisem odtaval stran, pa da se mi ni zmešalo..., ker sem bil že na meji... nisem več zmogel. Pa me je potem tudi žena podprla in svetovala, da bi bilo fajn najti eno pomoč.. (Matevž34)«

»S kolegom skupaj hodiva 2x na mesec na skupine, potem pa ima 1x mesečno še terapijo, pri kateri zelo napredujem. (Matevž39)«

Vsi so se tudi opolnomočili, saj so dobili moč za odzive na napade s strani okolice ali s strani storilcev in da so se lahko postavili zase. Še posebno Jožica je poudarjala, da je preživela samo zato, ker je imela neko čudežno notranjo moč. Tudi Matevž je dobil moč in je nagnal storilca (sosedo). Z racionalizacijo so dojeli, da ne potrebujejo še eno zlorabo in da se je potrebno osredotočiti na svoje lastno okrevanje.

»Sem pa imela toliko moči, da sem mu rekla »zgin', da te ne vidim več«. Ne vem, kje sem imela pogum, da mu to rečem, ampak to je bilo nagonsko, tako sem se odzivala... (Jožica30)«

»Jaz se tega nisem nikoli posluževala. Sem bila striktno proti temu! Za te stvari sem pa bila odločna, da jih ne bom uživala. (Jožica53)«

»Vse sem potlačila, zadrževala sem skrivnost zase...ampak se spominjam, da že kot otrok sem imela neko »čudežno notranjo moč« v narekovajih, da sem si vedno rekla, da če se mi karkoli zgodi, bom probala vse rešiti sama. (Jožica37)««

» ...smrkav'c, ti je bilo pa fajn, a ne? «, tako da od takrat naprej je dal mir...tudi nekam se je odselil kmalu, najbrž staršem na Gorenjsko. (Matevž26)«

»In sedaj vidim, če jih ne bi bilo, da sama vsega tega ne bi zmogla. Moje življenje bi bilo drugačno sedaj, to lahko 100-procentno rečem!(Breda50)«

»...on bi itak vse zanikal, in me s tem še 1x zlorabil... ne rabim tega sedaj, zdaj imam drugo pot, ki mi daje moč!(Matevž41)«

Posluževali so se tudi drugačnih oblik pomoči. Kot smo že omenili, je bila Breda na ambulantnem zdravljenju, Jožica in Maja pa tudi Matevž so se odločili za alternativno obliko pomoči, kot so vaje s pomočjo dihanja, meditacija in obisk pri bioenergetiku. Jožica ima rada umetnost, zato se ukvarja s pisanjem pesmi in igranjem klavirja, sprošča pa jo tudi narava in rekreacija.

»Pa še ambulanto za zdravljenje, to je bil DTO v Ljubljani, tja sem šla. Tam sem bila 3 mesece, stara pa sem bila pri 21 let. Tam je bila ustrezna obravnava s strani strokovnjakov in zdravnikov. Ni bilo nobenih izhodov, notri si bil zaprt in si delal po programu, ki so ti ga predpisali. Po 3 mesecih sem se nekako zvelkla ven, prišla na svoj tir, vendar sem še pol leta hodila 1x na mesec tja na terapije in skupine na 14 dni, prav tja na DTO (Breda 48)«

»Meni je postala pri srcu meditacija, na katero še sedaj hodim. Ta me umiri, lažje diham in zaspi. Pa mislim, da mi daje eno moč, da lažje vse to prebolim in se soočam s stanji, ki butajo iz mene ven (Jožica57)«

»Zdaj, v tem trenutku, hmmm..., bi rekla, da sem preko terapij in preko nekih vaj na telesni ravni in s pomočjo dihanja naredila ogromen korak naprej, ni pa še to to. Se mi zdi, da še vedno nekaj ostaja, tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti. (Maja43)«

»...šel še 1x in potem hodil in hodil, za kar mi ni žal. Sem ponosen nase, da nisem obupal... Pa vmes sem začel hoditi terapevtki, ki mi pomaga se soočati z zlorabo...in potem imam v kompletu - skupino in terapije, pa pomaga zelo....Pa 1x sem probal iti bioenergetiku...je bilo kar zanimivo... sem še parkrat šel in sem se bolj umirjen.(Matevž35)«

»..pisati pa sem začela tudi pesmi za svojo dušo... teh ni še nihče videl, imam pa namen narediti predstavitev na skupini telovadk. Pesmi me pomirijo in notri zlijem svoja čustva in občutja, list jih sprejme in se ne pritožuje in me ne obtožuje... (Jožica58)«

»To je pa glasba, res, to je pa moj zaklad in darilo. Ta me pomirja, sprošča, pa igram kitaro in klavir. Vse to me ponese v nek nov svet, ki nima skrbi. V tem najdem sprostitev in umirjenost.. (Jožica61)«

»Ter narava je tudi tista, kamor se zatečem. Doma imam velik vrt in polno rož. (Jožica61)«

»Pa začel sem malo v naravo hoditi in kolesariti, ker prej sem bil čisto zapuščen, nič se nisem gibal, samo pred televizijo sem sedel, pa igrice sem špilal...potem pa ni čudno, da žena odide... (se zasmije)...(Matevž39)«

»...rekreacija, telovadba... Hodim tudi na rekreacijo, kot sem že prej omenila. Drugam nisem šla, ker mi je zaenkrat to dovolj.(Jožica68)«

»Pa začel sem malo v naravo hoditi in kolesariti (Matevž39)«

»Šla pa sem tudi v skupino rekreacije, kot neke vrste vodena telovadba, kjer se srečujejo ženske, ki so preživele kakršnokoli travmo.(Jožica57)«

4.6. PODPORA V ODRASLI DOBI PO TRAVMATSKI IZKUŠNJI SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU IN POLOŽAJ POJAVA SPOLNE ZLORABE V DRUŽBI

4.6.1. Odnos-odziv nezlorablajočih oseb do travmatskega dogodka spolne zlorabe in do odrasle preživele žrtve

Odziv nezlorablajočih oseb do spolne zlorabe in do preživele žrtve je podoben poglavju, kjer je opisano razkritje spolne zlorabe, saj je prepletenost med razkritjem zlorabe in odzivom nezlorablajočih bližnjih velika.

V raziskavi se je oče izkazal kot podporna oseba pri Bredi. Na zlorabo se je odzval zelo zaščitniško, ko je za njo izvedel. Bil je besen na storilca, tudi fizično ga je napadel. To je bil dedek, ki je bil njegov oče. Oče je povedal tudi mami, ta pa se je psihično sesula. Oče je šel z Bredo tudi na policijo prijaviti storilca. Breda je v očetu videla zaupno osebo, ki jo lahko zaščiti.

»Moj oče je takrat res znorel, dedija je prav napadel in ga stisnil za vrat. ...smo mislili, da ga bo zadavil, še jaz sem vpila, naj neha... on pa kar norel, »Samo še lx, ti glavo odbijem...in itak te grem prijav't.« Tudi mami je oči povedal...mami se je čist ' podrla in sesula.... (Breda18)«

»Tako je me je vprašal, kaj je bilo...pa najprej nisem hotela povedati oziroma sem rekla, da nič, pa je rekel, da mu naj takoj povem, saj vidi, da nisem dobro...pa sem mu kar povedala, pa naj se zgodi karkoli...in sem se takoj spomnila zlorabe od dedija...da je bil oče tisti, ki me je zaščitil in se postavil zame, zato mi ni bilo težko potem o tem z njim govoriti.(Breda30)«

»Oče je bil zaprepaden, je bil moj rešitelj prej, in mi je stal ob strani...(Breda46)«

»Tudi mamici je oči povedal...mami se je sesula totalno... tako da je bil cel cirkus.... (Breda32)«

»....njemu sem zaupala in mu verjela..., da se bo potegnil zame... je moj zaupnik in bo vedno stal ob meni...potolažil me je in rekel, da greva do ustreznih institucij, ki bodo to urejale naprej..., pa me je potem druga dan peljal na policijo in sva dala prijavo... (Breda31)«

Pri Maji je oče šel z njo v šolo, ko sta šla povedat glede zlorabe s strani sošolcev. Oče je bil v bistvu Majin storilec v otroštvu. S tem, ko je šel povedat v šolo, pa je želel samo sebe izpostaviti in pokazati, kakšen dober oče je. Maja ni želela, da se razve po šoli in okolici o njeni zlorabi.

»V bistvu je bilo samo to, da je oče šel takrat z mano v šolo k učiteljici. Da bi pa čutila neko oporo ali pomoč..., pa to meni takrat sploh ni bilo v pomoč, to je on (oče) naredil predvsem zaradi sebe, ker jaz takrat nisem hotela tega, da je on šel tja in povedal, in me je bilo potem še bolj sram in ta odziv, groza, ne, da bi jaz obtožila nekoga, ki je toliko fajn in da sem jaz tista tačudna in se samo izmišljujem in so to samo neke zgodbe, na ta način. (Maja49)«

Jožica očetu ni zaupala o zlorabi, saj je bil storilec njegov najboljši prijatelj. Zato je rajši vse to zamolčala. Storilec se je tako ali tako odselil v drug kraj in ga Jožica ni več videla.

»Fajn pa je in veliko pomeni, da imam podporo staršev. Vendar v smislu problemov na splošno, ne pa da jim povem o zlorabi. Do očeta sem imela respekt, tako da mi na kraj pameti ni prišlo, da bi mu povedala o zlorabi. Lahko bi rekel, da sem jaz kriva in sem izzivala njegovega kolega. Ampak to so samo moja predvidevanja, da bi oče tako reagiral ob

razkritju. Je tudi mogoče obrambni mehanizem, neka strategija preživetja. Raje sem bila tiho... bolje da zase zadržim.(Jožica60)«

»...bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... sram me je bilo, da bi kdo zvedel o tem, tudi naša cela vas bi o tem govorila, kot da sem jaz tista grozna umazana afna, ki zapeljuje poročene moške...to sem imela vse v glavi strategijo, kaj se lahko vse zgodi, če jaz naredim to in to...vse sem imela preračunano in premišljeno... vsak moj korak in potezo.. to bi bila katastrofa...(Jožica38)«

Mati kot druga podporna oseba v naši analizi ni bila ravno podporna. Bila je vedno nekako v ozadju, bolj pasivna v smislu zaščite svojega otroka. Pri Maji je bila mati odsotna - imela je veliko težav sama s sabo, kasneje je še zbolela, z Majinim očetom sta se tudi razšla, ko je bila Maja še v osnovni šoli. Bila je tudi odvisna od alkohola, veliko pa je bilo tudi promiskuitete. Maja je trdila, da je mati nekako vedela, da njen mož, Majin oče, zlorablja Majo, vendar ni ukrepala in reagirala na to. Tako da si je Maja svoje podporne osebe poiskala izven družine. Oče je vedel za zlorabo v šoli, tega pa svoji ženi, Majini mami, ni nikoli povedal. Zato je Maja na nek način še danes jezna na mamo, ker je ni zaščitila.

»....mami pa po moje je morala čutiti vse to, ampak ona je zelo bežala, ni je bilo tam z nami, ni bila tista tipična mama, da bi bila materinska, ljubeča in tako, ona je bolj bila na drugih moških, na alkoholu in na drugih zadevah. (Maja38)«

»Mami po moje nikoli ni izvedela to, kar se je zgodilo, ker ji oči po moje tudi ni povedal, jaz tudi nisem imela želje po tem, da bi še kaj z njo govorila o tem. Je bilo pa zelo zanimivo v naši družini, tako na sploh, je bilo dost' vsega.(Maja50)«

Mama Jožice niti ni odigrala nekakšno posebno vlogo pri zaščiti svoje hčerke. Jožica je v intervjuju ni toliko omenjala, čeprav je bila mama bolj razumevajoča kot oče. A o zlorabi ji Jožica ni povedala nikoli.

»Mogoče, če bi povedala mami, ona je bila bolj razumevajoča kot oče. Ona bi mi mogoče verjela ...ne vem... pač nisem nobenemu povedala (Jožica39)«

Zanimiva povezava je bila glede mame med Bredo in Matevžem. Pri obeh primerih je mama, ko je izvedela za zlorabo, spremenila odnos do svojega otroka. Breda je povedala, da se je mama po razkritju spolne zlorabe veliko več ukvarjala z njo. Verjela ji je o zlorabi in ji ni dajala občutka krivde. Breda je na podlagi svoje izkušnje tudi bolj zaščitniška do svojega sina, ker ne želi, da se mu isto dogodi.

»Vem samo, da se je mami z mano potem veliko ukvarjala in skupaj sva preživljale prosti čas...več je bila z mano kot ponavadi... kot bi imela neko slabo vest in se je bala, da bi se mi še kaj zgodilo.. ampak mi je verjela in me podprla...in ne krivila...to je bilo najbolj važno zame....(Breda33)«

»Ko je prišel iz šole, sem ga spraševala, kako je, kaj so delali v šoli, sem ga opazovala, če se je čudno obnašal ali bil žalosten. V njem sem videla sebe in svoje kalvarije in nisem želela, da isto doživi kot jaz. Bila sem zelo zaščitniška, sem ga znala vse vprašati, tako , da mi je vse povedal. In hvala bogu se mu ni nikoli nič zgodilo. (Breda51)«

Matevž pa je glede svoje mame razkril, da ji je povedal o zlorabi s strani soseda, nikoli pa ne o zlorabi s strani očeta, ker ni želel, da še ona trpi zaradi tega in sama sebe krivi za zlorabo. Mama je nekako sprejela zlorabo s strani soseda in je zato tudi spremenila odnos do Matevža. Postala je bolj zaščitniška in materinska, želela je tudi dati prijavo na policijo glede soseda, vendar ji Matevž ni pustil, ker bi to na njemu pustilo posledice. Mati je njegovo željo upoštevala, čeprav Matevž sedaj čuti, da je to mamo zelo zaznamovalo. Imela je občutek, da ni dovolj naredila za svojega sina, da ga ni dovolj zaščitila. Močan občutek krivde je pri njej nekako še vedno prisoten. Mama je bila bolj pasiven tip ženske, ki je skrbela na začetku za Matevža, ko pa je pričakovala drugega otroka in ga nato rodila, pa se je posvetila samo dojenčku, Matevževemu bratu. Vendar je vmes otroka tudi zanemarjala, saj je Matevž večkrat pazil na brata, mama pa je naokoli pila. Na koncu pa se je mama še čustveno in spolno zapletla s sosedom, ki pa je bil storilec spolne zlorabe Matevža. Mama tega ni vedela 1 leto, ko pa se je razšla s sosedom, ji je Matevž povedal o zlorabi. O očetu ji ni nikoli povedal.

»...takrat je mama že rodila brata in vem, da se je ful ukvarjala z dojenčkom in potem, ko je brat še rasel...imam občutek, da je mama že kar malo zapostavljala očeta... in se mu

umikala...pa včasih je tudi kaj spila...sem videl večkrat, da je zvečer nosila naskrivaj v vrečah flaše od vina v kontejner...tako da foter ni nič videl... (Matevž10)«

»...nehal je, ko sta se z mamo ločila, ker je bil že kar fejest pijan'c...samo to ni izgovor in opravičilo za vse, kar mi je naredil... foter se je odselil nazaj k svoji mami, (Matevž14)«

»....pa sta se sosed in mama zapletla v nek odnos, čustveni in spolni, in potem je ta sosed kar hodil k nam... nam pomagal, imeli smo se lepo, ni norel in ni bil nasilen, sicer sta z mamo začela popivati in sta bila taka veseljaka, samo za žurat... in to je meni prijalo, da nisem bil spet v nekem primežu stresa in groze.. (Matevž15)«

».....jaz sem pazil na brata, ga rihtal, ker mama je včasih pozabila priti domov...kao pozabila.. in je prespala pri sosedu... hmmm....kakšna mati... (Matevž15)«

»...mamo pa niti ni toliko brigalo, se mi zdi, potem je nekako kar odtavala v svoj svet, pa se ukvarjala z bratom, ki je bil še majhen... (Matevž20)«

»Mama je bila kul, potem je postala taka prava mama, lahko tako rečem, kakor da bi se ji en materinski čut prebudil... ona je bila bolj taka prej, pasivna, ni se hotela vpletati in boriti, važno da je šlo vse na izi naprej... (Matevž26)«

»Hmmm..., nič kaj fajn njen odziv...itak jo je najprej kap...v prenesenem pomenu, v glavnem v šoku je bila, frapirana...sploh ni mogla verjeti...potem pa je bila jezna na soseda, in sama nase...kako to, da tega ni videla... jokala je kot dež...komaj sem jo potolažil, ...kar naprej je govorila, »sine moj, jaz sem kriva za to, nisem spregledala, nisem videla....joj...oprosti mi, ...«, pa sem ji oprostil oziroma saj ji nikoli nisem zameril, saj je bila boga tako kot jaz... Sicer ji nisem povedal podrobnosti in koliko časa se je dogajalo, ker ne bi preživela, da to sliši. Že zdaj bi skoraj umrla, tako je bila izmučena...kot bi doživela živčni zlom. Brat ni bil zraven takrat, je bil v varstvu, in itak ni vedel o tem. Sem mu povedal zdaj, ko je starejši, pa samo za soseda, in nič za fotra. Pa itak je bil tudi on v šoku, je pa verjel in me potolažil, znal je narediti pravi korak... (Matevž28)«

»Prej sem že povedal o mami, ona me ni zlorabljal, foter me pa je - ona ni vedela o zlorabi s strani fotra, edino vedela je o zlorabi s strani soseda. Najprej je bila v šoku, komaj je dojemala, mi je pa verjela, in imela je občutke krivde, ker ni že sama tega prej videla ali ugotovila. Kar malo sem se ji smilil, me je kar nekaj časa spraševala, kako sem, kako se počutim, če greva k zdravniku, ali da mi najde terapevta...pa prijaviti na policijo... (Matevž37)«

»Pa je potem mati nekako sprejela to, vedno me je razumela in podpirala, ko je videla, da mi posledice udarjajo ven...takrat je odigrala svojo materinsko vlogo... je pa razumela glede prijave na policijo, in ni nikoli več to omenjala, se je sprijaznila s tem, da bi mi naredila več škode kot koristi s prijavo... tako da to leži sedaj na njeni duši, tak filing imam...(Matevž38)«

»Mama je bila tista, ki sem ji povedal za soseda...ponudila je pomoč v smislu, da bo naredila vse, kar je v njeni moči, da mi pomaga... in je bila uspešna pri tem, to sem takrat rabil...potem smo čedalje manj o tej zlorabi govorili in tudi sedaj ni govora o tem, to se samo čuti lahko...(Matevž40)«

Podporne osebe so bile tudi prijateljice in prijatelj, še posebno pri Bredi, Jožici in Matevžu. Breda je imela zaupno osebo – prijateljico, ki sta bili skupaj že od otroštva. Prijateljica ji je verjela in ji tudi povedala, da Breda ni nič kriva, da je vsega kriv storilec. Pomagala ji je tudi pri odvajanju od alkohola in ji priporočila zdravljenje in podporno skupino. Prijateljica, bi lahko rekli, da je bila sekundarno viktimizirana, saj se je soočila z zlorabo svoje najboljše prijateljice Brede in to je na njo imelo psihološki in travmatski vpliv.

»Prijateljica pa mi je tudi stala ob strani, večkrat sva se pogovarjali o tem in mi je bilo lažje. Ona mi je tudi dopovedovala, da jaz nisem nič kriva, da je on vsega kriv... To mi je zelo veliko pomenilo, sem se počutila močnejše...(Breda35)«

»Ja, (smeh...), sem itak, moji prijateljici, tisti iz otroštva...In vse ve o meni. Veliko olajšanje mi je bilo to, da sem spregovorila, pa da mi je verjela v prvi vrsti, da ni dvomila vame...in potem stala ob strani...poznala me je že od otroštva in je točno vedela, kako mi mora pristopiti in kaj reči. Pa je videla, da sem odvisna od vseh teh drog in alkota....(Breda47)«

Pri Bredi je veliko vlogo odigrala tudi babica, ki je prva ukrepala, ko je Breda pribežala k njej, ko je ušla od storilca-dedka. Babica jo je potolažila in naredila prvi korak, da jo zaščiti.

»....babi je verjela meni, me je potolažila, govorila, da nisem nič kriva, da bo sedaj vse dobro..... (Breda 17)«

Podobno je bilo pri Jožici. Njena prijateljica ji je bila v pomoč. Tudi Jožico je hotela peljati zdravniku, ko je imela poškodbe od posilstva. Prijateljica ji je verjela, stala ob strani in še vedno se odlično razumeta. Tudi pri tej prijateljici lahko govorimo o sekundarni viktimizaciji.

»Prijateljica mi je bila v pomoč, da sem ji lahko vse povedala, čeprav me je hotela spraviti zdravniku, a nisem šla. Važno pa mi je najbolj, da mi je verjela in da sem ji lahko zaupala. Bila mi je v oporo in pomoč, da sem ji lahko tekom življenja lahko še govorila o tem, in je vedno poslušala, čeprav že 100x slišano. Še vedno sva taboljš prijateljici in imava to skrivnost, ki jo poleg tebe, ve še moja terapevtka. (Jožica65)«

Matevž pa si je našel prijatelja v odrasli dobi, saj sta skupaj hodila na podporne skupine za moške, žrtve spolnega nasilja. Prijatelj je bil isto žrtev spolne zlorabe. Tako da gre tukaj za odnos, pri katerem sta oba bila travmatizirana. Gre za podporo »preživela žrtev-preživela žrtev«, kar pa je dobro, saj je prijatelj lažje razumel Matevža in se je lahko vživel vanj, saj je imel podobno izkušnjo zlorabe. Matevž se je tako tudi počutil sprejetega in slišane. Težje bi mu bilo o tem govoriti, ker je bil storilec moškega spola. Matevž še danes prijateljuje z njim. Skupaj hodita po poti okrevanja.

»Kdor ve, mi je stal ob strani in me podpiral in me še podpira... to je kolega in bivša žena.. sorodniki ne vedo in ne bodo zvedeli nikoli...dovolj je, da en ali dva vesta...in ne cel svet. Važna je kvalitetna podpora in ne kvantiteta govoric o zlorabi..(Matevž39)«

Matevž in Maja sta opozorila glede neukrepanja institucij, še posebno šole, kjer učiteljica ni imela strokovnega pristopa, da se sooči in ukrepa glede spolne zlorabe.

»...ne v šoli itak ne, niso nič opazili...to je bila ena zabačena šola... učiteljica ena čarovnica, ki je tudi vpila nad vsemi nami učenci. (Matevž 7)«

»Ni pa noben nič naredil nikoli, ..., ok, dobro, sestre so me hotele braniti, učiteljica potem kasneje nič ni naredila. (Maja41)«

Partner in partnerka pa sta bila pomembna pri okrevanju in podpori pri Maji, Matevžu in Bredi. Majo njen partner podpira do neke mere, jo razume. Veliko časa je morala posvetiti temu, da mu je na začetku razložila, kaj pomeni biti spolno zlorabljen in kakšne so posledice. Bivša partnerka Matevža še vedno podpira in mu stoji ob strani. Pri Bredi pa je mož tisti, na katerega se lahko še danes zanese. Takoj, ko sta začela resno partnersko zvezo, mu je povedala o zlorabi. Mož ji je verjel, jo razumel in jo podprl na poti okrevanja.

»Tako bom rekla, podpora partnerja do neke mere, če gre glede teh terapevtskih zadev. Čeprav, jaz ga razumem, da ne more tudi on razumeti čisto vsega (Maja48)«

»Ja, kot sem že omenil, je to kolega iz skupine, s katerim sva skupaj hodila na delavnice za moške, tiste, ki preživeli nasilje in zlorabe. Pa itak, moja žena... je bila velik podpornik, zdaj malo manj, ker sva ločena...a mi vseeno stoji ob strani in me spodbuja... ni kaj, prava ženska, taka, ki zna prisluhniti in vedeti, za kaj gre. (Matevž36)«

»Obstaja, sem vesela, da je tako. Ta podporni oseba je moj mož. Pri 24-ih letih, sem dobila službo, in delam kot vzgojiteljica v vrtcu. Pri 25 letih sem spoznala moža in še danes srečno živiva. Kar se je mi dogajalo v mojem življenju, sem vse povedala možu že na začetku veze. Ni me bilo strah ali sram, v njem sem videla eno osebo, ki je lahko moja opora, steber v življenju. Rekla sem si, bolje da prej povem vse, kot pa da se to razve čez 20 let. To dokazuje, da si zaupava in to je gorivo za vezo, da lahko teče. Mož me je takoj sprejel takšno kot sem, z vsemi tegobami in ranami... to je velik zagon za življenje!(Breda50)«

Breda in Jožica pa sta poudarili pomen družine v procesu okrevanja. Še posebno pri Jožici so straši velika opora še danes.

»Ja, seveda. To so moji starši, že od nekdaj. Mislim, da je veliko odvisno od karakterja človeka in od vzgoje v otroštvu, kako se boš v življenju soočal s problemi, pa ni važno, s kakšnimi.(Jožica59)«

»Podpora s strani družine najpomembnejša, če se zloraba ne dogaja v družini Pri vsem tem lahko dodam eno stvar, da brez podpore družine, če se zloraba ne dogaja v družini, ne bi bilo nič in jaz tega ne bi zmogla. Prva in osnovna celica je družina...(Breda64)«

4.6.2. Položaj pojava spolne zlorabe v družbi

Vsi sodelujoči so izpostavili, da je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabu tema. Breda je poudarila, da se stanje sedaj malo izboljšuje in da ima kot vzgojiteljica v vrtcu dobre izkušnje glede ozaveščanja, saj vidi, da ministrstva in nevladne organizacije dajejo sedaj poudarek tudi na spolno nasilje. Tudi Jožica je imela podobno mnenje, saj je pred leti spremljala dogajanje v ZDA, ko so razkrinkali režiserja Weinsteina, in tudi v Sloveniji so se začele pojavljati preventivne akcije, še posebno s strani nevladnih organizacij (#JazTudi). Maja je bila kritična do institucij, saj je tam spolna zloraba še poseben tabu, saj je ogromno nerazumevanja pojava spolne zlorabe in še veliko neznanja ravno na strokovnih področjih zdravstva, šolstva, sodstva, policije. Splošna javnost pa še vedno noče govoriti o spolni

zlorabi. Matevž je izpostavil veliko neznanja s strani ljudi, saj noče nihče govoriti o zlorabi, pa še miti in stereotipi o zlorabi igrajo pomembno vlogo, da se spolno zlorabo potiska na stranski tir in se z njo ne ukvarja. Predlaga, da se v vrtcih že začne otroke seznanjati o zlorabi na način gledanja poučnih risank in branja knjig, pa da se ljudje izobražujejo na tem področju, še posebej v vzgoji in izobraževanju. Matevž in Breda pa sta poudarila tudi značilnosti in karakter slovenskega naroda, saj smo »zaprt, nemotiviran narod, ki se smilimo sami sebi. »

»Ja, je tabu... malo se bolj zdaj počasi odpira, samo še vedno smo nekako zaplankani v tem smislu. Je veliko plakatov in nekih brošuric o tem, to vidim tudi v vrtcu, ko nam ministrstvo ali nevladne organizacije to pošiljajo. (Breda62)«

»Ko sem jaz odraščala, je bila to zelo velika tabu tema. Zdaj pa se mi zdi, da se malo bolj odpira vse skupaj. Že če vidimo, kako ZDA govorijo o tem, tista njihova akcija »Me Too« ko so tistega režiserja Weinsteina razkrinkali, pa tudi pri nas v Sloveniji, je veliko akcij in ozaveščanja, še posebno nevladne organizacije so zelo aktivne v tem. (Jožica66)«

»Seveda, da je tabu tema, predvsem pa je ogromno nerazumevanja s strani institucij, ki bi morale razumeti, kaj to je. In glih tam, kjer to ne bi smela biti tabu tema, je največja tabu tema... v zdravstvu, sodišče, policija, šola...meni se tako zdi, da če je med ljudmi nekaj tabu tema, ok potem, to nerazumevanje, neko neznanje, v redu. S strani strokovnjakov, pa se mi zdi to neprimerno oziroma zelo nevarno. Tako da ja, je še vedno tabu tema, malo manj, kot je bilo sicer pred leti, ampak še vedno ljudje nočejo kaj preveč o tem govoriti. (Maja60)«

»Je tabu tema, res, in to velika. In vse to zaradi mitov o spolni zlorabi, ki jih ljudje jemljejo »čisto zares«. Vidim na splošno, če je kdaj kaj takega po TV ali internetu, pa se potem kaj pogovarjam z ljudmi, pa ker rečejo, ah to je brez veze, to so vsi občutljivi in že vse ne tem svetu je zloraba. Tukaj vidimo veliko neznanja ljudi...zakaj je tako, ne vem...mogoče kaj več v šolah o tem govoriti, imeti pri kakšnem predmetu predavanje o tem. Nekaj, kar bi že mali otroci vedeli, da ni prav.. Saj obstajajo poučne risanke ali knjigice, samo če ni ljudi, ki bi to poučevali in podajali snov naprej, ne bo nič... Pa slovenski narod je že tako znan kot tak apatičen, potuhnjen, sami sebi se smilimo preveč...tak nemotiviran narod smo... (Matevž42)«

4.6.3. Rešitve na sistemski ravni

Predlogi za rešitve na sistemski ravni so predvsem predlogi za vire ozaveščanja in preventivne dejavnosti. Vsi sodelujoči so se strinjali, da so potrebne preventive akcije in ozaveščanje na način SOS telefonov, za hitrejšo dostopnost do prve psihosocialne pomoči, da se bolje angažirajo nevladne organizacije glede izvajanja akcij, da se redno izvaja delavnice in predstavitve na šolah v zvezi s spolnimi zlorabami, da se Slovenija drži načel in členov, ki jih zapovedujejo razne mednarodne konvencije na področju preprečevanja spolnega nasilja in drugih oblik nasilja. Najbolj sta se zavzemali za preventivne programe in akcije ozaveščanja Breda in Jožica.

»Ali v časopisih in po TV ozaveščati ljudi, pa kaj več akcij, ko imajo na primer stojnice po Ljubljani in večjih krajih, ko razne nevladne organizacije predstavljajo svoje programe za zaščito otrok, pa razne preventivne programe... preko SOS telefonov, recimo...pa po internetu in teh družabnih omrežjih, bi morali več imeti takih ozaveščanj in filmčkov o tem. Pa mislim, da bi morala biti bolj in hitreje dostopna psihosocialna pomoč za žrtve, še posebno na začetku, ko žrtev spregovori in gre na pot okrevanja... in tega bi moralo biti več. Kot nekakšni državni programi, ki so brezplačni, saj je tovrstna pomoč psihoterapije zelo draga, če greš sam kot samoplačnik. Država bi morala tukaj kaj več narediti se mi zdi, pristojna ministrstva kaj več od sebe dati ...(Breda61)«

»Jaz ocenjujem, da je kar dobro poskrbljeno glede osveščenosti, lahko bi bilo bolje, samo je očitno potreben čas... še vedno pa je premalo tega glede na ostale države o Evropi ali po svetu...Je pa tudi to odvisno od neke kulture naroda kot Slovencev. Da nas ni sram, da iščemo pomoč, da vztrajamo na tem. Zelo težko je spregovoriti o tem takoj, kot sem jaz povedala očetu. Zato je potrebno imeti programe ozaveščanja in preventive (Breda63)«

»...pa tudi pri nas v Sloveniji, je veliko akcij in ozaveščanja, še posebno nevladne organizacije so zelo aktivne v tem. In če ocenim, lahko rečem, da največ zlorab se zgodi v ožjem družinskem krogu in najožjih družinskih prijateljev. Kar je zelo hudo in zaskrbljujoče. (Jožica66)«

»Po moje, da ja, je dovolj poskrbljeno za žrtve zlorab če primerjam leta nazaj, ko ni bilo nič. Veliko je SOS telefonov za žrtve vseh vrst zlorab, tudi Tom telefon za otroke. To se mi zid res fajn, da lahko pokličejo. Veliko je teh nevladnih organizacij in društev, ki pomagajo. Pa v šolah, vidim zdaj pri svojih dveh otrocih, ko prineseta kakšno brošuro domov v zvezi s tem,

pa povedla sta mi, da so imeli na šolo neko predstavitev, da sta prišla dva študenta predstaviti pomoči, kam se obrniti, če si v stiski. Tako da je veliko preventivnih programov in mislim, da so današnji otroci in mladina dobro obveščeni o tem. Pa veliko je teh konvencij in dni boja proti nasilju, mislim da v oktobru ali novembru je veliko tega, to je Evropa dobro poskrbela. (Jožica72)«

Matevž je navedel tudi, da bi bile kratke čakalne dobe za terapijo in neplačniške terapevtske storitve. Predlagal pa je tudi sistemske rešitve glede dostopa do pomoči v zdravstvenem sektorju. Maja je predlagala brezplačne terapije, saj bi bila lahko tako dostopna celostna obravnava preživelih žrtev. V programe pomoči bi bilo potrebno vključiti večji obseg strokovnega kadra. Dobro bi bilo, če bi bilo področje psihoterapije regulirano, saj je lahko nevarno, da terapijo izvaja oseba, ki nima strokovnega znanja. Najboljše je, da najprej uredimo to, kar že obstaja, šele nato delamo nadgradnjo – najprej urejeni osnovni programi, nato razvijamo nove.

»Tako, kot sem rekel, več obveznih programov v šolah, v vseh šolah – osnovni, srednjih in tudi na faksu. Prav tak obvezen program bi moral biti, da ga država vpelje v obvezen urnik. Pa itak se mi zdi, da nas tudi eni zakoni ali konvencije zavezujejo, da delamo na zlorabah. To sem videl zadnjič po TV, ena oddaja je bila na temo nasilja in zlorab. Pa da ne bi bile tako dolge čakalne dobe, da bi prišel človek hitro k terapevtu, ker pomoč se potrebuje takoj, ne da čakaš ali pa moraš iti samoplačniško, to kar drago pride. Sem hodil sam nekaj časa samoplačniško, pa sem zapravil morje denarja... To je sistemsko treba rešiti v zdravstvenem sektorju, lx ... sedaj je itak vse zmešano. (Matevž43)«

»Jaz mislim, da bi morali imeti nek program, kjer bi bile te terapije in podobne zadeve res brezplačne, pa da bi bila mogoče bolj celostna obravnava v smislu, da imaš lahko na voljo ...Zato bi morali v te programe vključiti večji spekter ljudi, ker bi res razumeli in bi zdravstvenim delavcem razložili ali, ne vem, kako predstavili... ne vem, saj niti ni to toliko težko, če se vsaj malo poglobiš. Kar ni neke motivacije, se mi zdi, nekaj, kar bi jih malo motiviralo, da bi nekaj spremenilo. Ker mislim, da ljudje se načeloma...programov je zdaj že dost', nekih načinov, kako si pomagati kot posameznik s tako izkušnjo je tudi ogromno, bi pa moralo biti malo bolj regulirano to področje psihoterapije, ker se velikokrat lahko zgodi, da se ženske in moški s tako izkušnjo zlorabe ujamejo na neka svetovanja, neke terapije, nekih strokovnjakov, ki to niso. Tam je pa nevarno. Bolj kot nekaj novega, mogoče najprej

urediti to, kar že imamo. Da so osnove urejene, potem pa gremo lahko na nadgradnjo in iščemo neke druge načine. (Maja61)«

4.6.4. Položaj in vpliv spolne zlorabe na sedanje življenje odraslih preživelih žrtev

Spolna zloraba je vplivala na življenje vseh sodelujočih v nalogi. Jožica ima še danes težave v spolnosti, nikoli se ni popolnoma odprla moškemu. Ima svojo notranjo moč, ki ji da zagon in optimističen pogled na življenje in da ničesar ne obžaluje, kar je v življenju naredila. Ima voljo, da bo premagala ovire in strahove v življenju. Maja je sprejela izkušnjo spolne zlorabe kot del njenega življenja in se zaveda, da bodo prihajali spomini zlorabe, vse to pa zna sedaj sprejeti in se soočiti. Naredila je tudi oceno svojega stanja glede posledic spolne zlorabe in je danes mnogo boljše kot pa je bilo. Spolno zlorabo je racionalno sprejela kot del same sebe.

Je, seveda je. Vpliv zlorabe je bil velik...Najbolj tako, kot sedaj vidim, da je naredila blokado v mojem spolnem življenju. V smislu, da se nikoli nisem odprla nobenemu moškemu. Sem vedno igrala, da je vse ok, da uživam v spolnosti, a to ni bilo tako...Vedno sem imela zavore in me je bilo sram. Ko sem spoznala moža in imela otroke, zdaj sem sama, nikoli se nisem pred njim slekla, in da me vidi nago... nikoli, vedno sem morala biti oblečena, vedno neko haljo ali srajčko čez...nikoli pa nisem bila gola, od samega sramu ne.. pa itak je morala biti tema, nobene svetlobe, da me ne vidi... me je je bilo res sram, če se sedaj spomnim, da bi kar ušla takrat. Ko je prišlo do spolnih odnosov, me je bilo vedno sram in potem še strah, da me bo bolelo... in sem zablokirala. Nikoli nisem v spolnosti uživala in sem to sprejela...in rekla, samo da je konec, da gre ta seks mimo, prav ogabno mi je že postajalo. (Jožica69)

....vedela sem, kako se bodo dogodki odvijali in se zato nisem spuščala v to. Še dobro, da sem bila tako močna, da sem znala »hendlati« s tem v življenju...Čas bo prinesel rezultate in jaz bom že nekako premagala vse te ovire, strahove... če sedaj pogledam nazaj, čutim, da sem pravilno ravnala in ni mi žal, da sem se tako odločila...(Jožica64)

Bi rekla, da sedaj zelo malo razmišljam o tem, nič ne bi rekla, da me bremeni. Tako pač, to je en del mojega življenja, ki sem ga sprejela, ni pa več glavno vodilo vsega, prav tako se mi zdi, no. Da sem nekako prišla do te točke, da pač se zavedam, kdaj mi neke stvari pridejo na plano zaradi te izkušnje in da jih znam tudi postaviti, kako naj zdaj to rečem..., da takrat, ko se pojavijo neke take zadeve, ki so povezane z zlorabo, da znam takrat mogoče lažje iti v neko razumevanje samo sebe, da pač »ok, to se je sedaj pojavilo« in pa potem predelati. Ni pa več to, da bi se zgodilo na neki nezavedni ravni. Sem sprejela to in živim s tem...tak

občutek imam, ampak vedno se lahko še kaj pojavi, ampak če gledam, kako je bilo in kako je sedaj, je mnogo mnogo boljše. (Maja62)

Na Matevža je zloraba imela velik vpliv, na vseh področjih življenja – na partnerskem, na službenem. V otroštvu mu je bilo nekaj odvzeto, zato pravi, da ima pokvarjeno celotno življenje. Izgubil je otroštvo, identiteto. Pravi, da včasih kar tava okoli, a se na koncu nekako najde. Breda se je nekako sprijaznila s situacijo in gleda optimistično naprej, še vedno pa ima občutke krivde, sramu in omejuje svoje socialne stike. Občasno ima tudi panične napade in tesnobo, v sebi pa tišči jezo. Vendar je dovolj močna, da se sooča s takimi stanji.

»Zloraba je zelo vplivala name, še posebej tista iz otroštva, s strani fotra, in potem tudi tista od soseda... Ma, na vseh področjih vpliva...na partnerskem, na prijateljskem, na službenem, na ekonomskem... ni da ni. Cel lajf imaš pokvarjen zaradi tega, ker ti je bilo v otroštvu nekaj odvzeto, imel si veliko izgubo otroštva, identitete...sploh ne veš, kdo si, ta zloraba te zaznamuje za naprej. Kot nek zgubljen primerek si, kar tavaš včasih okoli... potem se pa le najdeš nekako..(se zasmije)... (Matevž44)«

»Ja, no... še vedno imam občutek ene krivde... .to me kar spremlja...pa sramu, velikokrat sem rada sama, kot da se izoliram stran od drugih...ne grem več v družbo toliko kot prej...kot da mi je brez veze... imam pa tudi panične napade kdaj, pa tesnobna sem.. še posebno, če so kakšni taki čudni dnevi. V sebi sem besna, da bi kar eksplodirala od nervoze... komaj, da se obvladam... Veš, to je tak občutek kot bi bila tempirana bomba... ne veš, kdaj bo počila... to se mi nekako še vse vleče,.. pa sem se naučila živeti s tem, saj mi drugega ne preostane... čedalje manj je tega, pa ni tako močno, ...(se zamisli), ...ampak bo šlo, še posebno, ker sem po naravi optimist... (Breda58)«

5. RAZPRAVA

V razpravi predstavimo (po določevanju kategorij) rezultate kvalitativne raziskave in jih podkrepimo z ugotovitvami in opažanji ostalih avtorjev in avtoric ter potrdimo ali ovržemo naša raziskovalna vprašanja in zastavljene teze. Zaradi boljše razumljivosti in jasnosti uporabljamo v razpravi naziv »žrtev«, ko govorimo na splošno o vseh sodelujočih v intervjuju, treh žensk in enega moškega. Ko pa omenjamo samo eno žrtev, pa jo zaradi boljše razumljivosti poimenujemo »ženska« ali »moški«, saj so pri intervjujih sodelovale tri ženske in en moški. S tem pa nismo želeli zmanjšati pomen izraza »preživela žrtev«.

1. Potek travmatske izkušnje spolne zlorabe v otroštvu ter strategija in taktika storilca

Vsaka spolna zloraba je hud poseg v telo in integriteto človeka. Ne moremo reči, da je ena zloraba hujša od druge. Pri takem zločinu ni meril in kriterijev. Sam pojav spolne zlorabe v naši družbi je še vedno prezrt in zaradi tega tabu. Stigma, ki se jo dà preživeli žrtvi spolne zlorabe, ostaja na njej celo življenje. Zaznamuje jo fizično in psihično. Spolna zloraba je ponavljajoče se dejanje in trajno spremeni vedenje spolno zlorabljenе osebe, saj se, kot dokazuje sodobna znanost, zaradi konstantnega stresnega stanja organizma spremenijo nekatere kemične reakcije pri prenašanju sporočil v možganskih celicah (Zloković in Dečman Dobrnjič, 2007, str. 76).

Dve ženski in en moški, ki so sodelovali v intervjujih, so imeli skupno značilnost, da je bil njihov storilec moškega spola, ki pa je bil ožji družinski član (oče in dedek). Zloraba se jim je zgodila v obdobju, ko so bili stari med 6 in 12 let, povprečno pa je zloraba trajala šest let in pol.

Tveganje za spolno zlorabo je za dečke in deklice največje v starostnem obdobju od 7 do 13 let. Elliot s sodelavci (v Terry, 2013, v Rakovec-Felser, 2015) ugotavlja, da so lahko zlorabi bolj izpostavljeni otroci, ki so čednega videza, ki so telesno razviti, ki so zaupljivi in imajo živahni temperament. Fleming, Mullen in Bammer (v Simmons, 2014, v Rakovec-Felser, 2015) poudarjajo, da so zlorabi najbolj izpostavljene deklice, katerih oče je odvisen od alkohola, katerih mati ima težave z duševnim zdravjem, oziroma tiste deklice, ki so socialno izolirane in nimajo nikogar, ki bi se mu lahko zaupale.

Vse tri osebe, to so bile dve ženski in en moški, so imele več spolnih zlorab s strani različnih storilcev. Ženska je imela eno izkušnjo spolne zlorabe, in sicer ko je bila stara 13 let, pri čemer je šlo za enkratni dogodek, ki pa je imel obdobje privajanja žrtve na spolno zlorabo s strani storilca.

Moški in ženska pa nista imela podpore s strani šole, ko se je zloraba razkrila. To je pogost pojav, predvsem v slovenski družbi, ki še vedno ni dovolj seznanjena s problematiko spolnih zlorab, vendar se družba zaveda, da je to v Sloveniji zelo resen problem. To meni 70 % Slovencev, ki so sodelovali v najnovejši raziskavi, izvedeni oktobra 2020 s strani Ministrstva za pravosodje, »Percepcija spolne zlorabe otrok v Sloveniji – predstavitev ključnih rezultatov kvalitativne in kvantitativne raziskave« v okviru projekta »Podpora implementaciji modela Barnahus (Hiša za otroke)«, ki ga izvaja Svet Evrope. Raziskava je prišla do ugotovitev, da 47 % anketirancev, ne bi prepoznala znakov spolne zlorabe, ena tretjina verjame, da spolna zloraba vedno vključuje tudi uporabo fizične sile, četrtnina jih meni, da izpostavljanje otrok spolnosti in pornografiji ni zloraba, in 17 % jih misli, da otroci ne morejo zlorabiti drugih otrok. Dve tretjini anketiranih meni, da šole ne zagotavljajo dovolj informacij za preprečevanje spolnih zlorab in velika večina, kar 90 %, verjame, da bi moralo biti učenje o spolni zlorabi del učnega načrta. Skoraj polovica vprašanih staršev pravi, da bi se počutili nelagodno, če bi se o spolni zlorabi pogovarjali z otroki doma, le ena tretjina se pa je z otroki že pogovarjala.

Ta ista raziskava (2020) je podala tudi rezultate kvantitativne raziskave o osebnih izkušnjah, kjer je sodelovalo 205 anketirancev, ki so bili v otroštvu spolno zlorabljeni. Pokazala je, da je skoraj vsaka peta oseba (18 %) doživela vsaj eno izmed oblik spolne zlorabe do svojega 18. leta starosti. Najpogostejši obliki sta bili neprimerno dotikanje in razkazovanje. Le 6 % žrtev je zlorabo prijavilo in le v 3 % vseh primerov je prijavi sledil kazenski postopek in obsodba.

Večina ugotovitev iz te raziskave je podobna našim rezultatom, predvsem ta, da spolna zloraba vedno vključuje uporabo fizične sile. Le-ta je bila uporabljena pri vseh sodelujočih. Storilec je bil do njih fizično nasilen in grob, prišlo pa je tudi do telesnih poškodb.

Eno od naših tez, ki pravi, da se spolna zloraba najpogosteje dogaja v domačem okolju oziroma v družini ter da je najpogostejši storilec oče oziroma partner mame, lahko potrdimo. Spolna zloraba se je pri treh žrtvah dogajala v družini. Storilci so bili oče in dedek, pri ostalih zlorabah pa znanec, fant, sošolec in sosed. Storilce so žrtve poznale, kar navajata tudi Bain in Sanders (1996, str. 24), da je približno 80 % otrok takih, katerim je storilec poznan. Storilcev spolne zlorabe ne moremo prepoznati po določenih lastnostih, ki so lastne samo

njim. Če pa pogledamo statistično, pa lahko vsak storilec spolno zlorabi osem otrok, so pa tudi takšni, ki zlorabijo »samo« enega (Waiss in Galle, 2001, str. 21). Storilci so ljudje, ki potrebujejo občutek moči in kontrole nad drugimi, in da pri spolni zlorabi ne gre toliko za zadovoljevanje spolne sle, temveč za zadovoljevanje potrebe po moči (Bain in Sanders, 1996). Tako lahko potrdimo tudi tezo, da so bile preživele žrtve večkrat spolno zlorabljene s strani enega storilca – to je bil oče in dedek, in pa tudi tezo, da se je spolna zloraba zgodila tudi s strani različnih storilcev, kot so znanec, fant, sošolec in sosed.

Značilnosti storilcev so bile, da so vsi imeli svoje taktike in strategije zlorabljanja, najprej pa so morali svoje žrtve pridobiti na svojo stran. Øvreeide (ZPSZ, 2014) poudarja, da lahko storilec otroka naredi manj občutljivega s pomočjo procesa navezovanja stikov (neke vrste »grooming« - otroka počasi privaja na dotike in na določeno vedenje), ki vključuje na začetku neseksualne dotike, ki kasneje postanejo seksualni in lahko pripelje v konkretno spolno dejavnost. Otroci si to lahko razlagajo, kot da je to način doživljanja ljubezni.

Večina storilcev je v naši raziskavi uporabila taktiko igre. Storilec je svojo žrtev vabil, da se gresta igrat zdravnike. Seveda ji je pri tem obljubljal razne stvari in je to razumela na način, da jo ima storilec - dedek rad. Storilec je tudi poskrbel, da je igra postala nekako ponavljajoča se, tako da je imela žrtev občutek, da je to postal že nek obred. Zloraba je pri ostalih sodelujočih vsebovala tudi pohvale storilca, »da kako je pridna in kako mu je všeč«, zato se je večkrat zgodilo, da sta imela storilec in žrtev posebni odnos, ki pa je bil skrivnost. Skrivnostnost je bila priročna za storilca, saj je dajal s tem poseben misteriozni pomen spolni zlorabi, kar pa so vse žrtve sprejele, seveda z manipulacijo storilca.

Moški, ki je sodeloval v naši raziskavi, se je po spolni zlorabi spraševal, ali je istospolno usmerjen, ker je imel spolne odnose s sosedom. Spolni napad na noben način ni povezan s spolno usmerjenostjo storilca ali preživele žrtve. Spolne usmerjenosti ne more povzročiti spolna zloraba, čeprav se veliko žrtev moškega spola sprašuje ravno o tem. To lahko še posebej velja, če so med spolno zlorabo doživeli erekcijo ali ejakulacijo. To so fiziološki odzivi telesa, nad katerimi oseba nima nadzora. Storilci bodo uporabili te fiziološke odzive telesa, da bi tako ohranili skrivnost in svojim žrtvam govorili »Vidiš, da ti je bilo všeč.« (Sexual Assault of Men and Boys, 2020)

Pri eni zmed žensk je bil storilec dedek. Bolen (2002, str. 126) piše, da je zlorab s strani starih staršev 11 % (Margolin in Craft, 1989, v Bolen, 2002), vendar le 1 % do 2 % od vseh spolnih zlorab otrok (Russel, 1983, Wyatt, 1985, v Bolen, 2002). Zloraba s strani starih staršev se najpogosteje dogaja, ko je otrok v varstvu pri njih. Kot pričakovano je 88 % žrtev deklic.

Zloraba znotraj družine predstavlja 11 % do 29 % vseh spolnih zlorab otrok. Zlorabe, do katerih pride zunaj ali znotraj družine, imajo podobno dinamiko, pri čemer je primarna razlika med njima stopnja patologije. Ta se postopoma zmanjšuje po vrstnem redu: družine incestov oče-hči, družine z incestom v nuklearni (jedrni) družini, družine z razširjenimi družinami incestov, družine, ki imajo žrtev spolne zlorabe izven družine ter družine brez spolnih zlorab. (Bolen 2002, str.132)

Storilec je zlorabljal na način dotikanja, božanja in poljubljanja. To je bila tudi njegova strategija zlorabljanja. Zahteval je, da se ga žrtve dotikajo in da se on dotika njih. Kljub upiranju in odporom žrtev je storilec nadaljeval s temi dejanji in pri tem postal tudi nasilen. Kljub temu, da se je žrtev branila, da ni bila dovolj močna, je storilec zlorabljal naprej. Pri tem je z žrtvami tudi manipuliral in jih s tem pridobil na svojo stran. Manipulacije je izvajal na način pohval, groženj, z ambivalentnimi čustvi je izražal svoje počutje in s tem dajal občutke krivde žrtvi, s podkupovanjem, z obljubami, da jim bo kaj kupil ali jih kam peljal, tudi z grožnjami kaznovanja, če ga ne bodo božale in poljubljale nazaj, zadovoljevale z roko... Pri moškem in ženski je prišlo tudi do grobega posega v telo – pri ženski je šlo za posilstvo, pri moškem pa bi lahko tudi rekli tako, saj ga je storilec na prefinjen način pripravil do tega, da je sodeloval pri spolnem odnosu, čeprav si tega ni želel in se je bal upirati. Spolni odnos sta imel večkrat v obdobju enega leta. Pri moškem je bilo tudi prisotno čustvo dvoma in predvsem krivde, saj je pri spolni zlorabi tudi užival. Tako je s storilcem navezal poseben odnos, saj se je počutil, kot da je storilčev ljubimec. To bi lahko primerjali s stockholmskim sindromom, ko se žrtev čustveno naveže na storilca.

Še posebno pa je bilo težko za žrtve, kjer je bil storilec družinski član. To je bilo pri moškemu in dveh ženskah. Preživele žrtve do storilca, še posebno, če je družinski član, čutijo nekakšno kombinacijo ljubezni, bojazni, sovraštva, besa, zmedenosti, strahu, zvestobe in hrepenenja. To je naravni proces. Tudi, ko z otrokom grdo ravnajo, otrok upa, da se to lahko spremeni, če bo sam spremenil svoje vedenje. To je seveda neizvedljivo in dokazuje, v kolikšni meri bo otrok spremenil stvari na način, da mu odraslih okoli njega ne bo potrebno videti kot nezanesljive, škodljive ali brez nadzora. Otrok ima mešane občutke in čustva tudi zaradi tega, ker ima poleg neprijetnih spominov tudi prijetne, vesele, ker veliko storilcev svoji žrtvi kaže ljubezen in občutek, da jim je mar (Davis, 1991, str. 212-213). Da pa še enkrat poudarimo - povzročitelj je odgovoren za svoje dejanje, žrtev ni nikoli kriva!

Da so žrtve preživele, so morale uporabiti svojo strategijo preživetja in ostale obrambne mehanizme s psihološkega vidika. Največkrat so se pojavljale disociacija, omalovaževanje, nadzor, miselna odsotnost, potlačitev, racionalizacija, perfekcionizem, zasvojenost,

zanikanje (laganje), zamrznitev in pozabljanje. Disociacija je bila ena od najpogostejših strategij preživetja, o čemer piše tudi Sanderson (2006). Vsi so »odtavali iz svojega telesa« ven in niso bili prisotni v tistem trenutku zlorabljanja. Predvsem moški je uporabil omalovaževanje in s tem zmanjšal pomen spolne zlorabe. Vsega tega se je že navadil in sprejel kot nekaj običajnega. Spolno zlorabo je normaliziral. Večkrat se je spraševal o spolni zlorabi s strani očeta, zakaj mu je oče to naredil. Nadzor in kontrola nad celotno situacijo je pogosta strategija, ker se žrtve bojijo, kdaj bo spet prišel trenutek, da bodo prišle v roke storilcu. Ta nenehen nadzor žrtvam vzbuja občutek varnosti, lahko pa vodi tudi v skrajnosti, kar pa ima negativne učinke. To je lahko kompulzivno-obsesivna motnja, kjer je potreben točno določen način nekega ponavljanja, zlaganja, ravnanja.

Miselna odsotnost in zasanjanost je nasprotje nadzoru, saj žrtve niso bile »tukaj in sedaj«, saj se niso mogle spopasti z bolečino. Pozabljanje je eden od najpogostejših in najučinkovitejših načinov, ko se otrok spopade s spolno zlorabo. Veliko otrok je zmožnih pozabiti na zlorabo celo medtem, ko se jim sama zloraba dogaja (Bass in Davis, 1998, str. 57). Gre za nedojemanje spolne zlorabe v resničnem življenju. Pozabljanje so poleg sodelujočih v raziskavi, uporabljale tudi sestre ene od žrtev, ki so tudi same bile žrtve zlorabe s strani istega storilca.

Z racionaliziranjem so žrtve prišle do opravičevanja ravnanj storilca. Z racionaliziranjem so žrtve tudi dobile odgovor na njihovo večno vprašanje »zakaj« so bile ravno one tarča storilca.

Nadalje, moški in ženska sta se posluževala popolnosti oziroma perfekcionizma, saj sta se trudila biti pridna, uspešna, vse sta naredila po najboljših močeh... Vse to zaradi tega, ker sta želela, da bi storilec prenehal z zlorabo. Tako poudari tudi Repič (2008, str. 43), da ker je žrtev že kot otrok čutila krivdo za zlorabo, je sklepala, da jo bo storilec pustil pri miru, če bo dovolj pridna, dovolj tiho, dovolj prijazna.

Odvisnost je bila način, da je žrtev zbežala iz resničnega življenja in se ni soočila z bolečino. Zanikanje zlorabe in tudi laganje sta bila načina, s katerima so žrtve izločile travmatski dogodek iz svojega doživetja resničnosti. S tem so si razlagale, da »če ni bilo zlorabe, tudi ni travme«.

S strategijo zamrznitve si žrtve popolnoma ohromijo sposobnost kakršnega koli delovanja. S tem se lahko »vdajo v usodo« in čakajo, kaj se bo zgodilo, brez moči, da bi lahko to preprečile. Glede strategij preživetja in ostalih obrambnih mehanizmov lahko potrdimo tezo, ki pravi, da so bile strategije preživetja preživelih žrtev potlačevanje, disociacija, racionaliziranje, zanikanje, pozabljanje, nenehen nadzor ipd.

Spolna zloraba pa zahteva tudi odzive žrtev, ti pa so si na nek način podobni, žrtev so se odzivale z jokom, zmedenostjo, strahom, tresenjem telesa, z branjenjem, grozo, šokom, nemočjo, čudnostjo, prisotni pa so bili tudi sram, gnus in krivda. Zelo težko je razmejiti odzive, strategije preživetja, kratkoročne in dolgoročne posledice, saj se vse med sabo prepleta in prežema žrtev v fizičnem, psihičnem in čustvenem smislu. Strah, sram, gnus in krivda so bili največkrat odzivi žrtev. Prvi odzivi na spolno zlorabo so bili največkrat jok, zmedenost, strah in tresenje ter obramba zoper storilca, vendar to storilca ni ustavilo. Ena od žrtev je izkusila tudi ponovno travmatizacijo, saj so jo dogodki spolne zlorabe, ki so bili obravnavani na sodišču, ponovno spomnili na travme, ki jih je doživljala s strani sošolcev. Soočenje z marsikom in z marsikatero stvarjo in situacijo je bilo del procesa okrevanja in del procesa dožemanja, da se je spolna zloraba res zgodila. Pri soočanju so popuščale strategije preživetja in obrambni mehanizmi, ali je to žrtev hotela ali ne. Pri soočenju so priplavali na plan občutki in del potlačenih spominov. Soočenja so bila s samo spolno zlorabo, z razkritjem le-te, z okolico, ki je žrtev obsojala ali podpirala, soočenje s samim seboj na način, da so si priznali, da so bili žrtev spolne zlorabe. Najtežje pa je bilo soočenje s storilcem, kar so na nek način vsi storili – ali posredno ali neposredno. Razen moški, preživela žrtev, se ni odločil soočiti s storilcem; v navalu jeze in besa, ko je storilec fizično napadel njegovo mamo, ga je dobesedno nagnal. Tako bi našo tezo, ki pravi, da se preživele žrtve redko soočijo s storilcem zaradi različnih dejavnikov, delno potrdili.

Glede meja pri spolni zlorabi je pomembno poudariti, da se to zgodi ne glede na to, na kakšen način je bila spolna zloraba povzročena. Že samo to, da storilec manipulira z žrtvijo, prekorači njene osebne meje in integriteto. Glede meja so žrtve izkusile prekoračitev in postavljanje le-teh. Zatekale pa so se tudi v skrajnosti, kar jim je pomagalo soočati se s sabo in z ostalimi. Plumb (2007) pove, da ljudje, ki imajo težave z mejami, najbolj potrebujejo postavljene meje, to pa sami najbolj prezirajo.

Zloraba s strani storilcev je bila prepletena posredno ali neposredno tudi z različnimi vrstami nasilja – fizičnega, verbalnega, psihičnega. Tako so tudi žrtve bile poleg spolne zlorabe deležne tudi nasilja, ki jim je povzročil tudi hujše poškodbe. Zanimivo je bilo, da je storilec postal nasilen, ko žrtve niso hotele sodelovati pri zlorabi oziroma so se branile in upirale. Potem je prekoračil njihove telesne meje in posegel v njihovo telo. To se je v naši raziskavi zgodilo pri moškem in dveh ženskah. Oče je bil pri eni od žensk njej podporni oseba, čeprav je izražala veliko zaskrbljenost in strah, če bi oče odkril, da jo je zlorabljal njegov najboljši prijatelj. V ozadju tega je lahko bilo tudi prikrito nasilje s strani očeta nad njo, čeprav o tem ni pripovedovala. Ta ista ženska je imela potem tudi nasilnega moža, s katerim se je nato

ločila. Pri moškem in ženski pa je bilo prisotno nasilje s strani okolice, predvsem šole. Sošolci so se verbalno spravljali nanju, učiteljica pa ni ukrepala in je zanikala zlorabo. Tako kot otroka nista bila zaščitena.

Njihovo telo je bilo najbolj na udaru in najbolj prizadeto v fizičnem smislu. Zato je večina imela negativen odnos do telesa, bili so samodestruktivni. Tako ne moremo telo izvzeti iz strategij preživetja, spominjanja, izgub, postavljanja meja, in ga opisati samostojno, predvsem pa je bilo telo žrtev povezano z sramom in gnusom. Žrtve niso sprejemale svojega telesa, sramovale so se ga in gnusil se jim je. To so povezovale s storilcem, ki je v nekem smislu umazal njihovo telo. To se je še posebej pokazalo pri eni izmed žensk v obdobju nosečnosti in poroda, ko je travmatski spomin povzročil ponovno podoživljanje zlorabe. Prebudil se je telesni spomin, kjer je na telesni ravni podoživela bolečine, ki so ji jih zadali različni storilci. Spomnila se je tudi njihovih besed, saj so podobne besede in na podoben način uporabljali tudi zdravniki v porodnišnici. Njihovo celotno telo je občutilo tudi dotikanje, otipavanje in božanje s strani storilca, čeprav si tega niso želeli, predvsem po intimnih delih. Ženska in moški sta poudarila tudi, da sta v zlorabi uživala, za kar pa sta potem imela še večje občutke krivde ter dvome, ali je to, kar se dogaja, v redu ali ne. Poseg v telo je postalo navada, nek obred, katerega si je storilec vzel kot nekaj stalnega. O posegu v telo ene od žensk so pisali tudi mediji, kar jo je še bolj zaznamovalo, in kar je še najhujše, da se to vleče že desetletje. Vedno jo situacija, ko se sooči z dogodkom, spravi v jok in obup ter vpliva na sedanje življenje. Vedno jo ponovno travmatizira.

Pri drugi ženski pa je šlo za posilstvo, za dogodek, ki se je zgodil enkrat, vendar so posledice še vedno hude, saj od takrat ne zaupa moškemu, ima težave v spolnosti, ne sprejema svojega telesa in sovraži samo sebe. Moški v naši raziskavi je imel spolni odnos s storilcem, nato pa se je zapletel v ljubezenski odnos. Začeli so se pomisleki, ali ga sedaj privlačijo moški in ali je še vedno pravi moški.

Kot pravi Plaz (v Dobnikar, Mugnaioni, Plaz, 2000), je posilstvo totalno dejanje, je celostna zloraba - z njo posiljevalec zlorabi telo in čustva žrtve, poruši njen nadzor nad lastnim življenjem in ji s tem dejanjem zaznamuje vse življenje. »Lahko preboliš, nikoli pa ne moreš pozabiti!« (Bass in Davis, 1998, v Dobnikar, Mugnaioni, Plaz, 2000)

Potrebno je poudariti, da so posledice pri moškem, žrtvi spolne zlorabe, specifične, predvsem pokažejo več sovražnosti in agresije kot pa strahu in jokavosti, lahko začnejo dvomiti o svoji spolni identiteti ali usmerjenosti, imajo seksualizirana vedenja, ki napeljujejo na spolnost in zmanjšujejo vpliv spolne zlorabe (minimiziranje) (Men and Sexual Assault, 2020).

Vse zlorabe pa prežemajo razne izgube, kot so izguba nečesa nedefiniranega, da so se zato žrtve počutile prazen in drugačne, kot bi bile, če se jim zloraba ne bi zgodila. Povedali so, da so izgubili tudi otroštvo, mladost, življenje, izkušnje in moškost.

Da bi se žrtve spomnile celotnega dogodka spolne zlorabe, je skoraj nemogoče, saj so pripovedovale, da se ne spomnijo celotne zlorabe v smislu, da bi lahko naredili obnovo, kot bi gledali film. Spomini so se pojavljali po delih in koščkih, še posebno, če so bile v podobni situaciji, ki jih je spominjala na zlorabo. Takrat se jim je prebudil telesni spomin. Spomin je bil zato nejasen, ali pa spomina sploh ni bilo. Temu bi lahko rekli »black-out«. Vsiljeni spomini se imenujejo »*flashbacks*«, ki se pojavljajo ob primernem sprožilcu, kar je lahko dogodek, zvok, vonj, oseba, kraj, predmet ipd. Žrtve so pogosto imele delne vsiljene spomine, ki so povzročili podoživljanje travme, tako da so bile žrtve ponovno travmatizirane. Sprožilec pa je lahko privedel tudi do tega, da so se žrtve jasno spominjale nekaterih izsekov spolne zlorabe, ki so jih nato zložile v nejasno sliko celotne spolne zlorabe. Spominjanje občutkov pa se je pojavljalo pri ženski, ki je pri porodu doživela, kot je to poimenovala sama, ponovno zlorabo.

Zanimiv je travmatski spomin, ki je ostal nepredelan, razlikuje pa se od navadnega spomina. Rozman (Viva, 2016) navede nekaj značilnosti tega spomina: travmatskih dogodkov se navadno ne moremo spomniti, ko bi to hoteli, ker se med travmo zgodi napaka v zapisovanju spominov. Spomini se aktivirajo sami, brez naše volje, aktivirajo pa jih sprožilci. Kar pa je še najbolj pomembno, da se med spominjanjem ne zavedamo, da gre za preteklost, ampak spomine podoživljamo.

Raijas (2003, str. 41-42, v Mojškerc, 2018, str. 32) razlaga, da je preživetje pri spolni zlorabi že to, da na en ali drugi način živiš svoje nadaljnje življenje. Žrtev spolnega nasilja predela travmo tako, da obravnava različne elemente spomina, integrira njihove različne vidike in tako vzpostavljeno travmatsko zgodbo vgradi v svoj narativni življenjski spomin. Doživetje zlorabe izgubi moč in se umesti na svoje mesto med druge spomine - tako da sedaj človek upravlja s spominom in ne obratno. Nevzdržna čustva, jeze, gnusa, besa, sramu, krivde in žalosti postanejo vzdržna ali celo izginejo - izkušnja dobi svoje pravo ime in njen pomen doživljamo drugače.

2. Posledice travmatske izkušnje spolne zlorabe v otroštvu

Posledice spolne zlorabe so zaznamovale žrtve kratkoročno in nekatere dolgoročno. Že naša teza pravi, da so bile takojšnje posledice pri odraslih preživelih žrtvah spolne zlorabe v otroštvu jeza, krivda, sram in strah. Najpogosteje so se kasneje v življenju soočale s krivdo, sramom in stigmo, kar pa lahko na podlagi ugotovitev tudi potrdimo.

Posledice se niso pojavljale pri vseh enako in vsak jih ni občutil enako močno. Žrtve so se najprej soočale z jezo, krivdo, z nemočjo, z gnusom, s strahom, s stigmo, s sramom, z izdajo in z izgubo. Posledice so se pojavljale skupaj in ne samostojno.

Davis (1990) poimenuje jezo tudi »hrbtenica okrevanja«, ker žrtev spodbuja pri vzponih in padcih pri njenem okrevanju. Jeza žrtev motivira, da si reče »okrevala bom, pa naj bo, kar hoče. Ne bom se predala in ne bom dopustila, da storilec zmaga«. Jeza je najboljši proti strup za brezupnost in depresijo. Žrtev lahko vzpodbudi, da naredi globoke in trajne spremembe v življenju.

Tudi Øvreeide (ZPSZ, 2014) posledice spolne zlorabe razdeli na kratkoročne in dolgoročne: kratkoročni posledici sta izdaja in nemoč, ki ju oseba občuti takoj ob razkritju zlorabe, dolgoročne posledice pa so sram, stigma in krivda, ki preživelo žrtev spremljajo skozi celotno življenje, v bolj ali manj močni intenzivnosti.

Žrtve so bile takoj na zaznamovane z izdajo in nemočjo, saj jih je storilec izdal in imel premoč nad njimi. Pri vseh so se tiste kratkoročne posledice kazale tudi na dolgi rok, ker so se med sabo prepletale in nadgrajevale. Nobene posledice ne moremo jemati samostojno in tudi žrtve jih niso samostojno občutile. Tako da so se v nadaljevanju dolgoročne posledice pojavljale pri vseh in se z njimi soočajo še danes v procesu okrevanja.

Pri eni od žrtev sta se pojavljali posledici, ki sta kazali njen odnos do same sebe, kot sta bila sovraštvo in gnus. Bila je nesamozavestna, imela je motnje hranjenja, nihanja razpoloženja, veliko ginekoloških zdravstvenih težav, kar je tudi pogost pojav pri spolnih zlorabah. Njeno vedenje se je spremenilo, bila je odvisna od zdravil. Velikokrat je bilo njeno mentalno zdravje slabo, saj je bila nemirna, živčna, nezbrana ter zaprta vase. Prisotne so bile še: krivda, sram, izogibanje stikom z ljudmi, panični napadi, tesnoba, bes, jeza nase, agresija. Velikokrat je podoživljala travmo. Z realnostjo se ni mogla soočati, zato je bila pri njej zaznana disociacija. Zlorabljal je alkohol in droge, kar pa je še poglobljalo posttravmatsko stresno motnjo.

Pri drugi žrtvi so se pojavljale podobne posledice – predvsem na področju samopodobe, kjer so se kazale nesamozavest, sramežljivost, težave z ljudmi in s socialnimi stiki ter nezaupanje na splošno, prisoten je bil občutek, da ni varna, težave so bile tudi v partnerstvu in predvsem v spolnosti. Ni poznala meja v smislu postavljanja meja drugim, neprestano se je soočala z občutkom zamrznitve, ki jo je ohromil, pojavljali so se nenadni prebliski (*flashbacks*) ter panični napadi. Njen spomin je bil nejasen, zato se še danes ne spominja točno, od kdaj je potekala zloraba in kdo točno je bil storilec, ali celo dva storilca, je pa prepričana, po vseh zloženih koščkih spomina in občutkov, da sta to bila njen oče in njegov brat-njen stric. Zanimivo, da sta bila storilca brata, zato je velika verjetnost, da njuna matična družina ni bila povsem običajna in je bila najbrž prisotna nekakšna oblika nasilja, ki je povzročila, da sta tudi onadva preživeli žrtvi zlorabe.

Naslednja žrtev je povedala, da je imela zaradi zlorabe telesni odpor in strah do moških, velikokrat je podoživljala spomine, zelo je bil prisoten strah pred novim moškim, pred ponovno zlorabo, soočala se je z izgubami v življenju, za kar pa je velikokrat žalovala. Proces žalovanja in žalosti sta vodila v depresijo, v občutke krivde ter nato v samoizolacijo oziroma v odklanjanje socialnih stikov. Na splošno ni bila pristna, velikokrat je imela masko lažnega jaza, vedno pa je bila v njeni družini prisotna nekakšna skrivnostnost vseh odnosov v ožji in širši družini.

Moški pa je naštel, da je imel potrebo po kontroli, imel je težave s spanjem, ki so ga spremljale nočne more, bil je odvisen od alkohola, neprestano so ga oblegali dvomi, ali je pravi moški ali ne, kakšno spolno usmerjenost ima zaradi zlorabe, zato je bil zmeden in iskal je samega sebe. Strah ga je bilo moških, zato je večkrat menjaval partnerke in ni zmožal vzpostaviti pristnega partnerskega odnosa. Zelo je bil zaskrbljen glede prihodnosti, saj ga je označevala neka stigma, povezana s sramom, gnusom do očeta in do sebe, zato svojega telesa ni maral in se je večkrat samopoškodoval in bil samodestruktiven. Večkrat pa je padel v obdobja osebnih kriz. Čeprav sta se s partnerko razšla, še danes najde v njej zaupanje in podporo.

To potrjujeta tudi Ullman in Filipas (2001), ki navajata naslednje dolgoročne posledice, ki se lahko pojavijo pri preživelih žrtvah: depresija, kronična anksioznost, občutek disociacije (brez občutka povezanosti s seboj), spomini-prebliski (*flashbacks*), izogibanje vsemu in vsakemu, kar spominja na travmatični dogodek, vsiljive misli, problemi v medosebnih odnosih (konflikti, ločitev), izguba ali zmanjšanje spolnega zanimanja, izguba koncentracije, povečan strah, kronični problemi s spanjem ali prehranjevanjem, pretiran prestrašen odziv

na situacije, razdražljivost, samomorilne misli, zmanjšan interes za življenje in nezmožnost uživanja v dejavnostih, ki so jih prej veselile.

3. Razkritje travmatske izkušnje spolne zlorabe v otroštvu

Način razkritja in odziv na to zaznamuje preživelo žrtev. Razkritje se lahko zgodi s strani žrtev same ali pa s strani osebe, ki je opazila, da se nekaj nenavadnega dogaja.

Crosson-Tower (1996) ugotavlja tudi, da je travmatiziranost odvisna od tega, kdaj se spolna zloraba razkrije. Če se razkritje zgodi v odrasli dobi, sledijo obsežnejše in hude posledice, kot če se razkrije zgodaj v otroštvu. Na travmatiziranost vpliva tudi trajanje spolne zlorabe. Če se dogaja travma dlje časa oziroma čim več kot je dogodkov, tem bolj je izražena travmatiziranost žrtve. Tudi Kendall-Tackett in drugi (1993) ugotavljajo povezanost med trajanjem in pogostostjo spolne zlorabe ter travmatiziranostjo žrtve (v Šraj, 2010, str. 53).

Vse preživele žrtve so imele podporne osebe, katere so jih spremljale skozi proces okrevanja. Odziv na zlorabo s strani ostalih oseb je bil različen. Eni od žrtev je babica pomagala na način, da je povedala očetu žrtve, ki pa ji je verjel in jo zaščitil ter ukrepal zoper storilca. To je bila edina žrtev v raziskavi, ki je že kot otrok spregovorila o tem.

Tako lahko potrdimo našo naslednjo tezo, da je majhen odstotek preživelih žrtev, ki o spolni zlorabi spregovorijo že kot otrok. Ostale žrtve so spregovorile o zlorabi kot odrasle. Vse osebe, ki so izvedele za zlorabo, pa so preživelim žrtvam verjele in jih podprle. Verjetje v zlorabo s strani drugih oseb je pomemben dejavnik, ki vpliva na kakovost okrevanja.

Satler (1995, v Sanderson, 2006) trdi, da ima preživela žrtev potrebo, da se ji verjame in ne more okrevati, če ni to »čustveno vidno«. »Resničnost je v resnici sporazumna izkušnja in pogled preživele žrtve nase mora potrditi nekdo drug, da dobi resničnost veljavo. Tako je potrebno verjeti odrasli preživeli žrtvi, zato ker jim v otroštvu nihče ni verjel.»

Tezo, da preživele žrtve najprej zaupajo o zlorabi svojim materam ali prijateljem (vrstnikom), lahko delno potrdimo, saj so v naši raziskavi žrtve najprej povedale prijateljici, mami, očetu in babici.

Drugi ženski v naši raziskavi je prisluhnila prijateljica iz otroštva, par let po zlorabi. Staršem ni povedala, ker se je bala očetove reakcije in da ji ne bi verjel. Imela je željo povedati mami, a bi mama lahko povedala očetu.

Tretja ženska je zlorabo s strani sošolcev zaupala očeta, ki pa je hitro ukrepal in šel v šolo do učiteljice, ki pa seveda tega ni verjela – štivila je storilce in jih na nek način »kovala v zvezde«. Tukaj je potrebno poudariti, da je ravno ta oče zlorabljal njo v otroštvu. Žrtev je

navajala, da je oče to naredil zaradi sebe, da bi se pokazal v lepi luči. Drug njen storilec je bil stric, očetov brat, še vedno pa se ne spomni, kdaj se je točno ta zloraba s strani strica začela in končala. O tem so govorile tudi njene sestre, ki so jo prepričevale, da je ni zlorabil oče, ampak jo je samo stric. Sestre so bile tudi zlorabljene s strani očeta, kar so nekako priznale, vendar so zanikale, da bi bila kakršna koli možnost, da bi oče zlorabil njo.

Ta primer lahko podkrepimo s študijo primerov družin s strani Lukianowicza leta 1972, v katerih je oče spolno zlorabil hčer. Našel ni nobenega podatka, da bi bile matere žrtev duševno bolne in zato ne bi nič vedele, kaj se dogaja doma. Ugotovil je, da so to največkrat trpeče ženske, ki se trdo prebijajo skozi življenje. Običajno imajo več otrok in so daljša obdobja brezposelne, imajo pa »neuporabljive« ali pa agresivne in zahteve može (Rakovec-Felser, 2015).

Moški, ki je sodeloval v naši raziskavi, pa je za zlorabo s strani soseda povedal mami, o zlorabi očeta pa je molčal oziroma je v odraslosti povedal svojemu mlajšemu bratu. Ta mu je verjel in ga podprl. Nato je povedal še bivši partnerki in prijatelju, ki sta ga tudi podprla in mu verjela.

London s sodelavci (v Alaggia, 2005, v Rakovec-Felser, 2015) naredi analizo glede razkritja spolne zlorabe. Po pregledu 11 retrospektivnih študij ugotovi, da je le tretjina odraslih oseb, ki je v otroštvu utrpela spolno zlorabo, to takrat nekemu povedala.

Glede odziva institucij na razkritje spolne zlorabe so bile v raziskavi, po poročanjih preživelih žrtev, zelo neprepričljive glede njihove zaščite. Takšna je bila šola in sodstvo. Pri eni ženski je bil storilec obsojen, druga ženska pa se je bala iti k zdravniku, saj bi s tem izdala storilca. Naslednja ženska pa je povedala o zlorabi v šoli, ampak ji učiteljica ni verjela in je branila storilce. Za drugega storilca pa se postopki še sedaj nadaljujejo. Zgodba je bila objavljena tudi v medijih, kar je preživelu žrtev ponovno travmatiziralo. Pri moškem pa enako – učiteljica ga je verbalno napadla in zmerjala, ko je opazila, da ima modrice po vratu zaradi nasilja s strani očeta. Na splošno strokovne službe takrat niso bile učinkovite pri ukrepanju za zaščito otroka.

4. Okrevanje v odrasli dobi po travmatski izkušnji spolne zlorabe v otroštvu

Pri okrevanju so pomembni viri moči ter podpora v odrasli dobi preživele žrtve. Vsi sodelujoči so povedali, da je okrevanje poseben proces, ki pa traja vse življenje. Poudarili so pomembnost prave podpore. To pomeni, da je to lahko to nekdo iz družine ali ostali bližnji, ki pa morajo biti zaupanja vredni. Le zaupanje je tisto, ki lahko vzpostavi vez med preživelu žrtvijo in podporno osebo. Pri okrevanju so šle žrtve skozi faze okrevanja, v katerih

pa so imele svoje vzpone in padce ter soočanja s svojimi občutki in posledicami spolne zlorabe. Proces okrevanja tekom življenja postane lažji oziroma manj naporen. Gre za faze pojavljanja posledic, ki trajajo manj časa, so manj intenzivne in se redkeje pojavljajo.

Vse preživele žrtve so še danes v procesu okrevanja. Imajo svoje vire moči in okrevanja, ob strani pa jim stojijo podpirne osebe. To so njihovi bližnji in tudi strokovne osebe, kot so terapevt in terapevtka, podpirne skupine, alternativne oblike pomoči, kot so meditacija, joga, dihalne tehnike ter tudi ukvarjanje s športom, preživljanje časa v naravi, kolesarjenje, delo na vrtu, ukvarjanje z umetnostjo – glasba, pisanje pesmi.

Izpostavili so, da je strokovna pomoč s strani terapevta ali terapevte učinkovita, še posebno je to izpostavil moški, pri katerem se je terapevt zavzel zanj, ko ta ni več imel motivacijo hoditi na podporno skupino za moške, ki so bili v otroštvu spolno zlorabljeni.

Pri eni izmed žrtev pa terapevtka ni bila strokovno usposobljena – preživela žrtev se je počutila neslišano in nerazumljeno. Terapevtka se ni znala soočiti z zlorabo, o kateri ji je pripovedovala ena izmed žrtev. Nekako je reagirala z odporom in z obrambo, češ da ni usposobljena za spolne zlorabe.

Skupno vsem so bile tudi podpirne skupine, katere so obiskovali, nekateri pa jih še danes. Skupinska terapija jim je v pomoč, saj so na skupinah zbrani ljudje, ki so tudi sami doživeli spolno zlorabo in jih tako lažje razumejo, ker vedo, čez kakšne travme so šli.

Skupinska podpora ali individualna svetovanja so pomemben člen v fazah okrevanja. Prisotno pa mora biti tudi znanje o spolnih zlorabah, saj je v nasprotnem primeru več škode za preživelo žrtev, ki je lahko izpostavljena retravmatizaciji in ponovno podoživlja spolno zlorabo.

Davis (1990) poudarja, da je prvi korak pri okrevanju odločitev, da odrasla preživela krene na to pot in je njena trenutna odločitev. Začne se z malim korakom, nato sledi drugi korak. Žrtev na ta način sklene dogovor z okrevanjem. Pri tem je najpomembnejša pripravljenost odrasle žrtve, da se odloči, da bo začela delati na sebi in šla po poti okrevanja. Lahko bi rekli, da je pripravljenost nasprotje zlorabe. Ko je otrok, sedaj odrasla žrtev, zlorabljen, ni imel priložnosti in moči, da bi se odločal. Sedaj, ko je ta otrok odrasel, pa ima na voljo vzvode in možnosti, da okreva, seveda, če se za to odloči, je pripravljen in ima podporo svojih najbližjih. Pripravljenost ni stanje, ampak je odločitev v trenutku, ko se preživela žrtev osredotoči nase in se zave, kaj zares občuti. Pa omenimo še pogum, ki pomeni, da preživela žrtev ne začne s pogumom, da se sooči s svojimi strahovi, temveč postane pogumna, ker se je soočila s strahovi.

Herman (1992, ibid.) poudari, da »ponovno spominjanje travme ni nikdar končano - novi konflikti in izzivi v življenju bodo neizogibno zbudili travmatične dogodke in pripeljali na plan nove vidike izkušenj.«

Odnos oziroma odziv nezlorablajočih oseb do spolne zlorabe in do preživele žrtve daje pomen nadaljnjim procesom na poti okrevanja in soočenja s posledicami.

5. Podpora v odrasli dobi po travmatski izkušnji spolne zlorabe v otroštvu

Potrdimo lahko tudi naslednjo tezo, da so lahko nezlorablajoči bližnji največja podpora pri okrevanju žrtev. To se je pokazalo tudi pri naši raziskavi. Na tem mestu bi lahko potrdili tudi tezo, da so bile žrtve na starše jezne in nezaupljive, ker jih niso zaščitili oz. na kakršenkoli način ukrepali. Tak primer je imela ena od žrtev, kjer je bila mati nekako pasivna, neodzivna. Imela je težave sama s sabo, podajala se je v alkohol ter menjavala moške. Preživela žrtev je bila na njo jezna in je še, ker je mati ni zaščitila v smislu, da bi nekako ukrepala in ustavila zlorabo s strani hčérinega očeta oziroma njenega moža. Tako da so bile podporne osebe preživele žrtve izven družine, čeprav je oče posredoval v šoli zaradi svojih lastnih interesov. Pri eni od žrtev se je oče izkazal kot zelo zaščitniški, ker je dobesedno znorel na storilca – dedka, ki je bil njegov oče. S svojo hčerko je odšel na policijo in prijavil zlorabo.

Druga žrtev pa ni zaupala očetu zlorabe, raje je kasneje čez par let povedala to svoji prijateljici.

Žrtve so imele tudi skupno točko glede mame – med moškim in žensko, preživelima žrtvama, je mama, ko je izvedela za zlorabo, spremenila odnos do njiju. Mama se je veliko bolj posvečala njima, postala je bolj materinska. Ena od preživelih žrtev pa je ravno zaradi svoje izkušnje bolj zaščitniška do svojega otroka.

Moški je glede svoje mame povedal, da je bila v otroštvu nekako zgubljena, posvečala se je mlajšemu bratu, ni pa dajala pozornosti njemu. Zapletla se je tudi s storilcem, ki je bil sosed. Sin ji nikoli ni povedal za zlorabo s strani očeta, povedal pa ji je za soseda, kar jo je šokiralo. Od takrat dalje se je spremenila v smislu, da sina podpira, mu nudi pomoč v obliki pogovora. Sprejela ga je takšnega, kot je. Ona pa ima še vedno globoke občutke krivde, saj ni videla, kaj se je dogajalo z njenim sinom.

Pri treh od preživelih žrtev je bila podporna oseba prijatelj ali prijateljica. Zaupanje in verjetje, da se je zloraba zgodila, ter poslušanje preživele žrtve in tudi slišanje je ključnega pomena za podporo žrtvi. Tukaj ne smemo pozabiti omeniti, da so te podporne osebe sekundarno viktimizirane, saj so se posredno soočile s spolno zlorabo osebe, ki jo imajo

rade. O tem piše tudi Hooper (1996, v Zaviršek in ostali, 1996), kar je predstavljeno tudi v nalogi.

V naši raziskavi si je moški svojo podporno osebo našel v odrasli dobi v podporni skupini za moške. Čeprav mu je bivša partnerka svetovala, da si poišče še eno skupinsko pomoč. Pomembna in specifična dinamika odnosa se je vzpostavila na podporni skupini, saj so bile tukaj zbrane osebe z enako izkušnjo spolne zlorabe.

Bass in Davis (1998, str. 386) v svoji knjigi opisujeta zgodbe žensk, ki so hodile po poti okrevanja. Ena od preživelih žrtev je zapisala, da ko se je pridružila podporni skupini, se je prvič v življenju počutila z nekom povezana. Vse življenje se je počutila osamljeno in nikoli ni nikomur zaupala. Svojim terapevtkam je govorila, kar so hotele slišati, nikoli pa o svojih strahovih. Na skupini pa ni bila več sama. Tam so bili še drugi ljudje, ki so imeli enake simptome kot ona, in ki so izvirali iz istih vzrokov. V skupini so jo druge preživele žrtve razumele in nihče jih ni naučil, da jo morajo razumeti. Ko je slišala njihove zgodbe, se je tudi sama začela spominjati »koščkov« zlorabe.

Podpornim skupinam bi lahko rekli tudi skupine za samopomoč, kjer se pojavljajo trije dejavniki pomoči v skupinah, ki so: skupinska povezanost, vlivanje upanja in univerzalnost. To raziskuje Kurtzeva (1997, v Klemenčič Rozman, 2011, str. 38), ki izpostavi, »da številni avtorji poudarjajo univerzalnost oziroma podobnost med člani v skupinah za samopomoč in v podpornih skupinah, kar vodi do ustvarjanja takih okolij, kjer je izražanje empatije najpogostejše.« Vlivanje upanja se pojavi, ko novi člani poslušajo pripovedi članov, ki že nekaj časa obiskujejo skupino, in ugotovijo, da so tudi oni bili nekoč v takšni situaciji. Hkrati pa tudi vidijo, da so ti »stari« člani še vedno polni upanja in optimizma. To nove člane vzpodbuja, da ne prenehajo z obiskovanjem skupine, ampak so vztrajni in pogumni.

Pri treh preživelih žrtvah spolne zlorabe sta podporno vlogo igrala partner in partnerka. Pri eni izmed preživelih žrtev jo partner na začetku ni razumel, zato mu je morala veliko časa razlagati vse o spolni zlorabi, o dinamiki med storilcem in žrtvijo, o posledicah, ki se vlečejo skozi vse življenje. Pojavil se je tudi problem zaupanja in zadržanost pri spolnosti. Z vztrajnostjo preživele žrtve je sedaj njun partnerski odnos lažji in bolj razumevajoč. Podobno situacijo je imela tudi druga preživela žrtev, saj je po dolгих letih obiskovanja terapij končno lahko imela boljši partnerski odnos.

Kot opisujeta Bass in Davis (1998, str. 345) imajo preživele žrtve navadno težave z zaupanjem, intimnostjo in spolnostjo, kar neposredno vpliva na odnos. Nekaj časa so zato v odnosu prisotne težave in potek okrevanja. Partnerica ali partner bo pogosto ves čas jezna, depresivna in popolnoma zaposlena s sabo. Odvisno pa je od tega, v kateri fazi okrevanja je.

Lahko bo samodestruktivna ali bo razmišljala o samomoru, ali pa ima veliko potrebo po nadzoru in kontroli. Pogosto se lahko enako zlorablajoče obnaša do partnerja ali partnerke, kot ga je bila vajena v svoji družini in s strani storilca. Lahko bi temu rekli, da se obnaša kot otrok. Zato je lahko dinamika partnerskega odnosa boleča, saj prihajajo na plan vedenjski vzorci iz preteklosti zaradi izkušnje spolne zlorabe. Dve od preživelih žrtev pa sta poudarili pomen podpore s strani družine. V teh družinah ni bilo spolne zlorabe in je storilec nekdo drug.

O stanju glede spolnih zlorab v Sloveniji govori tudi zadnja teza, ki pravi, da je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabu tema. To lahko potrdimo, saj so bili vsi sodelujoči takšnega mnenja. Poudarili so, da se sicer stanje malo izboljšuje, še vedno pa je premalo narejeno v družbi na sploh. Na dožemanje spolne zlorabe v širši družbi zelo vplivajo tudi miti in stereotipi, ki dajejo nekakšno lažno sliko o spolnih zlorabah nasploh. Takšni miti so na primer, da spolnih zlorab sploh ni, da si jih žrtve izmislijo, da je spolna zloraba spolni odnos z otrokom, da zlorablajo samo otroku tuje osebe, da zlorablajo samo moški in ne ženske, ipd. Ravno zaradi tega je potrebno še več akcij ozaveščanja glede spolnih zlorab predvsem na šolah in vrtcih. To so poudarili vsi sodelujoči v nalogi. Še posebno institucije, ki se ukvarjajo z zaščito otrok, bi morale več svojih vsebin posvečati ravno tej »tabu« temi. Splošna javnost ne želi o tem govoriti, je pa veliko možnih vzrokov za to.

Rešitve so predvsem na sistemski ravni, to so poudarili vsi sodelujoči. S pomočjo preventivnih akcij ozaveščanja že za najmlajše in pa seveda tudi za odrasle bo tako poskrbljeno, da se širijo znanja o vseh posledicah, ki jih je povzročila spolna zloraba v otroštvu. Dostopnost brezplačnih terapij ali tudi sofinanciranih s strani državnih socialno-varstvenih programov bo pripomogla k takojšnjemu ukrepanju, ko se preživela žrtev znajde v stiski in ko je še v začetnih fazah okrevanja. Terapije preko zdravstva naj bodo hitro dostopne, ne da so ovira dolge čakalne dobe, tudi po več let. Preživela žrtev mora dobiti pomoč in podporo takoj! Preventivne akcije po šolah, vrtcih in ostalih izobraževalnih institucijah na način izvajanja delavnic, krajših seminarjev, izdelavo poučnih izobraževalnih filmčkov ali risank naj bodo učinkovite in ponavljajoče se. Ni potrebno, da se samo ob dnevih obeleževanj nasilja proti ženskam ali proti spolni zlorabi govori o tej problematiki. To mora družba vzeti za svoje in se naučiti živeti s tem v smislu, da si prizna, da spolne zlorabe so bile, so in žal vedno bodo. Zakonska regulacija psihoterapij pa je nujna – zakonodaja na tem področju se mora spremeniti oziroma priti do tega, da se področje terapij sploh uzakoni.

Zadnjo tezo, ki pravi, da spolna zloraba prežema vsa področja življenja žrtev in ima na njih močan vpliv - vpliva na partnersko življenje, na zaposlitev, na ekonomski status, na izobrazbo, ipd, tudi lahko potrdimo.

Pri sodelujočih v nalogi so se pojavljale predvsem težave na partnerskem in družbenem življenju ter na področju zaposlovanja. Vsi so doživeli v otroštvu neko vrsto izgube, ki jih je zaznamovala za vse življenje. Poudarjali so, da so izgubili otroštvo in identiteto, a so kljub temu optimistični in so na poti okrevanja s svojimi podpornimi osebami, ki pa tudi potrebujejo podporo iz druge strani, saj so zaradi nujenja svoje opore tudi sekundarno viktimizirane. To potrjuje tudi Rakovec-Felser (2015), saj pravi, da spolna zloraba žrtve pozneje v življenju obremeni s številnimi psihičnimi, telesnimi in socialnimi posledicami, kot so stalna anksioznost, depresija, kronične bolečine neznanega vzroka ter nizka samopodoba, zaradi katerih lahko trpita njihova delovna učinkovitost in navezovanje trdnih socialnih stikov. Predvsem pa se pokaže problematika na partnerskem področju, zato je potrebno imeti skupni interes, da se spolno zlorabo čim bolj zgodaj odkrije in s tem prekinemo možnost nadaljnje zlorabe. Pri tem je ključna vloga matere, kar je potrdila tudi analiza slovenskega vzorca žrtev travmatizacije. Pokaže se, da ne le zlorabljen otrok, pač pa tudi njegova mama, če je nezlorablajoči starš, potrebuje organizirano in strokovno pomoč.

Ugotovitve, do katerih smo prišli skozi celotno nalogo, so zaradi tabuiziranosti tematike spolnih zlorab v slovenski družbi, zaskrbljujoče. Še vedno ni dovolj raziskav in analiz, ki bi zajemale področje spolnih zlorab. Zadnja širša raziskava *»Percepcija spolne zlorabe otrok v Sloveniji – predstavitev ključnih rezultatov kvalitativne in kvantitativne raziskave* je bila v Sloveniji narejena oktobra 2020, kar pa je odlična vzpodbuda za nadaljnja raziskovanja in študije, ki jih je bilo do sedaj zelo malo.

Tudi naloga, v kateri sodelujejo odrasle preživele žrtve spolne zlorabe, je potrebna, saj bo lahko osnova, na podlagi katere se bodo bodoči kadri, ki se bodo v svojem poklicnem življenju ukvarjali s problematiko spolnih zlorab, učili in tudi krepili svoje znanje, posledično pa bo to doprineslo tudi k ozaveščenosti družbe. Potreben nam je zgled in dobre prakse iz tujine, ki so na področju problematike spolnih zlorab že veliko raziskale in postavile strokovne smernice, ki jih upošteva tudi evropska zakonodaja ter konvencije na področju socialnega varstva, zaščite otrok in spoštovanja otrokovih in človekovih pravic. Na osnovi pričevanj odraslih preživelih žrtev bomo lahko pridobili informacije o doživljanju, počutju, soočanju in okrevanju pri otrocih, saj so otroci zaradi svoje starosti še nezreli ali ne zmorejo, da bi lahko verbalno sporočali, kaj se jim je dogajalo v otroštvu, ko so trpeli spolno nasilje, ne glede na to, kdo je bil storilec spolne zlorabe.

6. SKLEPI

1. Spolna zloraba je najhujši poseg v telo človeka, zato so se preživele žrtve, ki so utrpely spolno zlorabo v otroštvu, soočale z mnogimi posledicami, ki jih spremljajo vse življenje.
2. Spolno zlorabljen je lahko vsak - žrtve spolne zlorabe so tako ženske kot moški, vsi pa tudi utrpijo posledice zlorabe.
3. Posledice, ki se pojavljajo pri preživelih žrtvah, so bile takojšnje in nekatere tudi dolgoročne, ki pa se med seboj dopolnjujejo in prepletajo. Takojšnje posledice, ki so se pojavile, so bile jeza, krivda, nemoč, sram, stigma, strah ter izdaja in izguba. Najpogostejše dolgoročne posledice pa so bile krivda, sram, strah in stigma.
4. Najpogostejše se je spolna zloraba zgodila v domačem okolju, v družini, najpogostejši storilec pa je bil oče.
5. Preživelim žrtvam se je zloraba zgodila v obdobju, ko so bili stari med 6 in 12 let, povprečno pa je zloraba trajala 6 let in pol.
6. Vse tri preživele žrtve, to sta bili dve ženski in en moški, so imele več spolnih zlorab s strani različnih storilcev. Preostala preživela žrtev pa je imela eno izkušnjo spolne zlorabe, in sicer ko je bila stara 13 let, pri čemer je šlo za enkratni dogodek.
7. Preživele žrtve so bile večkrat spolno zlorabljene s strani enega storilca. Storilec je bil moškega spola, ki je bil vsem poznan. Največkrat se je zloraba dogajala s strani bližnje osebe oziroma s strani osebe, katero je žrtev poznala in ji je zaupala.
8. Spolna zloraba se je zgodila tudi s strani različnih storilcev, ki so bili: dedek, stric, sosed, fant iz šole in znanec. Med njimi ni bilo žensk storilk.
9. Preživele žrtve se niso soočile s storilcem zaradi različnih dejavnikov.
10. Spolna zloraba je največkrat potekala na način manipulacije s strani storilcev. Uporabljali so svoje strategije in taktike, da so si pridobili žrtev na svojo stran. Te taktike storilcev so bile: način igre, kjer je bilo polno obljub in zavajanj, razne pohvale, kako je bila žrtev pridna in lepa, večkratno prepričevanje, da jih je imel rad, prihajalo je do posebnega odnosa navezanosti med žrtvijo in storilcem. Najpogostejše je storilec začel s prefinjenim pripravljanjem in privajanjem žrtev na zlorabljanje. Storilci so uporabljali tudi grožnje in kaznovanje, in pa skrivnostnost. Večkrat so prosili žrtve, naj tega ne povedo nobenemu.

11. Storilci so uporabljali razne oblike zlorabe kot so poljubljanje, dotikanje, božanje, vtikanje prsta v spolovilo, zadovoljevanje žrtev, spolni odnos in posilstvo. Vsi storilci so bili grobi in nasilni do žrtve. Izkazovali so svojo moč na način spolne zlorabe. Prizadejali so jim tudi telesne poškodbe.
12. Da so lahko žrtve preživele zlorabo, so uporabljale strategije preživetja in obrambne mehanizme. Najpogostejši so bili: disociacija, omalovaževanje, nadzor, miselna odsotnost, potlačitev, racionalizacija, perfekcionizem, zasvojenost, zanikanje (laganje), zamrznitev in pozabljanje.
13. Odzivi žrtev na spolno zlorabo, strategije preživetja in posledice so med seboj prepleteni, tako da je bilo težko narediti razmejitve med njimi.
14. Najpogostejši odzivi žrtev na spolno zlorabo so bili strah, sram, gnus in krivda. Vsaka žrtev se je odzivala na svoj način, med katerimi so bili jok, zmedenost, strah, tresenje, obramba, retravmatizacija, groza, šok, nemoč, čudnost, sram, gnus in krivda.
15. Žrtve so se med spolno zlorabo soočale z različnimi področji: soočenje s samo spolno zlorabo na način, da so si priznali, da se jim je res zgodila, soočenje z razkritjem, soočenje z okolico in podpornimi osebami, soočenje z vsemi posledicami, soočenje s samo travmo in kar je najtežje, soočenje s storilcem.
16. Pri žrtvah spolne zlorabe je šlo za postavljanje, prekoračitev in preizkušnje njihovih lastnih osebnih meja ter tudi meja ostalih oseb. Soočale so se tudi z različnimi skrajnostmi.
17. Storilci so pri zlorabi uporabljali različne vrste nasilja, tako verbalno, fizično, spolno kot tudi psihično in čustveno. Storilec je bilo v interesu, da žrtve obdržijo čim dlje in da zloraba traja čim bolj dolgo. Storilec je zlorabo vedno načrtoval.
18. Pri preživelih žrtvah je bilo najbolj izpostavljeno njihovo telo, saj je spolni zlorabi prišlo tudi do grobega posega v telo žrtev. Prišlo je do fizičnih posledic. Telo si je zlorabo tudi zapomnilo, to pa imenujemo telesni spomin. Prekoračene so bile njihove meje telesa.
19. Preživele žrtve so imele težave s sprejemanjem svojega telesa. Preživela žrtev je tako v času nosečnosti občutila gnus in sram, pri porodu pa je doživela občutke ponovne zlorabe.
20. Pri dotikanju, otipavanju po stegnih, po spolovilu in prsih, božanju s strani storilcev je šlo za grob poseg v telo žrtve, ki ga je spremljalo tudi poniževanje in zmerjanje.

21. Preživele žrtev so se soočale z različnimi izgubami v življenju, kot so: izguba otroštva, izguba mladosti, izguba življenja, izguba izkušnje, izguba nedolžnosti, spremljalo pa jih je tudi žalovanje za vsem tem.
22. Spominjanje zlorabe je bilo najtežje, saj so se najpogosteje pojavljali vsiljeni spomini (*flashbacks*). Spomini so prihajali po koščkih, bili so nejasni. Pravi sprožilec (*trigger*) je priklical nazaj občutke, ki so jih doživeli med zlorabo. Skoraj vse preživele žrtve so bile re travmatizirane, saj so podoživljale travmatske spomine.
23. Vse preživele žrtve imajo po spolni zlorabi dolgoročne posledice, ki vplivajo na kakovost njihovega življenja na vseh področjih. Različne posledice so se pojavljale večkrat pri vseh sodelujočih in so se med sabo prepletale, zato jih je bilo težko razmejiti. Te so bile: jeza, krivda, sram, strah, bes, izguba, nemoč, gnus, stigma, depresija, anksioznost, panični napadi, tesnoba, živčnost, motnje hranjenja, motnje spanja, nesamozavest, slaba samopodoba, iskanje samega sebe, nesprejemanje lastnega telesa, zasvojenost (alkohol, cigareti, tableti), težave pri postavljanju, sprejemanju in prekoračitvi meja, sovražnost, nemirnost, spominjanje, travmatski spomin, vsiljeni spomini (*flashbacks*), težave v socialnih stikih, težave v partnerstvu, težave v spolnosti, bolezni na ginekološkem področju, samodestruktivnost, samopoškodovanje, strah pred moškimi, telesni odpor do moških, dvomi, skrivnostnost, ambivalentni občutki, vprašanje spolne usmerjenosti, promiskuiteta, žalovanje, jok, posttravmatska stresna motnja.
24. Posledice spolne zlorabe so bile pri moškem enake kot pri ženskah, le v nekaterih delih se je pojavljalo pri moškem več sovražnosti in agresije ter dvomov o spolni identiteti in usmerjenosti zlasti zato, ker je bil njegov storilec moški.
25. Preživele žrtve so razkrile zlorabo svojim najbližjim - babici in očetu. Ostale so povedale svojim partnerjem in partnerkam ter prijateljem in prijateljicam.
26. V adolescentni dobi imajo večji pomen v smislu podpore prijatelji in prijateljice kot pa ostale osebe.
27. Preživele žrtve so spregovorile o zlorabi v odraslosti, razen ene, ki je spregovorila, ko je imela 6 let.
28. Najučinkovitejši prvi korak k okrevanju je spregovoriti o spolni zlorabi in se nato soočiti z njenimi posledicami.
29. Oče kot nezlorablajoči starš je imel zaščitniško vlogo. Preživeli žrtvi je pomagal pri soočanju s posledicami in pri okrevanju.

30. Mama kot nezlorabljalji starš ni imela zaščitniške vloge. Bila je pasivna, medla, ni posvečala pozornosti preživeli žrtvi. Zaradi tega je bila preživela žrtev še bolj travmatizirana.
31. Na mamo kot nezlorabljaljočega starša je bila usmerjena jeza, saj mama ni zaščitila preživelo žrtev v otroštvu, ko je izvedela za zlorabo oziroma naj bi vedela za zlorabo in ni ukrepala.
32. Odzivi bližnjih oseb pri razkritju zlorabe so bili pozitivni – preživelim žrtvam so verjeli in jim pomagali pri soočanju s posledicami in pri okrevanju ter jih zaščitili.
33. Pri preživeli žrtvi – moškem – se je mama zapletla v ljubezenski odnos s storilcem (sosedom), pri preživeli žrtvi ženski pa je bila mati na nek način »tiha sodelavka«, ki si je zakrivala oči pred spolno zlorabo hčerke s strani očeta (njenega moža). Ta isti oče je pa je tudi ukrepal na šoli za zaščito svoje hčerke.
34. Odzivi institucij (šola, sodstvo) na razkritje zlorabe so bili neučinkoviti.
35. Okrevanje je bilo za preživele žrtve dolg življenjski proces, ki še vedno traja. Zelo pomembno je bilo pri okrevanju imeti tudi podporno osebo. Spolno zlorabo so sprejeli na način, da so se soočili z njo in si priznali, da se jim je res zgodila, naučili so se z njo živeti. Okrevanje zahteva delo na sebi, kjer je potrebno poiskati tudi pomoč.
36. Viri moči in okrevanja preživelih žrtev so bili psihoterapevt in psihoterapevtka, podporne skupine, alternativne oblike pomoči, pisanje pesmi, ukvarjanje z glasbo, rekreacija in telovadba, kolesarjenje, narava in delo na vrtu.
37. Vsi preživeli poznajo vsaj še eno osebo, ki je bila žrtev spolne zlorabe v otroštvu.
38. Pri okrevanju so vse preživele žrtve tudi danes uspešne in se pogumno soočajo še naprej s posledicami zlorabe. Imajo dolgo večletno pot okrevanja in so napredovale v svoji osebni rasti ter gradijo naprej na pozitivni samopodobi. Vsi so se tudi opolnomočili, tako so dobili moč za odzive na napade s strani okolice ali s strani storilcev.
39. Proces okrevanja preživelih žrtev poteka na podoben način tako pri moškem kot pri ženskah.
40. Podporne osebe – prijateljice - so poznale preživelo žrtev že od otroštva in tako jim ni bilo težko nuditi pomoč in podporo. Pri prijateljicah je šlo za sekundarno viktimizacijo.
41. Podporna oseba – prijatelj, pa je preživelo žrtev – moškega spoznal na podpornih skupinah. To nam dokazuje, da je pomembna kakovost odnosa in ne trajanje

osebnega odnosa. Zaupanje in verjetje, da se je zloraba zgodila, je bistvo podpornega procesa ter procesa okrevanja odrasle preživele

42. Spolna zloraba v Sloveniji je tabu tema, zato je potrebno nadaljevati s preventivnimi akcijami in ozaveščanjem o spolnih zlorabah in njenih učinkih na življenje preživelih žrtev ter na družbo samo.
43. Predlogi preživelih žrtev so bili, da je terapevtska pomoč dostopna v najkrajšem možnem času in da je brezplačna, da se po izobraževalnih ustanovah vpelje obvezen učni program o prepoznavanju pojava spolne zlorabe, da se na sistemski ravni uredi pomoč in podpora za vse preživele žrtve
44. Preventivni programi in akcije ozaveščanja naj se odvijajo skozi celo leto na dostopen način z namenom informiranja, dodatne podpore in opolnomočenja.
45. Spolna zloraba še danes prežema vsa področja življenja preživelih žrtev in ima na njih močan vpliv - vpliva na partnersko življenje, na zaposlitev, na ekonomski status, na izobrazbo, ipd.

7. PREDLOGI

1. Preživelim žrtvam nuditi in omogočiti takojšnjo psihosocialno pomoč v okviru obveznih državnih programov, ki so sofinancirani s strani države
2. Uvesti obvezne vsebine o spolnih zlorabah ter o okrevanju v izobraževalne ustanove
3. V družbi izboljšati zavedanje o pojavu spolne zlorabe pri otrocih in pri odraslih preživelih
4. Imeti multidisciplinarni pristop vseh sodelujočih panog na področju spolnih zlorab in zaščite otroka
5. Podpirati obstoječe socialnovarstvene programe za pomoč odraslim preživelim žrtvam spolnih zlorab
6. Uvajati nove socialnovarstvene programe, ki se opirajo na obstoječe konvencije, ki nudijo zaščitne in podporne ukrepe za žrtve vseh oblik nasilja
7. Prilagoditi obstoječo kazensko zakonodajo oziroma redefinirati določene člene kazenskega zakonika za kazniva dejanja zoper spolno nedotakljivost
8. Uvajati nove podporne programe za vse v procesu okrevanja na način skupinskih in individualnih srečanj
9. Izvajati preventivne akcije in ozaveščanja o spolni zlorabi na lokalnem in državnem nivoju
10. Detabuizirati pojav spolne zlorabe na način izvajanja obveznih delavnic po osnovnih in srednjih šolah
11. Seznanjati se s problematiko spolnih zlorab iz drugih evropskih držav in ostalih držav sveta
12. Upoštevati prakse iz tujine na področju preventivnih dejavnosti in izobraževalnih programih
13. Sodelovati s tujimi strokovnjaki glede izmenjave praks in mnenj na področju spolnih zlorab, zaščite otrok in procesu okrevanja odraslih preživelih žrtvah
14. Dosledno spoštovati priporočil evropske zakonodaje in zavezujočih konvencij na področju spolnega nasilja in ostalih oblik nasilja
15. Nevladnim sektorjem omogočiti brezplačno izvajanje preventivnih akcij in ozaveščanja
16. V vrtcih vpeljati obvezne poučne igre, ki bi otrokom na njim primeren način dali osnovne napotke, kaj je sprejemljivo za njihovo telo

17. Opolnomočiti vse osebe, ki so lahko podpora pri okrevanju, na način kratkih delavnic ali video vsebin o tematiki spolne zlorabe in zaščite
18. Uvesti obvezna izobraževanja o spolnih zlorabah za vse strokovnjake in strokovnjakinje, ki se ukvarjajo z zaščito otrok (sodstvo, policija, tožilstvo, zdravstvo, socialni sektor, vzgojno-izobraževalni zavodi, ipd.)
19. Stereotipe in mite o spolni zlorabi predstavljati odraslim in otrokom z ustrezno razlago.
20. Angažirati preživele žrtve, da po šolah predstavljajo svojo izkušnjo spolne zlorabe
21. Redno letno izvesti na državni vsaj eno široko raziskavo na področju spolnih zlorab z namenom ustvariti nove strokovne pristope k procesu okrevanja po spolni zlorabi in k odkrivanju spolnih zlorab in njenega preprečevanja
22. Na podlagi rezultatov raziskav vpeljati nove programe pomoči in okrevanja za odrasle preživele žrtve ter preventivne programe za otroke
23. Nuditi strokovno pomoč tudi nezlorablajočim staršem in izvajati posebne programe izobraževanj, namenjene njim
24. Enkrat letno izdati poročilo o stanju glede spolnih zlorab v Sloveniji
25. Povabiti vse osnove, srednje šole in fakultete v skupno raziskovalno nalogo na temo spolne zlorabe in okrevanje
26. Pisati zgodbe, ki jih pripovedujejo preživele žrtve spolne zlorabe in jih izdati v knjigi
27. Ciljno usmerjati sporočila o pojavu spolne zlorabe preko vseh vrst medijev
28. Na družabnih omrežjih opozarjati na pojav vseh oblik spolnega nasilja in ostalega nasilja
29. Izvajati razne natečaje na področju umetnosti na tematiko spolne zlorabe po šolah in ostalih institucijah
30. Vključiti odrasle preživele žrtve v izvajanje izobraževanj po šolah in ostalih strokovnih institucijah
31. Povezovati različne stroke in znanja z namenom celostne obravnave preživelih žrtev spolne zlorabe
32. Destigmatizirati pojav spolne zlorabe v družbi s preventivnimi in propagandnimi akcijami ozaveščanja

8. SEZNAM VIROV

1. Bagley, C., & King, K. (2004). *Child sexual abuse - The search for healing*. London: Routledge.
2. Bain, K., Sanders, M. (1996). *Ko pride na dan*. Ljubljana: Colibri.
3. Bass, E. & Davis, L. (1998). *Pogum za okrevanje: priročnik za ženske, ki so preživele spolno zlorabo v otroštvu*. Ljubljana: Liberalna akademija in Visoka šola za socialno delo.
4. Beverly, E. (2020). *The Compassion Chronicles. The Damaging Role Silent Parents Play in Child Sex Abuse*. Pridobljeno 5. 6. 2020 s <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-compassion-chronicles/202001/the-damaging-role-silent-partners-play-in-child-sex-abuse>
5. Bolen, R.M. (2002). *Child Sexual Abuse its Scope and our Failure*. Massachusetts: University Boston, Kluwer Academic Publishers.
6. Bolton, K.S. (2006). Parent-Daughter Relationships in Abusive Families as Perceived by Adult Female Survivors of Childhood Abuse. PhD diss. University of Tennessee. USA. Doktorska disertacija. Pridobljeno 13. 10. 2020 s https://trace.tennessee.edu/utk_graddiss/4251
7. Bond, E., Ellis, F., & McCusker, J. (2018). *I'll be survivor for the rest of my life*. Pridobljeno 18. 7. 2020 s
8. Bregant, T. (2017). *Nasilje nad otroki*. Socialni izziv, 22 (38), 23-30.
9. Cantón-Cortés, D., Rosario Cortés, M., & Cantón, J. (2012). *The role of traumagenic dynamics on the psychological adjustment of survivors of child sexual abuse*. European Journal of Developmental Psychology, 9(6), 665-680. Pridobljeno 23. 8. 2018 s <https://doi.org/10.1080/17405629.2012.660789>
10. Children and Teens (2000). *Statistics*. Pridobljeno 15. 10. 2020 s <https://www.rainn.org/statistics/children-and-teens>
11. CIS'ters (2020). *Non-Abusing Parents and Carers*. Pridobljeno 14. 6. 2020 s <http://cisters.org.uk/help-for-survivors-non-abusing-parents-and-carers-partners-and-friends/non-abusing-parents-and-carers/>
12. Coates, D. (2010). *Impact of Childhood Abuse: Biopsychosocial Pathways Through which Adult Mental Health is Compromised*. Australian Social Work, 63(4), 391-403. Pridobljeno 20. 1. 2019 s

<http://ezproxy.augsburg.edu/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=55567706&site=ehost-live>

13. Cohen, J.A, Mannarino, A.P., & Deblinger, E. (2006). *Treating trauma and Traumatic Grief in Children and Adolescents*. New York: The Guilford Press.
14. Comartin, E.B., Burgess-Proctor, A., Kubiak, S., & Kernsmith, P. (2018). *Factors Related to Co-Offending in Coerced Offending Among Female Sex Offenders: The Role of Childhood and Adult Trauma Histories*. *Violence and Victims*, 33(1), 53-74. Pridobljeno 21. 5. 2019 s https://connect.springerpub.com/highwire_display/entity_view/node/87704/full
15. *Combating violence against women SLOVENIA* (2017). Pridobljeno 16. 5. 2020 s <https://eige.europa.eu/publications/combating-violence-against-women-slovenia>
16. Crosson-Tower, C. (2014). *Understanding child abuse and neglect*. New Jersey: Pearson.
17. Cvetek, R. (2009). *Bolečina preteklosti: travma, medosebni odnosi, družina, terapija*. Celje: Celjska Mohorjeva družba: Društvo Mohorjeva družba.
18. Daly, M. (2015). *What do we owe abusive parents?* Pridobljeno 5. 6. 2018 s <https://thecaregiverspace.org/what-do-we-owe-abusive-parents/>
19. Davis, L. (1990). *The Courage to Heal – Workbook for Women and Men Survivors of Child sexual abuse*. New York: Harper.
20. Davis, L. (1991). *Allies in Healing – When the Person you love was sexually abused as a Child*. New York: Harper.
21. Dobnikar, M., Lešnik Mugnaioni, D. & Plaz M. (2000). *Poškodbe notranjosti: pogovori z ženskami, ki so preživele spolno nasilje*. Ljubljana: Krtina.
22. Društvo za nenasilno komunikacijo-DNK (2020). *Spolno nasilje*. Pridobljeno 10. 9. 2020 s <https://www.drustvo-dnk.si/o-nasilju/spolno-nasilje/33>
23. Duncan, K. A. (2004). *Healing from the Trauma of Childhood Sexual Abuse: The Journey for Women*. Connecticut: Praeger Westport
24. Erooga, M., & Masson, H. (2006). *Children and young people who sexually abuse others- current developments and practise responses*. New York: Routledge.
25. Erzar, T., & Kompan Erzar, K. (2011). *Teorija navezanosti*. Celje: Celjska Mohorjeva družba.
26. Farber E.D., Showers J., Johnson C.F, Joseph J.A., & Oshins L. (1984, 2009). *The sexual abuse of children: A comparison of male and female victims*. *Journal of*

- Clinical Child Psychology, 13(3), 294-297. Pridobljeno 13. 3. 2019 s <https://doi.org/10.1080/15374418409533205>
27. Finkelhor, D. (1987). *The Trauma of Child Sexual Abuse: Two Models*. 2(4), 348-366. Pridobljeno 14. 3. 2019 s <https://doi.org/10.1177/088626058700200402>
 28. Ford, H. (2006). *Women who sexually abuse children*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
 29. Forward, S., & Buck, C. (2001). *Strupeni starši: rešite se boleče zapuščine staršev in zaživite svoje življenje*. Ljubljana: Založba Tangram.
 30. Fowler, J. (2008). *A Practitioners' Tool for the Assessment of Adults who Sexually Abuse Children* [pdf]. Pridobljeno 3. 12. 2019 s <http://dlx.b-ok.org/genesis>
 31. Frei, K., & Weisbrod, B. (1996). *Spolna zloraba: z odkrito besedo do varnosti*. Ljubljana: Kres.
 32. Gordon, M. (1990). *Males and Females as victims of childhood sexual abuse: An examination of the gender effect*. Journal of Family Violence, 5, 321–332. Pridobljeno 30. 5. 2020 s <https://doi.org/10.1007/BF00979068>
 33. Hooper C.A. (1996). Izgube – kako matere občutijo spolno izrabljanje svojih otrok. V Zaviršek, D. (ur.), *Spolno nasilje. Zbornik (Feministične raziskave za socialno delo)* (str. 193-222). Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
 34. *INTERPOL's International Child Sexual Exploitation - ICSE* (maj 2019). Pridobljeno 20.9.2020 s www.interpol.int
 35. Itzin, C. (2006). *Home Truths About Child Sexual Abuse - Influencing Policy and Practice – (A Reader)*. London: Routledge
 36. *Kazenski zakonik* (2012) (KZ-1, UPB2, UL RS št. 50/2012). Pridobljeno 20. 5. 2020 s <https://www.uradni-list.si/glasilo-uradni-list-rs/vsebina/2012-01-2065?sop=2012-01-2065>
 37. Kelly, L. (1996). Spolno nasilje in feministična teorija. V Zaviršek, D. (ur.), *Spolno nasilje. Zbornik (Feministične raziskave za socialno delo)*, (str. 69-98). Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
 38. Kelly, L. (1996). Žrtev ali preživele? Upor, načini obvladovanja in preživetje. V Zaviršek, D. (ur.), *Spolno nasilje. Zbornik (Feministične raziskave za socialno delo)*, (str. 147-179). Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
 39. Klemenčič Rozman, M.M. (2011). *Tipologija in značilnosti skupin za samopomoč in podpornih skupin v Sloveniji*. Doktorska disertacija. Ljubljana: Univerza v Ljubljani,

- Pedagoška fakulteta. Pridobljeno 26. 5. 2019 s <https://repozitorij.uni-lj.si/IzpisGradiva.php?id=24187>
40. *Konvencija Sveta Evrope o preprečevanju in boju proti nasilju nad ženskami in nasilju v družini* (2011). Pridobljeno 18. 8. 2020 s <https://rm.coe.int/1680462542>
 41. *Konvencija Sveta Evrope o zaščiti otrok pred spolnim izkoriščanjem in spolno zlorabo* (2007). Pridobljeno 18. 8. 2020 s <https://rm.coe.int/168046e1dc>
 42. Kuhar, M., Zager Kocjan, G., Mešl, N., Jeriček Klanšček, H., Hočevar Grom, A., & Drglin, Z. (2019). *Prevalenca in dolgoročni vplivi obremenjujočih izkušenj v otroštvu na funkcioniranje v odraslosti*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Nacionalni inštitut za javno zdravje. Pridobljeno 6.10.2020 s <https://www.metta.si/si/raziskave/prevalenca-in-dolgorocni-vplivi-obremenjujucih-izkusenj-v-otrostvu-na-funkcioniranje-v-odraslosti>
 43. *Men and Sexual Assault* (2020). Pridobljeno 1. 12. 2020 s <https://aasas.ca/support-and-information/men-and-sexual-assault/>
 44. Ministrstvo za pravosodje: *Raziskava - Slovenci menijo, da je spolna zloraba otrok resen problem, a skoraj pol jih ne bi prepoznalo znakov zlorabe*. Pridobljeno 13. 11. 2020 s <https://www.gov.si/novice/2020-10-06-raziskava-slovenci-menijo-da-je-spolna-zloraba-otrok-resen-problem-a-skoraj-pol-jih-ne-bi-prepoznalo-znakov-zlorabe/>
 45. Mitchell, J., & Morse, J. (1998). *From Victims to Survivors – Reclaimed Voices of Women Sexually Abused in Childhood by Females*. London: Taylor & Francis.
 46. Mojšker, N. (2018). *Vloga podporne skupine pri okrevanju žensk z izkušnjo spolnega nasilja in zlorabe v otroštvu*. Socialna pedagogika, 22 (1-2), 27-50.
 47. NSVRC-National Sexual Violence Resource Center. USA (2011). *Child sexual abuse prevention: Overview*. Pridobljeno 20. 3. 2019 s <https://www.nsvrc.org/publications/child-sexual-abuse-prevention-overview>
 48. *One in Four: Survivors' Voices - breaking in silence on living with the impact of child sexual abuse in the family environment* (2015). London. Pridobljeno 21. 4. 2018 s https://www.oneinfour.org.uk/wp-content/uploads/2015/11/Survivors_Voices_Report_November_2015-2.pdf
 49. Plumb, S. (2007). *The Social Trauma Model*. Pridobljeno 15. 3. 2018 s <http://www.thamesvalleypartnership.org.uk/wp-content/uploads/workshop-5-sally-plumb.pdf>

50. Psihoterapija-ordinacija (2020). *Posttravmatska stresna motnja*. Pridobljeno 10. 7. 2020 s <https://www.psihoterapija-ordinacija.si/dusevne-motnje/anksiozne-motnje/posttravmatska-stresna-motnja>
51. Rakovec-Felser, Z. (2015). *Žrtve spolne zlorabe in njihove družine*. Pravosodni bilten št. 3, 21-35. Pridobljeno 16.2.2020 s http://www.sodisce.si/znanje/sodna_praksa/search.M02.php?q=199/2014&submit=i%C5%A1%C4%8Di&order=code&direction=desc&rowsPerPage=20&page=2557&id=46785
52. Rakovec-Felser, Z., & Vidovič, L. (2016). *Maternal Perception and Response to the Child Sexual Abuse. Materin pogled in odziv na spolno zlorabo otroka*. Slovenian Public Health Journal, Zdravstveno Varstvo, 55(2), 124-130. Pridobljeno 20. 2. 2020 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4845772/>
53. Repič, T. (2008). *Nemi kriki spolne zlorabe in novo upanje*. Celje: Društvo Mohorjeva družba: Celjska Mohorjeva družba.
54. Rojšek, J. (2002). *Spolna zloraba otrok- psihološke in psihodinamične lastnosti ter dogajanja pri storilcu, partnerju in žrtvi*. Psihološka obzorja, 11(3), 39-53. Pridobljeno 26. 11. 2019 s http://psiholoska-obzorja.si/arhiv_clanki/2002_3/rojsek.pdf
55. Rozman, S. & M. (2015). *Pogum - kako preboleti travmo*. Ljubljana: Modrijan.
56. RTV SLO - Bruselj predstavlja strategijo proti spolnim zlorabam otrok (julij 2020) Pridobljeno 10. 9. 2020 s <https://www.rtv slo.si/evropska-unija/bruselj-predstavlja-strategijo-proti-spolnim-zlorabam-otrok/531633>
57. Sabina psihoterapija (2020). *Travma*. Pridobljeno 14. 7. 2020 s <https://www.sabina-psihoterapija.si/travma/>
58. Safe.si. (2020). *Spletno nasilje*. Pridobljeno 7. 10. 2020 s <https://safe.si/nasveti/spletno-in-mobilno-trpinčenje/spletno-nasilje>
59. Sanderson, C. (2006). *Counselling Adult Survivors of Child Sexual Abuse*. London: Jessica Kingsley
60. Satler J., A. (1997). II. ciklus seminarjev Namesto koga roža cveti. *Trpinčen otrok: kako prepoznavati in preprečevati fizično in duševno trpinčenje otrok - razširjeni zbornik*. Ljubljana: Meridiana.
61. Schmidt, M. (2015). *Treating non-offending caregivers with a history of childhood sexual abuse and their sexually victimized children: a case study using object relations theory and trauma theory*. Masters Thesis, Smith College, Northampton,

- MA. Magistrska naloga. Pridobljeno 5. 11. 2020 s <https://scholarworks.smith.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1772&context=theses>
62. *Sexual Assault of Men and Boys* (2020). Pridobljeno 28. 11. 2020 s <https://www.rainn.org/articles/sexual-assault-men-and-boys>
63. STATISTA (2019). *Rape and sexual assault in the U.S. 2000-2018, by gender*. Pridobljeno 26. 8. 2020 s <https://www.statista.com/statistics/642458/rape-and-sexual-assault-victims-in-the-us-by-gender/>
64. Summit, R. C. (2015). *Child abuse & Neglect – The child sexual abuse accomodation syndrome*. Science Direct, 7(2), 177-193. Pridobljeno 14. 6. 2018 s <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0145213483900704?via%3Di> [hub](https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0145213483900704?via%3Di)
65. Šraj, T. (2010). *Spolne zlorabe: povezanost psihičnih posledic s starostjo ob zlorabi, s trajanjem zlorabe in podporo žrtvam v okolju*. Psihološka obzorja, 19 (2), 49-67. Pridobljeno 26. 11. 2018 s <http://psiholoska-obzorja.si/article?id=304>
66. The Survivors Trust (2020). *Definitions of sexual violence*. Pridobljeno 14. 9. 2020 s <https://www.thesurvivorstrust.org/definitions-of-sexual-violence>
67. Tomison, A.M. (1995). *Update on child sexual abuse*. NCPC Issues (5). Pridobljeno 3. 7. 2020 s <https://aifs.gov.au/cfca/publications/update-child-sexual-abuse>
68. Ullman, S. E., & Filipas, H.H. (2001). *Predictors of PTSD Symptom Severity and Social Reactions in Sexual Assault Victims*. Journal of Traumatic Stress, 14(2), 369-389. Pridobljeno 14. 10. 2020 s <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3583013/>
69. *Violence against women (2014): an EU-wide survey - Main results*. Luxembourg: Publications Office of the European Union. Pridobljeno 14. 3. 2019 s https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2014-vaw-survey-main-results-apr14_en.pdf
70. Viva (2016). *Zakaj se žrtve zlorab teko dolgo ne spomnijo dogodkov?* Pridobljeno 20. 11. 2020 s <https://www.viva.si/Psihologija-in-odnosi/13775/Zakaj-se-%C5%Bertve-spolnih-zlorab-tako-dolgo-ne-spomnijo-dogodkov>
71. Waiss, M., & Gallé, I. (2001). *V labirintu spolnih zlorab : delo z žrtvami, storilci in starši*. Ljubljana: Forma 7 Sedem.
72. WHO (2004). *Child Sexual Abuse: A silent health Emergency Report of the Regional Director*. Pridobljeno 3. 12. 2019 s

- <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/1878/AFR.RC54.15%20Rev.1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
73. WSCAP (2020). *About Sexual Assault*. Pridobljeno 25. 7. 2020 s <https://www.wcsap.org/help/about-sexual-assault/how-often-does-it-happen>
74. *Zakon o preprečevanju nasilja v družini* (2008) (ZPND- UL RS št. 16/2008). Pridobljeno 20. 7. 2020 s <https://www.uradni-list.si/glasilo-uradni-list-rs/vsebina/2008-01-0487?sop=2008-01-0487>
75. Zloković, J., & Dečman Dobrnjič, O. (2007). *Zaprte oči ne vidijo zla: trpinčenje, zanemarjanje in spolna zloraba otrok-odgovornost družine, družbe in šole*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
76. ZPSZ (2014) - Združenje proti spolnemu zlorabljanju, seminar, 2. 9. 2014, gradivo Power Point - *Haldor Øvreeide: Spolna zloraba otrok - norveška perspektiva in izkušnje*. Ljubljana.
77. ZPSZ (2015) - Združenje proti spolnemu zlorabljanju, Gradivo izobraževalnega seminarja »*Spolni napad na otroka*«, Ljubljana.
78. ZPSZ (2016) - Združenje proti spolnemu zlorabljanju, *Interno izobraževalno gradivo*, Ljubljana
79. *Žrtve kaznivih dejanj v kazenskem postopku* (2019). Pridobljeno 22. 4. 2020 s https://e-justice.europa.eu/content_victims_of_crime_in_criminal_proceedings-66-sl.do
80. Žvelc, G. (2011). *Razvojne teorije v psihoterapiji: integrativni model medosebnih odnosov*. Ljubljana: IPSA.

9. PRILOGE

PRILOGA 1: Vprašanja za intervju

*To so osnovna (vodilna) vprašanja, tekom intervjuja sem dajala še podvprašanja, odvisno kako se je intervju odvijal.

1. V otroštvu si bil-a spolno zlorabljen/a. Kdaj si se tega spomnil-a, zavedal-a?
2. Koliko si bil-a star-a (če se spomniš), ko se je začela spolna zloraba?
3. Se spomniš, kdo te je zlorabljal, ali si poznal-a to osebo? V kakšnem odnosu sta bila?
4. Lahko opišeš, (če ti ni težko), kako se je zloraba začela in kako je potekala? Kje se je dogajalo? Ipd. Drugače lahko poveš na kratko.
5. Je bila spolna zloraba enkratno dejanje ali ponavljajoče se dejanje?
6. Kako dolgo je trajala zloraba s strani tega istega storilca?
7. Ali se ti je zgodila spolna zloraba še s strani različnih storilcev? Če da, kolikokrat, če se približno spomniš?
8. Se spomniš, kakšni so bili tvoji občutki med spolno zlorabo?
9. Kakšno strategijo preživetja si uporabil-a pri soočanju s spolno zlorabo?
10. S kakšnimi posledicami si se soočala najprej- kratkoročne posledice? Lahko opišeš...
11. S katerimi posledicami si se soočala kasneje- dolgoročne posledice? Lahko opišeš.....
12. Ali je kdo takrat vedel (po tvoje) o spolni zlorabi in ni ukrepal?
13. Ali si komu sama povedala o spolni zlorabi in kdaj? Če nisi, zakaj ne?
14. Kako se je oseba (ali več oseb), ki si ji-m povedala, odzvala-i na to?
15. Kdaj in zakaj se je zloraba končala?
16. Ali misliš, da so bili zlorabljeni tudi tvoji bratje in sestre, ali ostali ljudje, ki jih poznaš, s strani istega storilca?
17. Poznaš še koga, ki je bil/bila v otroštvu spolno zlorabljen/a?
18. Kako si predstavljaš »okrevanje«, o katerem govorimo v intervjuju?
19. Kako si se soočil-a z okrevanjem? Si si poiskal-a kakršno koli pomoč? Ti je kdo pri tem pomagal?
20. Ali ti je pomoč in podpora pomagala?
21. Se tudi danes še poslužuješ kakršne koli pomoči glede soočanja in predelovanja s posledicami spolne zlorabe?

22. Imaš osebo (ali več oseb), ki ti stoji-jo ob strani in te podpira-jo še sedaj pri okrevanju?
23. Kakšen je bil odnos tvojih nezlorablajočih staršev do tebe - kako so se soočili z zlorabo (z razkritjem), ali so te podprli, ti pomagali pri okrevanju? (če je bil storilec ali storilka nekdo drug, in ne starši)
24. Kakšen je bil odnos tvojih bližnjih do tebe (prijateljev, partnerjev, sorodnikov)- kako so se soočili z zlorabo (z razkritjem), ali so te podprli, ti pomagali pri okrevanju?
25. Kako so se bližnji odzvali, ko so prvič zvedeli o tvoji spolni zlorabi?
26. Ali si se do sedaj že soočil-a s storilcem? Ali imaš še željo soočiti se z njim? Če ne, zakaj ne?
27. Kaj meniš o tem, da je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabu tema?
28. Kaj bi še predlagal/a npr. na državni ravni, da bi se o spolni zlorabi več govorilo? Imaš kakšne predloge za nove programe, nove storitve, ki bi jih izvajali strokovnjaki/nje, da bi bilo okrevanje za odrasle preživele lažje?
29. Kako je vplivala in še vpliva spolna zloraba na tvoje življenje sedaj? Kako živiš s tem?

PRILOGA 2: Intervju 1

Breda, 60 let, intervju je potekal v živo, 25.10.2020, trajanje: 80 minut.

Pozdravljena, Breda. Poznava se že dolgo, bi se lahko predstavila in povedala, kar želiš za začetek.

Sem Breda, stara 60 let in poročena, imam sina, starega 30 let. Moram reči, da imam zlatega moža, s katerim sem poročena 25 let. 5 let sva se matrala zanositi, a nisem mogla. Tudi na umetne postopke sva hodila, a ni žal bilo nič. In na preiskavah so mi povedali, da ne bom mogla imeti otroka, da v poštev pride posvojitev. In sva pa dolgih postopkih in težavah posvojila sina. Sin je sedaj uspešen poslovnež, univerzitetno izobražen, zelo dobro se razumemo vsi. Ima že sinčka, starega 3 leta. Taka prijetna družina smo. A žal se mi je zgodila tudi zloraba...

Hvala za uvod. Zdaj pa greva počasi na najino tematiko. Če kaj ne boš mogla odgovoriti, mi prosim povej in bova preskočili to vprašanje. V otroštvu si bil-a spolno zlorabljen. Kdaj si se tega spomnila, zavedala?

V redu. Bom povedala, če ne bom zmogla, samo mislim, da mi ne bo težko na vse odgovoriti. Moje življenje in otroštvo ni bilo posuto z rožicami. Naj kar povem, da sem bila večkrat posiljena in zlorabljen s strani dedka. To me spremlja povsod v življenju. Najprej je bilo s strani dedka, in tega, da je nekaj narobe, kar dedek počne, sem se zavedala, ko sem bila stara 12 let, ko me je spet napadel dobesedno. To se je dogajalo že prej, ko sem bila še doma, nisem še hodila v šolo, vendar sem mislila, da je to dokaz ljubezni, da me ima dedek rad, da se z mano igra in je del igre vse to. Da je to normalno in da to vsi počnejo. In pri 12ih letih se mi je takrat sesul svet. Začela se je puberteta, začela sem se razvijati telesno in on me je začel otipavati in grabiti po telesu. Meni se je čisto strgalo takrat, pa sem ušla babici- to je bila mami od moje mami. Ta dedi, ki me je zlorabil, pa je bil oče od mojega očeta. No, in sem ji povedala, kaj je dedi mi naredil, in ona je bila jezna kot hudič, takoj je povedala mojemu očetu, torej sinu od tega dedija. On je znorel in šel do svojega očeta, torej do tega dedija. Vpil je, kaj se to gre, kaj mi je naredil, kakšne bolečine mi je zadal in da gre ga prijaviti na policijo. Dedi ga je rotiti, da naj ne dela tega, da mi ni n'č hotel, da me ima rad.. skoraj jokati je. Jaz sem prišla z babico domov in sva bile v spodnjem štuku, vse prestrašene, in sva slišali vse to. Jaz sem se tresla, kaj bo, ona me je tolažila in mirila, da je vse v redu.. (se zamisli)...

Lahko opišeš, (če ti ni težko), kako se je zloraba začela in kako je potekala? Kje se je dogajalo? Ipd. Drugače lahko poveš na kratko, kot želiš in ti je lažje.

Skupaj smo živeli v isti hiši, dedi in babi od očeta starši so bili v pritličju, mi pa v prvem nadstropju. In v dopoldnevih, ko sta bila starša v službi, jaz pa še doma, sem hodila k njima se paziti in igrati. Nisem bila še v šoli, torej sem bila stara okoli 6 let. To se spomnim, da se je tako začelo. In dedek je bil čudno prijazen do mene. To vidim za nazaj šele sedaj. Takrat sem pa mislila, da je to normalno da so takšna vedenja s strani dedka. V glavnem, on se je kar naprej smukal okoli mene, me začel polahko objemati in otipavati. Pa sem ga čudno pogledala, pa je rekel, »nič se ne boj, vidiš, da te imam rad...« in sem si mislila, da on že ve, da tako mora biti... čeprav sem se nekako čudno počutila, pa ne znam opisati, kako... na tak način, kot na čutiš, da nekaj ne štima... vse se je pa vedno dogajalo v stanovanju od dedita in babi. Pa takrat ni bilo babi zraven.. ali je kuhala, midva sva bila pa v dnevni sobi in se igrala domine, človek ne jezi se... ali je šla ven na vrt, skratka, kot se spomnim, vedno je našel čas, da sva bila sama. Prav prefinjeno je vse izpeljal in me ovijal okoli prsta s svojimi obljubami, da mi bo kupil novo punčko, da bova šla na sladoled in kupiti bonbone. Vedel je, da imam rada sladko in me je s tem premamili. Da sem bila seveda tiho in sodelovala v njegovih igrich... pa začelo se je vse poglobljati, tako da ko sem sedela na kavču, me je božal po stegnih in šel z roko tudi v moje hlačke... in rekel, da me bo malo pobožal, ker sem pridna... (utihne za nekaj trenutkov)... pa da bom potem lahko še jaz njega... in mi je položil roko na njegove noge in rekel naj božam... jaz sem bila malo prestrašena, malo v šoku, a ker sem vedela, da me ima rad in je res lepo, da se ga poboža, sem to tudi naredila... potem mi je mojo roko dal na svoje spolovilo, ki je bilo že otrdelo... pa sem se zdrznila in me je podučil, da je to samo znak, da je vesel in da mu je lepo ter da je to fajn delati... in to je bilo 1x na dan... potem se je obnašal, kot da ni nič, sva se igrala dalje, šla sva pomagat babici kuhati... z eno besedo- vse je premislil in naredil plan, kako bo kaj speljal, da ne bo nihče zvedel... imel je totalno oblast nad mano, in moč, jaz pa s svojo šibkostjo napram njemu sem mu lahko samo sledila in ga ubogala..

In potem se je to dogajalo par let, res dolgo.... (utihne), pa najbolj se počutim krivo jaz, ker mi je bilo lepo in sem uživala v tem... imela sva en tak svoj obred, sigurno dvakrat tedensko, tudi popoldne sem kar sama hodila

tja po šoli, kot bi bila vesela na en čuden način, ker sem vedela, kaj sledi. Tako da sem ga morala počasi zadovoljevali, z roko, (*tišina*)... in sva bila sama v spalnici 1x, babi je bila pri sosedu,...pa je rekel, če se greva zdravnike igrati, da je on padel in se udaril, jaz pa sem zdravnica in ga bom pozdravila. Pa se je slekel hlače in rekel, da ga boli stegno in naj ga povijem s povojem. In naj najprej ga malo pomasiram tam okoli, da ga ne bo bolelo. In mi je dal roko na svoj spolni ud, in rekel naj masiram...nato je slekel spodnje hlače... in rekel naj ga primem za ud...(tiho nekaj trenutkov)...in naj ga zadovoljim, da bo vesel... in naj drgnem...in sem, že od strahu, ker sem vedela, da tole pa že ni dobro... njemu je prišlo in je rekel, naj ga obrišem, da je sedaj pa že zdrav. Jaz pa vsa blede, komaj z povoji ga obrisala, nato z glavo dol v kopalnico sem se sla roke umiti. On pa vstal, se oblekel, kot da ni bilo nič in rekel, naj pridem z njim sedaj, greva še malo televizijo gledat. In sem šla, vsa prestrašena in tiho. Mi je pa na en tak strog način rekel, naj nobenemu ne povem o tem, da je to najina skrivnost in igrice, in da če bom hotela, se bova še to igrala. ... seveda sem bila tiho kot grob... nikoli nobenemu nič rekla... (*zamišljena*)...to se je potem še dogajalo, ne tolikokrat na tak način, ampak ne drugačen... da je bil potem on zdravnik in jaz bolna, in me je on povijal in me božal pod hlačkami, tut prst mi je dajal noter... pa poljubljal, objemal, otipaval... jaz pa odrvenela in zaprepadena, hkrati pa mi je bilo lepo, tisti občutki božanja... zato pa mi gre zdajle, ko to govorim, na bruhanje (*se zamisli*)...

Ja, grozno je bilo. Če lahko poveš, koliko časa se je to dogajalo.

Ja, par let, 5 let, sva imela svoje igrice, vse skrivala. Tega je bilo toliko veliko...ne bom vsega govorila... samo par stvari... imela sva že kar en odnos, bi lahko rekla sedaj za nazaj. Pa me je nagrajeval, kupoval, kar sem hotela-sladkarije, igrače, razne družabne igre, 1x mi je kupil lepo oblekico z rožicami, ki je hotel, da jo imam oblečeno, ko se igrava...da me je z lahkoto božal po nogah in gor..., in hkrati dal vedeti, da če komu povem, bo on vse zanikal in bom jaz kaznovana in vsi bodo o meni grdo govorili. Ko pa je 1x prišlo do tega, kot sem na začetku povedala, da me je že prav zgrabil in položil na posteljo v spalnici, ter me prav začel lizati, poljubljati, kar slačiti na silo, prste riniti v spolovilo, in bil je že čisto nasilen, kar trgalo se mu je...in mene je bolelo. Ni bilo kot takrat, ko je bil kar nežen in sva oba nekako uživala... Zdaj pa je bil čist' podivjan. Odpel si je na silo hlače in mi potegnil še moje spodnje hlače dol in začel s spolnim udom, trdim, riniti v mene... pa sem začela vpiti in ga riniti stran, pa nisem mogla nič... rotila sem ga, naj neha, da zdaj bom pa res povedala vsem, pa me je na silo prijel za usta in rekel »Kaj boš, opica mala? Komu boš kaj rekla? Boš že vid'la, kaj ti bom naredu! Tako te pa ne maram, veš...Rajši uživaj kot do zdaj...pa tiho bod'« Pa sem vpila, »ne, ne, nehaj dedi, babi gre...vid'la naju bo...« in jaz vpijem dalje...babi me ni slišala...jaz sem bila vsa že izmučena, nisem ga mogla več obvladati in sem ga ugriznila v roko..nato me je spustil, nekaj zaklel, jaz pa sem se izmuznila ven in stekla na vrt, kjer je bila babi...Ampak jaz sem kar tekla, skoraj napol oblečena, v sosednji kraj, drugi babici in sem ji povedala vse, kar se je zgodilo. No, in potem je bilo to, kar sem opisala na začetku... to babi, od dedija je skoraj kap, ker sploh ni mogla verjeti, da je njen mož-moj dedi zmožen kaj takega...babi je verjela meni, me je potolažila, govorila, da nisem nič kriva, da bo sedaj vse dobro.....

Moj oče je takrat res znorel, dedija je prav napadel in ga stisnil za vrat. ..smo mislili, da ga bo zadavil, še jaz sem vpila, naj neha... on pa kar norel, »Samo še 1x, ti glavo odbijem...in itak te grem prijav't...« Tudi mami je oči povedal...mami se je čist 'podrla in sesula....

Potem se je dedek sam odločil, da se izseli, šel je v en star vikend živeti... pa pogojno je bil obtožen. To vem, da so bili eni postopki, pa mene so nekaj spraševali, kaj je bilo...pa nisem kaj dosti povedala, kot da se nisem spomnila, kot da je vse zbledelo...kaj je bilo potem, se ne spomnim...v glavnem od dedka sem imela takrat mir, hvala bogu, da je šel. Sedaj je že umrl, in prav je tako...sicer je grdo slišati, ampak je res...

Se spomniš, kakšni so bili tvoji občutki med spolno zlorabo? Pri tem dedku, na primer.

To je bilo pa grozno, res...ker je bil to dedek, oseba, ki te ima rada...najprej ta filing krivde, da sem jaz tista, ki povzroči, da je dedek bil tak... ..pa en tak gnus se je pojavljal, pa srh po telesu, ko sem videla, kaj mi dela, in da v bistvu me nima rad, kot je govoril...Pa največ sramu, mene je bilo tako sram, že pred samo seboj...sploh nisem mogla pomisliti na to...In strah, me je čisto ohromil...pa včasih sem bila živčna in vznemirjena, ker sem hotela, da se hitro vse skupaj konča. Pa jezna sem bila na njega, zelo, skoraj besna..., da bi ga spraskala celega...

Kakšno strategijo preživetja si uporabila pri soočanju s spolno zlorabo?

Aaaa..., med zlorabo sem kar nekako odtavala, ne znam prav ubesediti, kot da nisem tukaj prisotna, ni me bilo več v telesu...ker mi je bilo hudo, pa grozno, pa bolelo me je včasih, ko je bil preveč grob... kot da tam nisem

bila jaz, kot da gledam nekje od zgoraj ali od strani... In vem tudi to, da sem morala vse imeti pod kontrolo, kje se kdo nahaja, kdaj kdo pride, če so glavna vrata zaklenjena, zakaj mame toliko časa ni domov...skratka totalen nadzor, in tako sme se počutila varno, da sem jaz imela vajeti v rokah, kaj se zunaj dogaja...pa itak tudi miselna zmedenost ali odsotnost..., kar zasanjana sem bila večkrat.

Kakšne pa so bile posledice na začetku od vseh teh zlorab?

Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba... Vem, da sem bila jezna, in besna, pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano. Ne tisto fizično, ampak tako podzavestno, moč je imel nad mano. Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel... Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj... Pa v šoli vem, da sem takrat popustila, je videla razredničarka, da je nekaj narobe z mano, je tudi starša poklicala v šolo na sestanek. So ji vse povedali, kaj se mi je zgodilo...pa hodila sem k pedopsihiatru potem nekaj časa. Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...

Kaj pa kasneje, kakšne so bile posledice tega, kako so se kazale v življenju?

Kasneje pa še na psihoterapijo, ko sem bila odrasla. Pa v šoli so bili taki problemi- sem popustila pri ocenah, družiti sem se začela s šolskimi razgrajači in smo okoli uničevali stvari.....Sovraštvo do same sebe je bilo zelo veliko, nisem se marala, gnusila sem se sama sebi,...pa itak nesamozavestna sem bila...pa non-stop sem jokala-ko je bilo kaj takega, žalostnega in ko sem se spomnila, kaj se mi je zgodilo...sem jokala, zelo dolgo, da me je že vse bolelo... Da ne govorim o hrani - prenažirala sem se, nato pa bila anoreksična. Hladilnik je bil moj sovražnik. Kar je bilo notri, sem lahko pojedla v enem dnevu, od vloženih kumaric do tube majoneze, še surov puding v prahu sem jedla, ker ni nič drugega več ostalo...sem vse požrla... želodec sem imela čist trd in napihnjen...potem pa bruhat čez par ur...Pa fajm sem bila bolna na ginekološkem področju, razne ciste in vnetja, kar naprej bolečine pri menstruaciji, pa nihanje hormonov, na nihanje razpoloženja... vse na kupu,... tudi uroinfekte sem imela pogosto, pa itak sem morala jesti razne tablete od A do Ž, sem bila že prav odvisna od njih...ni da ni... kar hočeš...

Ali se ti je zgodila zloraba še kdaj v življenju, s strani kakšnega drugega storilca?

Ja, kar veliko zlorab sem imela in veliko storilcev...ko sem šla potem v srednjo šolo, se je tudi nekaj zgodilo. Ko sem šla domov enkrat iz šole, pa je bil en fant, ki sem mu bila všeč...stara sem bila 17 let takrat...On je hodil na isto šolo kot jaz, je bil v 4. letniku. Spraševal me je, če bi imela kaj z njim, da bi me imel za punco, sem rekla, da sem še premlada za kakšne resne odnose in sem ga odganjala stran, nisem bila navdušena nad njim. Ko sem se pa 1x vračala iz šole domov, me je zasledoval. Bilo je že zimsko obdobje, zato je bila že tema zunaj. Tam je bil park in me je tam počakal, in res grobo napadel, (*tišina*)...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno... Sem vpila, jokala, on je pobegnil in jaz sem sama ostala tam. In kaj naj potem? ... sama sem bila sredi parka, vsa prestrašena in objokana, tresla sem se, zeblo me je... imela sem praske in podplutbe potem, sem pa čakala, da me ne bi nihče videl...in sem nekako privlekla se domov...itak sem šla hitro pod tuš...in jokati ter kričati v sobo... dobro da ni bilo še nikogar doma...

Si komu povedala o tem?

Ne, nisem nikomur povedala, je pa moj oče takoj pogruntal, da nekaj ne štima in da je nekaj narobe z mano. Torej oče je sam vedel, da je nekaj groznega se zgodilo z mano. Spet je bil oče tisti, ki se je postavil zame. Ko sem se malo pomirila takrat, sem prišla iz sobe, pa sem se kar tresla in bila sem uničena ter vsa utrujena od joka. Takoj me je vprašal, kaj je bilo...pa najprej nisem hotela povedati oziroma sem rekla, da nič, pa je rekel, da mu naj takoj povem, saj vidi, da nisem dobro...pa sem mu kar povedala, pa naj se zgodi karkoli...in sem se takoj spomnila zlorabe od dedija...da je bil oče tisti, ki me je zaščitil in se postavil zame, zato mi ni bilo težko potem o tem z njim govoriti...njemu sem zaupala in mu verjela..., da se bo potegnil zame... je moj zaupnik in bo vedno stal ob meni...potolajil me je in rekel, da greva do ustreznih institucij, ki bodo to urejale naprej..., pa me je potem druga dan peljal na policijo in sva dala prijavo...

Torej, oče je bil nezlorablajoči starš in te je podprl...kaj pa mati?

Tudi mami je oči povedal...mami se je sesula totalno... tako da je bil cel cirkus.... Vem samo, da se je mami z mano potem veliko ukvarjala in skupaj sva preživljale prosti čas...več je bila z mano kot ponavadi... kot bi imela neko slabo vest in se je bala, da bi se mi še kaj zgodilo.. ampak mi je verjela in me podprla...in ne krivila..to je bilo najbolj važno zame....(se zamisli)

Kako pa je bilo naprej, si povedala še komu o tem?

Ja, sem povedala tudi socialni delavki in psihologinji v šoli in pa tudi prijateljici. Vključila se je tudi policija in so potem stekli postopki zoper tega fanta. Prijateljica pa mi je tudi stala ob strani, večkrat sva se pogovarjali o tem in mi je bilo lažje. Ona mi je tudi dopovedovala, da jaz nisem nič kriva, da je on vsega kriv... To mi je zelo veliko pomenilo, sem se počutila močnejše...

Ali si ga še kdaj videla, tega fanta?

Ja, sem ga videla, ampak da je čutil, da je videl in čutil, da sem povedala očetu, ki je bil zelo zaščitniški do mene. In se me je bal, ta fant, se me je izogibal...in tudi oče mi je rekel, da če bo ta fant me še hotel nadlegovati, mu naj kar povem, da bosta z njim obračunala. In ta fant je dal mir... 1x je celo prišel do mene in se je opravičil. Sem bila res presenečena in v šoku, sploh nisem verjela, da se to dogaja. Tako da sva nekako zgladila to, vendar je to v meni pustilo posledice, predvsem v vedenju - bila sem nonstop nemirna, živčna, nezbrana...to so tudi te dolgoročne posledice, ki te prežemajo skozi celotno življenje. Pa tudi vase zaprta, nisem se hotela več družiti z vrstniki...hotela sem mir. Kot oseba sem bila drugačna. ... Večkrat sem se spomnila tega... (se zamisli...)

Ali si mu odpustila, če lahko tako rečem?

Ne ravno odpustila, sem pa mu oprostila...to pomeni, da me ne obremenjuje več tako zelo, kljub posledicam, ki jih imam. Znam zdaj živeti s tem. Nikoli pa tega ne bom pozabila. To je težko pozabiti, ker te psihično zaznamuje. Bila pa sva na distanci potem. Nisva se družila več.

Kako pa je potekalo življenje potem?

Kot da bi ušla od tega življenja tukaj....sem potem šla na faks, in pri 20ih letih v tujino, na izmenjavo študentov v Pariz za pol leta. Tam pa spet...ne veš, koga tam srečaš, ne poznaš ljudi. Sam si na tujem ozemlju. Si sam, osamljen, in sem spoznala enega Italijana, tudi na izmenjavi, star je bil 23 let. Bila sva si takoj všeč. Vendar si nisem mislila, da bo stvar takšna...(tiho).. no, kaj je bilo potem...(malo premišlja)...kmalu sva se začela videvat, in sem pomislila, da bova začela s spolnimi odnosi...in sem se bala, ker sem imela slabe izkušnje s tem...vse te zlorabe so me zaznamovale...in se mi je sesul cel svet... spet me je zlorabil na način, da me je toliko časa prosil, da sem spala z njim. Meni je bilo nagnusno, čeprav nisem hotela, se mi je zasmili...to je bila tudi ena zloraba, čeprav sem rekla ja, ... in potem sem jaz spet nasrkala, vse sem podoživljala, vsi spomini so prišli na plan iz otroštva od zlorab... groza, vse to je bilo težko prebavit in v glavi predelat...sesul se mi je svet...In potem sta mi prav prišla dva kolega, dva prijatelja iz Slovenije, ki sta bila tudi v Parizu. Njima sem povedala o tem fantu, pa se jima ni zdelo to nič kaj takega... Onadva sta bila taka luftarja, ki sta večino časa žurirala in eksperimentirala, torej alkohol droge, trava, tableti, sam žur...in sta me vabila, da grem z njima žurat... in se zabavat... da pozabim tega Italijana. In sem šla, seveda, vsa presrečna, da sem se sprostila. In kaj je sledilo? Ja, nič kaj dobrega... vse te njune dobrote, če lahko tako rečem... (se smeji)...tako da smo skupaj pohajkovali, delali neumnosti in škodo po Parizu, naučila sta me uživati travo pa tudi koko sta njuhala, jaz pa z njima isto, pa še pijača, polno viskija je bilo, sploh ne vem, od kje. Potem se nam je pridružilo zelo veliko nekih ljudi, nekih frendov, vsi so itak bili zadetki, džankiji...jaz pa z njimi, da sem vse pozabila... tudi spali smo skupaj...ne da bi vedela.... oziroma začasno odšla v drug svet...pa smo pili, se zadevali, muzika na glas, žurke po diskotekah...ni da ni (se smeji)... vse brez meja, ampak to se ni dobro končalo... čeprav je bila ta družba moj zaveznik in varuh! Sem se varno počutila tam. Počasi sem čutila, da sem odvisna od tiste trave, pa alko,hmmm (se zamisli)ta je bil najhujši... občasno pa še koka... res sem bila zmešana, totalno...Tudi študij nisem dokončala, sem videla, da to nikamor ne pelje. No, in psihično sem bila itak pod'n...in na nuli... ampak sem rada hodila po nitki...nekako lovila, kje je meja....

Torej posledice so bile vidne kmalu od vseh teh zlorab, ki so te spremljale in te še, skozi celo življenje...

Ja, seveda, vse je začelo ven butat, od vsega otroštva, pa še novo se je nabralo... psihične težave sem imela, bila sem depresivna, in anksiozna, pa problemi s hrano-sem se prenažirala, in žrla, cel hladilnik hrane je šel takoj, to kompulzivno motnjo sem imela..., pa anoreksijo nekaj časa, ko se nisem sprejemala kot oseba, pa potem še itak odvisnosti-kajenje, alkohol, trava, vse to sem imela, da sem zbežala od realnega sveta, ker je bilo naporno, pa se je bilo fino malo zadet', ...spala nisem nič, pa sem pokadila travo, pa je bilo dobro. Vsega boga je bilo... (*se zamisli*)...pa mislim, da sem tudi imela težave s tem posttravmatskim sindromom...same travme so ven butale...

Pa potem sem šla domov iz Pariza in je starše kap, kakšna sem prišla, uničena...spet je oče bil zaskrbljen, pa mati tudi... in sem jima morala povedati vse te dogodivščine... in kaj hočem zdaj...nič...živet' naprej... Oče je bil zaprepaden, je bil moj rešitelj prej, in mi je stal ob strani...

Si še komu povedala o teh dogodivščinah iz tujine?

Ja, (*smeh...*), sem itak, moji prijateljici, tisti iz otroštva...In vse ve o meni. Veliko olajšanje mi je bilo to, da sem spregovorila, pa da mi je verjela v prvi vrsti, da ni dvomila vame...in potem stala ob strani...poznala me je že od otroštva in je točno vedela, kako mi mora pristopiti in kaj reči. Pa je videla, da sem odvisna od vseh teh drog in alkota in mi je svetovala neko skupino, kjer se zbirajo alkoholiki in vsi, ki imajo težave z zasvojenostjo. Pa še ambulanto za zdravljenje, to je bil DTO v Ljubljani, tja sem šla. Tam sem bila 3 mesece, stara pa sem bila pri 21 let. Tam je bila ustrezna obravnava s strani strokovnjakov in zdravnikov. Ni bilo nobenih izhodov, notri si bil zaprt in si delal po programu, ki so ti ga predpisali. Po 3 mesecih sem se nekako zvlekla ven, prišla na svoj tir, vendar sem še pol leta hodila 1x na mesec tja na terapije in skupine na 14 dni, prav tja na DTO.

To je bilo že ene vrste okrevanje zate. Si že šla takrat na to pot. Kaj se je še dogajalo?

Tako je, to je bil prvi korak, ko sem videla, da nekaj delam zase, za svoje zdravje. In ni mi žal... nekaj mi je pomagalo, mi dalo odskočno desko za naprej. To sem dalo skozi, to odvisnost. In sem zdržala, nisem posegala več po alkoholu ali drogah. Pa potem sem kar nadaljevala s terapijami nekaj let, imela sem fajn terapevtko, ki je bila strokovna in je imela posluš za moje težave. Vse to mi je pomagalo, zdaj vidim za nazaj...Premagala sem odvisnosti!

Pa obstaja še katera oseba, ki ti stoji ob strani in te podpira pri okrevanju?

Obstaja, sem vesela, da je tako. Ta podporna oseba je moj mož. Pri 24-ih letih, sem dobila službo, in delam kot vzgojiteljica v vrtcu. Pri 25 letih sem spoznala moža in še danes srečno živiva. Kar se je mi dogajalo v mojem življenju, sem vse povedala možu že na začetku veze. Ni me bilo strah ali sram, v njem sem videla eno osebo, ki je lahko moja opora, steber v življenju. Rekla sem si, bolje da prej povem vse, kot pa da se to razve čez 20 let. To dokazuje, da si zaupava in to je gorivo za vezo, da lahko teče. Mož me je takoj sprejel takšno kot sem, z vsemi tegobami in ranami... to je velik zagon za življenje. Poleg očeta, kot sem že prej opisala, je mož tista podpora in opora in luč na koncu tunela... pa še prijateljica iz otroštva. Tako da ima 3 take osebe, na katere se lahko zanesem in jim povem vse, kar me teži - oče, prijateljica in mož. In sedaj vidim, če jih ne bi bilo, da sama vsega tega ne bi zmogla. Moje življenje bi bilo drugačno sedaj, to lahko 100-procentno rečem.

Kaj pa potem tvoje zakonsko življenje? Kako je šlo z družino, pa otrok, ki si ga omenila že na začetku?

Vse to sem povedala možu in se mi je kamen odvalil od srca...seveda želela sva si otroka, oba dva zelo zelo. A vendar so bile tukaj težave... hodila sem na preglede in rekli so mi potem ginekologi, da žal ne bom mogla imeti otrok...pa sem bila razočarana in žalostna... (*se zamisli*)...pa sva z možem se sprijaznila in si rekla, da greva pa v posvojitev, kar je bilo težko na splošno zaradi birokratskih postopkov... tako sem bila stara 30 let, in sva posvojila fantka. Vedno sem imela strah in se bala, da se slučajno ne bo sinu kaj zgodilo. Ko je prišel iz šole, sem ga spraševala, kako je, kaj so delali v šoli, sem ga opazovala, če se je čudno obnašal ali bil žalosten. V njem sem videla sebe in svoje kalvarije in nisem želela, da isto doživi kot jaz. Bila sem zelo zaščitniška, sem ga znala vse vprašati, tako , da mi je vse povedal. In hvala bogu se mu ni nikoli nič zgodilo. Zdaj je že velik in

zdrav, ima svojo družino, in jim vse laufa kot mora biti. Sin je začutil, da sem njegova zaupnica, zato mi je vse zaupal. In sem danes hvaležna za to. Tudi mož je bil in je še dober oče ter podpira sina. Če pomislim, da bi sina kdo zlorabil, bi se meni strgalo, kar srce bi mi počilo... res tega ne bi mogla prenesti. To je najhujše, da otroku ne bi znala pomagati. Tudi ko me je sin kot majhen spraševal, kako je prišel na svet, sem mu povedala, da jaz nisem njegova taprava mami, da ga nisem rodila, vendar sem ga vzgojila. Da njegova prava mamica ni mogla zanj skrbeti in sem zato jaz prevzela to vlogo. In je razumel in sprejel vse to. Te stvari ne smejo starši lagati, in da bi zvedel, ko bi bil starejši... to bi mi zameril za celo življenje, zakaj mu nisem povedala resnice...sin je zdaj poročen ima sinčka starega 3 leta. In ta vnuk mi je naredil eno srečo v življenju, rada ga ima, večkrat ga čuvam, z njim skupaj z možem hodimo v park se igrati, na izlete...skratka uživamo na zrelo leta. Pa že tako imam rada otroke, saj sem zato tudi vzgojiteljica v vrtcu. Otroci me že od nekdaj osrečujejo. Tudi sin ve vse, kaj sem preživela v otroštvu, to razume in me sprejema z vsemi mojimi napakami in posledicami, čeprav sem se mu na začetku smilila, a se je spoprijel s tem... (*zamišljena*)...pa saj mu drugega ni preostalo, žal.

Kakšen pa je bil odnos tvojih bližnjih do tebe glede zlorabe? Omenila si prijateljico? Kako pa je reagirala, ko si ji prvič povedala o zlorabi?

Prijateljica je bila vedno na razpolago. Bili sva prijateljici že iz vrtca, tako da se zelo dolgo dolgo poznavava...in v osnovno šolo in srednjo sva hodili skupaj, vse sva si povedali in tako se je razvilo zaupanje, neka povezanost, tudi skrivnost, ki je bila samo med nama. To traja še sedaj. Tudi ona je meni vedno vse zaupala, kar se ji je dogajalo v življenju...,vendar ni imela težkega mladostništva kot jaz, je pa vedno mi znala pomagati in prisluhniti, narediti tapravo potezo, da mi bo v pomoč. Dala mi je vedno dober nasvet, bila je iskrena, in jaz sem čutila, da ji lahko vse povem. Skoraj tko mi je bila kot sestra. In še sedaj, karkoli je, mi še vedno na razpolago, da mi prisluhne.

Ko smo že pri okrevanju, kako si predstavljaš »okrevanje«, o katerem govorimo v intervjuju?

Ja, to okrevanje v bistvu življenjski proces, za vse življenje,...(*se zamisli*...)... treba je ugotoviti, kdaj in na koga se lahko obrneš, da ti bo na pravilen način pomagal, saj niso vse osebe primerne, da jim nekaj zaupaš in da ti stojijo ob strani. Potem je pomembno zaupanje do te osebe - če tega ni, je vse brez veze. Zelo velikokrat sem imela dvoma, ali bom nekje sprejeta ali ne. Potem so se mi porajal vprašanja, ko sva se spoznala z možem, ko sva se poročila, ali bom lahko zanosila, ali ne bom, in evo..., kaj se je zgodilo... da pač zaradi ginekoloških težav, nisem mogla zanositi. Vedno sem potem razumela, da to ni bila moja krivda, da sem bila zlorabljen, končno sem došla to po dolgem času. Nekako sem vzpostavila stik, eno vez, z otrokom v sebi... pridobivala sem na zaupanju in samozaupanju s tem, da sem drugim povedala - torej očetu in tej moji prijateljici, pa kasneje svojemu možu. Obžalovanja za nekaj, kar ni bilo v moji moči, da storim, je bilo čedalje manj. Včasih sem bila zelo zelo jezna, danes pa mislim, da se to umirja... Pa to razkritje, ko je oče povedal dedku o tem... vam pa da je treba pri vseh teh stvareh odpuščati..

Kako pa ti razumeš to odpuščanje storilcem?

V tem smislu, da – zgodilo se je, ne moremo zdaj nič spremeniti, ampak moram biti optimistična in gledati na dobre stvari... Ne mislim odpuščanje v krščanskem smislu...zame je odpuščanje, da nekaj dam stran, kar me bremeni. To ne pomeni, da sem pozabila, da se je to zgodilo, ... ne..., to pomeni, da ne pustim, da me ima ta zloraba v primežu, da nadvlada nad mano...to pomeni to. Saj sem že nekaj o tem prej govorila... Ne pustim storilcu, da ima moje misli pod kontrolo, če bi lahko tako rekla... Ker če bi se s tem zelo obremenjevala, prideš v začaran krog...in potem ni nobenega okrevanja, o katerem sva prej govorili... In fajn je, da imam okoli sebe enih par dobrih ljudi, ki me razumejo in podpirajo pri tem...

Kaj pa misliš, da ti je pomagalo, da si preživela te zlorabe, kako si se obranila, pa kakšne strategije si ubrala, če temu lahko tako rečemo?

Na začetku vem da sem morala imeti vse pod kontrolo, vse ljudi in vse dogodke, da sem se počutila varno, ...pa itak vsa ta moja zasvojenost, da sem zbežala...zato pa sem potem šla po strokovno pomoč in sem jo imela res veliko...in temu sem hvaležna... vedela sem da moram o tem povedati in ljudje so me poslušali, vsaj tisti, ki so nekaj veljali v mojih očeh... moje besede so bile uslišane. In bistvo je, da smo mi tudi verjeli..., ker

največji problem je, če ti ljudje ne verjamejo...ti nekaj govoriš in če ti ne verjamejo, je brez smisla...res... nimaš kaj tukaj pomagati... Jaz sem povedala resnico, in potem se je oče s storilcem, z mojim dedijem, smo se soočili. In se je točno videlo, da to ni laž z moje strani... Imela sem zelo veliko podporo terapevtke in strokovno podporo tudi s strani psihoterapevta, in ta podpora je trajala kar par let...2-3 leta je to bilo, da sem iz tega ven prišla...sem našla spet stik s sabo...zelo veliko mi je pomagala ta rehabilitacija na DTO-ju, tam so bile tudi skupinske terapije in skupine za samopomoč... in tam sem zopet, ko sem bila 3 mesece v tej komuni, če lahko temu tako rečem, sem našla sebe in imela drugačen pogled na svet...

A poznaš še koga, ki je bil/bila v otroštvu spolno zlorabljen/a? Mogoče koga iz teh skupin, ki si jih omenjala?

Ja, itak, sem poznala tiste, ki so bili spolno zlorabljeni,... kar dva, saj naš kraj ni velik, in na zabavah sem spoznala veliko ljudi, to je bilo pred leti...jaz sem hodila zelo veliko na ples, ki so bili organizirani, in veliko sem se zabavala... starši so me tudi pustila, da hodim. In tam sem najdla dva prijatelja, ki sta bila na istem kot jaz, tako da je bilo to na en način dosti lažje, ker nisem bila sama. Ko smo bili na skupini, da si moraš povedat svoje probleme,...to ni kar tako, to je težko..., bile so resnične življenjske zgodbe in iz tistega sem razbrala, da so tudi oni šli skozi marsikatero zlorabo...pa tudi kasneje so mi osebno povedali, tako da poznam kar par ljudi, ki so bili zlorabljeni...

Kako je vplivala in še vpliva spolna zloraba na tvoje življenje sedaj? Kako živiš s tem?

Ja, no... še vedno imam občutek ene krivde... to me kar spremlja...pa sramu, velikokrat sem rada sama, kot da se izoliram stran od drugih...ne grem več v družbo toliko kot prej...kot da mi je brezveze... imam pa tudi panične napade kdaj, pa tesnobna sem.. še posebno, če so kakšni taki čudni dnevi. V sebi sem besna, da bi kar eksplodirala od nerveze... komaj, da se obvladujem... Veš, to je tak občutek kot bi bila tempirana bomba... ne veš, kdaj bo počila... to se mi nekako še vse vleče,.. pa sem se naučila živeti s tem, saj mi drugega ne preostane... čedalje manj je tega, pa ni tako močno, ...(se zamisli), ...ampak bo šlo, še posebno, ker sem po naravi optimist...

Najbolj pa mi pomaga moj mož, ki lahko rečem, da je res ljubeč in razumevajoč, in mi stoji ob strani... in prijateljica, pa tudi sin in moj vnuček, s katerim preživljam prosti čas in se skupaj igrava, pojeva pesmice...

Ali se ti zdi, da se v družbi dovolj govori o spolni zlorabi? Da mediji, kot so TV, internet, časopisi, dovolj o tem poročajo?

Če tako pomislim, se danes več govori o tem, kakor pa takrat, ko sem bila jaz mlajša, ampak mislim, da še vedno zelo zelo premalo. Ljudje ne vedo kaj veliko o tem, ali pa nočejo govoriti o tem... to ni dobro..

Kaj pa recimo predlagaš, da bi se moralo narediti - kakšne nove programe na državni ravni, ali storitve za preživele žrtve?

Ali v časopisih in po TV ozaveščati ljudi, pa kaj več akcij, ko imajo na primer stojnice po Ljubljani in večjih krajih, ko razne nevladne organizacije predstavljajo svoje programe za zaščito otrok, pa razne preventivne programe... preko SOS telefonov, recimo...pa po internetu in teh družabnih omrežjih, bi morali več imeti takih ozaveščanj in filmčkov o tem. Pa mislim, da bi morala biti bolj in hitreje dostopna psihosocialna pomoč za žrtve, še posebno na začetku, ko žrtev spregovori in gre na pot okrevanja... in tega bi moralo biti več. Kot nekakšni državni programi, ki so brezplačni, saj je tovrstna pomoč psihoterapije zelo draga, če greš sam kot samoplačnik. Država bi morala tukaj kaj več narediti se mi zdi, pristojna ministrstva kaj več od sebe dati... Ampak, če pogledam nazaj, ko sem bila mlada, še tega ni bilo, tako da počasi in z vztrajnostjo se odpiramo tudi na tem področju.

Kaj meniš o tem, da je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabu tema?

Ja, je tabu... malo se bolj zdaj počasi odpira, samo še vedno smo nekako zaplankani v tem smislu. Je veliko plakatov in nekih brošuric o tem, to vidim tudi v vrtcu, ko nam ministrstvo ali nevladne organizacije to pošiljajo. Pa na avtobusih so plakati bili in tudi po ekranih se vrtijo eni filmčki, no..., to sem videla par let nazaj. Zdaj je bil teden otroka, smo v vrtcu obeleževali to, in so veliko govorili o pravicah otrok in njihovi

zaščiti. Pa zdaj kmalu v novembru bodo dnevi boja proti nasilju nad ženskami... Jaz ocenjujem, da je kar dobro poskrbljeno glede osveščenosti, lahko bi bilo bolje, samo je očitno potreben čas... še vedno pa je premalo tega glede na ostale države o Evropi ali po svetu... Je pa tudi to odvisno od neke kulture naroda kot Slovencev. Zato pa je potrebno veliko o tem govoriti, tako kot sem jaz sedaj o tem govorila. Da nas ni sram, da iščemo pomoč, da vztrajamo na tem. Zelo težko je spregovoriti o tem takoj, kot sem jaz povedala očetu. Zato je potrebno imeti programe ozaveščanja in preventive. Da že vzgojiteljica v vrtcu na ta način dela z otroki...jaz sem tudi sama vzgojiteljica in vidim, kako to ozaveščanje poteka...razne knjigice, filmčki, brošurice... in tako male otroke počasi seznanjamo, kako z njimi ne smemo ravnati, kaj je njihovo telo, kdo se ga ne sme dotikati, kdo se ga lahko in kdaj...se prav spomnim tiste knjigice o Kikotu, ... to ena taka rokica pleše in govori o varnih dotikih. In jaz izhajam tukaj iz sebe, da vsako leto, ko pride nova generacija otrok, jaz vzamem to knjigico in jo preberem skozi igro otročkom, in jo vsi lepo in z navdušenjem sprejmejo...

No, lepo povedano...Zdaj greva pa že proti koncu... Ali imaš, Breda, še kaj takšnega za sporočiti preživelim žrtvam, da jim bo v pomoč pri okrevanju?

Pri vsem tem lahko dodam eno stvar, da brez podpore družine, če se zloraba ne dogaja v družini, ne bi bilo nič in jaz tega ne bi zmogla. Prva in osnovna celica družina. Žal pa se največ zlorab zgodi ravno v družinah s strani najbližjih... to pa je najbolj grozno in hudo... pri meni je bil oče tisti, ki me je rešil in stal ob strani, seveda mu je mati pomagala in tudi meni prisluhnila..., samo oče pa je bil tisti glavni... Tako da je fajn, da se spregovori o zlorabi...kadarkoli, nikoli ni prepozno. Imamo veliko strokovnjakov in strokovnih služb, ki delajo na tem področju, tako da se ni za bati, da preživele žrtve ne bi bile slišane... Tako da samo pogumno vsem naprej...

Najlepša hvala, Breda, da si sodelovala pri intervjuju, želim ti vse dobro...

Hvala tudi tebi in vse dobro želim... Pozdrav vsem.

PRILOGA 3: Intervju 2

Jožica, 47 let, intervju je potekal v živo, 27.10.2020, trajanje: 80 min.

Lepo te pozdravljam, Jožica. Midve se poznavata, zato se bova tikali. Ali lahko na začetku narediš en uvod in poveš, karkoli želiš? Da malo prebijeva led za naprej.

Ja, seveda, pozdravljena tudi ti. Malo bom na kratko povedala o svojem življenju, ki sem ga živel. Sem Jožica, sedaj sem stara 47 let, in ja, v otroštvu sem bila spolno zlorabljen. Zdaj sem mati samohranilka, imam pa sina, starega 20 let in hči, ki je stara 13 let. Nekaj let sem bila srečno poročena živel, vendar so se začele precejšnje težave, ker je bil mož 10 let starejši od mene in vzrok je bil ljubosumje. Začel je dvomiti vame, če sem prišla kasneje domov, spraševal me je, kje sem bila, s kom sem bila, in vse to se je prevrglo, zmerjal me je s kurbo, katerega kurbirja imam zdaj, v glavnem, nato mi je začel še brskati po telefonu in je iskal številke. Jaz sem zato vedno zbrisala vse klice. Tudi nisem imela nobenih prijateljev, prijateljic, s katerimi bi se pogovarjala o tem ali da bi se družila z njimi. Njegova ljubosumnost je bila tako velika, da me je začel tudi fizično zlorabljati, in nato tudi psihično. Vse to se je stopnjevalo v fizično nasilje, to pa je začel izvajati tudi v pričo najinih otrok, in jaz enostavno sem bila na koncu z močmi, nisem vedela, kaj naj naredim. Nato mi je en prijatelj, ki je videl, da nisem ok, omenil da pozna eno fajno odvetnico, do katere bi lahko šla, če sem pripravljena in sem za to, da ji povem moje težave, da bi potem ona mi svetovala, kako naj grem stran od njega. Problem je tudi bil, da sva imela skupno stanovanje. Uničena sem bila tako zelo, da otrokom nisem mogla več nuditi tisto, kar so rabili za življenje in zdrav razvoj. Mož me je začel tudi ustrahovati, potem še otroke, bil je skratka neznosen. No, potem sem se zares odločila, da je potrebno nekaj storiti in sem šla odvetnici. Ona pa je prav specialist za ločitveni postopek, takoj sem ji povedala za mojo situacijo, ona pa mi je takoj vprašal ali sem odločna in dovolj močna, da spelim to stvar, ali še nisem čisto sigurna. Ina jaz sem rekla, »odločna sem, sto procentno, da grem v to in v ta proces, ki pa bo peklenski. In tudi sem bila pripravljena, da karkoli se bo iz tega razvilo, bom ostala močna in vztrajala... do konca (*malo tišine...se zamisli*) bila sva solastnika stanovanja in sem vedela, da mi pripada polovico stanovanja, da dobim otroke in mirno živimo, brez njega...

Hvala ti za vpogled v tvoje življenje sedaj. Kakšno pa je bilo tvoje otroštvo? Vemo, da si bila spolno zlorabljen.

Otroštvo tudi ni bilo preveč lepo. Seveda kot otrok se tega takrat ne zavedaš... (*tišina*) ...ampak če sedaj pomislim, vse izvira iz tega...vsa grenkoba, vse hudo, kar se mi je zgodilo. Takole je bilo...Moj oče je imel enega dobrega prijatelja, v glavnem sta bila nerazdružljiva, skupaj sta preživljala prosti čas velikokrat...in jaz sem počasi odrasčala in ta mož, bi lahko sedaj rekla, da se je zagledal vame in je hodil 2x-3x na teden k nam na obisk in mi govoril, ko sva bila sama, če je šel oče dol v klet po pijačo, da sem mu všeč, in kako me ima rad... (*zamišljena*).... Počasi se me je tudi dotikal...najprej po rokah, nato po še stegnih, me je božal... jaz sem bila otrpla in sem se bala, da nisem mogla stran in se premakniti... nato je prišel oče gor, in on je nehal.. obnašal se je kot da se ni nič zgodilo, jaz pa sem zmrznjena strmela skozi okno...zato me je še oče vprašal, kaj mi je, če mi je slabo... jaz sem se samo zdržila in rekla »ah, nič ni, sem dobro« ..ta prijatelj je potem še večkrat hodil k nam, potem mi je začel nositi še sladkarije in prav čutila sem, da me ne nek način podkupa in hoče, da sem mu na razpolago... (*postane nemirna*). Večkrat je tudi izkazoval skrb do mene, naj bom previdna, da so zunaj grozni ljudje, še posebno mož, ki bodo od mene kaj hoteli...Jaz ga nisem čisto razumela, vem pa, da sem mu samo kimala in bila tiho. Očeta itak tudi takrat ni bilo, ali je šel dol v kurilnico dati na ogenj ali je odšel ven, ko ga je iskal sosed... ne vem, vedno sem bila sama, ko se je to dogajalo. Vse to je šlo že čez vse meje, zmeraj je kar nekaj govoril in blebetal, kot da hoče pozornost preusmeriti ali pa me zavesti in zmešati. Potem za njega ni bilo več meja, kar na silo me je objel, nato pa poljubil, jaz sem bila itak čisto paf in v šoku, nakar je kar nadaljeval, bil je ves nagravljen in slinast...fuj, če se sedaj tega spomnim... res fuj, ogabno...vse se je stopnjevalo...bala sem se ga zelo... Ko je on slišal, da gre oče gor po stopnicah, je hitro se usedel nazaj za mizo in bral časopis in se delal, kot da nič ni, bil je ves zatopljen v zgodbo v časopisu. Tako da oče itak ni nič posumil. Jaz pa spet bila vsa trda in zmedena.. (*tišina*)

A se mogoče spomniš, koliko si bila takrat stara?

Ja, to se pa prav dobro spomnim, hodila sem v 7. razred. Vsega se tako dobro spomnim...kot bi bilo prejšnji teden... (*malo se zasmeje*)...stara sem bila 13 let.

Kot smo slišali, že prej, ko si omenila, da si poznala to osebo?

Ja, poznala sem ga, kar dobro, bi lahko rekla. Torej on je bil od očeta taboljš kolega. Lahko bi rekla, da sta bila kot »rit pa srajca«. In ta nor'c, mu rečem tako zdaj, se je kar navadil hoditi k nam, tudi kar tako, brez veze, bi jaz temu lahko rekla. Stalno je bil pri nas, in me nonstop gledal, skoraj že buljil vame.

Mogoče lahko opišeš, kako se je zloraba začela, kako je potekala?

Prav prefinjeno, bi jaz temu rekla sedaj, čeprav takrat nisem imela pojma na začetku, kasneje mi je bilo čisto jasno. On je imel prav plan narejen, kdaj bo prišel, kaj bo rekel, kaj mi bo prinesel. Kot da me podkupuje in hkrati veže na svojo stran, da bi se mu zaupala in bila tudi kot frendica. Tako mi je enkrat rekel, če bi bila prijateljca. Seveda sem rekla ja, kaj drugega mi ni preostalo... tako kot sem že prej povedala, je ratal že čisto nasilen. Sploh ga ni zanimalo, ali bo slučajno prišel oče, ali ga bo zalotil...nič...on samo gas in svojo špuro...jaz pa zmedena, otrpla, v šoku... Zdaj je začelo biti že prav grozno...mene pa čedalje bolj strah...nisem vedela, kaj naj naredim, naj vpijem, naj komu povem,... nič, čisto nič nisem mogla...kolikokrat se zato počutim kriva do amena, res grozno... (*skoraj začne jokati*)

Začel me je na silo stiskati in slačiti majc'o. Potem sem se začela upirati in kriliti z rokami, ampak ni pomagalo. Postal je kar nasilen in mi zvil roke za hrbet...in mi na ušesa zašepetal, zagrozil...«Pazi se, če boš povedala očetu, kr boš vidla, kaj bom naredil s tabo...». On je bil itak velik in močan, tako da fizično se z njim kosati, ni imelo smisla, pa še bala sem se ga, kot sem že rekla. In jaz sem bila ustražovana in itak se nisem upala povedat. Pa še vprašanje je, če bi mi oče verjel, ker ta prijatelj je bila za njega »svetinja«. No, da povem naprej...on je čedalje bolj rinil vame, majico mi je skoraj strgal...(*tiho, zamišljena*)...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala... te bolečine, psihične grozote... nisem imela nobenega oziroma jaz bi se že upala mami povedat, ampak sem se bala, bala, zelo bala... kaj bodo naredili z mano...Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela. No, kaj je bilo potem...(*razmišlja*) ..hmmmm...no, kaj neki? Ta nor'c me je spolno zlorabil, ta čudak in manijak... (*jezna*) ..jaz sem se upirala, upirala...nisem mogla nič...on je bil od mene takrat 16 let starejši, jasno, da jaz kot punčka 13 letna, on pa 29 let star, bil je poročen, imel je familio. Poznala sem tudi ženo, in vse otroke. Normalno, da si nisem upala nič narediti, ali pa komu povedati...tako da lahko povem, da je bil on tisti, ki mi je vzel nedolžnost (*gleda v tla, malo tišine*)... To so bili zame grozni časi...prejokala sem dneve in dneve, skrita v svoji sobi... in vso to bolečino sem morala potlačiti v sebe, da sem sploh lahko preživela, ker nisem mogla drugače. Nikjer nisem imela nikogar, ki bi mu to povedala, tudi prijateljicam ne, tudi mami ne, nikomur... nekako sem imela neko notranjo moč, da sem se s tem soočila... in nekako sprejela.. še zdaj ne vem, kako mi je to ratalo..res ne vem..

Mogoče se spomniš, kako dolgo je trajalo vse to?

Ja, sreča je bila ta, da je bil on po službeni dolžnosti premeščen v drug kraj... bil je policaj v naši regiji... in sem ga občasno videvala na ulici. No in leta so prinesla svoje... ta zgodba se je izničila, zginila iz mene... jaz sem šla nato v srednjo šolo in so se najine poti razšle. Tudi ni več tako prijateljaval z očetom...saj je bil v drugem kraju. Nisem imela z njim nobenega več kontakta, karkoli se mi je dogajalo v življenju, sem se spomnila te zlorabe, vedno je prišla na plan, ko je prišel tapravi trigger, in evo ti, vse to se sedaj v mojem življenju ponavlja... vsa prestrašena v zakonski vezi z možem, pa nasilje...in vse te stvari. A nimam kaj...živeti dalje. Na nek način sem pa vesela, da je bila to edina zloraba v otroštvu, in nikoli več se mi ni kaj podobnega zgodilo, če seveda odštejem nasilje in zlorabe drugih vrst, ko sem bila poročena.

Zdaj, če ti ni težko, kako je potekalo vse to s tem moškim? A imaš zdaj voljo in moč kaj več povedati?

Če grem na začetek in kot sem že rekla, je bil policaj in je delal v turnusih, dopoldan in popoldan. In tako je tudi točno vedel, kako delata starša. To pa se je zgodilo in dogajalo med poletnimi počitnicami, vedel je, da imam 2 meseca frej in sem doma. Vedel je, da je oče šel na službeno pot, mami pa ravno tako v službi. Prišel je že dopoldne, sam, k nam domov. Niti na kraj pameti mi ni prišlo, da prihaja zaradi tega, da bi se karkoli dogajalo med nama dvema. In na začetku je prišel ves meden in prijazen do mene, potem sem ga vprašala, kaj bi rad, da očita ni doma, mamice tudi ni. Je rekel, »nič hud'ga«, jaz pa prijazna sem ga vprašala, če bi spil kavico. Itak je bil za in je šel gor v stanovanje. Jaz skuham kavo, dam na mizo šalčko in se zraven usedem,

malo sem se tudi bala, ker vem, kako je že prej z mano dela. Pa še hujše je bilo, ker sem bila čisto sama in če bi kričala, me ne bi nihče slišal... to mi je bilo najhujše...

On je kadil, pil je počasi kavo, me gledal, in nato vstal, šel proti meni. Jaz itak spet otrpnila... in on me je božal po laseh, govoril mi je kako sem lepa, kako sem mu všeč že dolgo časa, pa da me ima rad, zelo rad, drugače tudi ne bi k nam prihajal... Božal me je še čedalje bolj grobo, po rokah, obrazu, nogah, tudi po riti, pa sem mu roke dajala stran, pa ni nič pomagalo... on je vztrajal, nadaljeval, govoril mi je, naj se ne bojim, naj bom vesela, da me ima rad in da me zato objema in lupčka... jaz sem se upirala, govorila sem mu, naj neha, da bo lahko oči glihkar prišel, da mami pride kmalu domov. A ni nič pomagalo.. on se je prav razjezil, kot en hudič je postal.. Povzdignil je glas in zavpil »Zdaj pa takole, če me ne boš ubogala in bila tiho, boš že vid'la hudiča, kaj se to prav!'« in nadaljeval...da se me zelo želi, da me hoče imeti vsaj 1x zase in naj ga poslušam, da mi nič noče slabega, le če ga bom ubogala... Jaz pa spet obnemela, vsa trda, jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo... Ni odnehal, kar rekel je, »zdaj pa takoj v sobo, ajde, hitro!« potem je začel trgati z mene pulover in odpenjat hlače ..hotela sem se izmuzniti, samo je bil tako velik, da me je prijel in vrgel na kavč v dnevni. Uspela sem zdrsni s kavča na tla, pa me je vrgel nazaj... jaz pa jokala, vpila, ga rotila, naj neha, da me vse boli in ne morem več...tut dihati nisem več mogla.. kar hlipala sem...(tišina, se trese)...potem pa me je dobesedno posilil (tišina)...no, nisem mogla nič, ne dihati, ne hoditi, nič.. Sem pa imela toliko moči, da sem mu rekla »zgin', da te ne vidim več«. Ne vem, kje sem imela pogum, da mu to rečem, ampak to je bilo nagonsko, tako sem se odzivala... Odbrzal je domov tako hitro kot še nikoli, jaz pa v jok in v tresavici nisem vedela, kam naj grem, komu naj povem.

Kakšni pa so bili tvoji občutki in počutje? Nekaj si že povedala o tem...

To je pa grozna stvar, jaz sem bila nedolžna, vzel mi je izkušnjo, ki bi jo morala doživeti z nekom, ki ga imam rada in bi se mu predala. In mislila sem, da bom umrla, res...še nikoli nisem kaj takega doživela, tak pristen strah...potem sem šla tut bruhat, vsa sem se tresla, nisem vedela, kje sem, kot bi bila v nekem paralelnem svetu... Tudi krvavela sem skoraj 1 teden, in vse me je bolelo spodaj. Krvavela sem potem še od raznih šokov, najbrž je bilo to psihičnega izvora, ne vem... velike psihične in fizične bolečine...

Jaz sem se mu itak upirala in on me je grabil, zato sem imela modrice in videli so se njegovi odtisi prstov, tako da sem se nekaj časa bala sleči, da me ne bi starši videli ali pa v šoli kdo...

Bala sem se povedati mami ali očitu. Vse to sem držala v sebi, kar me je psihično mučilo in mi povzročalo težave v življenju nasploh. Krvavitev se je ustavila, nekaj dni me je še bolelo in sem komaj hodila, tako da me je mami spraševala, kaj mi je. Pa sem rekla, da smo imeli telovadbo v šoli in smo skakali čez grede in sem se nekaj pretegnila. In je verjela... Jaz pa to tiščala v sebi, z dneva v dan sem bolj tlačila vase, se otepala spomina in slik, kar se mi je zgodilo, ki so prihajale na oči in neki fleši, predvsem ponoči in predno sem šla spat.

Kaj pa zdravnik? A si pomislila, da bi šla na pregled?

Neee, kje pa, bala sem se zdravnika, in tudi vseh postopkov, ki bi sledili..toliko sem se zavedala, da sem bila mladoletna in da je to vse kaznivo...ampak on je bil policaj ...potem se pa pojdi z njim bosti...kje pa, ni govora...In zdravnik bi itak povedal staršem, potem bi se pa začele ceremonije...ma, kje pa, nič nisem hotela imeti s tem opravka. .in še 1x čez vse to, pa procedure...pa vprašanje, kdo bi mi verjel, najbrž oči ne, mami pa mogoče...

Tako da je bila tišina okoli zdravnika. Povedala sem čez par let eni frendici, pa me je sprejela in mi verjela, kaj se mi je zgodilo. Edino ona ve o tem, starši se zdaj ne, in nikoli ne bodo. Še sedaj je to skrivnost, ampak sem se naučila nekako živeti s tem, sedaj pa mi na kraj pameti ne pride, da bi šla to pogrevati in govoriti o tem...bi mislili starši, kaj imam za bregom, kaj nameravam ušpičiti...ne, ne , tega se pa ne grem. Je bilo dost hudo! (malo jezna, odločna).

Na kakšen način pa si preživela vse to? Kako si razmišljala, živela?

Vse sem potlačila, zadrževala sem skrivnost zase...ampak se spominjam, da že kot otrok sem imela neko »čudežno notranjo moč« v narekovajih, da sem si vedno rekla, da če se mi karkoli zgodi, bom probala vse rešiti sama. To pa zato, ker sem se bala, da mi ne bi verjeli, ali pa bi me obtoževali, da sem ga jaz zapeljevala in zapeljala... vso krivdo bi naprtili name... tega nisem hotela...tukaj mi je bilo hudo, grozno in pa sram, to je to, sram je taprava beseda. Če bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... sram me je

bilo, da bi kdo zvedel o tem, tudi naša cela vas bi o tem govorila, kot da sem jaz tista grozna umazana afna, ki zapeljuje poročene moške...to sem imela vse v glavi strategijo, kaj se lahko vse zgodi, če jaz naredim to in to...vse sem imela preračunano in preiščeno... vsak moj korak in potezo.. to bi bila katastrofa...Mogoče, če bi povedala mami, ona je bila bolj razumevajoča kot oče. Ona bi mi mogoče verjela ...ne vem... pač nisem nobenemu povedala (*malo brezbrizna*). Zaradi strahu, sramu in stigme, nekega pečata, sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla... Čutila sem, da imam toliko energije, da bom zmogla preživeti tudi to tragedijo...čeprav mi je vzel mladost in del življenja...je pa po moje veliko v moji podzavesti spravljeno...vse te posledice.. veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...

Ko smo ravno pri posledicah, a jih lahko našteješ, opišeš?

Na začetku itak me je bilo strah, sram, pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno...(tišina). No, kaj hočem reči. Da potem sem šla v srednjo šolo, pa so druge stvari prihajale na plan. Spomnim se največ strahu in to pred moškimi. Ko se mi je želel kdo približati, sem otrpnila in zmrznila, nisem mogla uiti, kaj reči...nič...kot kakšen kip. Še posebno moški ali fantje, ki so prišli do mene, če bi šla z njimi na pijačo ali v kino, se mi je vedno naježila koža, kar kurjo polt sem dobila, in en tak izraz prestrašen na obrazu... nek telesni odpor, in vse sem podoživljala, kar fleši - spomini so se mi prikazovali, kar tresla sem se... da bo kdo vame rinil, in prijemal...ne, ne, tega pa ne... zato se nisem družila z nobenimi fanti, ker sem se bala, da se mi isto pripeti, da me kdo kam zvleče, ne ne, to pa ne...(malo strahu).. vse moje vrstnice so hodile ven s fanti, jaz pa lepo domov in za knjige, tam sem našla uteho in mir. Rekla sem si, »ko bom naredila šolo, bom pa imela nekoga, ki me bo imel rad«. Bila sem zelo ambiciozna in pridna učenka, res med boljšimi. Cilj moj je bil uspeli v življenju, kar tako na splošno. Na en način sem nase jezna, kar je bilo, in strah me je bilo vseh moških, da ne govorimo o sramu...nisem marala telesnih stikov, čisto nič...Ko sem začutila, da sem komu všeč, sem se zaprla vase in nekako zbežala stran oziroma nisem hotela navezovati stikov, ki bi poglobljali odnos. Vem pa za moje prijateljice, ko so imele težave doma in doživljale travme zaradi domačega nasilja, in so zato zapadale v alkohol in droge. Jaz se tega nisem nikoli posluževala. Sem bila striktno proti temu! Za te stvari sem pa bila odločna, da jih ne bom uživala.

Največ sem se bala moških, to lahko najbolj izpostavim in zato tudi mislim, da sem imela zato težave v zakonu. Včasih sem pa imela obdobja depresije, kar tako iznenada. Na začetku sploh nisem vedela, kaj mi je, potem pa sem prebirala knjige in ugotovila, to je to-depresivna sem. Vendar je bila to neka mila oblika, tako da je počasi izvenela. Ostale duševne težave nisem imela, kašne psihoze ali kaj podobnega, tudi kakšnih tablet nisem jemala. Vedno, vedno pa sem se bala, kdaj bom spet spoznala moškega in bo to to, kakor sem si jaz predstavljala, in potem me bo on napadel spolno, fizično, psihično. To me je najbolj mučilo. Še zdaj pa imam občutek, da sem nekaj v življenju zgubila, ko se mi je zgodila ta grozna stvar. Neka izguba, ki jo ne znam definirati, me spremlja še sedaj.

Torej se nekatere posledice vlečejo še sedaj, kot te razumem?

Ja, seveda, res je. Torej, to je ta strah do moških, še vedno je tako, kot zdaj, ko sem sama, brez partnerja. Sama sem šla v svojo kožo in se analizirala. In vidim, da se mi vleče ta strah... joj, me je kar groza, lahko rečem, da me je je strah strahu (*se zasmije*)... pa anksioznost včasih, kar tako v tri dni... Moram pa reči glede menjave razpoloženja- 1x vesela, potem pa iz ljubelega miru naenkrat totalna žalost in depra ... kot da bi obrnil gumb...pa kar v jok padem, brezveze. Tega je sedaj malo manj, samo vseeno me je motilo. Krivda mi tudi še po glavi skače, čeprav se en del mene zaveda, da je on kriv in ne jaz! Potem pa drugi del mene govori »ne, ti si kriva«.(malo jezna). Vedno sem iskala, da sem bila sama, da me ne bi kdo videl v takšnih stanjih, ko sem jokala, bila v depri,...in bi me spraševal, kaj mi je... nisem tega hotela...Nekako sem si dala v zavest, da ne sme za te zlorabe nobeden izvesti... Sem znala vse skupaj zamaskirati in se obnašati primerno situaciji, tako da me ni nihče pogruntal, da nisem v svoji koži, da nekaj prikrivam... skratka velikokrat sem igrala- to pomeni, da jaz nisem bila resnična jaz...

Pa spomini, so kaj prihajali na plan?

Ja, ni da ni. Seveda, in to kolikokrat... Še vedno, včasih. Telo se začne tresti, pritisk v glavo, vročina, bila sem mokra in prepotena... Ko sem se spomnila, temu jaz rečem »fleš«. Pa so bili to telesni spomini, pa sem se

spomnila včasih, mi je prišlo na nos, ta njegov vonj po enem čudnem parfumu...fuujjj, evo, spet ga voham...prav spomnila sem se zdajle...blajk... (tiho, vznemirjena). (Gre odpreti okno in zadiha, se pomiri, imava pavzo 5 minut in nato nadaljujeva z intervjujem).

Ali je kdo vedel o tvoji zlorabi? Si komu povedala?

Ja, samo ena prijateljica. Povedala sem ji par let po zlorabi. In sem čutila olajšanje, kot da bi neko breme padlo z mene, in z moje duše. Samo njej, ker me je bilo sram in strah drugim povedati. Ona pa me je sprejela takšno, kot sem, in je tudi tiho kot grob. Zaupam ji in vem, da ni povedala nobenemu. Vem, a je zelo zelo slabo, če veliko ljudi ve nekatere stvari. Boljš, da čim manj... nikoli ne veš, kdaj pride vse na plan... itak bi drugi rekli, da sem kriva... tako, da brez veze, če komu povem.

Ali veš ali misliš, da bi ta storilec lahko še koga zlorabljal tam v vašem kraju? Se je kaj govorilo o tem?

Ne, mislim, da storilec ni nobenega zlorabljal... Ravno zaradi govoric, sem jaz bila in sem še sedaj tiho, da ne bi prišle na dan. In tudi, če je zlorabljal še koga, ne verjamem, da bi to se širše zvedelo. Vsi so nekako molčali. Ne vem, en tak čuden, skrivnosten kraj je to bil takrat. Danes bi bilo sigurno drugače...

Kako je pa potekalo tvoje okrevanje po spolni zlorabi? Katere pomoči si se poslužila? Si se vključila v kakšno skupino, društvo?

Meni je postala pri srcu meditacija, na katero še sedaj hodim. Ta me umiri, lažje diham in zaspi. Pa mislim, da mi daje eno moč, da lažje vse to prebolim in se soočam s stanji, ki butajo iz mene ven. Šla pa sem tudi v skupino rekreacije, kot neke vrste vodena telovadba, kjer se srečujejo ženske, ki so preživele kakršnokoli travmo. Pa sem spoznala ženske in smo se lahko pogovarjale na splošno o hudih travmah, ampak nikoli mi ni prišlo na pamet, da bi jaz povedala o svoji zlorabi. Bila sem kot en steber za druge, samo poslušalka, samo drugim sem hotela pomagati, ker sem menila, da sem jaz čisto OK. Pa najbrž ni bilo res tako. Moja podzavest je imela vso to navlako, ki je ni mogla ali znala dati na plano. Sem se pa počutila lažje, sem se poistovetila s to skupino telovadk, ker sem se tolažila, da nisem edina na svetu, ki je doživela zlorabo. Saj so še druge ženske, ki so preživljale hujše čase... Takšna je bila moja tolažba in hkrati moč za preživetje. In duša je olajšana...

To so koraki okrevanja. In sedaj samo še naprej...

Ja, tudi zato sem pristala, da sodelujem na intervjuju, da govorim o tem še tukaj, še tebi, ki ti zaupam. Vse to mi pomaga in bom nadaljevala, hodila bom k telovadbi še naprej, pisati pa sem začela tudi pesmi za svojo dušo... teh ni še nihče videl, imam pa namen narediti predstavitev na skupini telovadk. Pesmi me pomirijo in notri zlijem svoja čustva in občutja, list jih sprejme in se ne pritožuje in me ne obtožuje... (se zasmije). Mi pa ni nič žal, da nisem povedala staršem, ali komu drugemu, kar tako.

Kaj pa kakšna oseba sedaj, ki te podpira pri okrevanju? A obstaja?

Ja, seveda. To so moji starši, že od nekdaj. Mislim, da je veliko odvisno od karakterja človeka in od vzgoje v otroštvu, kako se boš v življenju soočal s problemi, pa ni važno, s kakšnimi. Kot majhna sem čutila, da sem energična, in da me ne more nič vreči s tira. Čeprav sem se malo zmotila... , ampak to je grozna stvar, ki sem jo doživela. Fajn pa je in veliko pomeni, da imam podporo staršev. Vendar v smislu problemov na splošno, ne pa da jim povem o zlorabi. Do očeta sem imela rešpekt, tako da mi na kraj pameti ni prišlo, da bi mu povedala o zlorabi. Lahko bi rekel, da sem jaz kriva in sem izzivala njegovega kolega. Ampak to so samo moja predvidevanja, da bi oče tako reagiral ob razkritju. Je tudi mogoče obrambni mehanizem, neka strategija preživetja. Raje sem bila tiho... bolje da zase zadržim.

Katere so sedaj še tvoje rešilne bilke pri okrevanju? Še kakšno varno zavetje, kamor se zatečeš, ko si »na dnu«?

To je pa glasba, res, to je pa moj zaklad in darilo. Ta me pomirja, sprošča, pa igram kitaro in klavir. Vse to me ponese v nek nov svet, ki nima skrbi. V tem najdem sprostitev in umirjenost. Ter narava je tudi tista, kamor se zatečem. Doma imam velik vrt in polno rož.

Kaj pa obstaja kakšna oseba ali mogoče več oseb, ki ti stoji ali stojijo ob strani? Te podpirajo pri okrevanju?

Ja, je. Ta glavna je ta prijateljica, ki ve za zlorabo, in nihče drug ne ve o tem. In ne bo zvedel. No, razen ti.. (*se zasmije*). So tudi druge osebe, vendar se jim ne odprem tako na veliko. Jaz pravim, »bolje kvaliteta, kot kvantiteta«.

Torej, mati in oče ne vesta o zlorabi in nikoli jima ne boš povedala. Če je tako, zakaj ?

Res je, starša ne vesta. In ne bosta. Ker bi imela probleme, sama s sabo, z njimi, s storilcem, z njegovo družino, pa še cel kraj bi zvedel in bi s prstom kazali name... Nisem tega hotela... ker če jih čim manj ve, bo dosti manj težav... takšna je bila moja filozofija, ki se je izkazala nekako uspešno... če bi povedala mami, bi se ustrašila, in bi v strahu povedala očitu, in on bi meni rekel, zakaj mu nisem takoj povedala, lahko bi mi rekel, da sem sama kriva, »kaj sem se pa tako obnašala in dajala namige« ... vedela sem, kako se bodo dogodki odvijali in se zato nisem spuščala v to. Še dobro, da sem bila tako močna, da sem znala »hendlati« s tem v življenju... Čas bo prinesel rezultate in jaz bom že nekako premagala vse te ovire, strahove... če sedaj pogledam nazaj, čutim, da sem pravilno ravnala in ni mi žal, da sem se tako odločila...

Kakšen je bil odnos tvoje prijateljice do tebe, ko si ji povedala o zlorabi? Kakšno podporo ti je nudila?

Prijateljica mi je bila v pomoč, da sem ji lahko vse povedala, čeprav me je hotela spraviti zdravniku, a nisem šla. Važno pa mi je najbolj, da mi je verjela in da sem ji lahko zaupala. Bila mi je v oporo in pomoč, da sem ji lahko tekom življenja lahko še govorila o tem, in je vedno poslušala, čeprav že 100x slišano. Še vedno sva taboljš prijateljici in imava to skrivnost, ki jo poleg tebe, ve še moja terapevtka.

Kaj pa je sedaj s storilcem, a ga še kje vidiš?

Ja, njega sem itak nagnala iz hiše takrat. In potem je po dveh mesecih po zlorabi dobil premestitev v službi, in sem ga zelo redka videla. Ko pa sem šla v srednjo šolo, pa ga sploh nisem videla. Mogoče 1x na leto, ali pa tudi par let nič. Ko pa sem ga videla, sem se delala, kot da gani, totalna ignoranca, on pa enako nazaj, ni nič rekel ali naredil.

Pa si kdaj razmišljala, da bi tega človeka sedaj prijavila, kazensko ovadila, že zaradi sebe, da bi ti bilo mogoče lažje?

Nisem razmišljala o tem. Vem, da bi rano, ki se je nekako zacelila, spet odprla... to pa ne vem, kako bi prenesla. In bi podoživljala strahove, zato čim dlje stran in je najbolje, da gre vse mimo. Ne bi se počutila bolje, če bi ga prijavila, sploh ne. Na tak način sedaj s tem živim.

Pa če gremo spet nazaj na okrevanje. Kaj si ti predstavljaš pod to besedo, kaj ti to pomeni?

Hmmm (*tišina, razmišlja*).. okrevanje... ko prideš do te točke, se začneš spraševati, kdo sem, kaj sem, kakšen sem bil nekoč, kakšen sem zdaj, ali se spreminjam.. sprašuješ se, zakaj je do tega prišlo... v bistvu raziskuješ in hočeš priti do ene celotne slike, kot nek film, da se ti zavrti... vendar tako ne gre, nikoli ne boš vse vedel in se spomnil, kar se ti je zgodilo pri zlorabi... To je na nek način, kot bi sestavljal male koščke skupaj. Pa se 1x spomniš tega, 1x nečesa drugega, in to skupaj sestavljaš.. Tako sem veliko časa delala, a sem prišla do tega, da nima smisla, ker kar se je zgodilo, ne moreš izničiti. To je potrebno sprejeti... ti nič drugega ne preostane.

Tako da je okrevanje v prvi vrsti to, da sprejmeš zlorabo. Mogoče se čudno sliši, a v svojem bistvu ni. Sprejmeš na način, da se navadiš z njo živeti. In da se naučiš s tem živeti. Zato mi sedaj ni težko o teh dogodkih govoriti.. Poudarila bi, da se okrevanje nikoli ne konča...to je vse življenjski cikel, ki traja, a je sčasoma tekom življenja manj naporen, traja malo manj in redkeje se pojavlja...to pomeni, da posledice, ki jih imaš, so manj naporne, znaš živeti z njimi, trajajo malo manj časa, počasi se redkeje pojavljajo...nekako bistvo je, da se naučiš s tem živeti, ker nikoli ne bo izginilo. Spet moraš postati ti-ti.

In vedno, če pride kakšen trigger, dražljaj, se vedno spomnim, kaj sem doživela...Nekaj časa, ko se videla policaja, sem se vedno zdrznila za par sekund in se nato umirila...pa na splošno je policaj že ena taka avtoriteta, da se ga bojiš... Ali pa če gledam kakšen film, in je notri kakšna punca zlorabljen, se spomnim in podoživim oziroma se mi film na hitro zavrti pred očmi o svoji zlorabi.. tega v življenju nikoli ne moreš zbrisati, to te spremlja non stop, kljub vsej pomoči, ki je na voljo, kljub vsemu, kar mi pomaga... res, to je neko breme, ki ga nosiš skozi življenje... bistvo je, da vse to sprejmeš in se s tem naučiš živeti. Kdor pravi drugače, ta se moti. Evo, govorim iz lastnih izkušenj... (*zamišljena*).

Se ti zdi, da se v družbi dovolj govori o spolni zlorabi? Po TV, medijih, internetu. Če ne, kaj bi po tvojem mnenju morala družba ali država storiti?

Ko sem jaz odrasčala, je bila to zelo velika tabu tema. Zdaj pa se mi zdi, da se malo bolj odpira vse skupaj. Že če vidimo, kako ZDA govorijo o tem, tista njihova akcija »Me Too« ko so tistega režiserja Weinsteina razkrinkali, pa tudi pri nas v Sloveniji, je veliko akcij in ozaveščanja, še posebno nevladne organizacije so zelo aktivne v tem. In če ocenim, lahko rečem, da največ zlorab se zgodi v ožjem družinskem krogu in najozžjih družinskih prijateljev. Kar je zelo hudo in zaskrbljujoče.

Poznaš še kakšno osebo, prijatelja ali prijateljico, ki je bil v otroštvu spolno zlorabljen/a?

Ja, seveda, so se mi zaupali, dve prijateljici, ena je bila zlorabljen od svojega očima. Bila je drug karakter kot jaz, in ni znala se soočiti s tem. In jaz sem spet bila njen steber in poslušalec. Mene je začutila in mi povedala o zlorabi. In je vedela, da bom znala zadržati zase. Ta oči pa je najprej zlorabil svojo hči, staro 12 let, nato še njo-to mojo prijateljico. Ta prijateljica je bila od te hčerke prijateljica, malo zapleteno se sliši, ampak poznali sta se in povedali vse. Ta hči pa ima na žalost zelo hude posledice. Morala je poiskati psihiatrično pomoč, šla je na eno nevladno organizacijo po pomoč. Povedala je svoji mami in ta mama ji je dajala oporo, ni pa povedala očetu, ker je bil strog. Zelo veliko sem ji tudi jaz pomagala in sem ji bila v oporo v hudih časih.

Si iskala pomoč pri okrevanju še kje? Terapevtska pomoč, mogoče skupine, nevladne organizacije?

Ja, sem. Imam terapevtko, ki je strokovno podkovana in imava zaupen odnos. In hodim k njej 1x mesečno. Pogovarjava se o splošnih življenjskih stvareh in seveda tudi o zlorabi. Predelujeva posledice, sem pa vesela, da nisem sama. Ona mi je prisluhnila in mi verjela takoj, ko sem ji povedala. Tako da tega se bom še posluževala. Hodim tudi na rekreacijo, kot sem že prej omenila. Drugam nisem šla, ker mi je zaenkrat to dovolj.

Kako je vplivala spolno zloraba na tvoje življenje?

Je, seveda je. Vpliv zlorabe je bil velik...Najbolj tako, kot sedaj vidim, da je naredila blokado v mojem spolnem življenju. V smislu, da se nikoli nisem odprla nobenemu moškemu. Sem vedno igrala, da je vse ok, da uživam v spolnosti, a to ni bilo tako...Vedno sem imela zavore in me je bilo sram. Ko sem spoznala moža in imela otroke, zdaj sem sama, nikoli se nisem pred njim slekla, in da me vidi nago... nikoli, vedno sem morala biti oblečena, vedno neko haljo ali srajčko čez...nikoli pa nisem bila gola, od samega sramu ne.. pa itak je morala biti tema, nobene svetlobe, da me ne vidi... me je je bilo res sram, če se sedaj spomnim, da bi kar ušla takrat. Ko je prišlo do spolnih odnosov, me je bilo vedno sram in potem še strah, da me bo bolelo... in sem zablokirala. Nikoli nisem v spolnosti uživala in sem to sprejela...in rekla, samo da je konec, da gre ta seks mimo, prav ogabno mi je že postajalo. Meni je bilo grozno, nikoli nisem uživala, tudi orgazmov nisem doživljala, to je bilo zame mučenje. V bistvu sem ustregla možu, da je bil potešen in da je bil mir pri hiši. Poročila sem se zato, ker je bila tradicija, da imaš pač moža in otroke in da zanje skrbiš. Ni bilo druge izbire. In zdaj sem se sprijaznila s tem. In na nek način mi je fajn, da sem sama, ker ne vem, kako bi se sedaj enemu novemu moškemu odprla, mu zaupala, se mu predala telesno in čustveno ...(*zamišljeno*)...po moje to ne bi več zmogla.

Kaj bi še predlagala, da bi se o spolni zlorabi več govorilo? Imaš kakšne predloge za nove programe, nove storitve, ki bi jih izvajali strokovnjaki/nje, da bi bilo okrevanje za odrasle preživele lažje?

Ja, no, mislim, da je problem, ko se ti zgodi spolna zloraba in si še mlad, pa nimaš moči in ne veš, na koga bi se obrnil, da bi ti lahko pomagal. Tako da programi lahko so, a jih ne znaš uporabiti.. in ne veš, kam se obrniti...Ne veš, kako bi postopal, ali bi kar kam šel na vrata potrkat, ne vem...zato je to , ko si mlad-zdaj izhajam iz svoje situacije-zelo težko. Jaz takrat, če bi bile te službe, bi najbrž kam šla. Saj mogoče so bile že takrat, samo jaz nisem vedela in jih iskala. Če bi bila stara 18 let, bi šla prijavit, saj sem polnoletna, najbrž bi to naredila, tako čutim. Največ spolno zlorabljenih je deklc med 10im in 15im letom, tako sem nekje prebrala ali slišala pred kratkim. Enemu od staršev ali obema je treba povedat o zlorabi, ampak otrok to ne zmore, se boji. Problem pa je, če starš zlorablja in je pa potem začaran krog.

Kaj pa meniš na državni ali pa evropski ravni? Ali je dovolj poskrbljeno za žrtve zlorab?

Po moje, da ja, je dovolj poskrbljeno za žrtve zlorab, če primerjam leta nazaj, ko ni bilo nič. Veliko je SOS telefonov za žrtve vseh vrst zlorab, tudi Tom telefon za otroke. To se mi zid res fajn, da lahko pokličejo. Veliko je teh nevladnih organizacij in društev, ki pomagajo. Pa v šolah, vidim zdaj pri svojih dveh otrocih, ko prineseta kakšno brošuro domov v zvezi s tem, pa povedla sta mi, da so imeli na šolo neko predstavitev, da sta prišla dva študenta predstaviti pomoči, kam se obrniti, če si v stiski. Tako da je veliko preventivnih programov in mislim, da so današnji otroci in mladina dobro obveščeni o tem. Pa veliko je teh konvencij in dnevov boja proti nasilju, mislim da v oktobru ali novembru je veliko tega, to je Evropa dobro poskrbela. V šoli pa je zelo pomembno, da je podporna oseba strokovnjak, psiholog ali socialni delavec, ki se mu otrok lahko prvemu zaupa in tako lahko stečejo tudi uradni postopki na institucijah, to mora potem šola sprožiti in ukrepati, pa socialna, da pomaga otrokom. In to so potem uradni postopki. Centri so kar dobri pri delu, in da sodelujejo s šolo, policijo, strokovnjaki, da je potem otrok zaščiten in mu je nudena strokovna podpora. Tako da mislim na splošno je dobro poskrbljeno za žrtve in tudi za nadaljnjo pomoč kot so svetovanja in razne terapije. Bistvo pa je, da se ukrepa takoj, ko otrok razkrije ali pa če kdo opazi, da se z otrokom nekaj dogaja, da je spremenil vedenje itd. lahko se potem taka zloraba še ponovi, ali pa tisti isti človek, ki zlorablja, potem napade in zlorabi še druge otroke. Tako da je potrebno že zaradi tega pravočasno ukrepati. In že v vrtcih treba z otroki delati na tem, da jim predstavijo na njim primeren način, kaj se sme in kaj se ne sme delati otroku.

Lahko še za na konec poveš kaj vzpodbudnega za ostale žrtve zlorab, ki bodo morebiti brale ta intervju?

Ja, sedaj ko sem jaz to vse preživela, vem in vidim, da je potrebno čimprej ukrepati in iskati pomoč jaz hvala bogu sem tak karakter, da sem lahko s tem preživela in se nekako prilagodila v življenju. Sedaj pa ko je na voljo toliko pomoči in raznih programov, delavnic, pa naj žrtve le stopijo do tja in si poiščejo podporo in pomoč. Da vedo, da niso same in da jim ljudje verjamejo, kaj se jim je zgodilo in da niso same krive za to. Tudi šole so sedaj podkovane o tej problematiki in nudijo takojšnjo pomoč. Tudi znajo vse to, saj imajo znanja , ker so se šolali in izobraževali na tem področju. Tako da ljudje, žrtve, niso sami, samo prvi korak je potrebno narediti, kar pa seveda ni lahko, in to sama dobro vem. Važno je, da se o tem spregovori in govori, kajti ljudje, ki želijo pomagati, slišijo in poslušajo.

Jožica, hvala ti, da si sodelovala pri nalogi. Želim ti vse dobro naprej v življenju.

Hvala tudi tebi in sem vesela in ponosna, da sem zbrala moč in pogum, da sem razkrila svojo zgodbo tukaj in da bo mogoče komu pomagala in mu odprla oči. Srečno želim vsem....

PRILOGA 4: Intervju 3

Maja, 29 let, intervju je potekal preko aplikacije ZOOM, 06.11.2020, trajanje 80 minut.

Lepo te pozdravljam, Maja. Na začetku lahko kaj poveš, se predstaviš, potem pa greva naprej z vprašanji.

Zdravo, sem Maja, stara sem 29 let, imam 2 otroka, karierno mi gre kar v redu, sem pa v zanimivem procesu predelovanja teh mojih izkušenj spolne zlorabe. To bi mogoče samo še dodala.

Hvala, zdaj pa gremo na našo tematiko, odgovarjaš lahko po svojem razpoloženju in kakor želiš. Če na katero vprašanje ne bi rada odgovorila, lahko poveš in ga bova preskočili. V otroštvu si bil-a spolno zlorabljen-a. Kdaj si se tega spomnil-a, zavedal-a?

V bistvu se tiste zlorabe ne spomnim čisto točno, kako se je dogajal, ker sem bila mlajša, to je čisto ta prva zloraba- imam določene izseke spomina, in glede na preostale spomine, sem nekako skupaj zložila, kdo to je. Drugače sem pa se tega začela zavedati, ko se je zgodila ena druga zloraba s strani sošolcev oz. takrat je bilo meni to čudno, kako je lahko to meni tako domače oz. nič kaj takega, da me nekdo na tak način gre čez tvojo mejo. Tako da prav ti spomini, neki izseki, flash-backi enih 5 let nazaj, eni so prišli lani, zelo mešano hodijo spomini, ni tako, da bi se vse naenkrat odkrilo, ampak, tekom let se odkriva ta zgodba.

A se spomniš, koliko si bila stara, ko se je začela spolna zloraba?

Tista prva se je začela, ko sem bila stara ene 2 ali 3 leta, ker opažam, da imam ravno pri svojih otrocih pri teh letih take občutke in bolj pazim, kako jih umivamo, in opažam, da me je začelo takrat skrbeti za njih, za njuno integriteto in skrb za njuno telo. Takrat sem opažala pri obeh otrocih, pri teh letih, se pojavi,...kako bi to razložila..., nek tak občutek, kakor da moram paziti, da ne prestopim meje. Čeprav vem, da jo ne bom, a ne, zelo zanimivo... vem, da jaz ne bi tega nikoli naredila, ampak se včasih pojavi občutek, ali je še to v mejah normale. Za to drugo zlorabo, ki je bila potem, pa sem bila stara 12 let.

Vmes se ni nič dogajalo?

Jaz mislim, da je moralo to biti nekaj časa, se ne spomnim, kako, se je pa v bistvu nadaljevalo v obliki nekih komentarjev, nekih verbalnih zadev in občasnih dotikov, ki so bili neprijetni in pač tako, kakor v nekem hecu, »saj se razvijaš«, taki komentarji, »kaj delaš,...« in potem že kar bolj neprimerne besede »kakor da bi se prodajala«, glih tak občutek sem dobivala, čeprav sem vedela, da ne delam nič kaj takšnega. Zdaj ko gledam nazaj, je bil en tak čist normalen razvoj, ko sem se pogovarjala z drugimi, je bilo vse isto, ampak pri nas je bilo tako, kakor da se kurbam okoli, tako grdo rečeno. Tako da se je to nadaljevalo, dokler nisem šla od doma.

A si se preselila na svoje?

Ja, prav fizično sem se preselila na svoje, in potem sem začela tudi iz svoje strani meje postavljati, kaj sprejemam in kaj ne. In sem šla lahko stran, kadarkoli sem hotela in ko mi ni bilo všeč. Lažje je, ko veš, da se lahko nekam odmakneš, če nisi več finančno ne vem kako odvisen od neke osebe.

Se spomniš, kdo te je zlorabljal, ali si poznal-a to osebo? V kakšnem odnosu sta bila?

Za prvo zlorabo je bilo v družinskem krogu, ki se je dogajala v nočnem in večernem času, zdaj kolikor se ja z spomnim, ta spomin je bolj tak bled, ker se mi zdi, da kakor da so se dogajale v pol snu, da je moje telo odšlo v nek pol sen, zato da sem pač to predelala in s tem živela. Pri tej drugi zlorabi pa je šlo v bistvu za sošolce, tako da smo se srečevali kar nekaj časa, ... no..., saj to lahko potem povem v nadaljevanju.

Lahko opišeš, (če ti ni težko), kako se je zloraba začela in kako je potekala? Kje se je dogajalo? Ipd. Drugače lahko poveš na kratko.

Kakor se jaz spomnim, za prvo zlorabo, je bilo to večinoma v postelji, se pravi, v nekem pol snu, niti ne znam dobro definirati, kako se je začelo. Ali pa kako je vse skupaj potekalo, ker vse, kar imam od teh flashbackov

je, kakor da gledam nase od zunaj, prav tisto tipično pri teh flashbackih. To je čisto tipično, da zapustiš svoje telo in te ni več tam. In opažam, da če bi sedaj recimo želela, se zavestno iz tega ven vlečem, da bi lahko to zelo enostavno naredila- šla ven iz telesa in zapustila telo v določenih takih momentih. Se moram ... kakor da se moram nekako obtežiti, da ostanem v tistem trenutku, ki je zame težak, zato da dejansko ne bežim ven. Zelo močan obrambni mehanizem, ki mi je ostal od takrat.

Zdaj pa pri tisti drugi zlorabi, ki se jo bolj spomnim, in sem o tem največ govorila in razmišljala, in na tem sem največ delala, ... ker sem imela največ materiala od tam, da se lahko nekaj spomniš. Bil je v bistvu čist slučajni dogodek, ali kako bi temu rekla, ...pri nas so bili vsi fantje tako malo bolj na meji, da so skozi malo hodili po robu, to so bili sošolci in eden od njih je bil vedno tako malo bom rekla da je malo prestopil mejo, nisi pa mogel reči, da je ta malo čuden... nekako tako... to je bil del njegovega karakterja, tako bom rekla. Da si lahko potem tiho in se nasmejiš, in si rečeš, »ok, tak je«... Tisto, ki pa se je pač potem zgodilo, pa je bilo, da smo šli na neko šolsko praznovanje oziroma na neko ekskurzijo, in v bistvu na poti domov sta dva sošolca mene in mojo prijateljico nekako ujela, ko sva šli na WC v en lokal na poti domov, in sta naju ustrahovala tam notri, kaj bosta naredila in midve sva bili tam zaprti, ..to je bil enkratni dogodek, samo 1x se je zgodil... Notri sva bili zaprti in luči so ugašale in mene je ta tema, zdaj, ko gledam nazaj, me je v totalno paniko spravila, in mi je jasno, od kje...takrat pa sem jaz v bistvu že vedela, kaj bo sledilo, prav čutila sem... spomnim se, da sem takrat že vedela, da midve ne bova od tam prišle, take, kakršne sva. In potem sploh ne vem, kaj se je vmes točno zgodilo, ...ta spomin je bolj tak medel, sta naju potem nekako zvlekla ali zvabila..., ne vem, katera bi bila bolj primerna beseda, v moško stranišče in potem se je tam vse skupaj nadaljevalo z otipavanjem, z neprimernimi komentarji zraven, in nikoli ne bom pozabila svojih besed, ko sem jima rekla »da naj kolegico pustita pri miru in da naj pač na meni naredita to, kar pač moreta, ker meni je itak vseeno«, ne... In te besede so bile potem tiste, ki so mi odzvanjale še ful let, in mi še zdaj tako kdaj..., kako v bistvu sam sebe lahko daš nekam, ker že veš in se ti je itak že dogajalo, tako da je tvojemu telesu to že ful znano. Takrat se mi to ni zdelo »ne vem, kaj«, vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš mene...Je pa šlo tako, da sva se mogle midve njiju dotikati, tako da je prišlo do erekcije, ni pa prišlo do kakšnih izlivov, in da sta se potem tudi onadva spravila nad naju, največ sicer na mene, sta se dotikala po spolovilu, po dojkah in tako, v kombinaciji s komentarji, pač tako zelo neprijetno...

Sta pustila kolegico pri miru ali sta ji kaj naredila?

Ne, ne čist' ..., sta tudi njo, kolegico, saj te moči nisem imela, da bi to preprečila. Meni ja pa še zdaj ostala tista krivda, kako jo nisem uspela zaščititi in za to, da sem lahko sama sebe tako izpostavila na ta način. Ta zadeva je bila res enkratna, 1x se je naredila, potem pa je bilo hudo še naprej, ko so drugi izvedeli, in so to obrnili na način, da to naj ne bi bila zloraba. Ampak naj bi bilo naše raziskovanje in da sva si midve to želeli ..in seveda so ljudje temu verjeli.

Koliko si bila stara takrat?

12 let. In onadva isto, ker sta bila sošolca.

Kako dolgo je trajala zloraba s strani tega istega storilca oz. dveh storilcev?

Ta zadeva je bila samo 1x, trajalo pa celo tisočletje, se mi zdi...tak občutek sem imela...nato pa se je nadaljevalo v drugi obliki nasilja, kot neko zaničevanje, kot bullying, in se kar ni nehalo. To izkušnjo sva obe s kolegico delili, v neki dobri veri..., jaz sem povedala to očetu, in sva šla skupaj do učiteljice, in potem je učiteljica rekla, »da to pa že ne more biti res, da sta onadva ful pridna fanta, odličnjaka, in da onadva to nikoli ne bi naredila...« Sploh ne vem, od kje in kako je ta zgodba potem prišla ven, in so potem tudi ostali sošolci izvedeli, in na koncu se je to manifestiralo na toliko enih načinov, tako da je ena sošolka, ki je že tako na ene neprimerne načine iskala pozornost, in je to najino izkušnjo izkoristila, da si je izmislila eno zgodbo, smo potem izvedeli, da je to res izmišljotina in da se to ni zgodilo o neki njeni zlorabi...in potem je bila to cela drama...konstantno se je potem to vrtelo okoli tega. In bilo je zelo naporno potem tudi v šolo hoditi.

To je bilo potem še kar nekaj let?

Ja, to je bilo potem še ene 3 leta. Do konca šole. Konstantno nekaj na to temo in skos nekaj ...pa gledat te ljudi in jih srečevati, pa so iz istega kraja, tako ne vem...pa ves čas imaš tisto pred očmi, tisti dogodek, pa on mi je

to naredil in noben mi ne verjame, in vsak dan po 8, 9 ur... To sem morala potem hitro kar malo potlačiti, zato ker pač niti ne bi mogla preživeti v takem okolju. Je bilo kar hudo...in potem sem malo pozabila, in si rekla »nič, kaj čmo, a ne«

Potem pa spet pride na plan čez nekaj let?

Mislim, da je bilo skos tam nekje, ni bilo tako, da sem jaz to čist' potlačila, jaz sem se tega zavedala, samo nisem hotela o tem razmišljati. Ker sem se bala, da če bi spet karkoli omenila in bi spet kdo to izkoristil za neko drugo obliko zlorabe, ali nekega drugega nasilja, kot verbalnega, in bi nekdo videl v tem priložnost, da s tem kaj naredi. Bilo je zelo neprijetno in potem so se te stvari še ene parkrat ponovile v smislu, da je nekdo trdil, da se je nekaj zgodilo, pa se sploh ni, samo da bi jaz izpadla kot »ne vem kaj«. Potem te je itak strah tega, ker si noben ne želi, da se o njem govorijo zadeve, ki pač niso resnične. To je bil nek poseg v moje telo in integriteto, saj potem, ko so začeli že časopisi pisati o tem.

Ali se ti je zgodila spolna zloraba še s strani različnih storilcev? Če da, kolikokrat, če se približno spomniš?

Da pomislim malo...to so bili 4 moški, ko je šlo res za poseg v telo. Vem, da me je zlorabljal oče, čeprav se malo spomnim, pa tudi stric-brat od očeta...

Se spomniš, kakšni so bili tvoji občutki med spolno zlorabo?

Jaz vem za tisto, kar se je prej dogajalo, v otroštvu. Bilo je veliko ene nemoči, ogromno enega strahu, panike, ki sem jo pomirila samo tako, da sem šal ven s telesa. Pa ko razmišljam sedaj, ogromno enega gnusa in sramu še vedno ostaja, gnus bo po moje ostal za vedno. En tak sram, občutek krivde, tudi, ko sem bila majhna... kaj je narobe z mano, da se vsi na nek način ob mene obregnejo, »kok si ti lušna, pa ne vem, koliko fantov boš imela« in me božajo, in so se vsi ti občutki potem intenzivno pojavljali. In v takih situacijah to pride na plan. Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosedje bi rekli »šuti in trpi«...

Na nek način, kakor da si se vdala v to, ker si vedela, kaj sledi, in si bila brez moči?

Tako ja, ampak, ta nemoč v kombinaciji z neko zamrznitvijo. To je bilo intenzivno, res.

Kakšno strategijo preživetja pa si uporabila pri soočanju z zlorabo?

Ja, v bistvu so me rešili tile obrambni mehanizmi, saj to je čisto normalno in naravno, od vseh potem naprej, so se pa zgodile situacije, kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. Sem pa vmes veliko o tem brala in raziskovala, ker sem videla, da vse, kar se mi je dogajalo, da ni moja krivda in da nisem edina, in da imajo moji občutki in takšno doživljanje neko ime, in eni občutki so bili že pokazatelji neke posttravmatske stresne motnje. In to me je zelo pomirilo. To je tisto, ko sem si lahko potem rekla »ok, glej, to je samo nek odziv na nekaj, nisi ti kriva za to, lahko to samo preprečiš zdaj, če greš spet čez tako situacijo.« Potem mi je dejansko to tudi uspelo. Ker če ne, se mi zdi, bi se kar zaciklala, in bi lahko kar ostala tam.

S kakšnimi posledicami si se soočala najprej - kratkoročne posledice?

Sem omenila že prej to, v prejšnjem vprašanju, pa še da sem bila sramežljiva, nesamozavestna, nisem hotela priti v konflikte z ljudmi, težave z zaupanjem, splošen občutek ne varnosti...

S katerimi posledicami si se soočala kasneje, na dolgi rok kaj te je spremljalo?

Ja, tekom let, potem kasneje, kar težave pri izbiri nekega partnerja, ki bi spoštoval meje v različnih kontekstih, ni nujno v nekem spolnem smislu, ampak na sploh, da bi spoštoval žensko integriteto, ali pa samo posameznika. Vseeno je prišlo do enih situacij, ko sem se počutila, da sem se znašla nazaj v tisti situaciji zamrznitve ali pa

flash-backov. To se mi je potem včasih dogajalo tudi med spolnimi odnosi, da sem odplavala nazaj v zlorabo...vmes sem doživela tak majhen panični napad, se mi zdi, ker je bilo kar intenzivno tudi takrat. Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal - pri trenutnem partnerju je prišel obraz sošolca, ki me je takrat zlorabil, zelo intenzivno je bilo pač tisti trenutek, ker sem ga ravno par dni prej srečala, sošolca, in se je potem to zgodilo. To je bil en tak trigger. Te težave z zaupanjem so potem še kar ostale, na splošno nezaupanje pri ljudeh. Sem se kar hitro naučila, da se na nobenega ne morem zanesti. Tudi v družini je bilo tako, pa tudi kasneje s prijateljicami sem kar dobila potrditev, da zaupati pa ne, ne dati čisto celo sebe v neke odnose, ker te bodo ranili in s tem se še danes veliko borim. Tako na momente, kako spustiti določene stvari, kako zaupati ljudem, kako ne rabim vsega sama narediti, ...ostal pa je tudi tak vsesplošen občutek krivde, za to, kar se je zgodilo...sicer tega več tako ne čutim, je bilo pa še nekaj let nazaj tako zelo intenzivno. Če sem razmišljala o takih zadevah, sem si morala prav konstantno ponavljati »nisi ti kriva, to ni se zato zgodila, ker si ti bila... ne vem.. kakorkoli izzivalna, napačna, že to je nekaj, kar je bilo na drugi strani narobe in ne pri tebi« in tudi zaradi tega nisem sedaj slaba oseba, ali pa ne vem, nekaj časa sem imela take občutke, da moje telo ni OK, ...

V kakšnem smislu »ni ok«?

Kot da nekaj manjka, kot da je bilo nekaj svetega mu odvzetega, kar ne bom mogla nikoli nazaj dobiti, na ta način. In to je potem v času nosečnosti kar izginilo, to glede telesa. Sem videla, da moje telo zmora ogromno, takrat mi je bila velika motivacija za vse skupaj. Sem začutila svoje telo na tak drugačen način, da nisem zbežala ven iz telesa, pa da sem videla dejansko, da je moje telo zmožno tudi nekaj dobrega in sem manj krivila sebe, tako že čisto na telesni ravni, da pač je moje telo krivo za to, da so se mi zgodile te stvari, ..tega potem ni bilo več. In tudi sedaj tega ni več.

Nekako z nosečnostjo je potem to šlo stran?

Porod, sploh prvi, ni bil nekaj ...No, takole..., porod je bil kar lušten, dokler nisem proti svoji volji dobila ene zelo močne zadeve, kjer me je pa odneslo. V bistvu se jaz rojstva otroka..., sploh tisti zadnji del, pol urce, predno se je rodil, ali še manj, no, ..., tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...

A potem še 1x podoživiš vse občutke, podobno kot pri zlorabi?

Identično skoraj, ...podoživiš vse občutke...recimo tudi to, da so se določene besede ponovile, »če boš tiho, bo hitreje mimo...«, vse tako na te načine, in to je meni zelo ostalo, in potem je bilo v poporodnem obdobju se je bilo težko ven dati iz teh občutkov, prav dvigovati sem se morala, je bilo zelo na začetku, ker je bilo dejansko kot še ena zloraba. Mogoče, če bi kdo gledal, bi rekel, »ah, saj ni nič posebnega...«, notri v meni pa je potekal en tak proces soočanja z vsem skupaj in spuščanja zadev, istočasno pa, ponovitev totalno tistega, kar sem se najbolj bala...

Vse se je dogajalo v tebi, znotraj, navzven pa ni bilo nič videti?

Ja, tako, recimo v mojih željah in v tem, kar sem govorila, me niso poslušale pri porodu, jaz pa sem postajala vedno bolj zakrčena in jih prosila, če me lahko kdo sliši..., ampak me niso. Sem želela narediti korak naprej, pa sploh nisem bila slišana. Pri drugemu porodu pa je bilo drugače. Tam pa se nisem pustila preveč motiti. Sem kar jasno povedala, če se s čem nisem strinjala, sem vmes prišla do te moči, ker sem videla, da ne bi mogla še enkrat iti čez to.

Ali je kdo takrat vedel (po tvoje) o spolni zlorabi in ni ukrepal?

Za drugo zlorabo s sošolci sem že prej povedala, za to taprvo, doma, pa sva se s sestro pogovarjali o tem, ...pa je ona zelo hitro rekla »da smo bile vse tri zlorabljene s strani strica, sigurno pa tebi oči tega ni naredil«, čeprav pa imam jaz take spomine. In sem rekla »ok, kako lahko rečeš, da sigurno ni, če imaš ti spomine za isto osebo, ampak ker sta starejši dve sestri mi 1x rekle, da njiju je pa stric zlorabljal, ker je pač čuden in ne vem, kaj še vse, da sigurno je tudi njo, naj si ne izmišljuje da je njo kao nekdo drug.« Tako da sem jaz nekako sumila, da

so sestre morale to vedeti, in mi najstarejša sestra dostikrat reče, da me je ful branila, ko sem bila majhna, da se mi ne bi kaj slabega zgodilo, nismo pa še nikoli začeli to temo, ker ona je zelo močna ženska navzven in noče nobenega spustiti tako blizu. In noče o takih stvareh govoriti, mami pa po moje je morala čutiti vse to, ampak ona je zelo bežala, ni je bilo tam z nami, ni bila tista tipična mama, da bi bila materinska, ljubeča in tako, ona je bolj bila na drugih moških, na alkoholu in na drugih zadevah. Torej, jaz mislim in čutim, da me je zlorabljal oče, ko sem bila majhna, in pa potem še stric... čeprav so spomini medli.

Nekako je mati vedela, ni se pa hotela ali mogla s tem soočiti in je zbežala?

Tako se meni zdi, mamo sem potem kasneje 1x vprašala, če ona kaj ve, kaj se je dogajalo in če se je njej kaj dogajalo, zdej ne vem, ali je bilo to dejansko zaradi ene bolezni, ki jo ima, ali pa se ja malo naredila tako, in je rekla »ne, ne, ne nikoli nič« in takoj zamenjala temo, in se o tem sploh ni hotela nič pogovarjat. Ni pa noben nič naredil nikoli, ..., ok, dobro, sestre so me hotele braniti, učiteljica potem kasneje nič ni naredila, očetu pa, ko sem povedala, pa je rekel, da bova šla v šolo povedat, da to ni v redu-to je bilo takrat pri prvi zlorabi. In to je bilo to. Tudi rekel je, naj nič ne povem mačehi o tem, ko sta bila z mami že ločena, »nič njej povedat, to bova že midva zrihtala«. Spet je bila neka skrivnost, to je zelo tipično za našo družino, ... da pač ko gledam potem, kaj se je vse dogajalo, je bilo ogromno enih takih skrivnosti.

Zdaj si vse izčrpno povedala, tudi za naprej vprašanja - Ali si komu sama povedala o spolni zlorabi in kdaj? Če nisi, zakaj ne? Kako se je oseba (ali več oseb), ki si ji-m povedala, odzvala-i na to? To smo vse obdelale. Kaj pa o zlorabi, prvi - kdaj in zakaj se je zloraba končala? Pri prvi smo dorekle.

To, če prav pomislim, se je moralo nehat potem, ko sem jaz šla, in sem se preselila dokončno nazaj k očetu, ...stara sem bila 7 let – vseeno pa sem hodila sem in tja, od enega do drugega, do 12-13 leta.... in potem nisem bila več med dvema svetovoma - malo pri mami in malo pri očetu. Tak občutek imam, da se je potem to končalo, oziroma da se je potem začelo manifestirati v enih drugih načinih, bolj verbalnega in bolj na površinskih zadevah.

Tole si tudi že omenila- Ali misliš, da so bili zlorabljeni tudi tvoji bratje in sestre, ali ostali ljudje, ki jih poznaš, s strani istega storilca?

Za sestre so bile, pač ta starejši dve s strani strica, ta, ta tretja je tudi starejša od mene, pa kakor tudi s strani strica, ampak ona ima spomine, da je bil tudi oče. Bom rekla tako, da so to zelo potlačile, in nisem niti pričakovala nekih konkretnih odgovorov.

A je ta stric mogoče brat od očeta?

Ja, tako je. Starejši brat od očeta.

Poznaš še koga, ki je bil/bila v otroštvu spolno zlorabljen/a?

Poznam, sem prej povedala, da so bile to moje sestre.

Kako si predstavljaš »okrevanje«, o katerem govorimo v intervjuju?

Prav moja izkušnja tega okrevanja je bila bolj delo na sebi, saj v začetnih fazah, potem mi je pomagala tudi podporni skupine, zdaj pa preko terapij ogromno stvari spuščam. Zdaj, v tem trenutku, hmmm... , bi rekla, da sem preko terapij in preko nekih vaj na telesni ravni in s pomočjo dihanja naredila ogromen korak naprej, ni pa še to to. Se mi zdi, da še vedno nekaj ostaja, tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti.

To gre potem vse postopoma, počasi?

Ja, tako je... Mislim, da je to kar dolg proces, če ne celo doživljenjski, ker dejansko vidiš, da v teh različnih fazah, v teh življenjskih prelomnicah, se ti pojavijo stvari, ki te pač nehote soočajo s to izkušnjo, ali pa celo s kakšno drugo izkušnjo, saj to nima veze. Nekako je vedno treba najti način, kako priti nazaj k sebi, da te ne

potegne preveč v te izkušnje. Recimo, ker pri ...recimo...prvem otroku, ki je bil fantek, sem bila zelo sproščena, nikoli me ni skrbelo, kaj se bo njemu zgodilo, ali karkoli, pri drugi nosečnosti, pri punčki, pa sem se morala prav tako zavestno ponavljati, da spol nima veze, da jo bomo zaščitili, da bo vse v redu, ko se je pojavil nek strah, ki se verjetno nikoli ne bi pojavil, če bi imela še enega fantka. To so take stvari...in potem sem si morala govoriti, da spol nima vpliva, da storilci ne izbirajo na podlagi spola. V meni pa je bilo to tako močno napisano, »da so punčke tiste, ki so v nevarnosti...« in zdaj, če kdo prestopi njeno mejo, mene ful bolj zaboli, kakor pa če pri tamalemu prestopijo mejo. Pri njej me pa to čisti!...ali zamrznem ali pa začnem noreti dobesedno in jo dajem stran...in, ne!

Kako si se soočil-a z okrevanjem? Si si poiskal-a kakršno koli pomoč? Ti je kdo pri tem pomagal?

Ja, sem povedala prej. Sem poiskala tudi pomoč.

Ali ti je pomoč in podpora pomagala?

Ja, da sta mi pomoč in podpora pomagali, in zdi se mi, da v tistem trenutku, ko sem iskala neko podporo, sem jo najdlja takšno, kakršno sem rabila. Vmes je bil še en tak dogodek, ko sem že iskala terapevtko, in sem šla na prvo terapijo in je ženska..., tega v življenju nikoli ne bom pozabila..., groza..., v bistvu je v čisti tišini je vstala, samo poslušala me je, ko sem razlagala na kratko o teh svojih doživljanjih, ampak sem res prišla pripravljena k njej, in ji bom jaz vse povedala in boš ti zdržala z mano ali ne, na ta način, prav res sem jo malo porinila na rob, in pač ona ni zdržala, in je rekla, »da ona s tem težko dela, da ne more, da ni dost' usposobljena, in naj si pač poiščem nekoga drugega«. In meni je bilo spet tako...«Aaa, spet moram sama, a res? A sem jaz res tolk' čudna, da mi tudi ona ne more pomagati...« Tako na ta način...Sem potem razmišljala za nazaj, da sem ji mogoče kakšne trigerje prebudila, da je imela tudi sama tako izkušnjo...Vem, da je ona hotela na tak zelo profesionalen način odreagirati, pri meni pa je še vseeno bil tisti občutek »neki je narobe s tabo, ker ti tudi terapevтка ne more pomagati« Ker je vmes rekla tudi na tak način »jaz se s takimi rečmi ne ukvarjam, jaz nisem usposobljena za take stvari,« in sem rekla »Kaj, take stvari? to je življenje!« ...pač ... »kako nisi usposobljena za soočanje z različnimi izkušnjami v življenju, saj si terapevтка!« To mi je zelo močno ostalo, tisto mi je bilo pa grozno.

Potem si našla drugo terapevtko?

Ja, potem, ja. V bistvu tudi prek tega procesa, v katerem sem, je itak terapija del tega. Bom rekla, da imamo vsak teden, tako da je res že dve leti ali pa več, če že ni moj proces, je pa en tak skupinski proces in je prav fajn. Da v bistvu lahko, da ob tem, ko poslušam druge, celim sebe na ta način.

Tako, da sva sedajle tudi že odgovorili na to vprašanje, ali se tudi danes še poslužuješ kakršne koli pomoči glede soočanja in predelovanja s posledicami spolne zlorabe?

Ja, je tako.

No, in greva naprej. Imaš osebo (ali več oseb), ki ti stoji-jo ob strani in te podpira-jo še sedaj pri okrevanju?

Tako bom rekla, podpora partnerja do neke mere, če gre glede teh terapevtskih zadev. Čeprav, jaz ga razumem, da ne more tudi on razumeti čisto vsega. Imam sicer eno prijateljico, ampak one ne ve o tej moji izkušnji, mi pa v bistvu stoji ob strani. Da bi pa prav kdo v tej izkušnji mi stal ob strani, mogoče ena kolegica, ki je tudi terapevтка, ali pa dve, ki se lahko z njima mogoče malo več o tem pogovarjam o nekih svojih trenutnih preizkušnjah, ker pač dvomim v svoje sposobnosti zaradi te moje izkušnje. Čisto na ta način. Lahko rečem, da imam nekoga, ki grem lahko tja in se malo izpovem, če je treba.

Kakšen je bil odnos tvojih nezlorablajočih staršev do tebe - kako so se soočili z zlorabo (z razkritjem), ali so te podprli, ti pomagali pri okrevanju? (če je bil storilec ali storilka nekdo drug, in ne starši)

V bistvu je bilo samo to, da je oče šel takrat z mano v šolo k učiteljici. Da bi pa čutila neko oporo ali pomoč..., pa to meni takrat sploh ni bilo v pomoč, to je on (oče) naredil predvsem zaradi sebe, ker jaz takrat nisem hotela

tega, da je on šel tja in povedal, in me je bilo potem še bolj sram in ta odziv, groza, ne, da bi jaz obtožila nekoga, ki je toliko fajn in da sem jaz tista tačudna in se samo izmišljujem in so to samo neke zgodbe, na ta način. Mami po moje nikoli ni izvedela to, kar se je zgodilo, ker ji oči po moje tudi ni povedal, jaz tudi nisem imela želje po tem, da bi še kaj z njo govorila o tem. Je bilo pa zelo zanimivo v naši družini, tako na sploh, je bilo dost' vsega.

Kakšen je bil odnos tvojih bližnjih do tebe (prijateljev, partnerja_ke, sorodnikov)- kako so se soočili z zlorabo (z razkritjem), ali so te podprli, ti pomagali pri okrevanju?

Pri partnerju moram reči, da je bilo kar veliko enega razumevanja, čeprav čisto na začetku ni čisto razumel vseh razsežnosti nekih posledic, in se mi zdi, da se mu je potem vmes zdelo, da je to samo en izgovor za vse, na ta način, zelo mu je bilo treba ..., kar veliko ene energije sem dala, da sem mu dala »glej, to preberi, da bi razumel, da bi videl, da to ni »čist' kr' tko neki«. Saj je stal ob strani, ni pa bilo od začetka samo sočutje in razumevanje. Jaz sem morala priti k njemu pa razložiti, pa malo pokazati, kako in kaj. Zakaj se določene stvari tako pojavljajo. Pri prijateljicah pa bom rekla, tako ...hmmm...., zelo različno..., ene so pač lepo sprejele in so s sočutjem odreagirale, in so...rekle »aha, ok...in kakšno bo kej vreme?« Na ta način, hvala ker si povedala, zdaj me pa ne zanima več. Takšen odziv je bil, ampak vseeno se zato odnos malo skrha zaradi tega. Kar se pa tiče odzivov od sorodnikov, moram pa reči, da je bila v bistvu sestra zelo presenečena, ko sem jo to vprašala, kaj se je doma dogajalo, potem je nekaj povedala o tem in sva hitro zaključile. Z ostalimi pa se nisem bila pripravljena o tem pogovarjati.

In sva že odgovorili tudi na to, kako so se bližnji odzvali, ko so prvič zvedeli o tvoji spolni zlorabi.

Ja, tako je.

Ali si se do sedaj že soočila s storilcem? Ali imaš še željo soočiti se z njim? Če ne, zakaj ne?

Sem prej že povedala, ampak bi dodala samo še, da mi je zanimivo, da mi je lažje biti jezna na strica, kot pa na vse ostale in to že od majhnega. In sem se že potem spraševala, ali tudi on ve kaj o tej temi, ker dejansko jaz njega zelo očitno, na zelo grd način, kjerkoli je že možno...sploh ne vem..., ko jaz njega vidim, meni želodec tako obrne, ga ne morem tudi gledat ne. In enkrat se spomnim, da se me je dotaknil in sem ga tako grdo pogledala »da se nikoli več ne dotakneš mojega telesa« in je bil prav tako »aaaaa???«, je kar zamrzil malo..., malo se je ustrašil...Zdaj s temi storilci, bom tako rekla, s temi sošolci, sem se samo srečala potem enkrat pred leti z enim od njih, nisem pa nikoli se nekako soočala z njima. Kasneje ko je pač prišlo do nekega poskusa posilstva pri moji kolegici, pa istočasno do poskusa nekih zlorab, otipavanja, ker sem pač uspela ustaviti zadevo, in je potem tudi šlo v medije, takrat smo se zelo jasno soočili s tem, tako da sem potem morala na sodišče hoditi in pričati, nazadnje celo dve leti nazaj,

Toliko časa se že to vleče?

Uh, to se vleče že 10 let. Grozno je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, on pa je, tipično, zlata vreden...tako to gre...

To ni isti dogodek s sošolci iz šole?

Ne, ne, to je drugo. To se je dogajalo na neki prireditvi, in je eden od organizatorjev je prijateljico zadržal in jo je hotel posiliti. Pred tem pa je že imel taka neprimerna povabila, »vaju poberem, pa bomo šli v jacuzi«, in ne vem, kaj še vse...Jaz sem bila takrat sicer že polnoletna, ona pa ne, bila je stara 16 let, in je skos' probaval, kej je meja, ali bova prešli to mejo, ali ne, vedno je imela take zelo opolzke izjave, neprimerne komentarje, na zelo neprimeren način se punc dotikal, ker je bil fotograf, poziranje in to..., pač jaz se mu nisem pustila in sem mu jasno povedala, ker pač je poznal moža od moje sestre, in sem mu rekla, »veš, jaz sem pa z njim v sorodu« in se je malo ustrašil... tako ta sem imela nek tak ščit. In to se je potem razvleklo, zdaj se to že vleče 10, 11 let. Vsakič, ko dobim pošto iz sodišča, sem kar tako »joj, spet to«, ker potem dobim isto...tam na sodišču celo gnojnico spet name stresejo, čisto nič drugega ni... Kot da jih ne zanima, kaj se je dogajalo, kaj se je zgodilo, in pač ta punca, takrat mladoletna, ni nikakor provocirala, ...on bil en totalen čudak, to pa njih ne zanima... »Pa saj sta se slikali tako, pa saj sta naredili ...«, pa sva rekli, »Ja, me sva to naredili, če sva to želeli.« Drugače

je, da se ti nekaj želiš, ali pa ti je to OK, druga stvar pa je, če ti nekaj ni OK. Ta koncept jim sploh ni jasen, toliko zelo te potlačijo, da pač ..., ne vem, ...jaz od tem ven vedno pridem objokana, čist' fertik...Samo ko pomislim, je toliko enega gnusa, ven pride, toliko ene te jeze...Zelo močno gre vse ven, ker zelo konkretno in jasno sprašujejo o stvareh, ki so zelo občutljive, na zelo neprimeren način to delajo...in to večkrat, in to ni prijetno...

Kaj meniš o tem, da je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabu tema?

Seveda, da je tabu tema, predvsem pa je ogromno nerazumevanja s strani institucij, ki bi morale razumeti, kaj to je. In glih tam, kjer to ne bi smela biti tabu tema, je največja tabu tema... v zdravstvu, sodišče, policija, šola...meni se tako zdi, da če je med ljudmi nekaj tabu tema, ok potem, to nerazumevanje, neko neznanje, v redu. S strani strokovnjakov, pa se mi zdi to neprimerno oziroma zelo nevarno. Tako da ja, je še vedno tabu tema, malo manj, kot je bilo sicer pred leti, ampak še vedno ljudje nočejo kaj preveč o tem govoriti.

Kaj bi še predlagala npr. na državni ravni, da bi se o spolni zlorabi več govorilo? Imaš kakšne predloge za nove programe, nove storitve, ki bi jih izvajali strokovnjaki/nje, da bi bilo okrevanje za odrasle preživele lažje?

Jaz mislim, da bi morali imeti nek program, kjer bi bile te terapije in podobne zadeve res brezplačne, pa da bi bila mogoče bolj celostna obravnava v smislu, da imaš lahko na voljo tudi npr. nekega ginekologa, ki opravlja delo in se zaveda te problematike, da bi imeli zdravnika, ki razume to. Da je na ta način celostno. Po mojih izkušnjah so potem ženske tudi zelo presenečene ..., ker tovrstni pregledi lahko zelo prebudijo in vzbudijo neke »flashbacke« in ti ne pomagajo, da imaš ti tak pa tak terapevtski proces, če greš vsakič znova čez zlorabo nekje drugje. Zato bi morali v te programe vključiti večji spekter ljudi, ker bi res razumeli in bi zdravstvenim delavcem razložili ali, ne vem, kako predstavili... ne vem, saj niti ni toliko težko, če se vsaj malo poglobiš. Kar ni neke motivacije, se mi zdi, nekaj, kar bi jih malo motiviralo, da bi nekaj spremenilo. Ker mislim, da ljudje se načeloma...programov je zdaj že dost', nekih načinov, kako si pomagati kot posameznik s tako izkušnjo je tudi ogromno, bi pa moralo biti malo bolj regulirano to področje psihoterapije, ker se velikokrat lahko zgodi, da se ženske in moški s tako izkušnjo zlorabe ujamejo na neka svetovanja, neke terapije, nekih strokovnjakov, ki to niso. Tam je pa nevarno. Bolj kot nekaj novega, mogoče najprej urediti to, kar že imamo. Da so osnove urejene, potem pa gremo lahko na nadgradnjo in iščemo neke druge načine.

Tako in sva že proti koncu. Kako je vplivala in še vpliva spolna zloraba na tvoje življenje sedaj? Kako živiš s tem?

Bi rekla, da sedaj zelo malo razmišljam o tem, nič ne bi rekla, da me bremeni. Tako pač, to je en del mojega življenja, ki sem ga sprejela, ni pa več glavno vodilo vsega, prav tako se mi zdi, no. Da sem nekako prišla do te točke, da pač se zavedam, kdaj mi neke stvari pridejo na plano zaradi te izkušnje in da jih znam tudi postaviti, kako naj zdaj to rečem..., da takrat, ko se pojavijo neke take zadeve, ki so povezane z zlorabo, da znam takrat mogoče lažje iti v neko razumevanje samo sebe, da pač »ok, to se je sedaj pojavilo« in pa potem predelati. Ni pa več to, da bi se zgodilo na neki nezavedni ravni. Sem sprejela to in živim s tem...tak občutek imam, ampak vedno se lahko še kaj pojavi, ampak če gledam, kako je bilo in kako je sedaj, je mnogo mnogo boljše.

A bi na koncu še sama kaj povedala za vse preživele žrtve, ki so na poti okrevanja? Imaš kakšen napotek, usmeritev za njih? Nekaj vzpodbudnega za konec...

Razmišljam, kaj bi bilo kaj takšnega... Mogoče to, da je to nek proces in ni nič hudega, če pač neke stvari še ostajajo in da se bo tudi to sčasoma uredilo, kar ostaja, da naj si poiščejo res neko podporno skupino ljudi in neke ustrezne informacije, in tale knjiga Pogum za okrevanje, je res biblija na tem področju, še vedno. Ker to je pa knjiga, ki ti da lahko toliko veliko in bi jo priporočala čisto vsakemu, da jo vsaj prelista, če že ne prebere. In da to ni nekaj, kar te definira, da ni potrebe po tem, da bi bila neka žrtev tam, ki nimaš moči ...in da to ni res, da so ti nekaj odvzeli, ampak da to lahko dobiš nazaj ...Tako. Meni je to najbolj pomembno in meni je to manjkalo, da bi mi to kdo povedal.

Tako. Prišli sva do konca, Maja, najlepše se ti zahvaljujem da si sodelovala pri intervjuju in srečno ter uspešno v življenju še naprej.

Hvala enako tudi tebi in srečno naprej.

PRILOGA 5: Intervju 4

Matevž, 55 let, intervju je potekal preko aplikacije ZOOM, 07.11.2020, trajanje: 70 minut.

Najprej lep pozdrav, Matevž. Za začetek lahko kaj poveš, se predstaviš oziroma kar želiš. Intervju bova izpeljala preko ZOOM-a zaradi ukrepov COVID-a.

Pozdrav vsem, sem Matevž, star sem 55 let, sem ločen in imam dva otroka, ki jih imam zelo rad in ne bi o njih tukaj govoril. Živita sedaj pri bivši ženi, še vedno sem delovno aktiven in zloraba je zelo zaznamovala moje življenje. Potem bom kaj več o tem tudi povedal.

Hvala za uvod. Sedaj greva na najin intervju, pri katerem lahko odgovarjaš kakor hočeš in kolikor hočeš. In pa seveda opozoriš, če na kakšno vprašanje ne zmoreš ali ne bi rad odgovarjal.

Midva se poznavata in sva se že pogovarjala o tvoji spolni zlorabi v otroštvu. Kdaj pa si se tega spomnil, zavedal, da se ti je to zgodilo?

Hmm..., v bistvu se to kar vleče dolgo časa...če pa pomislim za nazaj, ne morem reči, da se kar spomnim točno kdaj je bilo, samo nekako tak čuden filing sem imel in ga še imam..., da je nekaj čudnega z mano narobe. Že sama moja familija, ali pa naša, če bolj natančno rečem, je bila taka posebna, čudna... tudi okoli po kraju se je govorilo, da smo mi eni čudaki. Takrat nisem vedel, zakaj, samo celo osnovno šolo so me vsi zafrkavali, pa me napadali, tako da smo se z vaškimi fanti večkrat stepli, pa so bile potem težave v šoli, pa itak tudi doma, ker sem dobil batine od očeta...in to kar ornk' batine... V glavnem neka taka čudnost me je obdajala... in potem, ko sem bil že najstnik, ko sem bil v puberteti, sem za nazaj videl in se spomnil, kaj je foter, jaz mu kar tako rečem... hmmm...kaj je z mano delal... po moje sem bil star tam okoli 12-13 let. Že prej pa sem bil čuden...(smeh...) ..tako so drugi rekli...jaz sem bil sam sebi čist' fajn...

A se spomniš, koliko si bil star, ko se je začela spolna zloraba?

Ja, bil sem v šoli, to vem, to pomeni, da po moje okoli 6 let, ali pa 7 let, ne spomnim se čisto točno. Doma smo bili v eni stari bajti, ne hiši, bajti, ker se je že skoraj podirala, zelo v slabem stanju...pa revni smo bili, saj je delal oče tam na vasi, na žagi, mati pa je bila čistilka v eni tovarni tam zraven. In dokler sem bil majhen, tam do enega 5-6 leta, je bilo kar fino v familiji. Čeprav je oče včasih pil in doma razgrajal in stolkel še tiste stvari po bajti, ki so bile cele...se mene ni dotaknil... mati me je kar varovala, če sedaj pomislim za nazaj. Potem vem da je bila mama drugič noseča, ko sem šel v šolo, tako da imam tudi mlajšega brata, ki pa ni toliko nasrkal kot pa jaz, v smislu nasilja in zlorab... ker sem ga tudi jaz čuval, da se mu ne bi kaj zgodilo. Oče je bil tudi fizično nasilen, in psihično itak, tudi do mame, in potem ji je dal malo miru, ko je videl, da je noseča... (se malo zamisli)...potem pa, ko sem bil pa star ene 12 let, pa se je name spravil še en sosed, ki ni bil čist' pr seb'...

Torej je oče potem nehal, če lahko tako rečeva?

No ja..., na nek način je oče nehal, ker sem se potem postavil zase in sem znorel nad njim... ampak potem je pa sosed nadaljeval...

Nekaj si že povedal o tem...ampak vseeno - se spomniš, kdo te je zlorabljal, ali si poznal to osebo? V kakšnem odnosu sta bila?

Ja, tako kot sem povedal, to je bil oče, foter mu jaz pravim, in sem ga zelo dobro poznal, ko se je fizično in spolno spravljal name... potem pa še sosed...tako, da sem obe osebi zelo dobro poznal...skupna značilnost pa je bila to, da sta bila oba čustveno oziroma ljubezensko in spolno vpletena z mojo mamo... ta nekako me danes najbolj žre... (se zamisli)...

Lahko opišeš, (če ti ni težko), kako se je zloraba začela in kako je potekala? Kje se je dogajalo? Ipd. Lahko poveš tudi na kratko.

Tako kot sme že nakazal, se je foter spravljal name, najprej fizično, nato še spolno...pa itak psihično tudi, ko me je zmerjal in poniževal, »da nimam pojma, da sem kurbin sin in luzer, in da z mano ne bo nikoli nič, da me

ne bo nobena baba marala, pa da bom itak sam ostal, ker sem smrdljivec, garjav, in klošar...» pa fizično..me je stolkel kot hudič... pretepal me je z žico in kablom od enega stroja ali žage in se potem hvalil po vasi, naj pokažem rit, kakšne modrice imam...pa za vrat me je tiščal in me hotel s povstrom zadušiti...to je delal, ko je bila mati pri sosedu. Vsak trenutek, ko sva bila sama, je izkoristil.. Mama je bila takrat že noseča, pa mislim, da je bil foter toliko pri sebi, da se je spucal na meni... jaz sem bil itak tiho in si nisem upal povedati, nisem hotel mame obremenjevati, ker se mi je smilila in njen otrok v trebuhu tudi...pa sem bil v šoku, zaprepaden, potem itak brezvoljen...tak apatičen že..

In je kdo opazil, da si tak, v šoli, ali pa sorodniki, sosedje...?

Ne, ne v šoli itak ne, niso nič opazili...to je bila ena zabačena šola... učiteljica ena čarovnica, ki je tudi vpila nad vsemi nami učenci..takrat ni bilo takih socialnih služb, pa strokovnih delavk na šoli, ki bi kaj naredile...tako da sem bil prepuščen sam sebi.. tudi sem prišel kdaj z modrico na roki ali na obrazu, pa se spomnim, da je rekla učiteljica »Si bil spet žleht, Matevž, a ne? «...*(tiho...)*, ..tak odziv, no, nikakav... bedarija čista...Ja, sosed je itak opazil, da sem tak osamljen, vase zaprt, nisem imel nekih kolegov, ker so me sošolci zapostavljali, le enega frenda sem imel v drugi vasi, pa je bilo težko tja k njemu hoditi zaradi razdalje...pol sem pa sam taval okoli in se potikal... in sosed me je samo opazoval takrat, kdaj sem šel k njemu, pa mi je dal za jesti in piti..tak je bil prijazen, je vedel, kaj se doma dogaja... pa me je spraševal, »kako kaj mami«, vedno samo mami...za fotra pa je itak vedel, da je nor'c, saj sta se enkrat fajn usekala zaradi enih drv in dreves...in od takrat so bili med njima napeti odnosi...tako da lahko rečem, da me je sosed tudi večkrat rešil, vsaj glede hrane, da nisem bil lačen...

A lahko kaj poveš še o zlorabah, če ti ni težko?

Ma, ni mi težko, saj sem že kar veliko o tem govoril... in pri terapijah in tko, ko sem ženi pripovedoval, pa je samo debelo gledala... nimaš kaj...No, tako se je dogajalo pri fotru... potem je kmalu postopoma prenehal s fizičnim nasiljem, in je počasi začel spolno... kot sedaj vidim za nazaj, me je najprej sprobaval, kako reagiram...pa itak sem bil frapiran, saj nisem vedel, kaj se zdaj gre. Iz ene skrajnosti v drugo, iz čistega nasilja, v neko dobrikanje, obljube... takrat je mama že rodila brata in vem, da se je ful ukvarjala z dojenčkom in potem, ko je brat še rastel...imam občutek, da je mama že kar malo zapostavljala očeta... in se mu umikala...pa včasih je tudi kaj spila...sem videl večkrat, da je zvečer nosila naskrivaj v vrečah flaše od vina v kontejner...tako da foter ni nič videl.., sem pa jaz videl, in to mi je bil en znak, da tole ne bo šlo tako lepo naprej... no, v glavnem... foter me je privajal v neke spolne igrice z njim...pa mi je obljubljal, da mi bo kupil kolo, ker mu kdaj pomagam na njivi, pa da bova šla skupaj na eno lokalno fuzbal tekmo, pa...glej, ni da ni..., kar sem hotel... Za vse je šlo, najprej me je božal in govoril, »pa saj ti paše, a ne, a vidiš kako te imam rad, pa si govoril, da te ne maram...saj takrat si si zaslužil, ko sem te kdaj užgal, ko nisi ubogal, vidiš? Zdaj si pa tak priden...se ti bo splačalo, boš videl...« jaz pa sem zmrznil...in čakal, kaj bo... Pa sem ga moral z roko zadovoljevati, da mu je prišlo, pa potem je še on šel z roko v moje hlače,...itak sem imel erekcijo...pa je rekel »vidiš, kako ti je lepo.. in uživaš...«, pa sem se kar predal... in to se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let,...mama po moje ni nič vedela, saj je foter to prefinjeno izvajal... vse naskrivaj... to se je dogajalo par let, kar ponavljalo se je...ni bilo konca...

Pa si komu povedal, v šoli vsaj kakšnemu sošolcu?

Ah, kje pa...bil sem tiho...nobenemu nisem povedal...kdo bi mi pa verjel...že tako sem bil za vse čudak...in sem v sebi vse to držal in trpel...

Kako dolgo je trajala zloraba s strani tega istega storilca ?

Ja, saj pravim če pomislim za nazaj...me je oče zlorabljal, ko sem bil star 6 let in tja do enega 10 leta...nehal je, ko sta se z mamo ločila, ker je bil že kar fejest pijan'c...samo to ni izgovor in opravičilo za vse, kar mi je naredil... foter se je odselil nazaj k svoji mami, moja babica je bila to, v en drugi kraj, in je potem za njo skrbel, ker je bila bolna...v glavnem, tam je ostal, in potem, če sem ga videl 1x na leto,... *(razmišlja)*...čisto se je zapustil in zapil totalka...zdaj je že pokojni...je umrl...

Ali se ti je zgodila spolna zloraba še s strani različnih storilcev? Če da, kolikokrat, če se približno spomniš?

No, saj, potem pa še un sosed, ki pa me je omrežil, če lahko tako rečem, pa me je dobil v svojo past tam okoli 12 leta, ko sem začel s puberteto.. sosed pa me je eno leto ..recimo od 12-13 leta moje starosti...kot se spomnim... takrat je bila mama že sama 2 leti, brat je začel hoditi v osnovno šolo.. in tukaj je videl sosed priložnost pri samski ženski... pa je začel hoditi k nam, pa pomagati mami, pa ji dajati denar in kupoval je hrano, pa avto je imel, in jo je vozil na izlete, jaz sem pazil na malega brata...pa sta se sosed in mama zapletla v nek odnos, čustveni in spolni, in potem je ta sosed kar hodil k nam... nam pomagal, imeli smo se lepo, ni norel in ni bil nasilen, sicer sta z mamo začela popivati in sta bila taka veseljaka, samo za žurat... in to je meni prijalo, da nisem bil spet v nekem primežu stresa in groze...saj mir je bil...no...in pri tem sosеду pa je šlo kar za hard obliko zlorabe... groza...(zamišljen...tiho...).. jaz sem pazil na brata, ga rihtal, ker mama je včasih pozabila priti domov...kao pozabila.. in je prespala pri sosеду... hmmm...kakšna mati...

Se spomniš, kakšni so bili tvoji občutki med spolno zlorabo?

Med tisto, ko me je zlorabljal oče, sem bil frapiran, v šoku na začetku, zmeden totalno, pa prestrašen, kaj se sedaj dogaja to...vedel sem, da nekaj ne štima, da to foter mi ne bi smel početi, pa sem se kar vdal potem v usodo.. in to sprejel ..v smislu, »ok samo da me ne tepeš več...«, ...(*razmišlja*), potem pa mi je bilo najhujše, da mi je to začelo postajati všeč, taki mešani občutki.... Pa še vse tako skrivnostno je bilo, ko je govoril, da ne smem povedati mami, da je to najina skrivnost in da mi mama itak ne bi verjela, pa bi me lahko nagnala od doma...in bi sam taval po svetu. Tega sem se pa najbolj bal, da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...

Ko me je pa eno leto zlorabljal sosed, je bilo pa huje... tudi on je začel me najprej polahko otipavati in mi obljubljal, da mi on pa res kupil kolo, ne tako kot foter, ki je samo obljubljal... pa potem me je podkupil s cigareti, ki mi jih je naskrivaj dajal, da sem potem kadil v gozdu...itak mama ni vedela, ker je bila v svojem svetu... pa božal... pa vsega tega sem bil, lahko rečem, navajen od fotra...samo tega itak nisem povedal sosеду...in se je isto nadaljevalo, jaz sem ga moral zadovoljevati, bila sva zadaj za hišo v drvarnici, potem je pa še on mene z usti...to je bilo pa fuj...še zdaj ne morem pozabiti...pa kolikokrat še občutim ta gnus...bljak...hkrati sem se pa lepo imel...in zato sem bil v dvomih »kaj je prav in kaj ne«, v enem takem paradoksu..., zato taka krivda še zdaj, da sem šel z njim... pa užival hkrati... Tak način je potem bil kar eno leto, se je to dogajalo...da sem hodil k njemu v drvarnico, mogoče 1x na teden, in 1x potem ko sem bil star 13 let, pa me je odzadaj...takrat je pa res šlo za seks...(tiho...)...zelo me je bolelo, tudi krvavel sem...pa je kmalu minilo in navadil sem se...še parkrat sva se tako dobila...kot bi bil njegov ljubimec sem se počutil... zvečer se je spolno izživil nad mojo mamo, imela sta redne spolne odnose, 1x tedensko pa je bil z mano... itak ni nobeden vedel...sem bil tiho, tudi mami nisem povedal...takoj, ... potem 1x sem...(tiho...) bom potem povedal o tem...

Kakšno strategijo preživetja pa si uporabil pri soočanju z zlorabo?

Ma,... vse sorte, po moje, samo da bi preživel...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal...Vse sem doma pospravil, vsa drva sem po velikosti in debelini zložil...vse je bilo tip-top.. perfektno, ni da ni..... Pa nikoli nisem bil dovolj dober... za fotra... mamo pa niti ni toliko brigalo, se mi zdi, potem je nekako kar odtavala v svoj svet, pa se ukvarjala z bratom, ki je bil še majhen... Vem, da sem kar miselno odtaval, ko me je tepel...in tudi potem pri zlorabi, ...(se zamisli)...kot da bi šel ven iz telesa...da nisem toliko čutil...pa saj potem ni bilo več tako hudo, ni me več bolelo...po moje sem se kar navadil, bi lahko rekel... Sem pa večkrat gruntal, zakaj se je foter spravil spolno name, kaj mu je dogajalo v glavi...nekaj mu je manjkalo, kar mu mama ni dala, ni zmogla ali hotela...to ne bom nikoli najbrž zvedel... (*tišina*)...Sem se pa tudi z enim vaškim pobalinom, fantom, malo starejšim od mene, spečal v smislu, da me je parkrat nagovoril, da sem šel v trgovino krasti cigarete...pa sem spet bil poln adrenalina in tvegaj, da me ne dobijo...to mi je bilo tudi fajn, da sem malo pozabil...in sem kradel, pa me niso nikoli dobili...zdaj imam pa zato malo slabo vest...

S kakšnimi posledicami si se soočal najprej - kratkoročne posledice?

Vem, da me je bilo tako sram, na začetku, ko me je foter zlorabljal, pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar gohtal sem in kar na bruhanje mi je šlo... , ampak itak nisem mogel nič, da se to ne bi zgodilo.. , nimam kaj, tako je bilo... pa na nek način me je izdal, nisem mu več zaupal... Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mamo kasneje, ker ni nič opazila... joj.. če se spomnim zdaj, kolikokrat me je bilo strah, kar trepetal sem, ko sem videl, da mama kam gre in je foter doma...ker sem vedel, kaj se bo dogajalo... in nekatere posledice so se kar dolgo vlekle..., če pomislim, se še sedaj vlečejo...kot bi bil stigmatiziran s to zlorabo, cel lajf... zato sem fotru tudi zameril.. Imam pa probleme z mejami, postaviti jih sebi...do kje grem lahko, pa tudi do drugih...sedaj je že bolje, sem se naučil jih postaviti..

No, saj je naslednje vprašanje tako - s katerimi posledicami si se soočal kasneje, na dolgi rok kaj te je spremljalo?

Spomnim se, da sploh ponoči nisem mogel spati, nonstop sem se prebujal, pa bil na preži, če bo kdo prišel, ali pa če bo oče ponoči kaj hotel...pa na srečo ni... sem imel mir, ampak spanca pa ne... še zdaj ne morem dobro spati...in se zbujam ponoči, pa imam včasih nočne more, da me oče lovi z enim kolom, zraven stoji pa sosed in se na veliko reži...res, se kar v strahu zbudim... Pa potem sem itak iskal uteho v kajenju trave, da me je pomirjalo, pa sem malo odnehal...pa sem začel piti...ful vina sem popil, pa sem malo nehal...skos' se nekaj lovim...Da povem še to, da sem se nekaj časa bal moških in to zato, ker sem se spraševal, če sem sedaj peder, ker me je zlorabil sosed, in sem se bal vzpostaviti kontakt z moškimi, ker sem mislil, da oni itak vedo za mojo zlorabo..in sem najbrž istospolno usmerjen...(se zamisli)...pa vem, da nisem, saj sem imel kar veliko žensk, sem jih kar menjal kot po tekočem traku (se nasmeje)...ni da ni, bila je sama uživancija...lahko bi rekel »sex, drugs & rock'n'roll«... (se smeje...), ... s tem sem si potrjeval, da sme taparvi dec! da nisem izgubil moškosti zaradi zlorab... Itak pa ven tolče krivda, da sem sam kriv, da se mi je to vse zgodilo, saj nisem nič ukrepal...pa saj tudi nisem mogel, ker sem se bal... Pa težave z dušo...kar depresiven sem bil, pa anksiozen...jaz sem se kar bal...kar tako na splošno...življenja, kaj bo, kako bo, kje bom pristal...in se je to vse potenciralo in gradilo...pa so bili panični napadi, pa sem eng'a pokadil pa spil liter vina...pa je bilo dobro za pol dneva...in potem dalje...imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam..., čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi.. Sem pa drugače zelo nezaupljiv na splošno do ljudi, mora preteči veliko časa, da se nekemu odprem..., hvala bogu, da sem našel tako partnerko...vsaj za nekaj časa... sedaj sva šla narazen... (se zamisli, malo žalosten)... Večkrat pa pridejo taki spomini na um, kar neki fleši se prikazujejo, neki izseki, ki ne vem, kam jih dati... pa kar zavoham sosedo, njegov znoj... za bruhat... nisem maral svojega telesa...res ne, ...hotel sem se ga znebiti... zato pa sem se velikokrat samopoškodoval, rezal sem se po rokah, ... uh...kar težki časi so bili to... Prav krizo sem imel, ko sem se vse spominjal... težko sem se soočal s tem....

Ali je kdo takrat vedel (po tvoje) o spolni zlorabi in ni ukrepal?

Ne, po moje ne, tisto, ko me je foter zlorabljal, ni vedel nihče... mama je bila itak »adijo«, v svojem svetu, z dojenčkom - mojim bratom, potem je foter kmalu šel, ko sem bil star ene 10 let, ...in to nisem mami nikoli povedal...sem že razmišljal, da bi ji...pa nisem vedel, na kakšen način...saj bi jo kap, pa še malega otroka je imela, pa en kup skrbi za hišo in gospodinjstvo... mislim, da mi ne bi nikoli verjela, kaj mi je foter počel... in sem se odločil, da ji nikoli ne bom povedal. To sem zdaj že nekako sprejel in brez veze je še enkrat rane odpirati in kopati po tem... Tudi razmišljal sem, da bi bratu zdaj povedal, pa mu tudi nočem uničiti življenja...on bi mi po moje verjel, samo ga nočem sedaj s tem matrat... ne vem, mogoče 1x v prihodnosti, bom videl, kako bo teklo življenje naprej... V glavnem o zlorabi fotra ni vedel nobeden...

Tole od sosedo pa sem 1x znorel, ko se je sosed napil in začel kričati na mamo in ji groziti... takrat sem pa res pobesnel...brnil sem jo, njega pa nagnal domov in mu zabičal, da se niti 1x več ne prikaže pri nas, drugače ga bom prijavil...pa je neki vpil nazaj in se delal pametnega «kakšna prijava, kakšna prijava, ...smrkav'c, ti je bilo pa fajn, a ne? », tako da od takrat naprej je dal mir...tudi nekam se je odselil kmalu, najbrž staršem na Gorenjsko. Tako da je mama ostala sama...saj, hvala bogu,...je imela vsaj mir..., in smo od takrat naprej sami živeli, v miru...mama je bila kul, potem je postala taka prava mama, lahko tako rečem, kakor da bi se ji en materinski čut prebudil... ona je bila bolj taka prej, pasivna, ni se hotela vpletati in boriti, važno da je šlo vse na izi naprej...

Pa si komu potem sam povedal o spolni zlorabi in kdaj? Če nisi, zakaj ne?

Ja..., sem povedal mami o zlorabi, v afektu, takrat ko je sosed norel. Povedal sem ji, kaj mi je delal, kako me je uničeval... mami sem povedal za soseda, za fotra pa ne, in za fotra ne bom nikoli povedal mami... (odločen...), povedal pa sem kolegu, pa ženi, ki o tem molči... sem jo prosil, naj ne pove nikomur...

Kaj pa je rekla mati, kako se je odzvala?

Hmmm..., nič kaj fajn njen odziv... itak jo je najprej kap... v prenesenem pomenu, v glavnem v šoku je bila, frapirana... sploh ni mogla verjeti... potem pa je bila jezna na soseda, in sama nase... kako to, da tega ni videla... jokala je kot dež... komaj sem jo potolažil, ...kar naprej je govorila, »sine moj, jaz sem kriva za to, nisem spregledala, nisem videla... joj... oprosti mi, ...«, pa sem ji oprostil oziroma saj ji nikoli nisem zameril, saj je bila boga tako kot jaz... Sicer ji nisem povedal podrobnosti in koliko časa se je dogajalo, ker ne bi preživela, da to sliši. Že zdaj bi skoraj umrla, tako je bila izmučena... kot bi doživela živčni zlom. Brat ni bil zraven takrat, je bil v varstvu, in itak ni vedel o tem. Sem mu povedal zdaj, ko je starejši, pa samo za soseda, in nič za fotra. Pa itak je bil tudi on v šoku, je pa verjel in me potolažil, znal je narediti pravi korak...

Kaj pa tole- kako se je končalo vse skupaj, zlorabe mislim?

Ja, tako kot sem že povedal- prva zloraba od fotra se je končala, ko se je odselil stran, takrat sem bil star 10 let, druga zloraba od soseda pa po enem letu, ko sem bil star 13 let. Me je pa zaznamovalo vse skupaj za cel lajf...

Kaj pa brat, misliš, da je bil tudi on zlorabljen, ali od očeta ali od soseda, ali pa od koga drugega? Kaj veš od tem?

Brat mislim, da jo je dobro odnesel, ni se ga noben dotaknil, sem skoraj 100 %. Vem, da foter ga ni, upam da ne... nikoli ni o tem govoril, pa tudi ni tako poškodovan kot jaz, je normalen človek, moški. Sosed ga pa tudi ni, ker je imel preveč dela z mamo in mano (*se zasmeje*)... ni imel časa... pa kot sem videl in opazil, soseda niso privlačili otroci, če lahko tako rečem. Njemu sem bil tarča jaz, in mama, itak... Tako da tudi za brata lahko rečem, da se ga sosed ni pritaknil ... saj takrat, ko sem mu povedal, ni nič omenjal, da bi njemu sosed kaj naredil. Tako da mislim, da je brat »cel, živ in zdrav«.

Poznaš mogoče še koga, ki je bil/bila v otroštvu spolno zlorabljen/a?

Poznam, ja, mojega kolega, je bil tudi zlorabljen..., sva se spoznala na enih delavnicah. In potem še par ljudi, ki nismo tako v kontaktu, so pa tudi z delavnic za preživele o zlorabi.

Zdaj pa greva na okrevanje. Kako si predstavljaš »okrevanje«, o katerem govorimo v intervjuju?

Okrevanje, okrevanje... jaaaa, hmmm, kar hud postopek... sedaj že vse čas poslušam o tem, pa ko sem se odločil, da moram kaj narediti glede zlorab, ker se mi je že mešalo, nisem mogel več prenašati to... Okrevanje je v glavnem en tak dolg proces, ki je zelo mučen, in zato moraš biti vztrajen, da lahko kaj zase narediš. Mislim, da je najpomembnejše, da si najprej priznaš, da si bil zlorabljen, in da sam ne boš mogel čez to. To je prvo, se mi zdi... potem pa itak pride vse na plan, kar imaš potlačeno v sebi..., vsa čustva, vsi spomini, ki jih je potrebno zgraditi po delčkih skupaj, kot da sestavljaš eno uganko... ker ti manjkajo slike in delčki... ki jih ni in ni od nikjer, veš pa, da so se zgodili... to je najhuje, sestavljati delčke skupaj.. ko se hočeš spomniti vsake malenkosti, vsake slike, kje je bilo, kdaj je bilo, kakšno je bilo vreme, kako sem bil oblečen... vse to ti hodi po glavi in buta ven... neki fleši pridejo, vse podoživljaš ponovno... skoraj v hujši obliki... ko so vse zavore in obrambni mehanizmi popustili... ampak ne bom odnehal zdaj, zdaj saniram um in telo... (*se zasmeje*)... če se da sploh še kaj narediti... mi gre pa kar dobro.

In kako si se soočil z okrevanjem? Si si poiskal kakršno koli pomoč? Ti je kdo pri tem pomagal?

Ja, sem poiskal pomoč. Ni mi nihče pomagal, sem kar našel na internetu, čisto tako naključno, da so ene delavnice oziroma neke skupine za podporo, za žrtve spolnih zlorab. In sem rekel, da bom probal, saj izgubiti nimam kaj... In sem šel, najprej je bila skupina mešana, moški in ženske, potem pa so skupino ločili po spolu,

ker je bilo ženskam hudo in težko govoriti pred nami moškimi. Pa smo se potem tudi mi moški bolj odprli na skupini. Tam je bil psihoterapevt in še en njegov pomočnik.

Ali ti je pomoč in podpora pomagala?

Je, je, mi je pomagalo in mi še. Vsaj toliko, da sem ostal na realnih tleh, da nisem odtaval stran, pa da se mi ni zmešalo..., ker sem bil že na meji... nisem več zmogel. Pa me je potem tudi žena podprla in svetovala, da bi bilo fajn najti eno pomoč..

Ali se tudi danes še poslužuješ kakršne koli pomoči glede soočanja in predelovanja s posledicami spolne zlorabe?

Ja, itak, še vedno hodim na to podporno skupino, že 5 let, in sem se kar porihtal, to mi pove žena in ta kolega tudi vidi napredek pri meni. Čeprav je bilo na začetku težko, ker nisem zdržal, ko smo govorili o tem, pa sem hotel kar nehati...tako da parkrat nisem šel, pa me je poklical vodja skupine, in sva se pogovarjala, pa je svetoval, da vsaj še 1x pridem na skupino in bom potem videl naprej...in sem šel še 1x in potem hodil in hodil, za kar mi ni žal. Sem ponosen nase, da nisem obupal... Pa vmes sem začel hoditi terapevtki, ki mi pomaga se soočati z zlorabo...in potem imam v kompletu - skupino in terapije, pa pomaga zelo....Pa 1x sem probal iti bioenergetiku..je bilo kar zanimivo... sem še parkrat šel in sem se bolj umirjen.

Najbrž imaš osebo (ali več oseb), ki ti stoji-jo ob strani in te podpira-jo še sedaj pri okrevanju?

Ja, kot sem že omenil, je to kolega iz skupine, s katerim sva skupaj hodila na delavnice za moške, tiste, ki so preživeli nasilje in zlorabe. Pa itak, moja žena... je bila velik podpornik, zdaj malo manj, ker sva ločena...a mi vseeno stoji ob strani in me spodbuja... ni kaj, prava ženska, taka, ki zna prisluhniti in vedeti, za kaj gre.

Kakšen je bil odnos tvojih nezlorabljalajočih staršev do tebe - kako so se soočili z zlorabo (z razkritjem), ali so te podprli, ti pomagali pri okrevanju?

Prej sem že povedal o mami, ona me ni zlorabljala, foter me pa je - ona ni vedela o zlorabi s strani fotra, edino vedela je o zlorabi s strani soseda. Najprej je bila v šoku, komaj je dojemala, mi je pa verjela, in imela je občutke krivde, ker ni že sama tega prej videla ali ugotovila. Kar malo sem se ji smilil, me je kar nekaj časa spraševala, kako sem, kako se počutim, če greva k zdravniku, ali da mi najde terapevta...pa prijaviti na policijo...pa sem rekel, da ne, rotil sem jo, naj ne gre nikamor prijaviti, ker me je sram, vsi bodo s prstom name kazali, pa še verjeli mi najbrž ne bi. Sosed bi pa itak vse zanikal in me potlačil še bolj, kot pa sem že bil... Pa je potem mati nekako sprejela to, vedno me je razumela in podpirala, ko je videla, da mi posledice udarjajo ven...takrat je odigrala svojo materinsko vlogo... je pa razumela glede prijave na policijo, in ni nikoli več to omenjala, se je sprijaznila s tem, da bi mi naredila več škode kot koristi s prijavo... tako da to leži sedaj na njeni duši, tak filing imam... Foter vemo, da me je zlorabljal in tega nihče ni vedel, to sedaj ve samo kolega, pa bivša žena...in oba bosta tiho o tem. Mami pa itak ne bom nikoli povedal o tem...ni šans... ne bi preživela še te tragedije, že tako je slaba z zdravjem... (se zamisli...)

No, kakšen pa je bil odnos tvojih bližnjih do tebe (prijateljev, partnerja_ke, sorodnikov)- kako so se soočili z zlorabo (z razkritjem), ali so te podprli, ti pomagali pri okrevanju?

Kdor ve, mi je stal ob strani in me podpiral in me še podpira... to je kolega in bivša žena.. sorodniki ne vedo in ne bodo zvedeli nikoli...dovolj je, da en ali dva vesta...in ne cel svet. Važna je kvalitetna podpora in ne kvantiteta govoric o zlorabi.. S kolegom skupaj hodiva 2x na mesec na skupine, potem pa ima 1x mesečno še terapijo, pri kateri zelo napredujem. Pa začel sem malo v naravo hoditi in kolesariti, ker prej sem bil čisto zapuščen, nič se nisem gibal, samo pred televizijo sem sedel, pa igrice sem špilal...potem pa ni čudno, da žena odide... (se zasmije)...

In sva že odgovorila tudi na to, kako so se bližnji odzvali, ko so prvič zvedeli o tvoji spolni zlorabi.

Mama je bila tista, ki sem ji povedal za soseda...ponudila je pomoč v smislu, da bo naredila vse, kar je v njeni moči, da mi pomaga... in je bila uspešna pri tem, to sem takrat rabil...potem smo čedalje manj o tej zlorabi govorili in tudi sedaj ni govora o tem, to se samo čuti lahko...

Ali si se do sedaj že soočil s storilcem? Ali imaš še željo soočiti se z njim? Če ne, zakaj ne?

Ne, s fotrom ne, in se ne bom soočil, je že umrl, in se tudi ne bi, tudi če bi bil živ... Nekako bi se mi zdelo brez veze, ker bi tudi on zanikal in se delal norega in nevednega,, jaz bi pa izpadel spet kreten. S sosedom pa tudi ne, sem ga potem samo parkrat videl, zapitega, tako da me tudi ni poznal. Soseda sem samo takrat nagnal in nadrl in to je dovolj. Nimam potrebe se nekako soočiti z njim, zdaj pa sploh ne. Ker nima smisla, nič ne bo pomagalo, on bi itak vse zanikal, in me s tem še 1x zlorabil... ne rabim tega sedaj, zdaj imam drugo pot, ki mi daje moč!

Kaj meniš o tem, da je spolna zloraba v Sloveniji še vedno tabu tema?

Je tabu tema, res, in to velika. In vse to zaradi mitov o spolni zlorabi, ki jih ljudje jemljejo »čisto zares«. Vidim na splošno, če je kdaj kaj takega po TV ali internetu, pa se potem kaj pogovarjam z ljudmi, pa ker rečejo, ah to je brez veze, to so vsi občutljivi in že vse ne tem svetu je zloraba. Tukaj vidimo veliko neznanja ljudi...zakaj je tako, ne vem...mogoče kaj več v šolah o tem govoriti, imeti pri kakšnem predmetu predavanje o tem. Nekaj, kar bi že mali otroci vedeli, da ni prav.. Saj obstajajo poučne risanke ali knjigice, samo če ni ljudi, ki bi to poučevali in podajali snov naprej, ne bo nič... Pa slovenski narod je že tako znan kot tak apatičen, potuhnen, sami sebi se smilimo preveč...tak nemotiviran narod smo...

Kaj bi še predlagal npr. na državni ravni, da bi se o spolni zlorabi več govorilo? Imaš kakšne predloge za nove programe, nove storitve, ki bi jih izvajali strokovnjaki/nje, da bi bilo okrevanje za odrasle preživele lažje?

Tako, kot sem rekel, več obveznih programov v šolah, v vseh šolah – osnovni, srednjih in tudi na faksu. Prav tak obvezen program bi moral biti, da ga država vpelje v obvezen urnik. Pa itak se mi zdi, da nas tudi eni zakoni ali konvencije zavezujejo, da delamo na zlorabah. To sem videl zadnjič po TV, ena oddaja je bila na temo nasilja in zlorab. Pa da ne bi bile tako dolge čakalne dobe, da bi prišel človek hitro k terapevtu, ker pomoč se potrebuje takoj, ne da čakaš ali pa moraš iti samoplačniško, to kar drago pride. Sem hodil sam nekaj časa samoplačniško, pa sem zapravil morje denarja... To je sistemsko treba rešiti v zdravstvenem sektorju, 1x ... sedaj je itak vse zmešano.

Tako in sva že proti koncu. Kako je vplivala in še vpliva spolna zloraba na tvoje življenje sedaj? Kako živiš s tem?

Zloraba je zelo vplivala name, še posebej tista iz otroštva, s strani fotra, in potem tudi tista od soseda... Ma, na vseh področjih vpliva...na partnerskem, na prijateljskem, na službenem, na ekonomskem... ni da ni. Cel lajf imaš pokvarjen zaradi tega, ker ti je bilo v otroštvu nekaj odvzeto, imel si veliko izgubo otroštva, identitete...sploh ne veš, kdo si, ta zloraba te zaznamuje za naprej. Kot nek zgubljen primerek si, kar tavaš včasih okoli... potem se pa le najdeš nekako..(se zasmije)...

In imaš še kakšno sporočilo za vse preživele žrtve, ki so na poti okrevanja? Imaš kakšen napotek, usmeritev za njih? Nekaj vzpodbudnega za konec...

Imam! Ne obupati, vse se da rešiti, tudi če je težko, samo prvi korak je potrebno narediti in potem se ti pomoči samo razkrivajo in jih imaš na dlani...in jo izbereš... in za vsakega se najde prava pomoč, samo verjeti je treba v to. Držim pesti za vse, ki okrevajo po zlorabi in se učijo na novo zaživeti...hvala za sodelovanje, je tudi meni pomagalo, da sva se pogovarjala o tem. Hvala še enkrat.

Hvala Matevž, da si sodeloval pri nalogi. Srečno ti želim.

Hvala enako. Lep pozdrav.

PRILOGA 6: DOLOČANJE ENOT KODIRANJA

1. Potek travmatske izkušnje spolne zlorabe v otroštvu in strategija storilca

Izjava (enota kodiranja)	Pripisan pojem (odprto kodiranje)	Podkategorija
Moje življenje in otroštvo ni bilo posuto z rožicami. <u>Naj kar povem, da sem bila večkrat posiljena in zlorabljen s strani dedka</u> (Breda 1)	Posilstvo in spolna zloraba s strani dedka	Preživela žrtev spolne zlorabe
To se je dogajalo že prej, ko sem bila še doma, nisem še hodila v šolo, vendar sem mislila, da je to dokaz ljubezni, da me <u>ima dedek rad, da se z mano igra in je del igre vse to.</u> (Breda 2)	del igre, ljubezen s strani storilca predšolski otrok	Način spolne zlorabe Strategija storilca
In v dopoldnevih, ko sta bila starša v službi, jaz pa še doma, sem hodila k njima se pazit in igrat. Nisem bila še v šoli, <u>torej sem bila stara okoli 6 let</u> (Breda 3)	Dogajanje doma, starost žrtve Starost žrtve	Družina
<u>Pa sem ga čudno pogledala, pa je rekel, »nič se ne boj, vidiš, da te imam rad...« in sem si mislila, da on že ve, da tako mora biti...čeprav sem se nekako čudno počutila, pa ne znam opisati, kako...na tak način, kot na čutiš, da nekaj ne štima</u> (Breda 4)	storilec »Imam te rad« - storilec govori žrtvi Čuden občutek -čudnost	Strategija, taktika storilca občutki
<u>...vedno je našel čas, da sva bila sama. Prav prefinjeno je vse izpeljal in me ovijal okoli prsta s svojimi obljubami, da mi bo kupil novo punčko, da bova šla na sladoled in kupit bonbone.</u> (Breda 5)	Nagrajevanje in podkupovanje s strani storilca Obljube Kupovanje sladkarij, igrač	Taktika storilca-način spolne zlorabe
<u>...tako da ko sem sedela na kavču, me je božal po stegnih in šel z roko tudi v moje hlačke... in rekel, da me bo malo pobožal, ker sem pridna</u> (Breda 6)	Spolna zloraba na način dotikanja, božanja, pohvale	Potek spolne zlorabe
<u>...potem mi je mojo roko dal na svoje spolovilo, ki je bilo že otrdelo...pa sem se zdrznila in me je podučil, da je to samo znak, da je vesel in da mu je lepo ter da je to fajn delati...in to je bilo 1x na dan...potem se je obnašal, kot da ni nič, sva se igrala dalje, šla sva pomagat babici kuhat... z eno besedo- vse je premislil in naredil plan, kako bo kaj speljal, da ne bo nihče zvedel... imel je totalno oblast nad mano, in moč, jaz pa s</u>	Spolna zloraba na način dotikanja, božanja, masturbiranja, Nadzor in premoč nad žrtvijo Spolnost kot igra Moč storilca	Taktika storilca-način spolne zlorabe

<u>svojo šibkostjo napram njemu sem mu lahko samo sledila in ga ubogala..(Breda 7)</u>	Nemoč žrtve Ubogljivost žrtve	
<u>In potem se je to dogajalo par let, res dolgo.... (utihne), pa najbolj se počutim krivo jaz, ker mi je bilo lepo in sem uživala v tem... imela sva en tak svoj obred, sigurno dvakrat tedensko, tudi popoldne sem kar sama hodila tja po šoli, kot bi bila vesela na en čuden način, ker sem vedela, kaj sledi. (Breda 8)</u>	Spolna zloraba kot obred Trajanje spolne zlorabe Uživanje v zlorabi -občutek krivde Navajenost na zlorabo Sprejetje zlorabe	Način spolne zlorabe Odnos storilec-žrtev Normalizacija spolne zlorabe
<u>Tako da sem ga morala počasi zadovoljevati, z roko, (tišina)... in sva bila sama v spalnici 1x, babi je bila pri sosedih...pa je rekel, če se greva zdravnike igrati, da je on padel in se udaril, jaz pa sem zdravnica in ga bom pozdravila (Breda 9)</u>	Spolna zadovoljitev storilca, zloraba na način igre igra »zdravnikov«	Način spolne zlorabe Taktika storilca
<u>On pa vstal, se oblekel, kot da ni bilo nič in rekel, naj pridem z njim sedaj, greva še malo televizijo gledat. In sem šla, vsa prestrašena in tiho. Mi je pa na en tak strog način rekel, naj nobenemu ne povem o tem, da je to najina skrivnost in igrice, in da če bom hotela, se bova še to igrala. ... seveda sem bila tiho kot grob... nikoli nobenemu nič rekla... Breda 10</u>	Skrivnostnost spolne zlorabe Ignoriranje spolne zlorabe s strani storilca Strah, tišina s strani žrtve	Taktika storilca-način spolne zlorabe Način odziva žrtve Obrambni mehanizem
<u>...in me je on povijal in me božal pod hlačkami, tut prst mi je dajal noter... pa poljubljal, objemal, otipaval... jaz pa odrvenela in zaprepadena, hkrati pa mi je bilo lepo, tisti občutki božanja... zato pa mi gre zdajle, ko to govorim, na bruhanje (Breda 11)</u>	Božanje, poljubljanje, objemanje, vtikanje prsta Prijetni občutki in gnus-ambivalenca Zamrznitev, zaprepadenost žrtve Gnus	Taktika storilca-način spolne zlorabe Poseg v telo žrtve Način odziva žrtve Obrambni mehanizem
<u>Ja, par let, 5 let, sva imela svoje igrice, vse skrivala. Tega je bilo toliko veliko...ne bom vsega govorila... samo par stvari... imela sva že kar en odnos, bi lahko rekla sedaj za nazaj. Pa me je nagrajeval, kupoval, kar sem hotela-sladkarije, igrače, razne družabne igre, 1x mi je kupil lepo oblekico z rožicami, ki je hotel, da jo imam oblečeno, ko se igrava...da me je z lahkoto božal po nogah in gor..., (Breda 12)</u>	Trajanje zlorabe Zloraba kot odnos Nagrajevanje s strani storilca Kupovanje oblekic Igrice	Trajanje zlorabe Način spolne zlorabe Način spolne zlorabe-strategija storilca Odnos storilec-žrtev

...in hkrati dal vedeti, da če komu povem, bo on vse zanikal in bom jaz kaznovana in vsi bodo o meni grdo govorili. (Breda 13)	Grožnje s strani storilca kaznovanje	Taktika storilca-način spolne zlorabe
Ni bilo kot takrat, ko je bil kar nežen in sva oba nekako uživala... Zdaj pa je bil čist' podivjan. Odpel si je na silo hlače in mi potegnil še moje spodnje hlače dol in začel s spolnim udom, trdim, riniti v mene...(Breda 14)	Nežnost, uživanje Nasilje pri spolni zlorabi Spolni odnos-zloraba	Odnos storilec – žrtev Nasilje Poseg v telo žrtve
...rotila sem ga, naj neha, da zdaj bom pa res povedala vsem, pa me je na silo prijel za usta in rekel »Kaj boš, opica mala? Komu boš kaj rekla? Boš že vid'la, kaj ti bom naredu! Tako te pa ne maram, veš...Rajši uživaj kot do zdaj...pa tiho bod'« Pa sem vpila, »ne, ne, nehaj dedi, babi gre...vid'la naju bo.« in jaz vpijem dalje...babi me ni slišala...jaz sem bila vsa že izmučena, nisem ga mogla več obvladati in sem ga ugriznila v roko..nato me je spustil, nekaj zaklel, jaz pa sem se izmuznila ven in stekla na vrt, kjer je bila babi...(Breda 15)	Nasilje, grožnje s strani storilca Vpitje žrtve Zmerjanje Vpitje žrtve, pobeg žrtve	Odnos storilec - žrtev Nasilje Obramba žrtve
Ampak jaz sem kar tekla, skoraj napol oblečena . v sosednji kraj, drugi babici in sem ji povedala vse, kar se je zgodilo... (Breda 16)	Reševanje žrtve- pobeg Žrtev pove babici	Obramba žrtve Razkritje spolne zlorabe s strani žrtve
...babi je verjela meni, me je potolažila, govorila, da nisem nič kriva, da bo sedaj vse dobro..... (Breda 17)	Žrtev zaupa babici Tolažba s strani babice Verjetje s strani babice	Podpora s strani nezlorablajočih bližnjih
Moj oče je takrat res znorel, dedija je prav napadel in ga stisnil za vrat. ..smo mislili, da ga bo zadavil, še jaz sem vpila, naj neha... on pa kar norel, »Samo še 1x, ti glavo odbijem...in itak te grem prijav't.« Tudi mami je oči povedal...mami se je čist ' podrla in sesula.... (Breda 18)	branjenje žrtve Verbalni in fizični napad na storilca s strani očeta Grožnje storilcu s strani očeta Oče razkrije materi zlorabo Šokirana mati	Odziv očeta Posredna podpora s strani očeta Odnos oče-hči Razkritje zlorabe materi
Potem se je dedek sam odločil, da se izseli, šel je v en star vikend živet... pa pogojno je bil obtožen. To vem, da so bili eni postopki, pa mene so nekaj spraševali, kaj je bilo...pa nisem kaj dosti povedala, kot da se nisem spomnila, kot da je vse zbledelo...(Breda 20)	Odhod dedka Pogojna obtožba dedka Zanikanje zlorabe-potlačitev	Ukrepi institucij Strategija preživetja žrtve
To je bilo pa grozno, res...ker je bil to dedek, oseba, ki te ima	Groza	Občutki

<u>rada...najprej ta filing krivde, da sem jaz tista, ki povzroči, da je dedek bil tak.. ...pa en tak gnus se je pojavljal, pa srh po telesu, ko sem videla, kaj mi dela, in da v bistvu me nima rad, kot je govoril...Pa največ sramu, mene je bilo tako sram, že pred samo seboj...sploh nisem mogla pomisliti na to...In strah, me je čisto ohromil...pa včasih sem bila živčna in vznemirjena, ker sem hotela, da se hitro vse skupaj konča. Pa jezna sem bila na njega, zelo, skoraj besna..., da bi ga spraskala celega...(Breda 21)</u>	Krivda Gnus Srh po telesu Ugotovitev, da je dedek nima rad Sram Nesprejemanje lastnega telesa Strah Ohromelost telesa zaradi strahu Živčnost Vznemirjenost Jeza- bes	Način odzivanja žrtve Telo
<u>Aaaa..., med zlorabo sem kar nekako odtavala, ne znam prav ubesediti, kot da nisem tukaj prisotna, ni me bilo več v telesu...ker mi je bilo hudo, pa grozno, pa bolelo me je včasih, ko je bil preveč grob... kot da tam nisem bila jaz, kot da gledam nekje od zgoraj ali od strani... In vem tudi to, da sem morala vse imeti pod kontrolo, kje se kdo nahaja, kdaj kdo pride, če so glavna vrata zaklenjena, zakaj mame toliko časa ni domov...skratka totalen nadzor, in tako sme se počutila varno, da sem jaz imela vajeti v rokah, kaj se zunaj dogaja...pa itak tudi miselna zmedenost ali odsotnost..., kar zasanjana sem bila večkrat. (Breda 22)</u>	Disociacija Bolečine »Pobeg iz telesa« Nadzor nad situacijo in popolna kontrola Nenehna čuječnost Zasanjanost Zmedenost Miselna odsotnost Zasanjanost	Strategija preživetja in obrambni mehanizmi žrtve Strategija preživetja in obrambni mehanizmi žrtve
<u>Ja, kar veliko zlorab sem imela in veliko storilcev...ko sem šla potem v srednjo šolo, se je tudi nekaj zgodilo. Ko sem šla domov enkrat iz šole, pa je bil en fant, ki sem mu bila všeč...stara sem bila 17 let takrat (Breda 26)</u>	Več zlorab Starost žrtve	Drug storilec spolne zlorabe
<u>Ko sem se pa 1x vračala iz šole domov, me je zasledoval. Bilo je že zimsko obdobje, zato je bila že tema zunaj. Tam je bil park in me je tam počakal, in res grobo napadel, (tišina)...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno... Sem vpila, jokala, on je pobegnil in jaz sem sama ostala tam. In kaj naj potem? ... sama sem bila sredi parka, vsa prestrašena in objokana, tresla sem se, zeblo me je...imela sem</u>	Zasledovanje žrtve s strani storilca Znan storilec Napad na žrtev Nasilje s strani storilca Posilstvo Strah Jok Tresenje telesa	Odnos storilec – žrtev Strategija in taktika storilca Prve posledice spolne zlorabe Telo Fizične poškodbe

<u>praske in podplutbe potem</u> ...(Breda27)	Poškodbe- praske	
<u>Na začetku vem, da sem morala imeti vse pod kontrolo, vse ljudi in vse dogodke, da sem se počutila varno, ...pa itak vsa ta moja zasvojenost, da sem zbežala...</u> (Breda55)	Kontrola in nadzor Zasvojenost Bežanje od situacije	Strategija preživetja in obrambni mehanizmi žrtve
Otroštvo tudi ni bilo preveč lepo. Seveda kot otrok se tega takrat ne zavedaš... (<i>tišina</i>) ...ampak če sedaj pomislim, vse izvira iz tega... vsa grenkoba, vse hudo, kar se mi je zgodilo. Takole je bilo... <u>Moj oče je imel enega dobrega prijatelja, v glavnem sta bila nerazdružljiva</u> , skupaj sta preživljala prosti čas velikokrat... <u>in jaz sem počasi odraščala in ta moški, bi lahko sedaj rekla, da se je zagledal vame</u> in je hodil 2x-3x na teden k nam na obisk ..(Jožica1)	Grdo otroštvo Očetov prijatelj Obisk očetovega prijatelja na domu Prijatelj je storilec Prijatelj se zagledal v žrtev	Preživela žrtev spolne zlorabe storilec - prijatelj očeta Strategija in taktika storilca Vzpostavitev stika storilec-žrtev
...in <u>mi</u> govoril, ko sva bila sama, če je šel oče dol v klet po <u>pijačo</u> , da sem mu všeč, in kako <u>me ima rad...</u> (<i>zamišljena</i>).... <u>Počasi se me je tudi dotikal...najprej po rokah, nato po še stegnih, me je božal...</u> (Jožica2)	Zavajanje žrtve s strani storilca Govoril, da ji je všeč Dotikanje po rokah, stegnih	Način spolne zlorabe Poseg v telo žrtve
...jaz sem bila otrpla in sem se bala, da nisem mogla stran in se <u>premakniti...</u> (Jožica3)	Otrplost, zamrznitev strah	Strategija preživetja
...nato je prišel oče gor, <u>in on je nehal.. obnašal se je kot da se ni nič zgodilo, jaz pa sem zmrznjena strmela skozi okno...</u> «(Jožica4)	Ignoranca storilca Otrplost, zamrznitev žrtve	Strategija in taktika storilca Strategija preživetja žrtev
...zato me je še oče vprašal, kaj mi je, če mi je slabo... <u>jaz sem se samo zdržila in rekla »ah, nič ni, sem dobro...</u> (Jožica5)	Minimaliziranje Zanikanje spolne zlorabe	Strategija preživetja žrtev
...ta prijatelj je potem še večkrat hodil k nam, <u>potem mi je začel nositi še sladkarije in prav čutila sem, da me ne nek način podkupa in hoče, da sem mu na razpolago...</u> (Jožica6)	Podkupovanje žrtve s strani storilca	Strategija in taktika storilca
Večkrat je tudi <u>izkazoval skrb do mene, naj bom previdna, da so zunaj grozni ljudje, še posebno moški, ki bodo od mene kaj hoteli...</u> (Jožica7)	Skrb za žrtev s strani storilca	Strategija in taktika storilca
Jaz ga nisem čisto razumela, vem pa, <u>da sem mu samo kimala in bila tiho</u> (Jožica8)	Zmedenost Nezmožnost govorjenja	Odziv žrtve

...ne vem, <u>vedno sem bila sama, ko se je to dogajalo. Vse to je šlo že čez vse meje, zmeraj je kar nekaj govoril in blebetal, kot da hoče pozornost preusmeriti ali pa me zavesti in zmešati. Potem za njega ni bilo več meja, kar na silo me je objel, nato pa poljubil...</u> , (Jožica9)	Žrtev sama doma Prekoračitev meja Preusmerjanje pozornosti s strani storilca Manipulacija s strani storilca Nasilno poljubljanje, objemanje	Stanje žrtve Meje Strategija in taktika storilca
... <u>jaz sem bila itak čisto paf in v šoku, nakar je kar nadaljeval, bil je ves nagravljen in slinast...fuj, če se sedaj tega spomnim... res fuj, ogabno...vse se je stopnjevalo... bala sem se ga zelo...</u> (Jožica10)	Šok žrtve Gnus do storilca Stopnjevanje zlorabe Strah žrtve	Obrambni mehanizmi žrtve
Ko je on slišal, da gre oče gor po stopnicah, je hitro se usedel nazaj <u>za mizo in bral časopis in se delal, kot da nič ni, bil je ves zatopljen v zgodbo v časopisu. Tako da oče itak ni nič posumil. Jaz pa spet bila vsa trda in zmedena..</u> (Jožica11)	Ignoriranje s strani storilca Zmrznjenost žrtve Zmedenost žrtve	Strategija in taktika storilca Obrambni mehanizmi žrtve
Ja, to se pa prav dobro spomnim, <u>hodila sem v 7. razred. Vsega se tako dobro spomnim...kot bi bilo prejšnji teden... (malo se zasmije)...stara sem bila 13 let.</u> (Jožica12)	Začetek zlorabe	Starost žrtve ob spolni zlorabi
Ja, poznala sem ga, kar dobro, bi lahko rekla. <u>Torej on je bil od očeta taboliš kolega. Lahko bi rekla, da sta bila kot »rit pa srajca«.</u> (Jožica13)	Storilec - očetov prijatelj	Znan storilec
<u>Prav prefinjeno</u> , bi jaz temu rekla sedaj, <u>čeprav takrat nisem imela pojma na začetku</u> , kasneje mi je bilo čisto jasno. <u>On je imel prav plan narejen, kdaj bo prišel, kaj bo rekel, kaj mi bo prinesel. Kot da me podkupa in hkrati veže na svojo stran, da bi se mu zaupala in bila tudi kot frendica.</u> Tako mi je enkrat rekel, če bi bila prijatelj. Seveda sem rekla ja, kaj drugega mi ni preostalo... tako kot sem že prej povedala, <u>je ratat že čisto nasilen...</u> (Jožica14)	Prefinjenost zlorabe s strani storilca Žrtvi neznano dogajanje Planiranje zlorabe s strani storilca Podkupovanje Želja po prijateljski vezi med žrtvijo in storilcem Nasilnost storilca	Potek spolne zlorabe Strategija in taktika storilca Odnos storilec žrtve Značilnost storilca
... <u>jaz pa zmedena, otrpla, v šoku... Zdaj je začelo biti že prav grozno...mene pa čedalje bolj strah...nisem vedela, kaj naj naredim, naj vpijem, naj komu povem,... nič, čisto nič nisem mogla...kolikokrat se zato</u>	Zmedenost Otrplost Šok Groza Ohromelost žrtve Občutek krivde	Strategija preživetja in obrambni mehanizmi žrtve

<u>počutim kriva do amena, res grozno...</u> (Jožica15)		
<u>Začel me je na silo stiskati in slačiti majc'o. Potem sem se začela upirati in kriliti z rokami, ampak ni pomagalo. Postal je kar nasilen in mi zvil roke za hrbet...in mi na ušesa zašepetal, zagrozil...«Pazi se, če boš povedala očetu, kr boš vid'la, kaj bom naredil s tabo...».</u> On je bil itak velik in močan, tako da fizično se z njim kosati, ni imelo smisla, pa še bala sem se ga, kot sem že rekla. <u>In jaz sem bila ustrahovana in itak se nisem upala povedat. Pa še vprašanje je, če bi mi oče verjel, ker ta prijatelj je bila za njega »svetinja«.</u> (Jožica16)	Nasilen storilec Upiranje žrtve Grožnje storilca Strah žrtve Dvom, ali bi oče verjel žrtvi	Potek spolne zlorabe Strategija preživetja in obrambni mehanizmi žrtve
<u>....on je čedalje bolj rinil vame, majico mi je skoraj strgal...(tiho, zamišljena)...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala... te bolečine, psihične grozote... nisem imela nobenega oziroma jaz bi se že upala mami povedat, ampak sem se bala, bala, zelo bala... kaj bodo naredili z mano...Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...</u> (Jožica17)	Nasilnost storilca Strah Zaprto vaze Psihične in fizične bolečine žrtve Strah povedati očetu Strah pred nasiljem s strani očeta	Potek spolne zlorabe Strategija preživetja in obrambni mehanizmi žrtve Odnos hči-oče Nasilje
Ta <u>norc me je spolno zlorabil, ta čudak in manijak... (jezna) ..jaz sem se upirala, upirala...nisem mogla nič...on je bil od mene takrat 16 let starejši, jasno, da jaz kot punčka 13 letna, on pa 29 let star, bil je poročen, imel je familio. Poznala sem tudi ženo, in vse otroke. Normalno, da si nisem upala nič narediti, ali pa komu povedati...tako da lahko povem, da je bil on tisti, ki mi je vzel nedolžnost</u> (Jožica17)	Imenovanje storilca Starost žrtve in starost storilca Poznanost žene in otrok Strah žrtve povedati Izguba nedolžnosti	Odnos storilec-žrtev Strah razkritja Poseg v telo žrtve
To so bili zame grozni časi... <u>prejokala sem dneve in dneve, skrita v svoji sobi... in vso to bolečino sem morala potlačiti v sebe, da sem sploh lahko preživela, ker nisem mogla drugače. Nikjer nisem imela nikogar, ki bi mu to povedala, tudi prijateljicam ne, tudi mami ne, nikomur...</u> nekako sem imela neko <u>notranjo moč</u> , da sem se s tem soočila... in nekako sprejela..	Jok Potlačitev bolečine Osamljenost žrtve Ni podporne osebe Notranja moč žrtve	Odziv žrtve Strategija preživetja Stanje žrtve Pomanjkanje podpore žrtvi Vir moči za žrtev

.še zdaj ne vem, kako mi je to ratalo..res ne vem.. (Jožica18)		
Ja, sreča je bila ta, da <u>je bil on po službeni dolžnosti premeščen v drug kraj...</u> bil je policaj v naši regiji... in sem ga občasno videvala na ulici. No in leta so prinesla svoje... <u>ta zgodba se je izničila, zginila iz mene...</u> <u>jaz sem šla nato v srednjo šolo in so se najine poti razšle.</u> Tudi ni več tako prijateljeval z očetom...saj je bil v drugem kraju. (Jožica19)	Odselitev storilca v drug kraj Zanikanje zlorabe Potlačitev zlorabe Ni več kontakta s storilcem	Strategije preživetja Odnos storilec - žrtev
Nisem imela z njim nobenega več kontakta, <u>karkoli se mi je dogajalo v življenju, sem se spomnila te zlorabe, vedno je prišla na plan, ko je prišel tapravi trigger</u> , in evo ti, vse to se sedaj v <u>mojem življenju ponavlja...</u> vsa <u>prestrašena v zakonski vezi z možem, pa nasilje...</u> <u>in vse te stvari. A nimam kaj...živeti dalje.</u> (Jožica20)	Spominjanje zlorabe Podoživljanje zlorabe Ponavljjanje zlorabe v življenju Nasilje s strani moža Vdati se v usodo – ostajati žrtev	Spominjanje Strategije preživetja Mož - nasilje Sprejetje situacije
To pa se je zgodilo in <u>dogajalo med poletnimi počitnicami, vedel je, da imam 2 meseca frej in sem doma.</u> (Jožica21)	Dogajanje zlorabe Preračunljivost storilca	Trajanje zlorabe
<u>Niti na kraj pameti mi ni prišlo, da prihaja zaradi tega, da bi se karkoli dogajalo med nama dvema. In na začetku je prišel ves meden in prijazen do mene,</u> potem sem ga vprašala, kaj bi rad, da očita ni doma, mamice tudi ni. <u>Je rekel, »nič hud'ga«, jaz pa prijazna sem ga vprašala, če bi spil kavico...</u> (Jožica22)	Nepredvidevanje žrtve Prijaznost storilca Sodelovanje s storilcem Prijaznost žrtve do storilca-	Potek spolne zlorabe Strategija preživetja
<u>...malo sem se tudi bala, ker vem, kako je že prej z mano delal. Pa še hujše je bilo, ker sem bila čisto sama in če bi kričala, me ne bi nihče slišal...</u> <u>to mi je bilo najhujše.</u> (Jožica23)	Strah žrtve	Odziv žrtve
<u>On je kadil, pil je počasi kavo, me gledal, in nato vstal, šel proti meni. Jaz itak spet otrpnila...</u> <u>in on me je božal po lasih, govoril mi je , kako sem lepa, kako sem mu všeč že dolgo časa, pa da me ima rad, zelo rad, drugače tudi ne bi k nam prihajal...</u> <u>Božal me je še čedalje bolj grobo, po rokah, obrazu, nogah, tudi po riti, pa sem mu roke dajala stran, pa ni nič pomagalo...</u> (Jožica24)	Priprava storilca na spolno zlorabo Otrplost-zamrznitev žrtve Božanje povsod po telesu Hvaljenje žrtve s strani storilca, kako je lepa Grobost storilca Moč storilca Obramba žrtve	Strategija storilca Strategija preživetja Način spolne zlorabe Odziv žrtve

<u>...on je vztrajal, nadaljeval, govoril mi je, naj se ne bojim, naj bom vesela, da me ima rad in da me zato objema in lupčka...</u> (Jožica25)	Manipulacija žrtve s strani storilca	Strategija storilca
<u>.....jaz sem se upirala, govorila sem mu, naj neha, da bo lahko oči glihkar prišel, da mami pride kmalu domov...</u> (Jožica26)	Obramba s strani žrtve	Strategija preživetja
A ni nič pomagalo.. <u>on se je prav razjezil, kot en hudič je postal.. Povzdignil je glas in zavpil »Zdaj pa takole, če me ne boš ubogala in bila tiho, boš že vid'la hudiča, kaj se to prav'!</u> « in nadaljeval... <u>da se me zelo želi, da me hoče imeti vsaj 1x zase in naj ga poslušam, da mi nič noče slabega, le če ga bom ubogala</u> (Jožica27)	Jeza storilca na žrtve Grožnje s strani storilca	Odziv storilca na obrambo žrtve
<u>... Jaz pa spet obnemela, vsa trda, jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..</u> (Jožica28)	Zamrznitev žrtve Jok žrtve Tresenje žrtve Strah žrtve	Obrambni mehanizem Odziv žrtve
<u>Ni odnehal, kar rekel je, »zdaj pa takoj v sobo, ajde, hitro!« potem je začel trgati z mene pullover in odpenjat hlače ..hotela sem se izmuzniti, samo je bil tako velik, da me je prijel in vrgel na kavč v dnevni. Uspela sem zdrsniti s kavča na tla, pa me je vrgel nazaj... jaz pa jokala, vpila, ga rotila, naj neha, da me vse boli in ne morem več...tut dihati nisem več mogla.. kar hlipala sem...(tišina, se trese)...potem pa me je dobesedno posilil (tišina)...no, nisem mogla nič, ne dihati, ne hoditi, nič..</u> (Jožica29)	Vztrajnost storilca Nasilje s strani storilca Moč storilca Neuspešna obramba žrtve Posilstvo Nezmožnost dihanja, premikanja	Način spolne zlorabe Strategija storilca Odziv žrtve Poseg v telo žrtve odziv žrtve
<u>Sem pa imela toliko moči, da sem mu rekla »zgin', da te ne vidim več«.</u> Ne vem, kje sem imela pogum, da mu to rečem, ampak to je bilo nagonsko, tako sem se odzivala... Odrzel je domov tako hitro kot še nikoli, <u>jaz pa v jok in v tresavici nisem vedela, kam naj grem, komu naj povem.</u> (Jožica30)	Pridobitev moči s strani žrtve Pogum žrtve Nagonsko ravnanje obrambe Jok zaradi šoka	(Samo)opolnomočenje žrtve Reagiranje v efektu
To je pa grozna stvar, jaz sem bila nedolžna, <u>vzel mi je izkušnjo, ki bi jo morala doživeti z nekom, ki ga imam rada in bi se mu predala.</u>	Izguba otroštva Izguba izkušnje	Izgube

<u>In mislila sem, da bom umrla, ... (Jožica31)</u>	Izguba nedolžnosti Strah pred smrtjo	Strah
<u>..res...še nikoli nisem kaj takega doživela, tak pristen strah...potem sem šla tut bruhat, vsa sem se tresla, nisem vedela, kje sem, kot bi bila v nekem paralelnem svetu... Tudi krvavela sem skoraj 1 teden, in vse me je bolelo spodaj. Krvavela sem potem še od raznih šokov, najbrž je bilo to psihičnega izvora, ne vem... velike psihične in fizične bolečine... (Jožica32)</u>	Strah Bruhanje Tresenje Disociacija Telesne poškodbe -krvavitev	Odzivi žrtve na spolno zlorabo Telo Strategije preživetja Poškodbe
<u>Jaz sem se mu itak upirala in on me je grabil, zato sem imela modrice in videli so se njegovi odtisi prstov, tako da sem se nekaj časa bala sleči, da me ne bi starši videli ali pa v šoli kdo... (Jožica33)</u>	Poškodbe na telesu Strah pred slačanjem	Telo Odnos do telesa
<u>Bala sem se povedati mami ali očitu. Vse to sem držala v sebi, kar me je psihično mučilo in mi povzročalo težave v življenju nasploh. (Jožica34)</u>	Bojazen, da bi kdo zvedel Potlačitev Psihične bolečine	Strah pred razkritjem Strategije preživetja Težave v duševnem zdravju
<u>Krvavitev se je ustavila, nekaj dni me je še bolelo in sem komaj hodila, tako da me je mami spraševala, kaj mi je. Pa sem rekla, da smo imeli telovadbo v šoli in smo skakali čez grede in sem se nekaj pretegnila. In je verjela... Jaz pa to tiščala v sebi, z dneva v dan sem bolj tlačila vase, se otepala spomina in slik, kar se mi je zgodilo, ki so prihajale na oči in neki fleši, predvsem ponoči in predno sem šla spat. (Jožica35)</u>	Telesne bolečine Laganje materi Potlačitev Zanikanje Pojav flashbackov	Fizične bolečine Strategije preživetja Strategija preživetja Spomini
<u>Neee, kje pa, bala sem se zdravnika, in tudi vseh postopkov, ki bi sledili.. .toliko sem se zavedala, da sem bila mladoletna in da je to vse kaznivo...ampak on je bil policaj ...potem se pa pojdi z njim bosti...kje pa, ni govora...In zdravnik bi itak povedal staršem, potem bi se pa začele ceremonije... (Jožica35)</u>	Nerazkritje spolne zlorabe Zanikanje Zavedanje kaznivega dejanja s strani žrtve Zavračanje obiska pri zdravniku Ne-želeči razkriti zlorabo	Strategije preživetja Strah pred razkritjem Ukreši institucij-Strah pred kazenskimi postopki
<u>Tako da je bila tišina okoli zdravnika. Povedala sem čez par let eni frendici, pa me je sprejela in mi verjela, kaj se mi je zgodilo.</u>	Razkritje čez par let prijateljici Skrivnostnost med žrtvijo in prijateljico	Proces razkritja zlorabe Strategije preživetja

<u>Edino ona ve o tem, starši se zdaj ne, in nikoli ne bodo.</u> (Jožica36)	Ne-želeli povedati staršem	
<u>Če bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živč... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... sram me je bilo, da bi kdo zvedel o tem, tudi naša cela vas bi o tem govorila, kot da sem jaz tista grozna umazana afna, ki zapeljuje poročene moške...to sem imela vse v glavi strategijo, kaj se lahko vse zgodi, če jaz naredim to in to...vse sem imela preračunano in premišljeno... vsak moj korak in potezo.. to bi bila katastrofa...(Jožica38)</u>	Strah povedati očetu Strah pred nasiljem očeta Sram Preračunljivost žrtve Izdelan plan	Želja razkriti zlorabo Odziv očeta Strategija preživetja
<u>Mogoče, če bi povedala mami, ona je bila bolj razumevajoča kot oče. Ona bi mi mogoče verjela ...ne vem... pač nisem nobenemu povedala</u> (Jožica39)	Želja povedati mami Upanje, da bo mati verjela Nobenemu povedati o zlorabi	Želja po odzivu matere na spolno zlorabo
<u>Zdravo, sem Maja, stara sem 29 let, imam 2 otroke, karierno mi gre kar v redu, sem pa v zanimivem procesu predelovanja teh mojih izkušenj spolne zlorabe.</u> To bi mogoče samo še dodala. (Maja1)	Starost žrtve danes Stanje predelovanja spolne zlorabe	Preživela žrtev spolne zlorabe
<u>V bistvu se tiste zlorabe ne spomnim čisto točno, kako se je dogajal, ker sem bila mlajša, to je čisto ta prva zloraba- imam določene izseke spomina, in glede na preostale spomine, sem nekako skupaj zložila, kdo to je.</u> Drugače sem pa se tega začela zavedati, ko se je zgodila ena druga zloraba s strani sošolcev oz. takrat je bilo meni to čudno, <u>kako je lahko to meni tako domače oz. nič kaj takega, da me nekdo na tak način gre čez tvojo mejo. Tako da prav ti spomini, neki izseki, flashbacki enih 5 let nazaj, eni so prišli lani, zelo mešano hodijo spomini, ni tako, da bi se vse naenkrat odkrilo, ampak, tekom let se odkriva ta zgodba.</u> (Maja2)	Spominjanje prve zlorabe Izseki spomina Sestavljanje koščkov spomina Določitev storilca na podlagi spomina Navajenost zlorabe-normalizacija Zavedanje prve zlorabe na podlagi druge zlorabe Prekoračitev meja Flashbacki Proces spominjanja zlorabe	Trajanje zlorabe spominjanje Strategija preživetja Telesni spomin Meje Spominjanje
<u>Tista prva se je začela, ko sem bila stara ene 2 ali 3 leta, ker opažam, da imam ravno pri svojih otrocih pri teh letih take občutke in bolj pazim, kako jih umivamo, in opažam, da me je začelo takrat skrbeti za njih, za njuno</u>	Začetek prve zlorabe - starost Zavedanje prve zlorabe na podlagi izhajanja iz svojih otrok	Trajanje zlorabe -prvič Spominjanje

integriteto in skrb za njuno telo. Takrat sem opazala pri obeh otrocih, pri teh letih, se pojavi,...kako bi to razložila,..., <u>nek tak občutek, kakor da moram paziti, da ne prestopim meje.</u> Čeprav vem, da jo ne bom, a ne, zelo zanimivo... vem, da jaz ne bi tega nikoli naredila, ampak se včasih pojavi občutek, ali je še to v mejah normale. <u>Za to drugo zlorabo, ki je bila potem, pa sem bila stara 12 let. (Maja3)</u>	Strah pred prekoračitvijo meje pri svojih otrocih Začetek druge zlorabe- starost	Meje Trajanje zlorabe-drugič
Jaz mislim, da je moralo to biti nekaj časa, <u>se ne spomnim, kako, se je pa v bistvu nadaljevalo v obliki nekih komentarjev, nekih verbalnih zadev in občasnih dotikov, ki so bili neprijetni in pač tako, kakor v nekem hecu.</u> »saj se razvijaš«, taki komentarji, »kaj delaš,...« in potem že kar bolj neprimerne besede »<u>kakor da bi se prodajala</u>«, glih tak občutek sem dobivala, čeprav sem vedela, da ne delam nič kaj takšnega. Zdaj ko gledam nazaj, je bil en tak čist' normalen razvoj, ko sem se pogovarjala z drugimi, je bilo vse isto, ampak pri nas je <u>bilo tako, kakor da se kurbam okoli, tako grdo rečeno.</u> (Maja4)	Spolna zloraba na verbalni način s strani storilca Spominjanje načina spolne zlorabe Občasni dotiki Neprimerni komentarji na način šale Poniževanje s komentarji	Taktika in strategija storilca Način spolne zlorabe Spominjanje Telesni način zlorabe Verbalni način zlorabe
<u>Tako da se je to nadaljevalo, dokler nisem šla od doma.</u> Ja, prav fizično sem se preselila na svoje, in potem sem začela tudi iz <u>svoje strani meje postavljati, kaj sprejem in kaj ne.</u> In sem šla lahko stran, kadarkoli sem hotela in ko mi ni bilo všeč. (Maja5)	Selitev žrtve Postavljanje lastnih meja	Beg zaradi zlorabe meje Obrambni mehanizem
<u>Za prvo zlorabo je bilo v družinskem krogu, ki se je dogajala v nočnem in večernem času, zdaj kolikor se ja z spomnim, ta spomin je bolj tak bled, ker se mi zdi, da kakor da so se dogajale v pol snu, da je moje telo odšlo v nek pol sen, zato da sem pač to predelala in s tem živela.</u> (Maja8)	Prva zloraba v družinskem krogu Slab spomin Občutek polsna-disociacija Sprejetje spolne zlorabe-racionalizacija	Družina Spominjanje Strategije preživetja
<u>Pri tej drugi zlorabi pa je šlo v bistvu za sošolce, tako da smo se srečevali kar nekaj časa, ..(Maja7)</u>	Druga zloraba s strani sošolcev	sošolci
Kakor se jaz spomnim, za prvo zlorabo, je bilo to večinoma v postelji, se pravi, v nekem pol snu, niti ne znam dobro definirati,	Prva zloraba Na pol sen	Spominjanje

kako se je začelo. <u>Ali pa kako je vse skupaj potekalo, ker vse, kar imam od teh flashbackov je, kakor da gledam nase od zunaj, prav tisto tipično pri teh flashbackih. To je čisto tipično, da zapustiš svoje telo in te ni več tam. In opažam, da če bi sedaj recimo želela, se zavestno iz tega ven vlečem, da bi lahko to zelo enostavno naredila- šla ven iz telesa in zapustila telo v določenih takih momentih. Se moram ... kakor da se moram nekako obtežiti, da ostanem v tistem trenutku, ki je zame težak, zato da dejansko ne bežim ven. Zelo močan obrambni mehanizem, ki mi je ostal od takrat.</u> (Maja8)	Disociacija Flashbacki Zavedanje svojih občutkov Posluževanje tehnike disociacije še danes	Strategije preživetja Spomini Občutki Obrambni mehanizmi
Zdaj pa pri tisti drugi zlorabi, ki se jo bolj spomnim, in sem o tem največ govorila in razmišljala, in na tem sem največ delala, ... ker sem imela največ materiala od tam, da se lahko nekaj spomniš. (Maja9)	Druga zloraba Boljši spomini Predelovanje zlorabe	Spominjanje Faza predelovanja
Bil je v bistvu čist' slučajni dogodek, ali kako bi temu rekla, ...pri nas so bili vsi fantje tako malo bolj na meji, da so skozi malo hodili po robu, to so bili sošolci in eden od njih je bil vedno tako malo bom rekla da je malo prestopil mejo, nisi pa mogel reči, da je ta malo čuden.... nekako tako... to je bil del njegovega karakterja, tako bom rekla. Da si lahko potem tiho in se nasmejiš, in si rečeš, »ok, tak je«... (Maja10)	Slučajni dogodek spolne zlorabe Fantje,sošolci – neupoštevanje osebnih meja Prestop mej s strani sošolca Omalovaževanje osebnostnih lastnosti sošolca Racionalizacija	Strategija storilcev Meje Strategija preživetja
Tisto, ki pa se je pač potem zgodilo, pa je bilo, da smo šli na neko šolsko praznovanje oziroma na neko ekskurzijo, in v bistvu na poti domov sta dva sošolca mene in mojo prijateljico nekako ujela, ko sva šli na WC v en lokal na poti domov, in sta naju ustrahovala tam notri, kaj bosta naredila in midve sva bili tam zaprti, ...to je bil enkratni dogodek, samo 1x se je zgodil... (Maja11)	Spolna zloraba -šolsko praznovanje Dva sošolca ustrahujeta dve sošolki Spolna zloraba kot enkratni dogodek	Strategija in taktika storilcev Ustrahovanje s strani storilcev Enkratni dogodek
Notri sva bili zaprti in luči so ugašale in mene je ta tema, zdaj, ko gledam nazaj, me je v totalno paniko spravila, in mi je jasno, od	Zaprti žrtvi Tema	Potek spolne zlorabe

<u>kje...takrat pa sem jaz v bistvu že vedela, kaj bo sledilo, prav čutila sem...</u> spomnim se, da sem takrat že vedela, da midve ne bova od tam prišle, take, kakršne sva. In potem sploh ne vem, kaj se je vmes točno zgodilo, ...<u>ta spomin je bolj tak medel, sta naju potem nekako zvlekla ali zvabila..., ne vem, katera bi bila bolj primerna beseda, v moško stranišče in potem se je tam vse skupaj nadaljevalo z otipavanjem, z neprimernimi komentarji zraven, in nikoli ne bom pozabila svojih besed, ko sem jima rekla »da naj kolegico pustita pri miru in da naj pač na meni naredita to, kar pač moreta, ker meni je itak vseeno«</u> (Maja12)	Panika Retravmatizacija Predvidevanje dogodkov Soočenje z zlorabo s strani žrtev Vdaja v usodo Slab spomin Vabljenje in vlečenje žrtev Otipavanje Neprimerni komentarji Predaja žrtve Žrtvovanje same sebe za prijateljico Vloga žrtve-Ostati žrtev	Odziv žrtev Telesni spomin Soočenje s travmo Taktika in strategija storilcev Poseg v telo Obrambni mehanizem
<u>In te besede so bile potem tiste, ki so mi odzvanjale še ful let, in mi še zdaj tako kdaj..., kako v bistvu sam sebe lahko daš nekam, ker že veš in se ti je itak že dogajalo, tako da je tvojemu telesu to že ful znano. Takrat se mi to ni zdelo »ne vem, kaj«, vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...</u> (Maja13)	Spominjanje lastnega verbalnega odziva Telesni spomin Omalovaževanje Sram Gnus Krivda	Spominjanje Strategija preživetja Občutki
Je pa šlo tako, da sva se mogle midve njiju dotikati, tako da je prišlo do erekcije, ni pa prišlo do kakšnih izlivov, in da sta se potem tudi onadva spravila nad naju, največ sicer na mene, sta se dotikala po spolovilu, po dojkah in tako, v kombinaciji s komentarji, pač tako zelo neprijetno..(Maja14)	Dotikanje storilca s strani žrtev Dotikanje po spolovilu Dotikanje po dojkah Poniževanje Verbalni komentarji Občutek neprijetnosti	Način spolne zlorabe Poseg v telo žrtve
Ne, ne čist' ..., sta tudi njo, kolegico, saj te moči nisem imela, da bi to preprečila. Meni ja pa še zdaj ostala tista krivda, kako jo nisem uspela zaščititi in za to, da sem lahko sama sebe tako izpostavila na ta način.(Maja15)	Spolna zloraba kolegice Nemoč žrtve pomagati Krivda	Strategija in taktika storilcev Občutki
Ta zadeva je bila res enkratna, 1x se je naredila, potem pa je bilo hudo še naprej, <u>ko so drugi izvedeli, in so to obrnili na način, da to naj ne bi bila zloraba. Ampak naj bi bilo naše raziskovanje in da sva si midve</u>	Odziv na zlorabo s strani okolice Zanikanje zlorabe s strani okolice Metanje krivde na žrtvi	Obrambni mehanizmi okolice

<u>to želeli ..in seveda so ljudje temu verjeli.</u> (Maja16)	Ne verjamejo, da se je zloraba zgodila	
12 let. In onadva isto, ker sta bila sošolca (Maja17)	Starost žrtve in storilca	Starost
Ta zadeva je bila samo 1x, trajalo pa celo tisočletje, se mi zdi...tak občutek sem imela...nato pa se je nadaljevalo v drugi obliki nasilja, kot neko zaničevanje, kot bullying, in se kar ni nehalo. (Maja18)	Nadaljevanje spolne zlorabe na način nasilja Zaničevanje, bullying s strani ostalih sošolcev	Strategija in taktika storilcev Nadaljevanje zlorabe v drugi obliki Nasilje
To izkušnjo sva obe s kolegico delili, v neki dobri veri..., <u>jaz sem povedala to očetu, in sva šla skupaj do učiteljice, in potem je učiteljica rekla , »da to pa že ne more biti res, da sta onadva ful pridna fanta, odličnjaka, in da onadva to nikoli ne bi naredila...«</u> Sploh ne vem, od kje in kako je ta zgodba potem prišla ven, in so <u>potem tudi ostali sošolci izvedeli, in na koncu se je to manifestiralo na toliko enih načinov...</u> (Maja19)	Razkritje zlorabe očetu Učiteljica Ne verjetje, da se je zloraba zgodila Zanikanje Sekundarna viktimizacija Razširjanje novice o zlorabi med sošolci Retravmatizacija	Razkritje zlorabe Šola Obrambni mehanizmi okolice
Ja, to je bilo potem še ene 3 leta. Do konca <u>šole. Konstantno nekaj na to temo in skos nekaj ...pa gledat te ljudi in jih srečevati, pa so iz istega kraja, tako ne vem...pa ves čas imaš tisto pred očmi, tisti dogodek, pa on mi je to naredil in noben mi ne verjame, in vsak dan po 8, 9 ur...</u> To sem morala potem <u>hitro kar malo potlačiti, zato ker pač niti ne bi mogla preživeti v takem okolju. Je bilo kar hudo...in potem sem malo pozabila, in si rekla »nič, kaj 'čmo, a ne..(Maja20)</u>	Vsakdanji neposredni stik s storilcem Sekundarna viktimizacija Retravmatizacija Spomin na dogodek Potlačitev občutkov Predaja občutkom	Soočanje s spolno zlorabo spominjanje Strategije preživetja
<u>Mislím, da je bilo skos tam nekje, ni bilo tako, da sem jaz to čist' potlačila, jaz sem se tega zavedala, samo nisem hotela o tem razmišljati. Ker sem se bala, da če bi spet karkoli omenila in bi spet kdo to izkoristil za neko drugo obliko zlorabe, ali nekega drugega nasilja, kot verbalnega, in bi nekdo videl v tem priložnost, da s tem kaj naredi. Bilo je zelo neprijetno in potem so se te stvari še ene parkrat ponovile v smislu, da je nekdo trdil, da se je nekaj zgodilo, pa se sploh ni, samo da bi jaz izpadla kot »ne vem kaj«. Potem te je itak</u>	Delna potlačitev Racionalizacija Strah pred ponovno zlorabo Širjenje govoric o zlorabi	Strategije preživetja Občutki Novice o zlorabi s strani oklice

<u>strah tega, ker si noben ne želi, da se o njem govorijo zadeve, ki pač niso resnične. To je bil nek poseg v moje telo in integriteto, saj potem, ko so začeli že časopisi pisati o tem.</u> (Maja21)	Neresnica, laži o zlorabi s strani okolice Obveščanje o zlorabi v časopisih Sekundarna viktimizacija Retravmatizacija	Mediji-časopis Poseg v telo
<u>Da pomislim malo...to so bili 4 moški, ko je šlo res za poseg v telo. Vem, da me je zlorabljal oče, čeprav se malo spomnim, pa tudi stric-brat od očeta...</u> (Maja22)	Spolna zloraba s strani več storilcev Oče stric	Število storilcev
<u>To, če prav pomislim, se je moralo nehat potem, ko sem jaz šla, in sem se preselila dokončno nazaj k očetu, ...stara sem bila 7 let – vseeno pa sem hodila sem in tja, od enega do drugega, do 12-13 leta.... in potem nisem bila več med dvema svetovoma - malo pri mami in malo pri očetu. Tak občutek imam, da se je potem to končalo, oziroma da se je potem začelo manifestirati v enih drugih načinih, bolj verbalnega in bolj na površinskih zadevah.</u> (Maja42)	Prva zlorabe Starost žrtve Drug način zlorabljanja-verbalno	Konec zlorabe Začetek druge vrste zlorabe
<u>Sem prej že povedala, ampak bi dodala samo še, da mi je zanimivo, da mi je lažje biti jezna na strica, kot pa na vse ostale in to že od majhnega. In sem se že potem spraševala, ali tudi on ve kaj o tej temi, ker dejansko jaz njega zelo očitno, na zelo grd način, kjerkoli je že možno...sploh ne vem..., ko jaz njega vidim, meni želodec tako obrne, ga ne morem tudi gledat ne. In enkrat se spomnim, da se me je dotaknil in sem ga tako grdo pogledala »da se nikoli več ne dotakneš mojega telesa« in je bil prav tako »aaaaa???«, je kar zamrzil malo.... malo se je ustrašil...</u> (Maja54)	Stric Jeza na strica Gnus Zamrznitev s strani strica Strah strica	Odnos stric-preživela žrtev Občutki Obrambni mehanizmi s strani strica
<u>Zdaj s temi storilci, bom tako rekla, s temi sošolci, sem se samo srečala potem enkrat pred leti z enim od njih, nisem pa nikoli se nekako soočala z njima.</u> (Maja55)	Sošolci Bežno srečanje, nesoočenje s storilci	Nesoočanje s storilci
<u>Kasneje ko je pač prišlo do nekega poskusa posilstva pri moji kolegici, pa istočasno do poskusa nekih zlorab, otipavanja, ker sem pač uspela ustaviti zadevo, in je potem tudi šlo v medije, takrat smo se zelo jasno soočili s tem,</u>	Drug storilec Poskus posilstva pri kolegici Otipavanje kolegice Obramba kolegice s strani preživele žrtve Moč preživele žrtve	Storilec Strategija storilca Odziv preživele žrtve

tako da sem potem <u>morala na sodišče hoditi in pričati, nazadnje celo dve leti nazaj</u> (Maja56)	Objava v medijih Sodišče, pričanje Retravmatizacija	Mediji Ukrepi institucij-Kazenski postopki
Uh, to se vleče že 10 let. Grozno je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, on pa je, tipično, zlata vreden...tako to gre...(Maja57)	Trajanje postopkov Jok, groza Obtoževanje žrtve Poveličevanje storilca	Ukrepi institucij-Kazenski postopki Odziv žrtve Odnos sodstva do storilca
Ne, ne, to je drugo. <u>To se je dogajalo na neki prireditvi, in je eden od organizatorjev je prijateljico zadrogiral in jo je hotel posiliti. Pred tem pa je že imel taka neprimerna povabila, »vaju poberem, pa bomo šli v jacuzi«, in ne vem, kaj še vse...Jaz sem bila takrat sicer že polnoletna, ona pa ne, bila je stara 16 let, in je skos' probaval, kje je meja, ali bova prešli to mejo, ali ne, vedno je imel take zelo opolzke izjave, neprimerne komentarje, na zelo neprimeren način se punc dotikal, ker je bil fotograf, poziranje in to.... pač jaz se mu nisem pustila in sem mu jasno povedala, ker pač je poznal moža od moje sestre, in sem mu rekla, »veš, jaz sem pa z njim v sorodu« in se je malo ustrašil... tako ta sem imela nek tak ščit. (Maja58)</u>	Poskus spolne zlorabe s strani organizatorja prireditve Neprimerna povabila Starost žrtve Preizkušanje meja Opolzke izjave, neprimerni komentarji Dotikanje Moč preživele žrtve Postavljanje meja Strah storilca	Storilec Taktika storilca meje Poseg v telo Meje Strategija preživetja s strani storilca
<u>In to se je potem razvleklo, zdaj se to že vleče 10, 11 let. Vsakič, ko dobim pošto iz sodišča, sem kar tako »joj, spet to«, ker potem dobim isto...tam na sodišču celo gnojnico spet name stresejo, čisto nič drugega ni... Kot da jih ne zanima, kaj se je dogajalo, kaj se je zgodilo, in pač ta punca, takrat mladoletna, ni nikakor provocirala, ...on bil en totalen čudak, to pa njih ne zanima... »Pa saj sta se slikali tako, pa saj sta naredili ..«, pa sva rekli, »Ja, me sva to naredili, če sva to želeli...« Drugače je, da se ti nekaj želiš, ali pa ti je to OK, druga stvar pa je, če ti nekaj ni OK. Ta koncept jim sploh ni jasen, toliko zelo te potlačijo, da pač ..., ne vem,...jaz od tem ven vedno pridem objokana, čist' fertik...Samo ko pomislim, je</u>	Trajanje postopkov na sodišču Retravmatizacija Sekundarna viktimizacija Podoživljanje zlorabe Neprofesionalnost s strani sodišča	Ukrepi institucij-Kazenski postopek Travmatski spomin Odnos sodstva do žrtve

<u>toliko enega gnusa, ven pride, toliko ene te jeze...Zelo močno gre vse ven, ker zelo konkretno in jasno sprašujejo o stvareh, ki so zelo občutljive, na zelo neprimeren način to delajo...in to večkrat, in to ni prijetno...</u> (Maja59)	Gnus Jeza retravmatizacija	Občutki
...sem Matevž, star sem 55 let, sem ločen in imam dva otroka, ki jih imam zelo rad in ne bi o njih tukaj govoril. Živita sedaj pri bivši ženi, še vedno sem delovno aktiven in zloraba je zelo zaznamovala moje življenje.(Matevž1)	Starost žrtve Stigma spolne zlorabe	Preživela žrtev spolne zlorabe
.... <u>ne morem reči, da se kar spomnim točno kdaj je bilo, samo nekako tak čuden filing sem imel in ga še imam...</u>, <u>da je nekaj čudnega z mano narobe</u>. Že sama moja familija, ali pa naša, če bolj natančno rečem, je bila taka posebna, čudna... <u>tudi okoli po kraju se je govorilo, da smo mi eni čudaki</u>. Takrat nisem vedel, zakaj, samo celo osnovno šolo so me vsi zafrkavali, pa me napadali, tako da smo se z vaškimi fanti <u>večkrat stepli, pa so bile potem težave v šoli, pa itak tudi doma, ker sem dobil batine od očeta...in to kar ornk' batine...</u> V glavnem neka taka čudnost me je obdajala... in potem, ko sem bil že najstnik, ko sem bil v puberteti, <u>sem za nazaj videl in se spomnil, kaj je foter, jaz mu kar tako rečem...</u> hmmm...<u>kaj je z mano delal... po moje sem bil star tam okoli 12-13 let. Že prej pa sem bil čuden...(smeh...) ..tako so drugi rekli...jaz sem bil sam sebi čist' fajn...</u>(Matevž2)	Nejasen spomin Zavedanje zlorabe Čudaštvo družine Nasilništvo v šoli Nasilje v družini Ravnanje očeta s sinom Zavedanje zlorabe-starost Sprejetje samega sebe	spominjanje Značilnost družine Nasilje Odnos oče - sin(žrtev)
Ja, bil sem v šoli, to vem, to pomeni, <u>da po moje okoli 6 let, ali pa 7 let, ne spomnim se čisto točno</u>. Doma smo bili v eni stari bajti, ne hiši, bajti, ker se je že skoraj podirala, zelo v slabem stanju...<u>pa revni smo bili, saj je delal oče tam na vasi, na žagi, mati pa je bila čistilka v eni tovarni tam zraven. In dokler sem bil majhen, tam do enega 5-6 leta, je bilo kar fino v familiji. Čeprav je oče včasih pil in doma razgrajal in stolkel še tiste stvari po bajti, ki so bile cele...se mene ni dotaknil... mati me je kar</u>	Starost ob začetku zlorabe Stanje družina Revščina Starost -prijetnost v družini Alkoholizem očeta	Starost Družina Odvisnost

<u>varovala, če sedaj pomislim za nazaj.</u> Potem vem da je bila mama drugič noseča, ko sem šel v šolo, tako da imam <u>tudi mlajšega brata, ki pa ni toliko nasrkal kot pa jaz, v smislu nasilja in zlorab...</u> ker sem ga tudi jaz čuval, da se mu ne bi kaj zgodilo. Oče je bil tudi fizično nasilen, in psihično itak, tudi do mame, in potem ji je dal malo miru, ko je videl, da je noseča...(Matevž3)	Zaščitniška mati Mlajši brat Spolna zloraba s strani očeta Zaščitništvo do brata s strani žrtve Fizično in psihično nasilje s strani očeta do mame in do ostalih	Mati Brat Prvi storilec Nasilje
<u>.... potem pa, ko sem bil pa star ene 12 let, pa se je name spravil še en sosed, ki ni bil čist' pr seb' ...</u>No ja..., <u>na nek način je oče nehal, ker sem se potem postavil zase in sem znorel nad njim...</u> ampak potem je pa sosed nadaljeval... (Matevž4)	Starost pri drugi zlorabi Spolna zloraba s strani soseda Obramba žrtve Konec prve zlorabe- s strani očeta	Drugi storilec Strategija preživetja Konec zlorabe
<u>Ja, tako kot sem povedal, to je bil oče, foter mu jaz pravim, in sem ga zelo dobro poznal, ko se je fizično in spolno spravljal name...</u> potem pa še sosed...tako, da sem obe osebi zelo dobro poznal...skupna značilnost pa je bila to, da sta bila oba čustveno oziroma ljubezensko in spolno vpletena z mojo mamo... ta nekako me danes najbolj žre... (Matevž5)	Oče- foter Spolna zloraba Fizična zloraba Sosed Spolna in čustvena vpletenost v mamo Občutki krivde s strani žrtve	Odkritje storilca 1 Vrsta zlorabe Odkritje storilca 2 Odnos storilcev do mame Krivda
Tako kot sme že nakazal, <u>se je foter spravljal name, najprej fizično, nato še spolno...pa itak psihično</u> tudi, ko me je <u>zmerjal in poniževal, »da nimam pojma, da sem kurbin sin in luzer, in da z mano ne bo nikoli nič, da me ne bo nobena baba marala, pa da bom itak sam ostal, ker sem smrdljivec, garjav, in klošar...«</u> pa fizično..me je stolkel kot hudič... <u>pretepal me je z žico in kablom od enega stroja ali žage in se potem hvalil po vasi, naj pokažem rit, kakšne modrice imam...</u>pa za vrat me je tiščal in me hotel s povštrom zadušiti...to je delal, ko je bila mati pri sosedi. Vsak trenutek, ko sva bila sama, je izkoristil.. Mama je bila takrat že noseča, pa mislim, <u>da je bil foter toliko pri sebi, da se je spucal na meni...</u> jaz sem bil itak tiho in si nisem upal povedati, nisem hotel mame obremenjevati,	Spolna, fizična, psihična zloraba s strani očeta Zmerjanje Poniževanje Pretepanje Norčevanje Stiskanje za vrat Dušenje Izkazovanje moči storilca Strah žrtve Branjenje mame s strani žrtve	Potek spolne zlorabe Strategija in taktika storilca Strategija in taktika storilca

ker se mi je smilila in njen otrok v trebuhu tudi... <u>pa sem bil v šoku, zaprepačen, potem itak brezvoljen...tak apatičen že..</u> (Matevž6)	Šok apatija	Odziv žrtve
Ne, ne v šoli itak ne, <u>niso nič opazili...to je bila ena zabačena šola... učiteljica ena čarovnica, ki je tudi vpila nad vsemi nami učenci..takrat ni bilo takih socialnih služb, pa strokovnih delavk na šoli, ki bi kaj naredile... tako da sem bil prepuščen sam sebi..</u> tudi sem prišel kdaj z modrico na roki ali na obrazu, pa se spomnim, da je rekla učiteljica »Si bil spet žleht, Matevž, a ne? »... <u>(tiho...), ..tak odziv, no, nikakav... bedarija čista...</u> (Matevž7)	Učiteljica nečloveška Pomanjkanje socialnih služb Pomanjkanje strokovnih delavk na šoli Posredno nasilje s strani učiteljice Zanikanje zlorabe s strani učiteljice	Nepodpora Strokovne službe Nasilje Odnos do spolne zlorabe
Ja, sosed je itak <u>opazil, da sem tak osamljen, vase zaprt, nisem imel nekih kolegov, ker so me sošolci zapostavljali</u> , le enega frenda sem imel v drugi vasi, pa je bilo težko tja k njemu hoditi zaradi razdalje... <u>pol sem pa sam taval okoli in se potikal...</u> in sosed me je samo opazoval takrat, kdaj sem šel k njemu, pa mi je dal za jesti in piti..tak je bil prijazen, je vedel, kaj se doma dogaja... <u>pa me je spraševal, »kako kaj mami«, vedno samo mami...za fotra pa je itak vedel, da je nor'c, saj sta se enkrat fajn usekala zaradi enih drv in dreves...</u> in od takrat so bili med njima napeti odnosi... <u>tako da lahko rečem, da me je sosed tudi večkrat rešil, vsaj glede hrane, da nisem bil lačen...</u> (Matevž8)	Sosed -storilec Osamljenost Zaprto vase Brez prijateljev Potikanje naokoli Opazovanje s strani storilca Prijaznost Dajanje hrane s strani storilca Zasliševanje s strani storilca Prepir med storilcem-sosedom in očetom Opravičilo za storilca	Občutja Taktika in strategija storilca Skrb za družino preživele žrtve
Ma, ni mi težko, saj sem že kar veliko o tem govoril... in pri <u>terapijah in tko, ko sem ženi pripovedoval, pa je samo debelo gledala... nimaš kaj...</u> (Matevž9)	Terapije Pripovedovanje ženi Začudenost žene Vdanost v usodo	Odnos žena- preživela žrtev Odnos do zlorabe
No, tako se je dogajalo pri fotru... potem je kmalu <u>postopoma prenehal s fizičnim nasiljem, in je počasi začel spolno...</u> kot sedaj vidim za nazaj, me je najprej <u>sprobaval, kako reagiram...pa itak sem bil frapiran, saj nisem vedel, kaj se zdaj gre. Iz ene skrajnosti v drugo, iz čistega nasilja, v neko</u>	Začetek spolne zlorabe s strani očeta Preizkušanje odzivanja žrtve Šok žrtve	Odnos oče-preživela žrtev Nasilje Strategije storilca

<u>dobrikanje, obljube... takrat je mama že rodila brata in vem, da se je ful ukvarjala z dojenčkom in potem, ko je brat še rasel...imam občutek, da je mama že kar malo zapostavljala očeta... in se mu umikala...pa včasih je tudi kaj spila...sem videl večkrat, da je zvečer nosila naskrivaj v vrečah flaše od vina v kontejner...tako da foter ni nič videl... sem pa jaz videl, in to mi je bil en znak, da tole ne bo šlo tako lepo naprej... no, v glavnem... foter me je privajal v neke spolne igrice z njim...pa mi je obljubljal, da mi bo kupil kolo, ker mu kdaj pomagam na njivi, pa da bova šla skupaj na eno lokalno fuzbal tekmo, pa...glej, ni da ni..., kar sem hotel... (Matevž10)</u>	Skrajnosti nasilje-nežnost Obljube Odsotna mati Opravičevanje matere s strani žrtve Odmikanje mame Alkoholizem Privajanje na zlorabo Obljube-novo kolo, nogometna tekma	Odnos mati-preživelca žrtev Mama Odvisnost Strategije storilca
<u>Za vse je šlo, najprej me je božal in govoril, »pa saj ti paše, a ne, a vidiš kako te imam rad, pa si govori, da te ne maram...saj takrat si si zaslužil, ko sem te kdaj užgal, ko nisi ubogal, vidiš? Zdaj si pa tak priden...se ti bo splačalo, boš videl...« jaz pa sem zmrznil...in čakal, kaj bo... Pa sem ga moral z roko zadovoljevati, da mu je prišlo, pa potem je še on šel z roko v moje hlače...itak sem imel erekcijo...pa je rekel »vidiš, kako ti je lepo... in uživaš...«, pa sem se kar predal... in to se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let,...(Matevž11)</u>	Božanje Imam te rad Hvaljenje Opravičevanje zlorabe s strani storilca Zamrznitev Zadovoljevanje Erekcija Sprejetje zlorabe-nemoč Trajanje zlorabe	Strategije storilca Strategija preživetja Potek spolne zlorabe
<u>...mama po moje ni nič vedela, saj je foter to prefinjeno izvajal... vse naskrivaj (Matevž12)</u>	Nevednost mame glede zlorabe Prefinjenost zlorabe	Mati Strategije storilca
<u>Ah, kje pa...bil sem tiho...nobenemu nisem povedal...kdo bi mi pa verjel...že tako sem bil za vse čudak...in sem v sebi vse to držal in trpel...(Matevž13)</u>	Nerazkritje zlorabe Skrivnostnost Racionaliziranje Zaprto vaze	Strategije preživetja
<u>Ja, saj pravim če pomislim za nazaj...me je oče zlorabljal, ko sem bil star 6 let in tja do enega 10 leta...nehal je, ko sta se z mamo ločila, ker je bil že kar fejest pijan'c...samo to ni izgovor in opravičilo za vse, kar mi je naredil... foter se je odselil nazaj k svoji mami, moja babica je bila</u>	Trajanje zlorabe s strani očeta Ločitev staršev Izselitev očeta	Spolna zloraba-začetek Konec zlorabe Odnos mati-oče

to, v en drugi kraj, in je potem za njo skrbel, ker je bila bolna...v glavnem, tam je ostal, in potem, <u>če sem ga videl 1x na leto,... (razmišlja)...čisto se je zapustil in zapil totalka...zdaj je že pokojni, je umrl.....(Matevž 14)</u>	Zanemarjen oče Oče umre	Oče
No, saj, potem pa še un sosed, ki pa me je omrežil, če lahko tako rečem, pa me je dobil v svojo past tam okoli 12 leta, <u>ko sem začel s puberteto.. sosed pa me je eno leto ..recimo od 12-13 leta moje starosti...kot se spomnim... takrat je bila mama že sama 2 leti, brat je začel hoditi v osnovno šolo.. in tukaj je videl sosed priložnost pri samski ženski... pa je začel hoditi k nam, pa pomagati mami, pa ji dajati denar in kupoval je hrano, pa avto je imel, in jo je vozil na izlete, jaz sem pazil na malega brata...pa sta se sosed in mama zapletla v nek odnos, čustveni in spolni, in potem je ta sosed kar hodil k nam... nam pomagal, imeli smo se lepo, ni norel in ni bil nasilen, sicer sta z mamom začela popivati in sta bila taka veseljaka, samo za žurat... in to je meni prijalo, da nisem bil spet v nekem primežu stresa in groze...saj mir je bil...no...in pri tem sosedu pa je šlo kar za hard obliko zlorabe... groza...(zamišljen...tiho..) jaz sem pazil na brata, ga rihtal, ker mama je včasih pozabila priti domov...kao pozabila.. in je prespala pri sosedu... hmmm....kakšna mati...(Matevž15)</u>	Trajanje spolne zlorabe s strani sosedu Starost žrtve Mama ostane sama Brat hodi v OŠ Pomoč s strani sosedu Čustveni in spolni odnos med mamom in sosedom Pomoč sosedu Zabave, pijančevanje-mati-sosed Huda zloraba s strani sosedu Zanemarjanje s strani mame Obtoževanje mame s strani žrtve	Trajanje zlorabe Taktika storilca-soseda Odnos mati-storilec(storilec) Strategija storilca Zanemarjanje in neskrb za otroke Odnos mati- sin (žrtev)

2. Posledice travmatske izkušnje spolne zlorabe v otroštvu

Izjava-enota kodiranja	Pripisan pojem (odprto kodiranje)	Podkategorija
Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... <u>kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba... Vem, da sem bila jezna, in besna, pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano. Ne tisto fizično, ampak tako podzvestno, moč je imel nad mano. Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel... Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj...</u> Pa v šoli vem, da sem takrat popustila, je videla razredničarka, da je nekaj narobe z mano, je tudi starša poklicala v šolo na sestanek. <u>So ji vse povedali, kaj se mi je zgodilo...pa hodila sem k pedopsihiatru potem nekaj časa. Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)</u>	Izguba nečesa Jeza Bes Krivda Nemoč Moč s strani storilca Strah Sram Gnus Popuščanje v šoli Pomoč s strani šole in pedopsihiatra Jeza, sram, gnus, krivda	Izguba Kratkoročne posledice spolne zlorabe – prvi učinki Občutki Odnos do sebe in telesa Neuspeh v šoli Ukrepanje s strani šole Ukrepanje s strani zdravstva
<u>Kasneje pa še na psihoterapijo, ko sem bila odrasla. (Breda 24)</u>	Psihoterapija v odraslosti	Terapevt
<u>Sovraštvo do same sebe je bilo zelo veliko, nisem se marala, gnusila sem se sama sebi,...pa itak nesamozavestna sem bila...pa non-stop sem jokala-ko je bilo kaj takega, žalostnega in ko sem se spomnila, kaj se mi je zgodilo...sem jokala, zelo dolgo, da me je že vse bolelo... Da ne govorim o hrani - prenažirala sem se, nato pa bila anoreksična. ...Pa fajn sem bila bolna na ginekološkem področju, razne ciste in vnetja, kar naprej bolečine pri menstruaciji, pa nihanje hormonov, na nihanje razpoloženja... vse na kupu,... tudi uroinfekte sem imela pogosto, pa itak sem morala jesti razne tablete od A do Ž, sem bila že prav odvisna od njih, ni da ni... kar hočeš...(Breda 25)</u>	Sovraštvo do same sebe Gnus do same sebe Nesamozavest Jok Anoreksija Kompulzivno prenažiranje Nihanje razpoloženja Ginekološki problemi in bolezni Uroinfekti Odvisnost od tablet	Občutki do same sebe Odnos do telesa Motnje hranjenja Težave v duševnem zdravju Fiziološki zdravstveni problemi Odvisnost

Na začetku itak me <u>je bilo strah, sram, pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu...</u> Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno...No, kaj hočem reči. Da potem sem šla v srednjo šolo, pa so druge stvari prihajale na plan. <u>Spomnim se največ strahu in to pred moškimi. Ko se mi je želel kdo približati, sem otrpnila in zmrznila</u> , nisem mogla uiti, kaj reči...nič...kot kakšen kip. (Jožica50)	Strah Sram Krivda Nemoč žrtve Moč storilca Strah pred moškimi Otrpnila in zmrznila	Kratkoročne posledice spolne zlorabe Občutki in odzivi na spolno zlorabo Strahovi Odziv telesa
<u>Še posebno moški ali fantje, ki so prišli do mene, če bi šla z njimi na pijačo ali v kino, se mi je vedno naježila koža, kar kurjo polt sem dobila, in en tak izraz prestrašen na obrazu... nek telesni odpor, in vse sem podoživljala, kar fleši - spomini so se mi prikazovali, kar tresla sem se...</u> da bo kdo vame rinil, in prijemal...ne, ne, tega pa ne... zato se nisem družila z nobenimi fanti, ker sem se bala, da se mi isto pripeti, da me kdo kam zvleče, ne ne, to pa ne...(Jožica51)	Telesni odpor do moških Podoživljanje Flashbacki Prikazovanje spominov Tresenje Strah pred moškimi	Dolgoročne posledice spolne zlorabe Odklanjanje moških Občutki in odzivi telesa Travmatski spomin strahovi
Rekla sem si, »ko bom naredila šolo, bom pa imela nekoga, ki me bo imel rad«. Bila sem zelo ambiciozna in pridna učenka, res med boljšimi. <u>Cilj moj je bil uspeti v življenju, kar tako na splošno. Na en način sem nase jezna</u> , kar je bilo, in strah me je bilo vseh moških, da ne govorimo o sramu...nisem marala telesnih stikov, čisto nič...Ko sem začutila, da sem nekemu všeč, sem se zaprla vase in nekako zbežala stran oziroma nisem hotela navezovati stikov, ki bi poglobljali odnos. (Jožica52)	Želja po pristni ljubezni ambicioznost Želja po uspehu v življenju Perfekcionizem Jeza nase Sram Odklanjanje telesnih stikov Zaprto vase Beg iz realnosti	Strategije preživetja Občutki in odzivi telesa Strategija preživetja
Vem pa za moje prijateljice, ko so imele težave doma in doživljale travme zaradi domačega nasilja, in <u>so zato zapadale v alkohol in droge. Jaz se tega nisem nikoli posluževala. Sem bila striktno proti temu! Za te stvari sem pa bila odločna, da jih ne bom uživala.</u> (Jožica53)	Odklanjanje alkohola Odklanjanje drog Odločnost Moč žrtve	Nasilje Odločitev za neuživanje drog in alkohola (samo)opolnomočenje

Včasih sem pa imela <u>obdobja depresije</u>, kar tako iznenada. Ostale duševne težave nisem imela, kašne psihoze ali kaj podobnega, tudi kakšnih tablet nisem jemala. <u>Vedno, vedno pa sem se bala, kdaj bom spet spoznala moškega in bo to to, kakor sem si jaz predstavljala, in potem me bo on napadel spolno, fizično, psihično.</u> To me je najbolj mučilo. Še zdaj pa imam občutek, <u>da sem nekaj v življenju zgubila, ko se mi je zgodila ta grozna stvar. Neka izguba, ki jo ne znam definirati, me spremlja še sedaj (Jožica54)</u>	Depresija Strah pred novim moškim Strah pred ponovno zlorabo Izguba v življenju Žalovanje za izgubo	Težave v duševnem zdravju Strah Izguba
Ja, seveda, res je. Torej, to je ta strah do moških, še vedno je <u>tako, kot zdaj, ko sem sama, brez partnerja. Sama sem šla v svojo kožo in se analizirala.</u> In vidim, da se mi vleče ta strah... joj, me je kar groza, <u>lahko rečem, da me je je strah strahu (se zasmije)...</u> pa <u>anksioznost</u> včasih, kar tako v tri dni... Moram pa reči glede <u>menjave razpoloženja</u>- 1x vesela, potem pa iz ljubega miru naenkrat totalna žalost in depra... kot da bi obrnil gumb... <u>pa kar v jok padem, brezveze.</u> Tega je sedaj malo manj, samo vseeno me je motilo. <u>Krivda mi tudi še po glavi skače, čeprav se en del mene zaveda, da je on kriv in ne jaz! Potem pa drugi del mene govori »ne, ti si kriva«..(malo jezna).</u> <u>Vedno sem iskala, da sem bila sama, da me ne bi kdo videl v takšnih stanjih, ko sem jokala, bila v depri,....in bi me spraševal, kaj mi je... nisem tega hotela...Nekako sem si dala v zavest, da ne sme za te zlorabe nobeden izvedeti... Sem znala vse skupaj zamaskirati in se obnašati primerno situaciji, tako da me ni nihče pogruntal, da nisem v svoji koži, da nekaj prikrižam... skratka velikokrat sem igrala- to pomeni, da jaz nisem bila resnična jaz...(Jožica55)</u>	Strah pred moškimi Samska Samoanaliza Strah na splošno Anksioznost Menjave razpoloženja Žalost Žalovanje Depresija jok Krivda Ambivalentnost Samoizolacija- odklanjanje socialnih stikov Skrivnostnost Nepristnost Neresnični jaz	Dolgoročne posledice spolne zlorabe Strahovi Odnos do sebe Težave v duševnem zdravju Nedefiniranost situacije Odnos do sebe Nerealnost do sebe
Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, <u>je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«...., čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma</u>	Spolna zloraba s strani sošolcev Gnus Sram Krivda	Občutki žrtve Dolgoročne posledice

<u>sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosedje bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)</u>	Predaja v usodo-zamrznitev	Strategija preživetja
Sem omenila že prej to, v prejšnjem vprašanju, <u>pa še da sem bila sramežljiva, nesamozavestna, nisem hotela priti v konflikte z ljudmi, težave z zaupanjem, splošen občutek ne varnosti...</u> (Maja28)	Sramežljivost Nesamozavest Težave z ljudmi-socialni odnosi Občutek ne-varnosti	Kratkoročne posledice spolne zlorabe
<u>Ja, tekom let, potem kasneje, kar težave pri izbiri nekega partnerja, ki bi spoštoval meje v različnih kontekstih, ni nujno v nekem spolnem smislu, ampak na sploh, da bi spoštoval žensko integriteto, ali pa samo posameznika. Vseeno je prišlo do enih situacij, ko sem se počutila, da sem se znašla nazaj v tisti situaciji zamrznitve ali pa flash-backov. To se mi je potem včasih dogajalo tudi med spolnimi odnosi, da sem odplavala nazaj v zlorabo...vmes sem doživela tak majhen panični napad, se mi zdi, ker je bilo kar intenzivno tudi takrat. Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal - pri trenutnem partnerju je prišel obraz sošolca, ki me je takrat zlorabil, zelo intenzivno je bilo pač tisti trenutek, ker sem ga ravno par dni prej srečala, sošolca, in se je potem to zgodilo. To je bil en tak trigger. Te težave z zaupanjem so potem še kar ostale, na splošno nezaupanje pri ljudeh. Sem se kar hitro naučila, da se na nobenega ne morem zanesti. Tudi v družini je bilo tako, pa tudi kasneje s prijateljicami sem kar dobila potrditev, da zaupati pa ne, ne dati čisto celo sebe v neke odnose, ker te bodo ranili in s tem se še danes veliko borim.</u> (Maja29)	Težave v partnerstvu Soočanje z mejami Ponavljjanje občutka zamrznitve Flashbacki Težave v spolnosti Spominjanje-flashback Panični napad Spolni odnos s partnerjem Sošolec- » trigger » Nezaupanje v ljudi - v družini - pri prijateljicah	Posledice spolne zlorabe Partnerski odnos Meje Obrambni mehanizmi Spolnost Travmatski spomin Nezaupanje
<u>.... ostal pa je tudi tak vsesplošen občutek krivde, za to, kar se je zgodilo...sicer tega več tako ne čutim, je bilo pa še nekaj let nazaj tako zelo intenzivno. Če sem razmišljala o takih zadevah, sem si morala prav konstantno ponavljati »nisi ti kriva, to ni se</u>	Občutek krivde Racionalizacija	Strategije preživetja

<u>zato zgodila, ker si ti bila... ne vem.. kakorkoli izzivalna, napačna, že to je nekaj, kar je bilo na drugi strani narobe in ne pri tebi» (Maja30)</u>	Prepričevanje samo sebe	
<u>... in tudi zaradi tega nisem sedaj slaba oseba, ali pa ne vem, nekaj časa sem imela take občutke, da moje telo ni OK....kot da nekaj manjka, kot da je bilo nekaj svetega mu odvzetega, kar ne bom mogla nikoli nazaj dobiti, na ta način.(Maja31)</u>	Telo ni OK- nesprejemanje telesa	Odnos do telesa
<u>In to je potem v času nosečnosti kar izginilo, to glede telesa. Sem videla, da moje telo zmore ogromno, takrat mi je bila velika motivacija za vse skupaj. Sem začutila svoje telo na tak drugačen način, da nisem zbežala ven iz telesa, pa da sem videla dejansko, da je moje telo zmožno tudi nekaj dobrega in sem manj krivila sebe, tako že čisto na telesni ravni, da pač je moje telo krivo za to, da so se mi zgodile te stvari, ..tega potem ni bilo več. In tudi sedaj tega ni več. (Maja32)</u>	Nosečnost Telo je OK-sprejemanje lastnega telesa Manj krivde	Sprememba telesa Odnos do telesa
<u>Porod, sploh taprvi, ni bil nekaj ...No, takole..., porod je bil kar lušten, dokler nisem proti svoji volji dobila ene zelo močne zadeve, kjer me je pa odneslo. V bistvu se jaz rojstva otroka..., sploh tisti zadnji del, pol urce, predno se je rodil, ali še manj, no, ..., tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja... vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...(Maja33)</u>	Prvi porod Spominjanje poroda Disociacija Ponavljjanje travmatskih spominov Retravmatizacija Nadzor nad telesom s strani okolice	Proces telesa Telesni spomin Strategija preživetja Travmatski spomin Predelava spolne zlorabe Odnos do telesa
<u>Identično skoraj, ...podoživiš vse občutke...recimo tudi to, da so se določene besede ponovile, »če boš tiho, bo hitreje mimo...«, vse tako na te načine, in to je meni zelo ostalo, in potem je bilo v poporodnem obdobju se je bilo težko ven dati iz teh občutkov, prav dvigovati sem se morala, je bilo zelo na začetku, ker je bilo dejansko kot še ena zloraba. Mogoče, če bi kdo gledal, bi rekel, »ah, saj ni nič posebnega...</u>	Podoživljanje zlorabe pri porodu Ponavljjanje besed kot pri zlorabi Racionalizacija Telesni spomin	Travmatski spomin Strategija preživetja

»<u>, notri v meni pa je potekal en tak proces soočanja z vsem skupaj in spuščanja zadev, istočasno pa, ponovitev totalno tistega, kar sem se najbolj bala...</u> (Maja34)	Podoživljanje zlorabe spominjanje	Travmatski spomin
<u>Ja, tako, recimo v mojih željah in v tem, kar sem govorila, me niso poslušale pri porodu, jaz pa sem postajala vedno bolj zakrčena in jih prosila, če me lahko kdo sliši..., ampak me niso. Sem želela narediti korak naprej, pa sploh nisem bila slišana. Pri drugemu porodu pa je bilo drugače. Tam pa se nisem pustila preveč motiti. Sem kar jasno povedala, če se s čem nisem strinjala, sem vmes prišla do te moči, ker sem videla, da ne bi mogla še enkrat iti čez to.</u> (Maja35)	Prvi porod- nesodelovanje zdravstvenega osebja Neslišanje žrtve Drugi porod- vodi žrtve Moč in oblast nad porodom s strani žrtve	Podoživljanje zlorabe Travmatski spomin Pridobitev moči žrtve
<u>Med tisto, ko me je zlorabljal oče, sem bil frapiran, v šoku na začetku, zmeden totalno, pa prestrašen, kaj se sedaj dogaja to...vedel sem, da nekaj ne štima, da to foter mi ne bi smel početi, pa sem se kar vdal potem v usodo.. in to sprejel ..v smislu, »ok samo da me ne tepeš več...«<u>, ... (razmišlja),</u> potem pa mi je bilo najhujše, da mi je to začelo postajati všeč, taki mešani občutki.... Pa še vse tako skrivnostno je bilo, ko je govoril, da ne smem povedati mami, da je to najina skrivnost in da mi mama itak ne bi verjela, pa bi me lahko nagnala od doma...in bi sam taval po svetu. Tega sem se pa najbolj bal, da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž16)</u>	Zloraba s strani očeta Šok Zmedenost Strah Vdaja v usodo Omalovaževanje Ambivalentnost občutkov Uživanje v zlorabi Skrivnostnost Ne povedati mami Mati ne bo verjela Strah zapuščenosti tolažba fizično nasilje	Občutki-odzivi Strategija preživetja občutki Taktika in strategija storilca Občutki nasilje
<u>Ko me je pa eno leto zlorabljal sosed, je bilo pa huje... tudi on je začel me najprej polahko otipavati in mi obljubljal, da mi on pa res kupil kolo, ne tako kot foter, ki je samo obljubljal... pa potem me je podkupil s cigareti, ki mi jih je naskrivaj dajal, da sem potem kadil v gozdu...itak mama ni vedela, ker je bila v svojem svetu... pa božal... pa vsega tega sem bil, lahko rečem,</u>	Zloraba s strani soseda Trajanje Otipavanje po telesu Obljube Vrednote storilca-opravičevanje Podkupovanje Božanje	Strategija storilca Poseg v telo žrtev

<u>navajen od fotra...samo tega itak nisem povedal sosedu...in se je isto nadaljevalo, (Matevž17)</u>	Navajenost na zlorabo iz otroštva	
<u>...jaz sem ga moral zadovoljevati, bila sva zadaj za hišo v drvarnici, potem je pa še on mene z usti...to je bilo pa fuj...še zdaj ne morem pozabiti...pa kolikokrat še občutim ta gnus...bljak...hkrati sem se pa lepo imel...in zato sem bil v dvomih »kaj je prav in kaj ne«, v enem takem paradoksu..., zato taka krivda še zdaj, da sem šel z njim... pa užival hkrati...(Matevž18)</u>	Zadovoljevanje soseda s strani žrtve Zadovoljevanje žrtve s strani soseda Gnus Uživanje Dvomi Ambivalentni občutki krivda	Strategija storilca Občutki
<u>Tak način je potem bil kar eno leto, se je to dogajalo...da sem hodil k njemu v drvarnico, mogoče 1x na teden, ... in 1x potem ko sem bil star 13 let, pa me je odzadaj...takrat je pa res šlo za seks... (tiho ...) ... zelo me je bolelo, tudi krvavel sem...pa je kmalu minilo in navadil sem se...še parkrat sva se tako dobila...kot bi bil njegov ljubimec sem se počutil... zvečer se je spolno izživil nad mojo mamo, imela sta redne spolne odnose, 1x tedensko pa je bil z mano... itak ni nobeden vedel...sem bil tiho, tudi mami nisem povedal...takoj, ... potem 1x sem... (tiho...) bom potem povedal o tem (Matevž19)...</u>	Trajanje zlorabe Spolni odnos Bolečine Krvavitve Ljubimca-sosed in žrtve Ljubezenski odnos med sosedom in preživelo žrtvijo Spolni odnosi soseda in mame Skrivnostnost s strani žrtve Kasnejše razkritje mami o spolni zlorabi	Kraj zlorabljanja Telesne poškodbe pri žrtvi Strategija storilca Odnos sosed -mami
<u>Vem, da me je bilo tako sram, na začetku, ko me je foter zlorabljal, pa tako nagusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar goltal sem in kar na bruhanje mi je šlo..., ampak itak nisem mogel nič, da se to ne bi zgodilo.. , nimam kaj, tako je bilo... pa na nek način me je izdal, nisem mu več zaupal... Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mamo kasneje, ker ni nič opazila... joj.. če se spomnim zdaj, kolikokrat me je bilo strah, kar trepetal sem, ko sem videl, da mama kam gre in je foter doma...ker sem vedel, kaj se bo dogajalo... in nekatere posledice so se kar dolgo vlekle..., če pomislim, se še sedaj vlečejo...kot bi bil stigmatiziran</u>	Sram Gnus Vloga žrtve- vdaja v usodo Izdaja Nezaupanje Jeza na vse Nezaščita s strani mame Jeza na mamo Strah Predvidevanje situacije – nadzor	Kratkoročne posledice spolne zlorabe Strategija preživetja Občutki Mama

s to zlorabo, cel lajf... <u>zato sem fotru tudi zameril..</u> Imam <u>pa probleme z mejami, postaviti jih sebi...do kje grem lahko, pa tudi do drugih...</u> sedaj je že bolje, sem se naučil jih postaviti...(Matevž20)	Stigmatizacija Zamera očetu Postavljanje meja – sebi in drugim	Oče Meje
Spomnim se, da sploh ponoči <u>nisem mogel spati, nonstop sem se prebujal, pa bil na preži, če bo kdo prišel, ali pa če bo oče ponoči kaj hotel...</u> pa na srečo ni... sem imel mir, ampak spanca pa ne... še zdaj ne morem dobro spati... <u>in se zbujam ponoči, pa imam včasih nočne more,</u> da me oče lovi z enim kolom, zraven stoji pa sosed in se na veliko reži...res, se kar v strahu zbudim... Pa potem sem <u>itak iskal uteho v kajenju trave, da me je pomirjalo, pa sem malo odnehal...pa sem začel piti...ful vina sem popil, pa sem malo nehal...skos' se nekaj lovim...</u> (Matevž21)	Nespečnost Nadzor-kontrola Nočne more Strah Kajenje trave Alkoholizem Iskanje samega sebe	Dolgoročne posledice Strategija preživetja Zasvojenost
Da povem še to, da sem <u>se nekaj časa bal moških in to zato, ker sem se spraševal, če sem sedaj peder, ker me je zlorabil sosed, in sem se bal vzpostaviti kontakt z moškimi, ker sem mislil, da oni itak vedo za mojo zlorabo.in sem najbrž istospolno usmerjen...(se zamisli)... pa vem, da nisem, saj sem imel kar veliko žensk, sem jih kar menjal kot po tekočem traku</u> (Matevž22)	Strah pred moškimi Spraševanje o spolni usmerjenosti dvom Potrjevanje Promiskuiteta	Odnos do moških Spolna usmerjenost Odnos do spolnosti
...ni da ni, bila je sama uživancija...lahko bi rekel »sex, drugs & rock'n'roll«... (<u>se smeje...</u>), ... s tem sem si <u>potrjeval, da sme taparvi dec! da nisem izgubil moškosti zaradi zlorab...</u> Itak pa ven <u>tolče krivda, da sem sam kriv, da se mi je to vse zgodilo, saj nisem nič ukrepal...pa saj tudi nisem mogel, ker sem se bal...</u> Pa težave z dušo...kar <u>depresiven sem bil, pa anksiozen...jaz sem se kar bal...kar tako na splošno...življenja, kaj bo, kako bo, kje bom pristal...in se je to vse potenciralo in gradilo...pa so bili panični napadi, pa sem eng'a pokadil pa spil liter vina...pa je</u>	Uživanje Spolnost Droge Potrjevanje moškosti Krivda Vloga žrtve Depresija Anksioznost Zaskrbljenost glede prihodnosti Panični napadi Bežanje v omame-alkohol, trava	Strategije preživetja Odnos do samega sebe Izguba moškosti Težave v duševnem zdravju Odvisnost

<u>bilo dobro za pol dneva...in</u> potem dalje...imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu <u>piše</u>, da sem zlorabljen...kot en pečat <u>imam....</u> čeprav mi tega ni še nobeden rekel... <u>me je pa zelo</u> <u>sram</u>, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, <u>bi me bilo sram, pa gnusil</u> <u>bi se mi..</u>(Matevž23)	Stigma Sram Gnus do očeta Sram	Občutki
Sem pa drugače <u>zelo nezaupljiv</u> <u>na splošno do ljudi</u>, mora preteči veliko časa, da se nekomu odprem..., <u>hvala bogu, da sem</u> <u>našel tako partnerko...</u>vsaj za nekaj časa... sedaj sva šla narazen... <i>(se zamisli, malo</i> <i>žalosten)</i>... Večkrat pa pridejo taki spomini na um, kar neki fleši se prikazujejo, neki <u>izseki, ki ne</u> <u>vem, kam jih dati...</u> pa kar <u>zavoham sosedu, njegov znoj...</u> <u>za bruhat...nisem maral svojega</u> <u>telesa..res ne..hotel sem se ga</u> <u>znebiti...</u> zato pa sem se velikokrat <u>samopoškodoval, rezal</u> <u>sem se po rokah</u>, ... uh...kar težki časi so bili to... <u>Prav krizo sem</u> <u>imel, ko sem se vse spominjal...</u> <u>težko sem se soočal s tem....</u> (Matevž24)	Nezaupljivost Zaupanje v (bivšo) partnerko Flashbacks Spomin-vonj Gnus Nesprejemanje telesa Samopoškodovanje Samodestruktivnost Retravmatizacija Obdobje krize	Odnos do ljudi Odnos do bivše partnerke Spominjanje Telesni spomin Odnos do telesa Faza predelovanja

3. Razkritje travmatske izkušnje spolne zlorabe v otroštvu

Izjava-enota kodiranja	Pripisan pojem (odprto kodiranje)	Podkategorija
<u>Ne, nisem nikomur povedala, je pa moj oče takoj pogruntal, da nekaj ne štima in da je nekaj narobe z mano.</u> (Breda28)	Ne razkritje spolne zlorabe Skrivnostnost Ugotovitev očeta za zlorabo	Obrambni mehanizem žrtve Odnos oče-hči
<u>Torej oče je sam vedel, da je nekaj groznega se zgodilo z mano.</u> Spet je bil oče tisti, ki se je postavil zame. Ko sem se malo pomirila takrat, sem prišla iz sobe, pa sem se kar tresla in bila sem uničena ter vsa utrujena od joka. (Breda 29)	 Oče kot podporna oseba Tresenje Utrujenost jok	 Odnos oče-hči Posledice zlorabe
Takoj me je vprašal, kaj je bilo...pa najprej nisem hotela povedati oziroma sem rekla, da nič, pa je rekel, da mu naj takoj povem, saj vidi, da nisem dobro... <u>pa sem mu kar povedala, pa naj se zgodi karkoli...in sem se takoj spomnila zlorabe od dedija...</u> da je bil oče tisti, ki me je zaščitil in se postavil zame, zato mi ni bilo težko potem o tem z njim govoriti.(Breda30)	Spraševanje očeta o zlorabi Zanikanje zlorabe Razkritje zlorabe očetu Odziv očeta na žrtev	Odnos oče -hči Podpora s strani nezlorablajočega starša-očeta
<u>...njemu sem zaupala in mu verjela...</u> , da se bo potegnil zame... je moj zaupnik in bo vedno stal ob meni...potolažil me je in rekel, da greva do ustreznih institucij, ki bodo to urejale naprej..., <u>pa me je potem druga dan peljal na policijo in sva dala prijavo...</u> (Breda31)	Zaupanje očetu s strani žrtve Verjetje očeta, kaj se je zgodilo Tolažba očeta Prijava na policijo	Podporni odnos oče-hči Odziv nezlorablajočega starša-očeta Ukrepanje institucij
<u>Tudi mamici je oči povedal...mami se je sesula totalno... tako da je bil cel cirkus....</u> (Breda32)	Oče pove mami o zlorabi Mati šokirana	Odziv mame na spolno zlorabo
Vem samo, da se je mami z mano potem veliko ukvarjala in skupaj sva preživljale prosti čas... <u>več je bila z mano kot ponavadi...</u> kot bi imela neko slabo vest in se je bala, da bi se mi še kaj zgodilo.. <u>ampak mi je verjela in me podprla...in ne krivila..to je bilo najbolj važno zame....</u> (Breda33)	Preživljanje skupnega časa-mati in hči Verjetje mame, da se je spolna zloraba zgodila Ni dajanja občutka krivde s strani mame	Podpora nezlorablajočega starša-mame Verjetje Ni krivde
<u>Ja, sem povedala tudi socialni delavki in psihologinji v šoli in pa tudi prijateljici.</u> Vključila se je tudi policija in so potem stekli postopki zoper tega fanta. (Breda34)	Razkritje spolne zlorabe socialni delavki In psihologinji Vključitev policije	Razkritje spolne zlorabe drugim osebam Pomoč in intervencija s strani strokovnih služb

<u>Prijateljica pa mi je tudi stala ob strani, večkrat sva se pogovarjali o tem in mi je bilo lažje. Ona mi je tudi dopovedovala, da jaz nisem nič kriva, da je on vsega kriv... To mi je zelo veliko pomenilo, sem se počutila močnejše...</u>(Breda35)	Razkritje spolne zlorabe prijateljici Pogovarjanje o spolni zlorabi Zaupanje Ne metanje občutka krivde na žrtev	Razkritje spolne zlorabe podporni osebi Pomoč in podpora s strani prijateljice
<u>Ja, sem ga videla, ampak da je čutil, da je videl in čutil, da sem povedala očetu, ki je bil zelo zaščitniški do mene. In se me je bal, ta fant, se me je izogibal...in tudi oče mi je rekel, da če bo ta fant me še hotel nadlegovati, mu naj kar povem, da bosta z njim obračunala. In ta fant je dal mir... 1x je celo prišel do mene in se je opravičil. Sem bila res presenečena in v šoku, sploh nisem verjela, da se to dogaja.</u> (Breda36)	Izogibanje storilca Strah storilca za posredovanja očeta Opravičilo s strani storilca	Odnos žrtev- storilec Strah Odziv storilca
<u>Tako da sva nekako zgladila to, vendar je to v meni pustilo posledice, predvsem v vedenju - bila sem nonstop nemirna, živčna, nezbrana...to so tudi te dolgoročne posledice, ki te prežemajo skozi celotno življenje. Pa tudi vase zaprta, nisem se hotela več družiti z vrstniki...hotela sem mir. Kot oseba sem bila drugačna. Večkrat sem se spomnila tega...</u>(Breda37)	Spremenjeno vedenje žrtve Nemirnost Živčnost Nezbranost Zaprto vase Postane druga oseba Podoživljanje travmatskega dogodka-retravmatizacija	Dolgoročne posledice spolne zlorabe Sprememba osebnostnih lastnosti Sprememba duševnega stanja Travmatski spomin
<u>Ne ravno odpustila, sem pa mu oprostila...to pomeni, da me ne obremenjuje več tako zelo, kljub posledicam, ki jih imam.</u>(Breda38)	Odpuščanje storilcu Neobremenjenost s spolno zlorabo	Odnos storilec-žrtev
<u>...zgodilo se je, ne moremo zdaj nič spremeniti, ampak moram biti optimistična in gledati na dobre stvari... Ne mislim odpuščanje v krščanskem smislu...zame je odpuščanje, da nekaj dam stran, kar me bremeni. To ne pomeni, da sem pozabila, da se je to zgodilo...</u>(Breda55)	Vdajanje v usodo-nemoč Odpuščanje storilcu Razbremenitev sebe	Odnos storilec-žrtev Odnos do storilca Odnos do sebe
<u>Kot da bi ušla od tega življenja tukaj ...sem potem sem šla na faks, in pri 20ih letih v tujino, na izmenjavo študentov v Pariz za pol leta. Tam pa spet...ne veš, koga tam srečaš, ne poznaš ljudi. Sam si na tujem ozemlju. Si sam.</u>	Študij v tujini – beg od zlorabe	Sprememba življenja žrtve

<u>osamljen, in sem spoznala enega Italijana, tudi na izmenjavi, star je bil 23 let. Bila sva si takoj všeč. Vendar si nisem mislila, da bo stvar takšna...(tiho).. no, kaj je bilo potem...(malo premišlja)...kmalu sva se začela videvat, in sem pomislila, da bova začela s spolnimi odnosi...in sem se bala, ker sem imela slabe izkušnje s tem.</u> (Breda39)	Osamljenost žrtve Začetek nove bežne veze s tujcem-Italijanom	Občutki žrtve Nemoč soočanja z preteklo zlorabo
<u>...vse te zlorabe so me zaznamovale...in se mi je sesul cel svet... spet me je zlorabil na način, da me je toliko časa prosil, da sem spala z njim. Meni je bilo nagnusno, čeprav nisem hotela, se mi je zasmili...to je bila tudi ena zloraba, čeprav sem rekla ja, ... in potem sem jaz spet nasrkala, vse sem podoživljala, vsi spomini so prišli na plan iz otroštva od zlorab... groza, vse to je bilo težko prebavit in v glavi predelat...sesul se mi je svet...</u> (Breda40)	Ponovna zaznamovanost žrtve Pristanek žrtve v spolni odnos Usmiljenje žrtve do storilca Gnus do storilca Podoživljanje travmatskih izkušenj-prejšnjih zlorab Sesuvanje varnosti	Ponovno doživljanje spolne zlorabe spolnost odnos žrtve do storilca - omalovaževanje Travmatski spomin Pomanjkanje varnosti
<u>In potem sta mi prav prišla dva kolega, dva prijatelja iz Slovenije, ki sta bila tudi v Parizu. Njima sem povedala o tem fantu, pa se jima ni zdelo to nič kaj takega...</u> (Breda41)	Razkritje spolne zlorabe bežnim prijateljem	Iskanje podporne osebe s strani žrtve
<u>Onadva sta bila taka luftarja, ki sta večino časa žurirala in eksperimentirala, torej alkohol droge, trava, tableti, sam žur in sta me vabila, da grem z njima žurat... in se zabavat... da pozabim tega Italijana. In sem šla, seveda, vsa presrečna, da sem se sprostila.</u> (Breda42)	Začetek prijateljstva in zabavanja Zabave Bežanje od realnosti Uživanje alkohola in drog	Iskanje novih podpornih oseb Strategije preživetja
<u>...naučila sta me uživati travo pa tudi koko sta njuhala, jaz pa z njima isto, pa še pijača, polno viskija je bilo, sploh ne vem, od kje. Potem se nam je pridružilo zelo veliko nekih ljudi, nekih frendov, vsi so itak bili zadetki, džankiji...jaz pa z njimi, da sem vse pozabila...tudi spali smo skupaj...ne da bi vedela.. oziroma začasno odšla v drug svet...pa smo pili, se zadevali, muzika na glas, žurke po diskotekah...ni da ni (se smeji)... vse brez meja...ampak to se ni dobro končalo... čeprav je bila ta družba moj zaveznik in varuh</u> (Breda43)	Uživanje drog in alkohola s strani žrtve Razne zabave s tujci, spolnost Omamljanje Zasvojenost Uteha v družbi Nepostavljanje meja Bežanje od realnosti-odtavanje v drug svet	Soočanje žrtve s spolno zlorabo Promiskuiteta Zasvojenost Strategije preživetja žrtve Meje

Počasi sem čutila, <u>da sem odvisna od tiste trave, pa alko</u>, ...hmmm (<i>se zamisli</i>) ...ta je bil najhujši... občasno pa še koka... res sem bila <u>zmešana</u>, totalno...Tudi študij <u>nisem dokončala</u>, sem videla, da to nikamor ne pelje. No, in <u>psihično sem bila itak pod'n...in na nuli...ampak sem rada hodila po nitki...nekako lovila, kje je meja...</u>(Breda44)	Odvisnost Psihična izčrpanost Neuspešno dokončanje študija Živeti na meji- skrajnosti	Strategije preživetja Neuspeh Meje
....vse je začelo ven butat, od vsega otroštva, pa še novo se je <u>nabralo... psihične težave sem imela, bila sem depresivna, in anksiozna, pa problemi s hrano- sem se prenažirala, in žrla</u>, cel hladilnik hrane je šel takoj, to kompulzivno motnjo sem imela..., pa anoreksijo nekaj časa, ko se nisem sprejemala kot oseba, pa potem še itak <u>odvisnosti-kajenje, alkohol, trava, vse to sem imela, da sem zbežala od realnega sveta</u>, ker je bilo naporno, pa se je bilo fino malo zadet', ...<u>spala nisem nič</u>, pa sem pokadila travo, pa je bilo dobro. ...pa mislim, da sem tudi imela težave s tem <u>posttravmatskim sindromom...same travme so ven butale...</u>(Breda45)	Spominjanje Psihične težave Depresija Anksioznost Težave v prehranjevanju Anoreksija Beg iz realnosti-disociacija Odvisnost Kajenje trave Alkohol Droge Nespečnost Posttravmatski stresni sindrom	Travmatski spomin Težave v duševnem zdravju Motnje hranjenja Strategije preživetja žrtve odvisnost Posttravmatski stresni sindrom
<u>Pa potem sem šla domov iz Pariza</u> in je starše kap, kakšna sem prišla, uničena...spet je oče bil zaskrbljen, pa mati tudi... in sem jima morala povedati vse te dogodivščine... <u>in kaj hočem zdaj...nič...živet' naprej...</u> Oče je bil <u>zaprepaden, je bil moj rešitelj prej, in mi je stal ob strani...</u>(Breda46)	Prihod domov iz tujine Razkritje zlorabe iz tujine očetu Vdaja v usodo- nemoč Podpora s strani očeta	Vrnitev žrtve v »realni svet« Odziv nezlorablajočega starša - očeta
Ja, (<i>smeh...</i>), sem itak, <u>moji prijateljici, tisti iz otroštva...In vse ve o meni</u>. Veliko olajšanje mi je bilo to, <u>da sem spregovorila, pa da mi je verjela v prvi vrsti, da ni dvomila vame...</u>in potem stala ob strani...<u>poznala me je že od otroštva in je točno vedela, kako mi mora pristopiti in kaj reči</u>. Pa je videla, da sem odvisna od vseh teh drog in alkota....(Breda47)	Razkritje zlorabe iz tujine prijateljici Razumevanje prijateljice Nasvet prijateljice	Podpora nezlorablajočih bližnjih - prijateljica Odnos prijateljica-preživela žrtev

Vse sem <u>potlačila, zadrževala sem skrivnost zase...ampak se spominjam, da že kot otrok sem imela neko »čudežno notranjo moč« v narekovajih, da sem si vedno rekla, da če se <u>mi karkoli zgodi, bom probala vse rešiti sama. To pa zato, ker sem se bala, da mi ne bi verjeli, ali pa bi me obtoževali, da sem ga jaz zapeljevala in zapeljala... vso krivdo bi nprtili name... tega nisem hotela...tukaj mi je bilo hudo, grozno in pa sram, to je to, sram je taprava beseda.</u></u> (Jožica37)	Potlačitev Zadrževanje skrivnosti Moč žrtve Strah, da ji ne bi verjeli Strah, da bi jo obtoževali in krivili Sram	Strategije preživetja (Samo)opolnomočenje žrtve Strah
Zaradi <u>strahu, sramu in stigme, nekega pečata, ...sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla... Čutila sem, da imam toliko energije, da bom zmogla preživeti tudi to tragedijo...čeprav mi je vzel mladost in del življenja...je pa po moje veliko v moji podzavesti spravljen...vse te posledice..veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri...</u> Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, <u>ko me je napadel ta prijatelj od očeta...</u>(Jožica40)	Strah Sram Stigma Iskanje notranje moči Potlačitev Izguba mladosti in življenja Dopovedovanje sami sebi, da je močna Pozabljanje Pobeg iz telesa-disociacija	Kratkoročne posledice spolne zlorabe Strategije preživetja izguba Samopomoč Spominjanje
Ja, <u>samo ena prijateljica.</u> Povedala sem ji par let po zlorabi. In sem čutila <u>olajšanje</u>, kot da bi neko breme padlo z mene, in z moje duše. Samo njej, ker me je bilo sram in strah <u>drugim povedati. Ona pa me je sprejela takšno, kot sem, in je tudi tiho kot grob.</u> Zaupam ji in vem, da ni povedala nobenemu. Vem, a je zelo zelo slabo, če <u>veliko ljudi ve nekatere stvari.</u> (Jožica55)	Prijateljica Razkritje zlorabe Olajšanje Sram povedati ostalim Brezpogojno sprejetje preživele žrtve s strani prijateljice zaupanje	Razkritje zlorabe Počutje žrtve Odnos prijateljica-preživela žrtev
<u>Ne, mislim, da storilec ni nobenega zlorabljal...</u> Ne mislim, Ravno zaradi govoric, sem jaz bila in sem še sedaj tiho, da ne bi prišle na dan. <u>In tudi, če je zlorabljal še koga, ne verjamem, da bi to se širše zvedelo. Vsi so nekako molčali.</u> ... (Jožica56)	Zloraba še drugih oseb s strani istega storilca Molk-skrivnostnost	Storilec skrivnostnost
<u>...ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si,</u>	Zamrznitev Vdajanje v usodo Nemoč	Strategije preživetja

<u>zato si tam in, ne vem, naši južni sosede bi rekli »šuti in trpi«...</u> (Maja25)		
Tako ja, <u>ampak, ta nemoč v kombinaciji z neko zamrznitvijo.</u> To je bilo intenzivno, res... Ja, v bistvu so me rešili tile <u>obrambni mehanizmi</u> , saj to je čisto <u>normalno in naravno</u> , od vseh <u>potem naprej</u> , so se pa <u>zgodile situacije</u> , kjer bi lahko prišlo do <u>zlorabe</u> , in sem jaz to <u>vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči</u> . (Maja26)	Nemoč in zamrznitev Racionalizacija Moč žrtve	Strategije preživetja-obrambni mehanizmi
Sem pa vmes veliko o tem brala in raziskovala, ker sem videla, da vse, kar se mi je dogajalo, da ni moja krivda in da nisem edina, in da imajo moji občutki in takšno <u>doživljanje neko ime</u> , in eni občutki so bili že <u>pokazatelji neke posttravmatske stresne motnje</u> . In to me je zelo pomirilo. To je tisto, ko sem si lahko potem rekla »ok, glej, to je samo nek odziv na nekaj, nisi ti kriva za to, lahko to samo preprečiš zdaj, če greš spet čez tako situacijo.« Potem mi je dejansko to tudi uspelo. Ker če ne, se mi zdi, bi se kar zaciklala, in bi lahko kar ostala tam (Maja27)	Soočanje z občutki Travmatski dogodek Racionalizacija	občutki Posttravmatska stresna motnja Obrambni mehanizem
Za drugo zlorabo s sošolci sem že prej povedala, za to taprvo, doma, pa sva se s sestro <u>pogovarjali o tem</u> , ...pa je ona <u>zelo hitro rekla »da smo bile vse tri zlorabljene s strani strica</u> , <u>sigurno pa tebi oči tega ni naredil«</u> , čeprav pa imam jaz take spomine. (Maja36)	Pogovor s sestrami o spolni zlorabi Zanikanje zlorabe očeta s strani sestre	Razkritje spolne zlorabe Obrambni mehanizmi- strategije preživetja
In sem rekla »ok, kako lahko rečeš, da sigurno ni, če imaš ti spomine za isto osebo, ampak ker sta starejši dve sestri mi 1x rekle, <u>da njiju je pa stric zlorabljal</u> , ker je pač čuden in ne vem, kaj še vse, da sigurno je tudi njo, naj si ne izmišljuje da je njo kao nekdo drug.« Tako da sem jaz nekako sumila, da so sestre morale to vedeti, in mi najstarejša sestra dostikrat reče, da me je ful branila, ko sem bila majhna, da se mi ne bi kaj slabega zgodilo, <u>nismo pa še nikoli začeli to temo</u> , ker ona je zelo močna ženska navzven in noče nobenega	Upor žrtve glede govorjenje o zlorabi Zaščitništvo s strani starejše sestre Izogibanje govorjenju o zlorabah s strani sestre	Odnos sestra- preživela žrtev

<u>spustiti tako blizu... In noče o takih stvareh govoriti,...(Maja37)</u>		
<u>...mami pa po moje je morala čutiti vse to, ampak ona je zelo bežala, ni je bilo tam z nami, ni bila tista tipična mama, da bi bila materinska, ljubeča in tako, ona je bolj bila na drugih moških, na alkoholu in na drugih zadevah.</u> (Maja38)	Nezmožnost soočanja z zlorabo s strani matere Omamljanje-alkohol Promiskuiteta	Odnos mati-hči (žrtev) »Tihi partner« Odvisnost spolnost
<u>Torej, jaz mislim in čutim, da me je zlorabljal oče, ko sem bila majhna in pa potem še stric... čeprav so spomini medli.</u> (Maja39)	Oče Stric Nejasni spomini	Storilci spominjanje
<u>Tako se meni zdi, mamu sem potem kasneje 1x vprašala, če ona kaj ve, kaj se je dogajalo in če se je njej kaj dogajalo, zdej ne vem, ali je bilo to dejansko zaradi ene bolezni, ki jo ima, ali pa se ja malo naredila tako, in je rekla »ne, ne, ne nikoli nič« in takoj zamenjala temo, in se o tem sploh ni hotela nič pogovarjat..</u> (Maja40)	Zanikanje zlorabe s strani matere Nevednost mame	Mama
<u>Ni pa noben nič naredil nikoli, ..., ok, dobro, sestre so me hotele braniti, učiteljica potem kasneje nič ni naredila, očetu pa, ko sem povedala, pa je rekel, da bova šla v šolo povedat, da to ni v redu-to je bilo takrat pri prvi zlorabi. In to je bilo to. Tudi rekel je, naj nič ne povem mačehi o tem, ko sta bila z mami že ločena, »nič njej povedat, to bova že midva zrihtala«.</u> Spet je bila neka skrivnost, to je zelo tipično za našo družino, ... da pač ko gledam potem, kaj se je vse dogajalo, je bilo ogromno enih takih skrivnosti (Maja41)	Zaščitniške sestre Neukrepanje učiteljice izogibanje govorjenju o zlorabah Skrivnostnost družine	Ukrepanje glede spolne zlorabe Nepodpora s strani okolice Stanje v družini
<u>Za sestre so bile, pač ta starejši dve s strani strica, ta, ta tretja je tudi starejša od mene, pa kakor tudi s strani strica, ampak ona ima spomine, da je bil tudi oče. Bom rekla tako, da so to zelo potlačile, in nisem niti pričakovala nekih konkretnih odgovorov.</u> (Maja42)	Zloraba sester s strani istega storilca nеспominjanje Oče Stric-brat od očeta Potlačitev spomina pri sestrah	Storilec z več žrtvami Spominjanje Strategije preživetja pri sestrah
<u>Ma,... vse sorte, po moje, samo da bi preživel...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal...Vse sem doma</u>	Pridnost Ustrežljivost zaradi strahu pred nasiljem	Strategije preživetja in obrambni mehanizmi

pospravil, vsa drva sem po velikosti in debelini zložil...<u>vse je bilo tip-top, perfektno, ni da ni....</u> Pa nikoli nisem bil dovolj dober... za foter... <u>mamo pa niti ni toliko brigalo, se mi zdi, potem je nekako kar odtavala v svoj svet, pa se ukvarjala z bratom, ki je bil še majhen... Vem, da sem kar miselno odtaval, ko me je tepel...in tudi potem pri zlorabi, ...<u>(se zamisli)</u>...kot da bi šel ven iz telesa...</u>da nisem toliko čutil...<u>pa saj potem ni bilo več tako hudo, ni me več bolelo...po moje sem se kar navadil, bi lahko rekel...</u> Sem pa večkrat gruntal, <u>zakaj se je foter spraval spolno name, kaj mu je dogajalo v glavi...nekaj mu je manjkalo, kar mu mama ni dala, ni zmogla ali hotela...</u>to ne bom nikoli najbrž zvedel... (Matevž20)	Perfekcionizem Mama miselno odsotna Neangažiranje mame disociacija »pobeg iz telesa« omalovaževanje sprejetje in normalizacija zlorabe spraševanje »zakaj« vloga žrtve obtoževanje mame zaradi zlorabe- krivda	Strategija preživetja mame Strategije preživetja in obrambni mehanizmi
Sem se pa tudi z enim vaškim pobalinom, fantom, malo starejšim od mene, spečal v smislu, da me je parkrat nagovoril, da sem šel v trgovino krasti cigarete...pa sem spet bil <u>poln adrenalina in tvegaj, da me ne dobijo...</u>to mi je bilo tudi fajn, da sem malo pozabil...in sem kradel, pa me niso nikoli dobili...zdaj imam pa zato malo slabo vest...(Matevž21)	Kraja cigaret Tveganje Adrenalin Slaba vest	Strategija preživetja žrtev
<u>Ne, po moje ne, tisto, ko me je foter zlorabljal, ni vedel nihče...</u> <u>mama je bila itak »adijo«, v svojem svetu, z dojenčkom - mojim bratom, potem je foter kmalu šel, ko sem bil star ene 10 let, ...in to nisem mami nikoli povedal...</u>sem že razmišljal, <u>da bi ji...pa nisem vedel, na kakšen način...</u>saj bi jo kap, pa še malega otroka je imela, pa en kup skrbi za hišo in gospodinjstvo... <u>mislim, da mi ne bi nikoli verjela, kaj mi je foter počel... in sem se odločil, da ji nikoli ne bom povedal.</u> To sem zdaj že nekako sprejel in brez veze je še enkrat rane odpirati in kopati po tem... <u>Tudi razmišljal sem, da bi bratu zdaj povedal, pa mu tudi nočem uničiti življenja...on bi mi po moje verjel, samo ga nočem sedaj s tem matrat... ne vem, mogoče 1x v prihodnosti, bom videl, kako bo teklo življenje naprej...</u> V	Nerazkritje spolne zlorabe s strani očeta Neprisotna mati Odhod očeta Poizkus razkritja zlorabe mami Predvidevanje, da mati ne bi verjela zlorabi Ohranjanje skrivnosti Sprejetje odločitve za nerazkritje zlorabe Racionaliziranje Poizkus, želja – za razkritja bratu	Nerazkritje Mati Oče Poizkus razkritja Verjetje Skrivnost Odločitev za nerazkritje zlorabe Poizkus razkritja

<u>glavnem o zlorabi fotra ni vedel nobeden...</u> (Matevž25)	Nihče ne ve o zlorabi s strani očeta	
<u>Tole od sosesda pa sem 1x znorel, ko se je sosed napil in začel kričati na mamo in ji groziti...</u> <u>takrat sem pa res pobesnel...brani sem jo, njega pa nagnal domov in mu zabičal, da se niti 1x več ne prikaže pri nas, drugače ga bom prijavil...pa je neki vpil nazaj in se delal pametnega« kakšna prijava, kakšna prijava, ...smrkav'c, ti je bilo pa fajn, a ne? «, tako da od takrat naprej je dal mir...tudi nekam se je odselil kmalu, najbrž staršem na Gorenjsko. Tako da je mama ostala sama...saj, hvala bogu,...je imela vsaj mir..., in smo od takrat naprej sami živeli, v miru...mama je bila kul, potem je postala taka prava mama, lahko tako rečem, kakor da bi se ji en materinski čut prebudil...</u> <u>ona je bila bolj taka prej, pasivna, ni se hotela vpletati in boriti, važno da je šlo vse na izi naprej...</u> (Matevž26)	Nasilje s strani sosesda nad mamo žrtve Branjenje mame s strani žrtve Moč žrtve Selitev sosesda Samska mati Sprememba matere na bolje Prebujen materinski čut Pasivnost matere Apatičnost matere (Ne)odzivnost matere	Sosed-nasilje Odnos mati-sin (žrtev) Opolnomočenje preživele žrtve Vir moči v sebi Prenehanje zlorabe Status mame Strategije preživetja matere
<u>Ja..., sem povedal mami o zlorabi, v afektu, takrat ko je sosed norel. Povedal sem ji, kaj mi je delal, kako me je uničeval... mami sem povedal za sosesda, za fotra pa ne, in za fotra ne bom nikoli povedal mami... (odločen...), povedal pa sem kolegu, pa ženi, ki o tem molči... sem jo prosil, naj ne pove nikomur...</u>(Matevž27)	Razkritje zlorabe s strani sosesda mami Nerazkritje zlorabe s strani očeta Razkritje zlorabe prijatelju Razkritje zlorabe sosedu	Sosed razkritje zlorabe Oče .-nerazkritje zlorabe Podporne osebe-viri moči
<u>Hmmm..., nič kaj fajn njen odziv...itak jo je najprej kap...v prenesenem pomenu, v glavnem v šoku je bila, frapirana...sploh ni mogla verjeti...potem pa je bila jezna na sosesda, in sama nase...kako to, da tega ni videla... jokala je kot dež...komaj sem jo potolažil, ...kar naprej je govorila, »sine moj, jaz sem kriva za to, nisem spregledala, nisem videla...joj...oprosti mi, ...«, pa sem ji oprostil oziroma saj ji nikoli nisem zameril, saj je bila boga tako kot jaz... Sicer ji nisem povedal podrobnosti in koliko časa se je dogajalo, ker ne bi preživela, da to sliši. Že zdaj bi skoraj umrla, tako je bila</u>	Odziv mame na razkritje Šok Sekundarna viktimizacija Neverjetje Jeza na sosesda Jeza nase Jok Opravičevanje Metanje krivde nase Mati žrtev Vloga žrtve Živčni zlom mame Labilnost	Mama-odziv Občutki mame Strategija preživetja Strategija preživetja Odziv mame

izmučena...kot bi doživela živčni zlom. Brat ni bil zraven takrat, je bil v varstvu, in itak ni vedel o tem. Sem mu povedal zdaj, ko je starejši, pa samo za soseda, in nič za fotra. Pa itak je bil tudi on v šoku, je pa verjel in me potolažil, znal je narediti pravi korak... (Matevž28)	Razkritje zlorabe (s strani soseda) bratu (ko je bil starejši) Šok Tolažba žrtev	Razkritje zlorabe bratu Brat- vir pomoči, nudenje pomoči
Ja, tako kot sem že povedal- prva zloraba od fotra se je končala, ko se je odselil stran, takrat sem bil star 10 let, druga zloraba od soseda pa po enem letu, ko sem bil star 13 let. Me je pa zaznamovalo vse skupaj za cel lajf...(Matevž29)	Odselitev očeta Prva zloraba-trajanje 5 let Druga zloraba- trajanje 1 leto Stigmatiziranost žrtve	Konec zlorabe Oče Sosed stigma
Brat mislim, da jo je dobro odnesel, ni se ga noben dotaknil, sem skoraj 100 %. Vem, da foter ga ni, upam da ne...nikoli ni o tem govoril, pa tudi ni tako poškodovan kot jaz, je normalen človek, moški. Sosed ga pa tudi ni, ker je imel preveč dela z mamo in mano (se zasmije)...ni imel časa...pa kot sem videl in opazil, soseda niso privlačili otroci, če lahko tako rečem. Njemu sem bil tarča jaz, in mama, itak... Tako da tudi za brata lahko rečem, da se ga sosed ni pritaknil ... saj takrat, ko sem mu povedal, ni nič omenjal, da bi njemu sosed kaj naredil. Tako da mislim, da je brat »cel, živ in zdrav«.(Matevž30)	Brat – nezlorabljen Normalen človek Racionalizacija Tarča za soseda Sigurnost v nezlorabo brata	Brat Lastnosti brata Strategija preživetja žrtve Odziv Sosed Brat
Poznam, ja, mojega kolega, je bil tudi zlorabljen..., sva se spoznala na enih delavnicah. In potem še par ljudi, ki nismo tako v kontaktu, so pa tudi z delavnic za preživele o zlorabi. (Matevž31)	Poznane druge žrtve spolne zlorabe Delavnice-podporne skupine	Drugi storilci Viri moči in okrevanja

4. Okrevanje v odrasli dobi po travmatski izkušnji spolne zlorabe v otroštvu

Izjava-enota kodiranja	Pripisan pojem (odprto kodiranje)	Podkategorija
.... <u>in mi je svetovala neko skupino, kjer se zbirajo alkoholiki in vsi, ki imajo težave z zasvojenostjo. Pa še ambulantno za zdravljenje, to je bil DTO v Ljubljani, tja sem šla. Tam sem bila 3 mesece, stara pa sem bila pri 21 let. Tam je bila ustrezna obravnava s strani strokovnjakov in zdravnikov. Ni bilo nobenih izhodov, notri si bil zaprt in si delal po programu, ki so ti ga predpisali. Po 3 mesecih sem se nekako zvlekla ven, prišla na svoj tir, vendar sem še pol leta hodila 1x na mesec tja na terapije in skupine na 14 dni, prav tja na DTO(Breda48)</u>	Nasvet prijateljice glede okrevanja Ambulantno zdravljenje za 3 mesece Zaprt program na DTO Terapije 1x mesečno za pol leta Skupine na 14 dni	podporne osebe Način okrevanja Viri pomoči -strokovna pomoč Podporna skupina
Tako je, to je bil prvi korak, ko sem videla, <u>da nekaj delam zase, za svoje zdravje. In ni mi žal... nekaj mi je pomagalo, mi dalo odskočno desko za naprej. To sem dala skozi, to odvisnost. In sem zdržala, nisem posegala več po alkoholu ali drogah. Pa potem sem kar nadaljevala s terapijami nekaj let, imela sem fajn terapevtko, ki je bila strokovna in je imela posluš za moje težave. Vse to mi je pomagalo, zdaj vidim za nazaj...Premagala sem odvisnosti!(Breda49)</u>	Prvi koraki na poti okrevanja Moč žrtve Črpanje moči iz sebe Učinkovitost terapevtke Preživela žrtev ponosna na sebe	Ključne osebe pri okrevanju Faza predelovanja Terapevt Strokovnost terapije Faza integracije pri okrevanju
<u>Ja, to okrevanje v bistvu življenjski proces, za vse življenje, ... (se zamisli...)... treba je ugotoviti, kdaj in na koga se lahko obrneš, da ti bo na pravilen način pomagal, saj niso vse osebe primerne, da jim nekaj zaupaš in da ti stojijo ob strani. Potem je pomembno zaupanje do te osebe - če tega ni, je vse brez veze. Zelo velikokrat sem imela dvome, ali bom nekje sprejeta ali ne.(Breda53)</u>	Okrevanje – življenjski proces Iskanje podpornih oseb Zaupanje podpornim osebam Dvom v sprejetost s strani žrtve	Proces okrevanja Lastnosti podpornih oseb
<u>...Vedno sem potem razumela, da to ni bila moja krivda, da sem bila zlorabljen, končno sem dojela to po dolgem času. Nekako sem vzpostavila stik, eno vez, z otrokom v sebi... pridobivala sem na zaupanju in</u>	Dojemanje, da ni bila žrtvina krivda Vzpostavitev stika sama s sabo Pridobivanje na samozaupanju	Rezultati okrevanja Faza integracije in ponovne povezave

<u>samozaupanju s tem, da sem drugim povedala - torej očetu in tej moji prijateljici, pa kasneje svojemu možu. Obžalovanja za nekaj, kar ni bilo v moji moči, da storim, je bilo čedalje manj. Včasih sem bila zelo zelo jezna, danes pa mislim, da se to umirja (Breda54)</u>	Nič več obžalovanja Manj jeze	Odziv preživele žrtev
<u>....zato pa sem potem šla po strokovno pomoč in sem jo imela res veliko...in temu sem hvaležna... vedela sem da moram o tem povedati in ljudje so me poslušali, vsaj tisti, ki so nekaj veljali v mojih očeh... moje besede so bile uslišane. In bistvo je, da smo mi tudi verjeli..., ker največji problem je, če ti ljudje ne verjamejo...ti nekaj govoriš in če ti ne verjamejo, je brez smisla...res... nimaš kaj tukaj pomagati... Jaz sem povedala resnico, in potem se je oče s storilcem, z mojim dedijem, smo se soočili. In se je točno videlo, da to ni laž z moje strani... (Breda56)</u>	Iskanje strokovne pomoči Žrtev bila slišana Verjeli so ji Sama govori resnico	Postopki ravnanja s preživelu žrtvijo pri okrevanju
<u>Meni je postala pri srcu meditacija, na katero še sedaj hodim. Ta me umiri, lažje diham in zaspim. Pa mislim, da mi daje eno moč, da lažje vse to prebolim in se soočam s stanji, ki butajo iz mene ven. Šla pa sem tudi v skupino rekreacije, kot neke vrste vodena telovadba, kjer se srečujejo ženske, ki so preživele kakršnokoli travmo. Pa sem spoznala ženske in smo se lahko pogovarjale na splošno o hudih travmah, ampak nikoli mi ni prišlo na pamet, da bi jaz povedala o svoji zlorabi. Bila sem kot en steber za druge, samo poslušalka, samo drugim sem hotela pomagati, ker sem menila, da sem jaz čisto OK. Pa najbrž ni bilo res tako. Moja podzavest je imela vso to navlako, ki je ni mogla ali znala dati na plano. ...Takšna je bila moja tolažba in hkrati moč za preživetje. In duša je olajšana.(Jožica57)</u>	Meditacija Umiritev Lažje dihanje Moč Spomini-flashbacki Skupina za rekreacijo Nerazkritje zlorabe Poslušalka-pomoč drugim Racionaliziranje Potlačitev zlorabe Tolažba Moč	Alternativni viri okrevanja Faza predelovanja spomini Viri okrevanja in moči Odnos preživele žrtve do drugih Faza integracije Vir okrevanja
<u>Ja, tudi zato sem pristala, da sodelujem na intervjuju, da govorim o tem še tukaj, še tebi, ki ti zaupam. Vse to mi pomaga in</u>	Govorjenje o zlorabi	Viri okrevanja in pridobivanje moči

bom nadaljevala, <u>hodila bom k telovadbi še naprej, pisati pa sem začela tudi pesmi za svojo dušo...</u> teh ni še nihče videl, imam pa namen narediti predstavitev na skupini telovadk. <u>Pesmi me pomirijo in notri zlijem svoja čustva in občutja, list jih sprejme in se ne pritožuje in me ne obtožuje...</u> (<i>se zasmije</i>). <u>Mi pa ni nič žal, da nisem povedala staršem, ali komu drugemu, kar tako.</u> (Jožica58)	Telovadba Pisanje pesmi Pomirjanje Soočanje s čustvi na način pisanja Neobžalovanje za nerazkritje zlorabe staršem	Odnos do fizičnega telesa Odnos do mentalnega telesa Odnos do »duhovnega telesa« Odnos do staršev glede nerazkritja zlorabe
Hmmm (<i>tišina, razmišlja</i>).. <u>okrevanje....ko prideš do te točke, se začneš spraševati, kdo sem, kaj sem, kakšen sem bil nekoč, kakšen sem zdaj, ali se spreminjam.. sprašuješ se, zakaj je do tega prišlo...v bistvu raziskuješ in hočeš priti do ene celotne slike, kot nek film, da se ti zavrti...vendar tako ne gre, nikoli ne boš vse vedel in se spomnil, kar se ti je zgodilo pri zlorabi...To je na nek način, kot bi sestavljal male koščke skupaj. Pa se 1x spomniš tega, 1x nečesa drugega, in to skupaj sestavljaš.. Tako sem veliko časa delala, a sem prišla do tega, da nima smisla, ker kar se je zgodilo, ne moreš izničiti. To je potrebno sprejeti... ti nič drugega ne preostane. Tako da je okrevanje v prvi vrsti to, da sprejmeš zlorabo. Mogoče se čudno sliši, a v svojem bistvu ni. Sprejmeš na način, da se navadiš z njo živeti. In da se naučiš s tem živeti. Zato mi sedaj ni težko o teh dogodkih govoriti..(Jožica66)</u>	Definicija okrevanja s strani odrasle preživele žrtve Raziskovanje celotne zlorabe Sestavljanje koščkov spominov zlorabe Racionaliziranje Sprejetje zlorabe Naučiti se živeti z zlorabo	Okrevanje Odnos do okrevanja Odnos do zlorabe Sprejetje Ponovna povezava-faza integracije
<u>Poudarila bi, da se okrevanje nikoli ne konča...to je vse življenjski cikel, ki traja, a je sčasoma tekom življenja manj naporen, traja malo manj in redkeje se pojavlja...to pomeni, da posledice, ki jih imaš, so manj naporne, znaš živeti z njimi, trajajo malo manj časa, počasi se redkeje pojavljajo...nekako bistvo je, da se naučiš s tem živeti, ker nikoli ne bo izginilo. Spet moraš postati ti -ti.</u> (Jožica67)	Nikoli konec okrevanja Naučiti se živeti z zlorabo	Doživljenjski proces Ponovna povezava-faza integracije
<u>In vedno, če pride kakšen trigger, dražljaj, se vedno spomnim, kaj sem doživela...Nekaj časa, ko se</u>	Spominjanje Avtoriteta-moč storilca	Travmatski spomin

<u>videla policaja, sem se vedno zdrznila za par sekund in se nato umirila...pa na splošno je policaj že ena taka avtoriteta, da se ga bojiš... Ali pa če gledam kakšen film, in je notri kakšna punca zlorabljen, se spomnim in podoživim oziroma se mi film na hitro zavrti pred očmi o svoji zlorabi.. tega v življenju nikoli ne moreš zbrisati, to te spremlja non stop, kljub vsej pomoči, ki je na voljo, kljub vsemu, kar mi pomaga... res, to je neko breme, ki ga nosiš skozi življenje...</u> <u>bistvo je, da vse to sprejmeš in se s tem naučiš živeti. Kdor pravi drugače, ta se moti. Evo, govorim iz lastnih izkušenj...</u> (Jožica68)	Flashbacki-vsiljeni spomini Sprejetje zlorabe, racionalizacija	Odziv preživele žrtve Spominjanje Strategija preživetja
<u>Ja, sem. Imam terapevtko, ki je strokovno podkovana in imava zaupen odnos. In hodim k njej 1x mesečno. Pogovarjava se o splošnih življenjskih stvareh in seveda tudi o zlorabi. Predelujeva posledice, sem pa vesela, da nisem sama. Ona mi je prisluhnila in mi verjela takoj, ko sem ji povedala. Tako da tega se bom še posluževala. Hodim tudi na rekreacijo, kot sem že prej omenila. Drugam nisem šla, ker mi je zaenkrat to dovolj.</u>(Jožica68)	Terapevтка -strokovnost, zaupen odnos 1x mesečno na terapije Zaupanje Poslušanje s strani terapevte Slišanje Rekreacija, telovadba	Viri okrevanja in strokovna pomoč Terapevt Osebnostne in strokovne lastnosti terapevte Odnos do fizičnega telesa-vir okrevanja
<u>Je, seveda je. Vpliv zlorabe je bil velik...Najbolj tako, kot sedaj vidim, da je naredila blokado v mojem spolnem življenju. V smislu, da se nikoli nisem odprla nobenemu moškemu. Sem vedno igrala, da je vse ok, da uživam v spolnosti, a to ni bilo tako...Vedno sem imela zavore in me je bilo sram. Ko sem spoznala moža in imela otroke, zdaj sem sama, nikoli se nisem pred njim slekla, in da me vidi nago... nikoli, vedno sem morala biti oblečena, vedno neko haljo ali srajčko čez...nikoli pa nisem bila gola, od samega sramu ne.. pa itak je morala biti tema, nobene svetlobe, da me ne vidi... me je je bilo res sram, če se sedaj spomnim, da bi kar ušla takrat. Ko je prišlo do spolnih odnosov, me je bilo vedno sram in potem še strah, da me bo bolelo... in sem zablokirala. Nikoli nisem v</u>	Vpliv zlorabe na življenje Blokada v spolnosti Zavore v spolnosti Sram pred lastnim telesom Sram, strah spolnosti Neuživanje v spolnosti	Težave v spolnosti Odnos do lastnega telesa Odnos do spolnosti

<u>spolnosti uživala in sem to sprejela...in rekla, samo da je konec, da gre ta seks mimo, prav ogabno mi je že postajalo.</u> (Jožica69)	Gnus-spolnost	Občutki
Meni je bilo grozno, nikoli nisem uživala, tudi orgazmov nisem <u>doživljala, to je bilo zame mučenje.</u> V bistvu sem ustregla <u>možu, da je bil potešen in da je bil mir pri hiši.</u> <u>Poročila sem se zato, ker je bila tradicija, da imaš pač moža in otroke in da zanje skrbiš.</u> Ni bilo druge izbire. In zdaj sem se sprijaznila s tem.(Jožica70)	Ugajanje možu pri spolnosti Vdanost v usodo- ostajanje v vlogi žrtve	Spolnost Sprejetje situacije
Prav moja izkušnja tega okrevanja je bila <u>bolj delo na sebi,</u> saj v začetnih fazah, potem mi je <u>pomagala tudi podporni skupine, zdaj pa preko terapij ogromno stvari spuščam.</u> Zdaj, v tem trenutku, hmmm..., bi rekla, da sem <u>preko terapij in preko nekih vaj na telesni ravni in s pomočjo dihanja naredila ogromen</u> korak naprej, ni pa še to to. Se mi zdi, da še vedno nekaj ostaja, tako da vedno <u>še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti.</u> (Maja43)	Delo na sebi Podporne skupine Terapije Vaje na telesni ravni Dihalne tehnike Spominjanje	Viri okrevanja Strokovna pomoč Faza predelovanja Travmatski spomin
Ja, tako je... Mislim, da je to kar <u>dolg proces, če ne celo doživljenjski, ker dejansko vidiš, da v teh različnih fazah, v teh življenjskih prelomnicah,</u> se ti pojavijo stvari, ki te pač nehote soočajo s to izkušnjo, ali pa celo s kakšno drugo izkušnjo, saj to nima veze. <u>Nekako je vedno treba najti način, kako priti nazaj k sebi, da te ne potegne preveč v te izkušnje.</u> (Maja44)	Doživljenjski dolg proces Življenjske prelomnice Iskanje moči in načinov soočanja	Okrevanje Faze predelave zlorabe
Recimo, ker pri ..recimo...prvem otroku, ki je <u>bil fantek,</u> sem bila zelo sproščena, nikoli me ni skrbelo, kaj se bo njemu zgodilo ali karkoli, pri drugi nosečnosti, <u>pri punčki, pa sem se morala prav tako zavestno ponavljati, da spol nima veze, da jo bomo zaščitili, da bo vse v redu, ko se je pojavil nek strah, ki se verjetno nikoli ne bi pojavil, če bi imela še enega fantka.</u> To so take stvari...in potem sem si morala <u>govoriti, da</u>	Prvi otrok-deček skrb Drugi otrok-deklica Skrb in strah, da se ji pripeti zloraba	Rojstvo prvega otroka Odnos sin-mati (žrtev) Rojstvo drugega otroka Odnos hči-mati (žrtev)

<u>spol nima vpliva, da storilci ne izbirajo na podlagi spola</u>. V meni pa je bilo to tako močno napisano, »da so punčke tiste, ki so v nevarnosti...« in zdaj, če kdo prestopi njeno mejo, mene <u>ful bolj zaboli, kakor pa če pri tamalemu prestopijo mejo</u>. Pri <u>njej me pa to čist'...ali zamrznem ali pa začnem noreti dobesedno in jo dajem stran...in, ne!</u> (Maja45)	Storilci ne izbirajo na podlagi spola Meje pri otroku Zaščitniška mati do otroka Zamrznitev ali obramba Odločnost	Značilnost storilca Meje Obrambni mehanizmi žrtve kot mame
Ja, da sta mi pomoč in podpora pomagali, in zdi se mi, da v tistem trenutku, ko sem iskala neko podporo, sem jo najdlja takšno, kakršno sem rabila. Vmes je bil še en tak dogodek, ko <u>sem že iskala terapevtko, in sem šla na prvo terapijo in je ženska...., tega v življenju nikoli ne bom pozabila...., groza...., v bistvu je v čisti tišini je vstala, samo poslušala me je, ko sem razlagala na kratko o teh svojih doživljanjih, ampak sem res prišla pripravljena k njej, in ji bom jaz vse povedala in boš ti zdržala z mano ali ne, na ta način, prav res sem jo malo porinila na rob, in pač ona ni zdržala, in je rekla, »da ona s tem težko dela, da ne more, da ni dost' usposobljena, in naj si pač poiščem nekoga drugega«</u>. In meni je bilo spet tako...«<u>Aaa, spet moram sama, a res? A sem jaz res tolk' čudna, da mi tudi ona ne more pomagati...</u>» Tako na ta način...Sem potem razmišljala za nazaj, da sem ji mogoče kakšne trigerje prebudila, da je imela tudi sama tako izkušnjo...<u>Vem, da je ona hotela na tak zelo profesionalen način odreagirati, pri meni pa je še vseeno bil tisti občutek »neki je narobe s tabo, ker ti tudi terapevтка ne more pomagati«</u> Ker je vmes rekla tudi na tak način <u>»jaz se s takimi rečmi ne ukvarjam, jaz nisem usposobljena za take stvari.« in sem rekla »Kaj, take stvari? to je življenje!« ...pač ... »kako nisi usposobljena za soočanje z različnimi izkušnjami v življenju, saj si terapevтка!« To mi je zelo močno ostalo, tisto mi je bilo pa grozno.</u> (Maja46)	Pomoč in podpora Nestrokovnost terapevtko Nesposobnost soočanje terapevtko s spolno zlorabo Občutek čudaškosti Nemoč Opravičevanje terapevtskega dela s strani žrtve Neprofesionalni odziv in razlaga s strani terapevtko Začudenost žrtve na odziv terapevtko	Viri okrevanja Odzivi terapevtko Neprimernost strokovne pomoči Odziv žrtve Obrambni mehanizmi Obramba s strani terapevtko Obrambni mehanizem

Ja, potem, ja. <u>V bistvu tudi prek tega procesa, v katerem sem, je itak terapija del tega. Bom rekla, da imamo vsak teden, tako da je res že dve leti ali pa več, če že ni moj proces, je pa en tak skupinski proces in je prav fajn. Da v bistvu lahko, da ob tem, ko poslušam druge, celim sebe na ta način.</u> (Maja47)	Terapije Trajanje terapij Skupinski proces	Viri okrevanja Faza predelovanja
Tako bom rekla, <u>podpora partnerja do neke mere, če gre glede teh terapevtskih zadev. Čeprav, jaz ga razumem, da ne more tudi on razumeti čisto vsega. Imam sicer eno prijateljico, ampak ona ne ve o tej moji izkušnji, mi pa v bistvu stoji ob strani. Da bi pa prav kdo v tej izkušnji mi stal ob strani, mogoče ena kolegica, ki je tudi terapevtka, ali pa dve, ki se lahko z njima mogoče malo več o tem pogovarjam o nekih svojih trenutnih preizkušnjah, ker pač dvomim v svoje sposobnosti zaradi te moje izkušnje. Čisto na ta način. Lahko rečem, da imam nekoga, ki grem lahko tja in se malo izpovem, če je treba.</u> (Maja48)	Podpora s strani partnerja Razumevanje do partnerja Prijateljica ne ve Kolegica-terapevtka Dvom v svoje sposobnosti	Podpora pri okrevanju Viri okrevanja in moči Občutki
<u>Okrevanje, okrevanje...jaaaa, hmmmm, kar hud postopek...sedaj že vse čas poslušam o tem, pa ko sem se odločil, da moram kaj narediti glede zlorab, ker se mi je že mešalo, nisem mogel več prenašati to... Okrevanje je v glavnem en tak dolg proces, ki je zelo mučen, in zato moraš biti vztrajen, da lahko kaj zase narediš. Mislim, da je najpomembnejše, da si najprej priznaš, da si bil zlorabljen, in da sam ne boš mogel čez to. To je prvo, se mi zdi...potem pa itak pride vse na plan, kar imaš potlačeno v sebi..., vsa čustva, vsi spomini, ki jih je potrebno zgraditi po delčkih skupaj, kot da sestavljaš eno uganko...ker ti manjkajo slike in delčki...ki jih ni in ni od nikjer, veš pa, da so se zgodili...to je najhuje, sestavljati delčke skupaj.. ko se hočeš spomniti vsake malenkosti, vsake slike, kje je bilo, kdaj je bilo, kakšno je bilo vreme, kako sem bil oblečen...vse to ti hodi po</u>	Sprejetje procesa okrevanja Dolg proces Mučnost Vztrajnost Sprijaznjenje z zlorabo Potlačeno prihaja na plan-čustva, spomini Spominjanje po delčkih Sestavljanje malih delčkov spominov zlorabe Flashbacki Podoživljanje	Proces okrevanja Faza predelovanja Spominjanje Telesni spomin

<u>glavi in buta ven... neki fleši pridejo, vse podoživljaš ponovno...skoraj v hujši obliki...ko so vse zavore in obrambni mehanizmi popustili... ampak ne bom odnehal zdaj, zdaj saniram um in telo... (se zasmije...)...če se da sploh še kaj narediti...mi gre pa kar dobro.</u> (Matevž32)	Popuščanje »zavor« Okrevanje Ukvarjanje sam s sabo Pohvala samemu sebi	Faza integracije pri okrevanju
<u>Ja, sem poiskal pomoč. Ni mi nihče pomagal, sem kar našel na internetu, čisto tako naključno, da so ene delavnice oziroma neke skupine za podporo, za žrtve spolnih zlorab. In sem rekel, da bom probal, saj izgubiti nimam kaj... In sem šel, najprej je bila skupina mešana, moški in ženske, potem pa so skupino ločili po spolu, ker je bilo ženskam hudo in težko govoriti pred nami moškimi. Pa smo se potem tudi mi moški bolj odprli na skupini. Tam je bil psihoterapevt in še en njegov pomočnik.</u> (Matevž33)	Pomoč pri okrevanju Samoiniciativnost iskanja pomoči Podporne skupine in delavnice Mešana podporna skupina Podporna skupina za moške Psihoterapevt -vodja skupine	Viri pomoči Podporne skupine Psihoterapevt-strokovna podpora
<u>Je, je, mi je pomagalo in mi še. Vsaj toliko, da sem ostal na realnih tleh, da nisem odtaval stran, pa da se mi ni zmešalo...., ker sem bil že na meji... nisem več zmogel. Pa me je potem tudi žena podprla in svetovala, da bi bilo fajn najti eno pomoč.</u> (Matevž34)	Učinki obiskovanja podporne skupine Realnost Skrajnost Žena -svetuje glede iskanja pomoči	Viri moči in podporne osebe Meje Partnerka
<u>Ja, itak, še vedno hodim na to podporno skupino, že 5 let, in sem se kar porihotal, to mi pove žena in ta kolega tudi vidi napredek pri meni. Čeprav je bilo na začetku težko, ker nisem zdržal, ko smo govorili o tem, pa sem hotel kar nehati...tako da parkrat nisem šel, pa me je poklical vodja skupine, in sva se pogovarjala, pa je svetoval, da vsaj še 1x pridem na skupino in bom potem videl naprej...in sem šel še 1x in potem hodil in hodil, za kar mi ni žal. Sem ponosen nase, da nisem obupal... Pa vmes sem začel hoditi terapevtki, ki mi pomaga se soočiti z zlorabo...in potem imam v kompletu - skupino in terapije, pa pomaga zelo....Pa 1x sem probal iti bioenergetiku, je bilo kar zanimivo... sem še parkrat šel in sem se bolj umirjen.</u> (Matevž35)	Obiskovanje podporne skupine Trajanje Napredek pri okrevanju Vztrajnost obiskovanja skupine kljub prenehanju Posredovanje terapevta Ponosen nase Terapevtka Podporne skupine in terapije Bioenergetik	Viri okrevanja Faza integracije pri okrevanju Podporna skupina Odziv terapevta Strokovna pomoč Viri pomoči in okrevanja Alternativna pomoč pri okrevanju

5. Podpora v odrasli dobi po travmatski izkušnji spolne zlorabe v otroštvu

Izjava-enota kodiranja	Pripisan pojem (odprto kodiranje)	Podkategorija
Obstaja, sem vesela, da je tako. Ta podporni oseba je moj mož. Pri 24-ih letih, sem dobila službo, in delam kot vzgojiteljica v vrtcu. Pri 25 letih sem spoznala moža in še danes srečno živiva. <u>Kar se je mi dogajalo v mojem življenju, sem vse povedala možu že na začetku veze.</u> Ni me bilo strah ali sram, v njem sem videla eno osebo, ki je lahko moja opora, steber v življenju. Rekla sem si, bolje da prej povem vse, kot pa da se to razve čez 20 let. To dokazuje, da si zaupava in to je gorivo za vezo, da lahko teče. Mož me je takoj sprejel takšno kot sem, z vsemi tegobami in ranami... to je velik zagon za življenje. <u>Poleg očeta, kot sem že prej opisala, je mož tista podpora in opora in luč na koncu tunela...</u> pa še prijateljica iz otroštva. Tako da ima 3 take osebe, na katere se lahko zanesem in jim povem vse, kar me teži- oče, prijateljica in mož. In sedaj vidim, če jih ne bi bilo, da sama vsega tega ne bi zmogla. Moje življenje bi bilo drugačno sedaj, to lahko 100-procentno rečem!(Breda50)	Mož Zaupanje možu o spolni zlorabi Opora in steber v življenju 3 podporne osebe - oče, prijateljica, mož Hvaležnost žrtve za podporo Moč žrtve	Podporne osebe pri okrevanju Odziv preživele žrtve za podporo (Samo)opolnomočenje žrtev
...tako sem bila stara 30 let, in sva posvojila fantka. Vedno sem imela strah in se bala, da se slučajno ne bo sinu kaj zgodilo. Ko je prišel iz šole, sem ga spraševala, kako je, kaj so delali v šoli, sem ga opazovala, če se je čudno obnašal ali bil žalosten. V njem sem videla sebe in svoje kalvarije in nisem želela, da isto doživi kot jaz. <u>Bila sem zelo zaščitniška, sem ga znala vse vprašati,</u> tako, da mi je vse povedal. In hvala bogu se mu ni nikoli nič zgodilo. (Breda51)	Posvojitev otroka- fantka Videnje sebe v posvojenem otroku-zrcaljenje Zaščitniška mati	Družinske razmere pri preživeli žrtvi Odnos mati-sin Lastnost matere
Prijateljica je bila vedno na razpolago. Bili sva prijateljici že iz vrtca, tako da se zelo dolgo dolgo poznavamo...in v osnovno šolo in srednjo sva hodili skupaj, vse sva si povedali in <u>tako se je razvilo zaupanje, neka povezanost, tudi skrivnost, ki je</u>	Prijateljica iz otroštva Zaupanje, povezanost, držanje skrivnosti zase	Podporni oseba-prijateljica Odnos podporne osebe in preživele žrtve

<u>bila samo med nama. To traja še sedaj. Tudi ona je meni vedno vse zaupala, kar se ji je dogajalo v življenju...</u>, vendar ni imela težkega mladostništva kot jaz, je pa vedno mi znala pomagati in prisluhniti, narediti tapravo potezo, da mi bo v pomoč. Dala mi je vedno dober nasvet, bila je iskrena, in jaz sem čutila, da ji lahko vse povem. Skoraj tko mi je bila kot sestra. <u>In še sedaj, karkoli je, mi še vedno na razpolago, da mi prisluhne.</u> (Breda52)	Pomoč, zna prisluhniti, Dober nasvet Iskrenost Vedno pripravljena pomagati	Lastnosti podporne osebe
<u>Ja, itak, sem poznala tiste, ki so bili spolno zlorabljeni....</u>, kar dva, saj naš kraj ni velik, in na zabavah sem spoznala veliko ljudi... <u>pa tudi kasneje so mi osebno povedali, tako da poznam kar par ljudi, ki so bili zlorabljeni...</u> (Breda57)	Ni edina žrtev Pozna odrasle preživele z izkušnjo spolne zlorabe	Soočenje z lastno spolno zlorabo
<u>Ja, no... še vedno imam občutek ene krivde... to me kar spremlja... pa sramu, velikokrat sem rada sama, kot da se izoliram stran od drugih... ne grem več v družbo toliko kot prej... kot da mi je brezveze...</u> imam pa tudi panične napade kdaj, pa tesnoba sem.. še posebno, če so kakšni taki čudni dnevi. V sebi sem besna, da bi kar eksplodirala od nerboze... komaj, da se obvladam... Veš, to je tak občutek kot bi bila tempirana bomba... ne veš, kdaj bo počila... to se mi nekako še vse vleče... <u>pa sem se naučila živeti s tem, saj mi drugega ne preostane...</u> čedalje manj je tega, pa ni tako močno, ...(se zamisli), ...ampak bo šlo, še posebno, ker <u>sem po naravi optimist...</u> (Breda58)	Občutek krivde Sram Izolacija-izogibanje ljudem Panični napadi Tesnoba Bes Jezna nase Agresija Vdanost v usodo – vloga žrtve Optimistično gledanje na preteklo situacijo	Stanje pri okrevanju danes Dolgoročne posledice spolne zlorabe Sprijaznjenje s situacijo spolne zlorabe optimizem
<u>Najbolj pa mi pomaga moj mož,</u> ki lahko rečem, da je res ljubeč in razumevajoč, in mi stoji ob strani... <u>in prijateljica, pa tudi sin in moj vnuček, s katerim preživljam prosti čas in se skupaj igrava, pojeva pesmice...</u> (Breda59)	Mož Prijateljica Sin vnuček	Podporne osebe danes
<u>Če tako pomislim, se danes več govori o tem, kakor pa takrat, ko sem bila jaz mlajša, ampak</u>	Govorjenje o spolni zlorabi Danes več, včasih manj	

<u>mislim, da še vedno zelo zelo premalo. Ljudje ne vedo kaj veliko o tem, ali pa nočejo govoriti o tem... to ni dobro..(Breda60)</u>	Ljudje premalo osveščeni Nočejo govoriti o tem	Pogostost govorjenje o izkušnji spolne zlorabe
<u>Ali v časopisih in po TV ozaveščati ljudi, pa kaj več akcij, ko imajo na primer stojnice po Ljubljani in večjih krajih, ko razne nevladne organizacije predstavljajo svoje programe za zaščito otrok, pa razne preventivne programe... preko SOS telefonov, recimo...pa po internetu in teh družabnih omrežjih, bi morali več imeti takih ozaveščanj in filmčkov o tem. Pa mislim, da bi morala biti bolj in hitreje dostopna psihosocialna pomoč za žrtve, še posebno na začetku, ko žrtev spregovori in gre na pot okrevanja... in tega bi moralo biti več. Kot nekakšni državni programi, ki so brezplačni, saj je tovrstna pomoč psihoterapije zelo draga, če greš sam kot samoplačnik. Država bi morala tukaj kaj več narediti se mi zdi, pristojna ministrstva kaj več od sebe dati ... (Breda61)</u>	O spolni zlorabi govoriti: Razne akcije Po tv Časopisih Po stojnicah Preventivni programi Sos telefoni Filmčki Na začetku hitreje dostopna psihosocialna pomoč za žrtve Državni programi Ukrepanje države in ministrstev	Razni mediji obveščanja Način ozaveščanja o spolni zlorabi
<u>Ja, je tabu... malo se bolj zdaj počasi odpira, samo še vedno smo nekako zaplankani v tem smislu. Je veliko plakatov in nekih brošuric o tem, to vidim tudi v vrtcu, ko nam ministrstvo ali nevladne organizacije to pošiljajo. Pa na avtobusih so plakati bili in tudi po ekranih se vrtijo eni filmčki, no..., to sem videla par let nazaj. Zdaj je bil teden otroka, smo v vrtcu obeleževali to, in so veliko govorili o pravicah otrok in njihovi zaščiti. Pa zdaj kmalu v novembru bodo dnevi boja proti nasilju nad ženskami... (Breda62)</u>	Spolna zloraba - tabu tema Rešitve: plakati, brošurice, filmčki, obeleževanje z dnevi	Stanje spolne zlorabe v Sloveniji Rešitve za dobro ozaveščanje o spolni zlorabi
<u>Jaz ocenjujem, da je kar dobro poskrbljeno glede osveščenosti, lahko bi bilo bolje, samo je očitno potreben čas... še vedno pa je premalo tega glede na ostale države o Evropi ali po svetu...Je pa tudi to odvisno od neke kulture naroda kot Slovencev. Da nas ni sram, da iščemo pomoč, da vztrajamo na tem. Zelo težko je</u>	Dobra ozaveščenost Potreba govoriti o pojavu spolne zlorabe Potrebni programi ozaveščanja In preventive	Predlogi za dobro ozaveščenost o spolni zlorabi

<u>spregovoriti o tem takoj, kot sem jaz povedala očetu. Zato je potrebno imeti programe ozaveščanja in preventive</u> (Breda63)		
Pri vsem tem lahko dodam eno stvar, da <u>brez podpore družine, če se zloraba ne dogaja v družini, ne bi bilo nič in jaz tega ne bi zmogla. Prva in osnovna celica je družina...</u> (Breda64)	Podpora s strani družine najpomembnejša, če se zloraba ne dogaja v družini	Sporočilo ostalim žrtvam pri okrevanju
Tako da je fajn, da se spregovori o zlorabi...kadarkoli, nikoli ni prepozno. <u>Imamo veliko strokovnjakov in strokovnih služb, ki delajo na tem področju, tako da se ni za bati, da preživele žrtve ne bi bile slišane...</u> Tako da samo pogumno vsem naprej... (Breda65)	Podpora s strani strokovnjakov	Sporočilo ostalim žrtvam pri okrevanju
Ja, seveda. <u>To so moji starši, že od nekdaj.</u> Mislim, da je veliko odvisno od karakterja človeka in od vzgoje v otroštvu, kako se boš v življenju soočal s problemi, pa ni važno, s kakšnimi. (Jožica59)	Podpora staršev na splošno	Podpora nezlorablajočih bližnjih-staršev
Fajn pa je in veliko pomeni, da <u>imam podporo staršev. Vendar v smislu problemov na splošno,</u> ne pa da jim povem o zlorabi. <u>Do očeta sem imela respekt, tako da mi na kraj pameti ni prišlo, da bi mu povedala o zlorabi.</u> Lahko bi rekel, da sem jaz kriva in sem izzivala njegovega kolega. Ampak to so samo moja predvidevanja, da bi oče tako reagiral ob razkritju. Je tudi mogoče obrambni mehanizem, neka strategija preživetja. <u>Raje sem bila tiho... bolje da zase zadržim.</u> (Jožica60)	Spoštovanje do očeta Strah pred odzivom očeta Skrivnostnost, da se zloraba ne razkrije	Odnos oče-hči Obrambni mehanizem
To je pa <u>glasba</u> , res, to je pa moj zaklad in darilo. Ta me pomirja, <u>sprošča</u> , pa igram kitaro in klavir. Vse to me ponese v nek nov svet, ki nima skrbi. V tem najdem sprostitev in umirjenost. Ter narava je tudi tista, kamor se zatečem. <u>Doma imam velik vrt in polno rož.</u> (Jožica61)	Glasba Igranje kitare in klavirja Sproščanje Sprostitev Umirjenost Vrtnarjenje	Viri in moči okrevanja
Ja, je. Ta glavna je ta <u>prijateljica</u> , ki ve za zlorabo, <u>in nihče drug ne ve o tem.</u> In ne bo zvedel. No, razen ti.. (se zasmeje). So tudi	Prijateljica Zaupanje prijateljici	Podporna oseba Ohranjanje skrivnostnosti

<u>druge osebe, vendar se jim ne odprem tako na veliko. Jaz pravim, »bolje kvaliteta, kot kvantiteta«.</u> (Jožica62)	Negovorjenje o zlorabi	
<u>Res je, starša ne veta. In ne bosta. Ker bi imela probleme, sama s sabo, z njimi, s storilcem, z njegovo družino, pa še cel kraj bi zvedel in bi s prstom kazali name...</u> Nisem tega hotela...ker če jih čim manj ve, bo dosti manj težav...takšna je bila moja filozofija, ki se je izkazala nekako uspešno... <u>če bi povedala mami, bi se ustrašila, in bi v strahu povedala očitu, in on bi meni rekel, zakaj mu nisem takoj povedala, lahko bi mi rekel, da sem sama kriva, »kaj sem se pa tako obnašala in dajala namige«</u> (Jožica63)...	Nerazkritje zlorabe staršem Strah pred razkritjem staršem Namen povedati mami Morebitno razkritje s strani matere Morebitno obtoževanje s strani očeta	Strahovi pred razkritjem Odnos mati-hči (preživela žrtev) Odnos oče-hči (preživela žrtev)
<u>...vedela sem, kako se bodo dogodki odvijali in se zato nisem spuščala v to. Še dobro, da sem bila tako močna, da sem znala »hendlati« s tem v življenju...</u> Čas bo prinesel rezultate in jaz bom že nekako premagala vse te ovire, strahove... če sedaj pogledam nazaj, čutim, da sem <u>pravilno ravnala in ni mi žal, da sem se tako odločila...</u> (Jožica64)	Predvidevanje poteka zlorabe Optimizem Verjetje v svojo moč Neobžalovanje svojega ravnanja	Strategija preživetja
<u>Prijateljica mi je bila v pomoč, da sem ji lahko vse povedala, čeprav me je hotela spraviti zdravniku, a nisem šla. Važno pa mi je najbolj, da mi je verjela in da sem ji lahko zaupala.</u> Bila mi je v oporo in pomoč, da sem ji lahko tekom življenja lahko še govorila o tem, in je vedno poslušala, čeprav že 100x slišano. Še vedno sva taboljš prijateljici in imava to skrivnost, ki jo poleg tebe, ve še moja terapevtka. (Jožica65)	Prijateljica Pomoč s strani prijateljice Zaupanje s strani prijateljice Verjetje s strani prijateljice Pomoč in podpora Skrivnostnost Razkritje zlorabe terapevtki	Podporna oseba Pomoč in podpora Lastnosti prijateljice Odnos prijateljica-preživela žrtev Terapevt
<u>Ko sem jaz odraščala, je bila to zelo velika tabu tema. Zdaj pa se mi zdi, da se malo bolj odpira vse skupaj. Že če vidimo, kako ZDA govorijo o tem, tista njihova akcija »Me Too« ko so tistega režiserja Weinsteina razkrinkali, pa tudi pri nas v Sloveniji, je veliko akcij in ozaveščanja, še</u>	Spolna zloraba- malo manj tabu tema Preventivne akcije ozaveščanja v ZDA in Sloveniji	Stanje spolne zlorabe v Sloveniji Preventivne akcije ozaveščanja

<u>posebno nevladne organizacije so zelo aktivne v tem. In če ocenim, lahko rečem, da največ zlorab se zgodi v ožjem družinskem krogu in najožjih družinskih prijateljev. Kar je zelo hudo in zaskrbljujoče. (Jožica66)</u>	Največ zlorab v družini	Družina
<u>Ja, seveda, so se mi zaupali, dve prijateljici, ena je bila zlorabljen od svojega očima. Bila je drug karakter kot jaz, in ni znala se soočati s tem. In jaz sem spet bila njen steber in poslušalec. Mene je začutila in mi povedala o zlorabi. In je vedela, da bom znala zadržati zase. (Jožica67)</u>	Pozna 2 prijateljici z izkušnjo spolne zlorabe Žrtev-podporna oseba drugi žrtvi	Ostale preživele žrtve spolne zlorabe Vir okrevanja s strani odrasle preživele za drugo žrtev
<u>Ja, no, mislim, da je problem, ko se ti zgodi spolna zloraba in si še mlad, pa nimaš moči in ne veš, na koga bi se obrnil, da bi ti lahko pomagal. Tako da programi lahko so, a jih ne znaš uporabiti.. in ne veš, kam se obrniti...Ne veš, kako bi postopal, ali bi kar kam šel na vrata potrkati, ne vem...zato je to, ko si mlad-zdaj izhajam iz svoje situacije-zelo težko. Jaz takrat, če bi bile te službe, bi najbrž kam šla. Saj mogoče so bile že takrat, samo jaz nisem vedela in jih iskala. (Jožica71)</u>	Iskati pomoč glede spolne zlorabe	Viri moči in programi za okrevanje
<u>Po moje, da ja, je dovolj poskrbljeno za žrtve zlorab če primerjam leta nazaj, ko ni bilo nič. Veliko je SOS telefonov za žrtve vseh vrst zlorab, tudi Tom telefon za otroke. To se mi zid res fajn, da lahko pokličejo. Veliko je teh nevladnih organizacij in društev, ki pomagajo. Pa v šolah, vidim zdaj pri svojih dveh otrocih, ko prineseta kakšno brošuro domov v zvezi s tem, pa povedla sta mi, da so imeli na šolo neko predstavitev, da sta prišla dva študenta predstaviti pomoči, kam se obrniti, če si v stiski. Tako da je veliko preventivnih programov in mislim, da so današnji otroci in mladina dobro obveščeni o tem. Pa veliko je teh konvencij in dnevov boja proti nasilju, mislim da v oktobru ali novembru je veliko tega, to je Evropa dobro poskrbela. (Jožica72)</u>	Sos telefon za žrtve Tom telefon NVO-ji Brošure Razne predstavitve po šolah Preventivni programi Konvencije Dnevi boja proti nasilju	Programi ozaveščanja Rešitve za dobro ozaveščanje o spolni zlorabi
<u>V šoli pa je zelo pomembno, da je podporna oseba strokovnjak, psiholog ali socialni delavec, ki</u>	Strokovnjaki na šolah	Viri okrevanja in pomoči

<u>se mu otrok lahko prvemu zaupa in tako lahko stečejo tudi uradni postopki na institucijah</u>, to mora potem šola sprožiti in ukrepati, pa socialna, da pomaga otrokom. In to so potem uradni postopki. <u>Centri so kar dobri pri delu, in da sodelujejo s šolo, policijo, strokovnjaki, da je potem otrok zaščiteno in mu je nudena strokovna podpora. Tako da mislim na splošno je dobro poskrbljeno za žrtve in tudi za nadaljnjo pomoč kot so svetovanja in razne terapije. Bistvo pa je, da se ukrepa takoj, ko otrok razkrije ali pa če kdo opazi, da se z otrokom nekaj dogaja, ... (Jožica73)</u>	Centri za socialno delo Dobra pomoč za žrtve zlorabe Svetovanja Terapije Takojšen ukrep ob pojavu spolne zlorabe	Strokovna podpora Stanje v Sloveniji Ukrep kot pomoč
Ja, sedaj ko sem jaz to vse preživela, vem in vidim, da je potrebno <u>čimprej ukrepati in iskati pomoč</u>, jaz hvala bogu sem tak karakter, da sem lahko s tem preživela in se nekako prilagodila v življenju. <u>Sedaj pa ko je na voljo toliko pomoči in raznih programov, delavnic, pa naj žrtve le stopijo do tja in si poiščejo podporo in pomoč</u>. Da vedo, da niso same in da jim ljudje verjamejo, kaj se jim je zgodilo in da niso same krive za to. <u>Tudi šole so sedaj podkovane o tej problematiki in nudijo takojšnjo pomoč</u>. Tudi znajo vse to, saj imajo znanja, ker so se šolali in izobraževali na tem področju. <u>Tako da ljudje, žrtve, niso sami, samo prvi korak je potrebno narediti, kar pa seveda ni lahko, in to sama dobro vem. Važno je, da se o tem spregovori in govori, kajti ljudje, ki želijo pomagati, slišijo in poslušajo. (Jožica74)</u>	Čimprejšnje ukrepanje glede spolne zlorabe Vključitev v razne programe Poiskati pomoč Nudjenje pomoči s strani šol Narediti prvi korak-o zlorabi spregovoriti	Sporočilo ostalim žrtvam pri okrevanju Programi ozaveščanja Sodelovanje s šolo Soočenje z zlorabo in o njej spregovoriti
V bistvu je bilo samo to, <u>da je oče šel takrat z mano v šolo k učiteljici</u>. Da bi pa čutila neko oporo ali pomoč..., pa to meni takrat sploh ni bilo v pomoč, <u>to je on (oče) naredil predvsem zaradi sebe, ker jaz takrat nisem hotela tega, da je on šel tja in povedal, in me je bilo potem še bolj sram in ta odziv, groza, ne, da bi jaz obtožila nekoga, ki je toliko fajn in da sem jaz tista tačudna in se samo izmišljujem in so to samo</u>	Podpora s strani očeta Neustrezna podpora s strani očeta	Podporna oseba-oče

<u>neke zgodbe, na ta način.</u> (Maja49)		
<u>Mami po moje nikoli ni izvedela to, kar se je zgodilo, ker ji oči po moje tudi ni povedal, jaz tudi nisem imela želje po tem, da bi še kaj z njo govorila o tem.</u> Je bilo pa zelo zanimivo v naši družini, tako na sploh, je bilo dost' vsega.(Maja50)	Nerazkritje zlorabe materi	Nepodpora s strani matere
Pri partnerju moram reči, da je bilo kar <u>veliko enega razumevanja, čeprav čisto na začetku ni čisto razumel vseh razsežnosti nekih posledic, in se mi zdi, da se mu je potem vmes zdelo, da je to samo en izgovor za vse, na ta način, zelo mu je bilo treba ..., kar veliko ene energije sem dala, da sem mu dala »glej, to preberi, da bi razumel, da bi videl, da to ni »čist' kr' tko neki«.</u> Saj je stal ob strani, ni pa bilo od začetka samo sočutje in razumevanje. Jaz sem morala priti k njemu pa razložiti, pa malo pokazati, kako in kaj. <u>Zakaj se določene stvari tako pojavljajo.</u> (Maja51)	Partner Ukvarjanje s partnerjem Pomanjkanje sočutja in razumevanja s strani partnerja Razlaganje o zlorabi partnerju	Podporna oseba-partner Odnos preživela žrtev-partner
<u>Pri prijateljicah pa bom rekla, tako ...hmmm...., zelo različno...., ene so pač lepo sprejele in so s sočutjem odreagirale, in so...rekle »aha, ok...in kakšno bo kej vreme?«</u> Na ta način, hvala ker si povedala, zdaj me pa ne zanima več. Takšen odziv je bil, ampak vseeno se zato odnos malo skrha zaradi tega. (Maja52)	Prijateljice Odziv na zlorabo Izogibanje govorjenju o zlorabi Poslabšanje prijateljskih odnosov	Podporne osebe-prijateljice
<u>Kar se pa tiče odzivov od sorodnikov, moram pa reči, da je bila v bistvu sestra zelo presenečena, ko sem jo to vprašala, kaj se je doma dogajalo, potem je nekaj povedala o tem in sva hitro zaključile.</u> Z ostalimi pa se nisem bila pripravljena o tem pogovarjati. (Maja53) <u>Seveda, da je tabu tema, predvsem pa je ogromno nerazumevanja s strani institucij, ki bi morale razumeti, kaj to je.</u> In glih tam, kjer to ne bi smela biti tabu tema, je največja tabu tema... v zdravstvu, sodišče, policija, šola...meni se tako zdi, <u>da če je med ljudmi nekaj tabu tema, ok potem, to nerazumevanje, neko neznanje, v</u>	Sorodniki Izogibanje govorjenju o zlorabi Tabu tema Nerazumevanje s strani institucij Tabu tema v zdravstvu, sodišču, policiji, šoli	Podporne osebe -sorodniki Stanje spolne zlorabe v Sloveniji Ozaveščenost na institucijah

<u>redu. S strani strokovnjakov, pa se mi zdi to neprimerno oziroma zelo nevarno. Tako da ja, je še vedno tabu tema, malo manj, kot je bilo sicer pred leti, ampak še vedno ljudje nočejo kaj preveč o tem govoriti. (Maja60)</u>	Med ljudmi nerazumevanje, neznanje Splošno nočejo govoriti o zlorabi	
Jaz mislim, da bi morali imeti nek program, <u>kjer bi bile te terapije in podobne zadeve res brezplačne, pa da bi bila mogoče bolj celostna obravnava v smislu, da imaš lahko na voljo ...Zato bi morali v te programe vključiti večji spekter ljudi, ker bi res razumeli in bi zdravstvenim delavcem razložili ali, ne vem, kako predstavili...</u> ne vem, saj niti ni to toliko težko, če se vsaj malo poglobiš. Kar ni neke motivacije, <u>se mi zdi, nekaj, kar bi jih malo motiviralo, da bi nekaj spremenilo.</u> Ker mislim, da ljudje se načeloma...programov je zdaj že dost', nekih načinov, kako si pomagati kot posameznik s tako izkušnjo je tudi <u>ogromno, bi pa moralo biti malo bolj regulirano to področje psihoterapije, ker se velikokrat lahko zgodi, da se ženske in moški s tako izkušnjo zlorabe ujamejo na neka svetovanja, neke terapije, nekih strokovnjakov, ki to niso.</u> Tam je pa nevarno. Bolj kot nekaj novega, mogoče najprej urediti to, kar že imamo. Da <u>so osnove urejene, potem pa gremo lahko na nadgradnjo in iščemo neke druge načine.</u> (Maja61)	Program za brezplačne terapije Celostna obravnava žrtv Potreba po motivaciji ljudi, ki nudijo pomoč in podporo Znanje ljudi, ki nudijo pomoč in podporo Potreba po reguliranju področja psihoterapije Urejene osnovni programi, nato nadgradnja	Predlogi za dobro ozaveščenost o spolni zlorabi Znanje strokovnih služb za pomoč in podporo pri okrevanju
Bi rekla, da sedaj zelo malo razmišljam o tem, nič ne bi rekla, da me bremeni. Tako pač, to je en del mojega življenja, ki sem ga sprejela, ni pa več glavno vodilo vsega, prav tako se mi zdi, no. Da sem nekako prišla do te točke, da pač se zavedam, kdaj mi neke stvari pridejo na plano zaradi te izkušnje in da jih znam tudi postaviti, kako naj zdaj to rečem..., da takrat, ko se pojavijo neke take zadeve, ki so povezane z zlorabo, da <u>znam takrat mogoče lažje iti v neko razumevanje samo sebe, da pač »ok, to se je sedaj pojavilo« in pa potem predelati.</u> Ni pa več to, da bi se	Spolna zloraba- sprejetje kot del življenja Racionalizacija spolne zlorabe Predelovanje spolne zlorabe	Vpliv zlorabe na sedanje življenje Način okrevanja Faza sprejetja in integracije

zgodilo na neki nezavedni ravni. <u>Sem sprejela to in živim s tem...tak občutek imam, ampak vedno se lahko še kaj pojavi, ampak če gledam, kako je bilo in kako je sedaj, je mnogo mnogo boljše.</u>(Maja62)		
Razmišljam, kaj bi bilo kaj takšnega... <u>Mogoče to, da je to nek proces in ni nič hudega, če pač neke stvari še ostajajo in da se bo tudi to sčasoma uredilo, kar ostaja, da naj si poiščejo res neko podporno skupino ljudi in neke ustrezne informacije, in tale knjiga Pogum za okrevanje, je res biblija na tem področju, še vedno.</u> Ker to je pa knjiga, ki ti da lahko toliko veliko in bi jo priporočala čisto vsakemu, da jo vsaj prelista, če že ne prebere. In da to ni nekaj, kar te definira, da ni potrebe po tem, da bi bila neka <u>žrtev tam, ki nimaš moči ...in da to ni res, da so ti nekaj odvzeli, ampak da to lahko dobiš nazaj ...Tako. Meni je to najbolj pomembno in meni je to manjkalo, da bi mi to kdo povedal.</u> (Maja63)	Okrevanje je proces Nekatere stvari ostajajo, to ni nič hudega Knjiga Pogum za okrevanje »Imaš moč!« »Nekaj so ti odvzeli, a lahko to dobiš nazaj«	Sporočilo ostalim žrtvam pri okrevanju
Ja, kot sem že omenil, je to <u>kolega iz skupine, s katerim sva skupaj hodila na delavnice za moške, tiste, ki so preživeli nasilje in zlorabe. Pa itak, moja žena... je bila velik podpornik, zdaj malo manj, ker sva ločena...a mi vseeno stoji ob strani in me spodbuja... ni kaj, prava ženska, taka, ki zna prisluhniti in vedeti, za kaj gre.</u> (Matevž36)	Podporna oseba-kolega Podporna oseba-(bivša) žena	Viri moči in podpore
Prej sem že povedal o mami, ona me ni zlorabljala, foter me pa je - <u>ona ni vedela o zlorabi s strani fotra, edino vedela je o zlorabi s strani soseda. Najprej je bila v šoku, komaj je dojemala, mi je pa verjela, in imela je občutke krivde, ker ni že sama tega prej videla ali ugotovila. Kar malo sem se ji smilil, me je kar nekaj časa spraševala, kako sem, kako se počutim, če greva k zdravniku, ali da mi najde terapevta...pa prijaviti na policijo...pa sem rekel, da ne, rotim sem jo, naj ne gre nikamor prijaviti, ker me je sram, vsi bodo s prstom name kazali, pa še verjeli mi najbrž ne</u>	Mati-ve za soseda Mati -ne ve za očeta (partnerja) Šok Verjetje v zlorabo Občutki krivde Smiljenje-vloga žrtve Nudenje opore Možnost prijave na policijo Prošnje s strani preživele žrtve, naj ne prijavi Sram Okolica ne bi verjela	Podpora s strani nezlorablajočih staršev Odziv mame Strategije preživetja Viri okrevanja-podpora s strani mame Vpletenost institucij

<u>bi. Sosed bi pa itak vse zanikal in me potlačil še bolj, kot pa sem že bil...</u> (Matevž37)	Možnost zanikanja zlorabe s strani soseda	Strategija storilca
Pa je potem <u>mati nekako sprejela to, vedno me je razumela in podpirala</u> , ko je videla, da mi posledice udarjajo ven...takrat je <u>odigrala svojo materinsko vlogo...</u> je pa razumela <u>glede prijave na policijo, in ni nikoli več to omenjala, se je sprijaznila s tem, da bi mi naredila več škode kot koristi s prijavo...</u> tako da to leži sedaj na njeni duši, tak filing imam... Foter vemo, da me je zlorabljal in tega nihče ni vedel, to sedaj ve samo kolega, pa bivša žena...in oba bosta tiho o tem. Mami pa itak ne bom nikoli povedal o tem...ni šans... ne bi <u>preživela še te tragedije, že tako je slaba z zdravjem...</u> (se zamisli...(Matevž38)	Sprejetje zlorabe s strani mame Razumevanje Podpora Materinska vloga Razumevanje glede neprijave na policijo Napačno pojmovanje prijavljanja Sprijaznjenje Kolega in bivša žena ve za zlorabo s strani očeta Odločitev za nerazkritje mami Opravičevanje-vloga žrtve za mamo	Odziv mame Institucije-prijava Odziv mame Podporne osebe Reagiranje preživele žrtve
Kdor ve, mi je stal ob strani in me podpiral in me še podpira... to je kolega in bivša žena.. <u>sorodniki ne vedo in ne bodo zvedeli nikoli...dovolj je, da en ali dva vesta...in ne cel svet.</u> Važna je kvalitetna podpora in ne kvantiteta govoric o zlorabi.. <u>S kolegom skupaj hodiva 2x na mesec na skupine, potem pa ima 1x mesečno še terapijo, pri kateri zelo napredujem.</u> Pa začel sem malo v naravo hoditi in kolesariti, ker prej sem bil čisto zapuščen, nič se nisem gibal, samo pred televizijo sem sedel, pa igrice sem špilal...potem pa ni čudno, da žena odide... (se zasmije)...(Matevž39)	Kolega Bivša žena Sorodniki ne vedo Strah pred razkritjem ostalih 2x mesečno podporne skupine 1x mesečno terapije Napredek pri okrevanju Narava Kolesarjenje V preteklosti- negibanje, gledanje TV, igranje igrice Odhod žene	Viri okrevanja Sorodniki Faza integracije pri okrevanju
Mama je bila tista, ki sem ji povedal za soseda... <u>ponudila je pomoč v smislu, da bo naredila vse, kar je v njeni moči, da mi pomaga...</u> in je bila <u>uspešna pri tem, to sem takrat rabil...potem smo čedalje manj o tej zlorabi govorili in tudi sedaj ni govora o tem, to se samo čuti lahko...</u> (Matevž40)	Podpora s strani mame Negovorjenje o zlorabi Potlačevanje	Odziv mame Strategije preživetja
Ne, s fotrom ne, in se ne bom <u>soočil, je že umrl, in se tudi ne bi, tudi če bi bil živ...</u> Nekako bi se mi <u>zdelo brez veze, ker bi tudi on zanikal in se delal norega in nevednega.. jaz bi pa izpadel spet kreten.</u> S sosedom pa tudi ne, sem <u>ga potem samo parkrat videl,</u>	Oče že umrl Nehoteti se soočiti s storilcem-z očetom omalovaževanje	Soočenje s storilcem

<u>zapitega, tako da me tudi ni poznal.</u> Sosea sem samo takrat nagnal in nadrl in to je dovolj. <u>Nimam potrebe se nekako soočati z njim, zdaj pa sploh ne.</u> Ker nima smisla, nič ne bo pomagalo, on bi itak vse zanikal, in me s tem še 1x zlorabil... ne rabim tega sedaj, zdaj imam drugo pot, ki mi daje moč!(Matevž41)	Bežno srečanje s storilcem-sosedom Alkoholizem s strani soseda Neželeli se soočenja s sosedom Ponovna travmatizacija moč preživele žrtve	Retravmatizacija (samo)opolnomočenje
<u>Je tabu tema, res, in to velika.</u> In vse to zaradi mitov o spolni zlorabi, ki jih ljudje jemljejo »čisto zares«. Vidim na splošno, če je kdaj kaj takega po TV ali internetu, pa se potem kaj pogovarjam z ljudmi, pa ker rečejo, ah to je brez veze, to so vsi občutljivi in že vse ne tem svetu je zloraba. <u>Tukaj vidimo veliko neznanja ljudi...zakaj je tako, ne vem...mogoče kaj več v šolah o tem govoriti, imeti pri kakšnem predmetu predavanje o tem.</u> Nekaj, kar bi že mali otroci vedeli, da ni prav.. Saj obstajajo poučne risanke ali knjigice, samo če ni ljudi, ki bi to poučevali in podajali snov naprej, ne bo nič... Pa slovenski narod je že tako znan kot tak apatičen, potuhnjen, sami sebi se smilimo preveč...tak nemotiviran narod smo... (Matevž42)	Velika tabu tema zaradi mitov o spolni zlorabi Neosveščenost med ljudmi Zmanjšanje pomena spolni zlorabi Neznanje ljudi o spolni zlorabi Šole Risanke Knjigice Slovenci kot narod - nemoč - apatičnost - vloga žrtve	Stanje spolne zlorabe v Sloveniji Predlogi za izboljšanje prepoznavnosti Viri ozaveščanja
Tako, kot sem rekel, <u>več obveznih programov v šolah, v vseh šolah – osnovni, srednjih in tudi na faksu.</u> Prav tak obvezen program bi moral biti, da ga država vpelje v obvezen urnik. Pa itak se mi zdi, da nas tudi <u>eni zakoni ali konvencije zavezujejo, da delamo na zlorabah.</u> To sem videl zadnjič po TV, ena oddaja je bila na temo nasilja in zlorab. <u>Pa da ne bi bile tako dolge čakalne dobe, da bi prišel človek hitro k terapevtu, ker pomoč se potrebuje takoj, ne da čakaš ali pa moraš iti samoplačniško, to kar drago pride.</u> Sem hodil sam nekaj časa samoplačniško, pa sem zapravil morje denarja... <u>To je sistemsko treba rešiti v zdravstvenem sektorju, 1x ... sedaj je itak vse zmešano.</u> (Matevž43)	Obvezni programi v vseh šolah Obvezujoča zakonodaja in konvencija Kratke čakalne dobe za terapevta Nesamoplačniške storitve za terapevta Sistemska rešitev v zdravstvenem sektorju za dostop do pomoči	Predlogi za izboljšanje prepoznavnosti, za ozaveščanje Psihološka pomoč Predlogi za izboljšanje
<u>Zloraba je zelo vplivala name, še posebej tista iz otroštva, s strani fotra, in potem tudi tista od</u>	Velik vpliv obeh zlorab	Vpliv spolne zlorabe na življenje

<u>soseda... Ma, na vseh področjih vpliva...na partnerskem, na prijateljskem, na službenem, na ekonomskem... ni da ni. Cel lajf imaš pokvarjen zaradi tega, ker ti je bilo v otroštvu nekaj odvzeto, imel si veliko izgubo otroštva, identitete...sploh ne veš, kdo si, ta zloraba te zaznamuje za naprej. Kot nek zgubljen primerek si, kar tavaš včasih okoli... potem se pa le najdeš nekako..(se zasmije)...(Matevž44)</u>	Na vseh področjih življenja Izguba Zaznamovanost »Tavanje naokoli«	izguba
<u>Imam! Ne obupati, vse se da rešiti, tudi če je težko, samo prvi korak je potrebno narediti in potem se ti pomoči samo razkrivajo in jih imaš na dlani...in jo izbereš... in za vsakega se najde prava pomoč, samo verjeti je treba v to. Držim pesti za vse, ki okrevajo po zlorabi in se učijo na novo zaživeti...(Matevž45)</u>	Optimizem Verjetje v izboljšanje-optimizem	Sporočilo ostalim žrtvam pri okrevanju

PRILOGA 7: ZDRUŽEVANJE SORODNIH ENOT V KATEGORIJE IN PODKATEGORIJE

ime	BREDA	JOŽICA	MAJA	MATEVŽ
<i>trenutna starost osebe</i>	60 let	47 let	29 let	55 let
<i>Starost-spolna zloraba 1.</i>	6 let stara – 10 let stara	13 let	3 leta stara– 12 let stara	6 let star -10 let star
<i>Starost - spolna zloraba 2.,3.,4.</i>	1. 17 let 2. 20 let	/	1. Se ne spomni-v otroštvu 2. 12 let 3. 18 let	13 let star- 14 let star
<i>trajanje 1.spolne zlorabe in storilec</i>	5 let - dedek	2 meseca - očetov prijatelj	10 let – oče	5 let-oče
<i>trajanje 2., 3., 4. spone zlorabe in storilec</i>	1.enkratni dogodek-znanec (posilstvo) 2.enkratni dogodek-potencialni fant (tujec)	/	1. par let – stric (očetov brat) 2.enkratni dogodek-2 sošolca 3.enkratni dogodek-fotograf na prireditvi	1 leto- sosed
<i>podporne osebe</i>	oče mož prijateljica *terapevtka	prijateljica *terapevtka	partner prijateljica *terapevtka	mati brat bivša partnerka prijatelj *terapevtka

1. POTEK TRAVMATSKJE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU IN STORILEC

A. SPOLNA ZLORABA

1. Potek in način spolne zlorabe

Igra

- ✓ To se je dogajalo že prej, ko sem bila še doma, nisem še hodila v šolo, vendar sem mislila, da je to dokaz ljubezni, da me ima dedek rad, da se z mano igra in je del igre vse to. (Breda 2)
- ✓ ...pa je rekel, če se greva zdravnike igrat, da je on padel in se udaril, jaz pa sem zdravnica in ga bom pozdravila (Breda 9)

Obred

- ✓ imela sva en tak svoj obred, sigurno dvakrat tedensko, tudi popoldne sem kar sama hodila tja po šoli. (Breda8)

Pohvale

- ✓ ...in mi govoril, ko sva bila sama, če je šel oče dol v klet po pijačo, da sem mu všeč, in kako me ima rad... (Jožica2)
- ✓ ...govoril mi je, kako sem lepa, kako sem mu všeč že dolgo časa, pa da me ima rad, zelo rad, drugače tudi ne bi k nam prihajal... (Jožica 24)
- ✓ tako da ko sem sedela na kavču, me je božal po stegnih in šel z roko tudi v moje hlačke... in rekel, da me bo malo pobožal, ker sem pridna (Breda 6)

Navezanost

- ✓ ...tega je bilo toliko veliko...ne bom vsega govorila... samo par stvari... imela sva že kar en odnos, bi lahko rekla sedaj za nazaj. (Breda 12)
- ✓ ...pa je kmalu minilo in navadil sem se...še parkrat sva se tako dobila...kot bi bil njegov ljubimec sem se počutil...(Matevž19)
- ✓

Dotikanje

- ✓ Je pa šlo tako, da sva se mogle midve njiju dotikati, (Maja 14)
- ✓ tako da ko sem sedela na kavču, me je božal po stegnih in šel z roko tudi v moje hlačke... in rekel, da me bo malo pobožal, ker sem pridna (Breda 6)

Nasilnost

- ✓ Začel me je na silo stiskati in slačiti majc'o. Potem sem se začela upirati in kriliti z rokami, ampak ni pomagalo. Postal je kar nasilen in mi zvil roke za hrbet...in mi na ušesa zašepetal, zagrozil...«Pazi se, če boš povedala očetu, kr boš vid'la, kaj bom naredil s tabo (Jožica 16)
- ✓on je čedalje bolj rinil vame, majico mi je skoraj strgal...(*tiho, zamišljena*)...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala...(Jožica 17)
- ✓ Notri sva bili zaprti in luči so ugašale in mene je ta tema, (Maja 12)

Manipulacija

- ✓ Niti na kraj pameti mi ni prišlo, da prihaja zaradi tega, da bi se karkoli dogajalo med nama dvema. In na začetku je prišel ves meden in prijazen do mene, potem sem ga vprašala, kaj bi rad, da očita ni doma, mamice tudi ni (Jožica 22)
- ✓ Prav prefinjeno, bi jaz temu rekla sedaj, čeprav takrat nisem imela pojma na začetku, kasneje mi je bilo čisto jasno (Jožica14)

Spolni stik

- ✓ ...Tako kot sme že nakazal, se je foter spravljal name, najprej fizično, nato še spolno...pa itak psihično tudi..(Matevž6)
- ✓ Pa sem ga moral z roko zadovoljevati, da mu je prišlo, pa potem je še on šel z roko v moje hlače.. ..itak sem imel erekcijo...pa je rekel »vidiš, kako ti je lepo.. in uživaš...«, pa sem se kar predal... in to se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let...(Matevž11)
- ✓ ...potem pa me je dobesedno posilil (*tišina*)...no, nisem mogla nič, ne dihati, ne hoditi, nič.. (Jožica29)

2. Strategije preživetja žrtve

Disociacija

- ✓ Aaaa..., med zlorabo sem kar nekako odtavala, ne znam prav ubesediti, kot da nisem tukaj prisotna...kot da tam nisem bila jaz, kot da gledam nekje od zgoraj ali od strani (Breda22)
- ✓ Na pol sen, disociacija....je bilo to večinoma v postelji, se pravi, v nekem pol snu, niti ne znam dobro definirati, kako se je začelo. Ali pa kako je vse skupaj potekalo, ker vse, kar imam od teh flashbackov je, kakor da gledam nase od zunaj, prav tisto tipično pri teh flashbackih. To je čisto tipično, da zapustiš svoje telo in te ni več tam (Maja8)
- ✓ ta spomin je bolj tak bled, ker se mi zdi, da kakor da so se dogajale v pol snu, da je moje telo odšlo v nek pol sen (Maja 8)
- ✓ potem pri zlorabi, ...(se zamisli)...kot da bi šel ven iz telesa...da nisem toliko čutil...(Matevž20)
- ✓ ...sva sem se tresla, nisem vedela, kje sem, kot bi bila v nekem paralelnem svetu... (Jožica32)

Omalovaževanje

- ✓ ...Vem, da sem kar miselno odtaval, ko me je tepel...in tudi potem pri zlorabi, ...*(se zamisli)*...kot da bi šel ven iz telesa...da nisem toliko čutil...pa saj potem ni bilo več tako hudo, ni me več bolelo...po moje sem se kar navadil, bi lahko rekel... Sem pa večkrat gruntal, zakaj se je foter spraval spolno name, kaj mu je dogajalo v glavi...nekaj mu je manjkalo, kar mu mama ni dala, ni zmogla ali hotela...to ne bom nikoli najbrž zvedel... (Matevž20)

Nadzor

- ✓ In vem tudi to, da sem morala vse imeti pod kontrolo, kje se kdo nahaja, kdaj kdo pride, če so glavna vrata zaklenjena, zakaj mame toliko časa ni domov...skratka totalen nadzor, in tako sme se počutila varno, da sem jaz imela vajeti v rokah, kaj se zunaj dogaja (Breda22)

Miselna odsotnost, zasanjanost, zmedenost

- ✓ pa itak tudi miselna zmedenost ali odsotnost..., kar zasanjana sem bila večkrat. (Breda 22)
- ✓ Mislim, da je bilo skos tam nekje, ni bilo tako, da sem jaz to čist' potlačila, jaz sem se tega zavedala, samo nisem hotela o tem razmišljati. (Maja21)

Potlačitev

- ✓ To sem morala potem hitro kar malo potlačiti, zato ker pač niti ne bi mogla preživeti v takem okolju. Je bilo kar hudo...(Maja20)
- ✓ Mislim, da je bilo skos tam nekje, ni bilo tako, da sem jaz to čist' potlačila, jaz sem se tega zavedala, samo nisem hotela o tem razmišljati. (Maja21)
- ✓ No in leta so prinesla svoje... ta zgodba se je izničila, zginila iz mene... jaz sem šla nato v srednjo šolo in so se najine poti razšle. (Jožica19)
- ✓ ...Vse to sem držala v sebi, kar me je psihično mučilo in mi povzročalo težave v življenju nasploh. (Jožica3)
- ✓ In je verjela... Jaz pa to tiščala v sebi, z dneva v dan sem bolj tlačila vase (Jožica35)
- ✓ Bom rekla tako, da so to zelo potlačile, in nisem niti pričakovala nekih konkretnih odgovorov. (Maja42)
- ✓ Vse sem potlačila, zadrževala sem skrivnost zase...(Jožica37)
- ✓ ...je pa po moje veliko v moji podzavesti spravljeno...(Jožica40)

Racionalizacija

- ✓ Če sem razmišljala o takih zadevah, sem si morala prav konstantno ponavljati »nisi ti kriva, to ni se zato zgodila, ker si ti bila... ne vem.. kakorkoli izzivalna, napačna, že to je nekaj, kar je bilo na drugi strani narobe in ne pri tebi« (Maja30)
- ✓ Tako ja, ampak, ta nemoč v kombinaciji z neko zamrznitvijo. To je bilo intenzivno, res... Ja, v bistvu so me rešili tile obrambni mehanizmi, saj to je čisto normalno in naravno, od vseh potem naprej, so se pa zgodile situacije, kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. (Maja26)
- ✓ ...zato da sem pač to predelala in s tem živela. (Maja8)
- ✓ kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. (Maja26)
- ✓ Ah, kje pa...bil sem tiho...nobenemu nisem povedal...kdo bi mi pa verjel...že tako sem bil za vse čudak...in sem v sebi vse to držal in trpel...(Matevž13)

Perfekcionizem

- ✓ Rekla sem si, »ko bom naredila šolo, bom pa imela nekoga, ki me bo imel rad«. Bila sem zelo ambiciozna in pridna učenka, res med boljšimi. Cilj moj je bil uspeti v življenju, kar tako na splošno.(Jožica52)
- ✓ ...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal... Vse sem doma pospravil, vsa drva sem po velikosti in debelini zložil...vse je bilo tip-top, perfektno, ni da ni.... Pa nikoli nisem bil dovolj dober... za fotra...(Matevž20)

Zasvojenost

- ✓ Onadva sta bila taka luftarja, ki sta večino časa žurirala in eksperimentirala, torej alkohol droge, trava, tableti, sam žur in sta me vabila, da grem z njima žurat... in se zabavat... da pozabim tega Italijana. In sem šla, seveda, vsa presrečna, da sem se sprostila. (Breda42)
- ✓ Potem se nam je pridružilo zelo veliko nekih ljudi, nekih frendov, vsi so itak bili zadetki, džankiji...jaz pa z njimi, da sem vse pozabila...tudi spali smo skupaj...ne da bi vedela.. oziroma začasno odšla v drug svet...(Breda 43)
- ✓pa potem še itak odvisnosti-kajenje, alkohol, trava, vse to sem imela, da sem zbežala od realnega sveta, ker je bilo naporno, pa se je bilo fino malo zadet', ...spala nisem nič, pa sem pokadila travo, pa je bilo dobro. ...(Breda45)
- ✓ Pa potem sem itak iskal uteho v kajenju trave, da me je pomirjalo, pa sem malo odnehal...pa sem začel piti...ful vina sem popil, pa sem malo nehal...skos' se nekaj lovim...(Matevž21)

Zanikanje, laganje

- ✓ No in leta so prinesla svoje... ta zgodba se je izničila, zginila iz mene... jaz sem šla nato v srednjo šolo in so se najine poti razšle. (Jožica19)
- ✓tako da me je mami spraševala, kaj mi je. Pa sem rekla, da smo imeli telovadbo v šoli in smo skakali čez grede in sem se nekaj pretegnila. In je verjela... Jaz pa to tiščala v sebi, z dneva v dan sem bolj tlačila vase (Jožica35)
- ✓pa sva se s sestro pogovarjali o tem, ...pa je ona zelo hitro rekla »da smo bile vse tri zlorabljene s strani strica, sigurno pa tebi oči tega ni naredil«, čeprav pa imam jaz take spomine. (Maja36)

Zamrznitev

- ✓ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosede bi rekli »šuti in trpi«... (Maja25)
- ✓ Tako ja, ampak, ta nemoč v kombinaciji z neko zamrznitvijo. To je bilo intenzivno, res... Ja, v bistvu so me rešili tile obrambni mehanizmi, saj to je čisto normalno in naravno, od vseh potem naprej, so se pa zgodile situacije, kjer bi lahko prišlo do zlorabe, in sem jaz to vmes prekinila oziroma sem imela toliko moči. (Maja26)
- ✓ Jaz pa spet bila vsa trda in zmedena.. (Jožica11)
- ✓ Vseeno je prišlo do enih situacij, ko sem se počutila, da sem se znašla nazaj v tisti situaciji zamrznitve (Maja29)
- ✓ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni sosede bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)
- ✓ Pri njej me pa to čisti...ali zamrznem ali pa začnem noreti dobesedno in jo dajem stran...in, ne! (Maja45)

Pozabljanje

- ✓ ...veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...(Jožica40)

3. Odziv žrtve na spolno zlorabo

Jok

- ✓ prejokala sem dneve in dneve, skrita v svoji sobi (Jožica18)
- ✓ ...jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..(Jožica28)
- ✓ je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, (Maja57)
- ✓ ...pa non-stop sem jokala-ko je bilo kaj takega, žalostnega in ko sem se spomnila, kaj se mi je zgodilo...sem jokala, zelo dolgo, da me je že vse bolelo... (Breda25)

Zmedenost

- ✓ ...jaz ga nisem čisto razumela, vem pa, da sem mu samo kimala in bila tiho (Jožica8)

Strah

- ✓ ...malo sem se tudi bala, ker vem, kako je že prej z mano delal. Pa še hujše je bilo, ker sem bila čisto sama in če bi kričala, me ne bi nihče slišal... to mi je bilo najhujše..(Jožica23)
- ✓ Jaz pa spet obnemela, vsa trda, jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..(Jožica28)
- ✓ ...jaz sem bil itak tiho in si nisem upal povedati, nisem hotel mame obremenjevati, ker se mi je smilila in njen otrok v trebuhu tudi (Matevž6)
- ✓ ...in strah, me je čisto ohromil (Breda21)
- ✓ Ker sem se bala, da če bi spet karkoli omenila in bi spet kdo to izkoristil za neko drugo obliko zlorabe, ali nekega drugega nasilja, kot verbalnega, in bi nekdo videl v tem priložnost, da s tem kaj naredi (Maja21)
- ✓ Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel (Breda23)
- ✓ Če bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... (Jožica38)
- ✓ Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...(Jožica17)
- ✓ ...da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž16)
- ✓ Ma,... vse sorte, po moje, samo da bi preživel...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal (Matevž20)
- ✓ če se spomnim zdaj, kolikokrat me je bilo strah, kar trepetal sem, ko sem videl, da mama kam gre in je foter doma...ker sem vedel, kaj se bo dogajalo...(Matevž20)
- ✓in strah me je bilo vseh moških (Jožica25)
- ✓ Tega sem se pa najbolj bal, da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž 16)
- ✓ Takrat sem opazala pri obeh otrocih, pri teh letih, se pojavi,...kako bi to razložila,... nek tak občutek, kakor da moram paziti, da ne prestopim meje (Maja3)

Tresenje

- ✓ Jaz pa spet obnemela, vsa trda, jokat sem začela, tresla sem se...tako strah me še ni bilo..(Jožica28)

Obramba

- ✓ ...pa sem mu roke dajala stran, pa ni nič pomagalo...(Jožica24)

Retravmatizacija

- ✓ zdaj , ko gledam nazaj, me je v totalno paniko spravila, in mi je jasno, od kje...takrat pa sem jaz v bistvu že vedela, kaj bo sledilo, prav čutila sem... (Maja 12)
- ✓ Zelo močno gre vse ven, ker zelo konkretno in jasno sprašujejo o stvareh, ki so zelo občutljive, na zelo neprimeren način to delajo...in to večkrat, in to ni prijetno... (Maja59)

Groza

- ✓ Grozno je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, (Maja57)

Šok

- ✓ pa sem bil v šoku, zaprepaden, potem itak brezvoljen...tak apatičen že..(Matevž6)

Nemoč

- ✓ Ne, ne čist' ..., sta tudi njo, kolegico, saj te moči nisem imela, da bi to preprečila (Maja15)
- ✓ Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno...(Jožica50)

Čudnost

- ✓ ...čeprav sem se nekako čudno počutila, pa ne znam opisati, kako...na tak način, kot na čutiš, da nekaj ne štima (Breda4)
- ✓ Aaa, spet moram sama, a res? A sem jaz res tolk' čudna, da mi tudi ona ne more pomagati...« (Maja46)

Sram

- ✓ Pa največ sramu, mene je bilo tako sram, že pred samo seboj...sploh nisem mogla pomisliti na to...(Breda21)

- ✓ vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...(Maja13)
- ✓ Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj (Breda 23)
- ✓da ne govorimo o sramu...nisem marala telesnih stikov, čisto nič...(Jožica52)
- ✓ Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«...., čutila sem gnus, sram, krivdo....(Maja24)
- ✓Sram imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam...., čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)

Gnus

- ✓ ...vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu (Maja13)
- ✓ ...če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)
- ✓ ...da sem jaz tista, ki povzroči, da je dedek bil tak.. ..pa en tak gnus se je pojavljal, (Breda21)
- ✓ ...vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...(Maja13)
- ✓ Ko jaz njega vidim, meni želodec tako obrne, ga ne morem tudi gledat ne. In enkrat se spomnim, da se me je dotaknil in sem ga tako grdo pogledala »da se nikoli več ne dotakneš mojega telesa (Maja54)
- ✓ Samo ko pomislim, je toliko enega gnusa, ven pride, toliko ene te jeze... (Maja59)
- ✓ Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«...., čutila sem gnus, sram, krivdo, (Maja24)
- ✓pa kolikokrat še občutim ta gnus...bljak...hkrati sem se pa lepo imel...in zato sem bil v dvomih »kaj je prav in kaj ne«, v enem takem paradoksu..., zato taka krivda še zdaj, da sem šel z njim... pa užival hkrati...(Matevž18)
- ✓imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam...., čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi..(Matevž23)
- ✓ Nikoli nisem v spolnosti uživala in sem to sprejela...in rekla, samo da je konec, da gre ta seks mimo, prav ogabno mi je že postajalo. (Jožica69)

Krivda

- ✓ ...vem, da ni bilo v redu, vem da je bilo ogromno enega gnusa in sramu, potem občutkov krivde, ker sme v bistvu sama rekla, da če že, potem naj rajš' mene...(Maja13)
- ✓ Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«...., čutila sem gnus, sram, krivdo, (Maja24)
- ✓pa kolikokrat še občutim ta gnus...bljak...hkrati sem se pa lepo imel...in zato sem bil v dvomih »kaj je prav in kaj ne«, v enem takem paradoksu..., zato taka krivda še zdaj, da sem šel z njim... pa užival hkrati...(Matevž18)
- ✓ Sem pa vmes veliko o tem brala in raziskovala, ker sem videla, da vse, kar se mi je dogajalo, da ni moja krivda in da nisem edina, in da imajo moji občutki in takšno doživljanje neko ime (Maja27)

4. Soočenje

S travmo

- ✓ ...spomnim se, da sem takrat že vedela, da midve ne bova od tam prišle, take, kakršne sva. In potem sploh ne vem, kaj se je vmes točno zgodilo (Maja12)
- ✓ Ja, itak, sem poznala tiste, ki so bili spolno zlorabljeni.... kar dva, saj naš kraj ni velik, in na zabavah sem spoznala veliko ljudi.... pa tudi kasneje so mi osebno povedali, tako da poznam kar par ljudi, ki so bili zlorabljeni... (Breda57)
- ✓ Tako da ljudje, žrtve, niso sami, samo prvi korak je potrebno narediti, kar pa seveda ni lahko, in to sama dobro vem. Važno je, da se o tem spregovori in govori, kajti ljudje, ki želijo pomagati, slišijo in poslušajo.(Jožica74)

S storilcem

- ✓ Nimam potrebe se nekako soočiti z njim, zdaj pa sploh ne (Matevž41)

- ✓ Ne, s fotrom ne, in se ne bom soočil, je že umrl, in se tudi ne bi, tudi če bi bil živ... Nekako bi se mi zdelo brez veze, ker bi tudi on zanimal in se delal norega in nevednega., jaz bi pa izpadel spet kreten (Matevž41)

5. Meje

Prekoračitev meja

- ✓ Vse to je šlo že čez vse meje, zmeraj je kar nekaj govoril in blebetal.... Potem za njega ni bilo več meja, kar na silo me je objel, nato pa poljubil..., (Jožica9)
- ✓ Takrat sem opazala pri obeh otrocih, pri teh letih, se pojavi,...kako bi to razložila,..., nek tak občutek, kakor da moram paziti, da ne prestopim meje. Čeprav vem, da jo ne bom, a ne, zelo zanimivo... vem, da jaz ne bi tega nikoli naredila, ampak se včasih pojavi občutek, ali je še to v mejah normale (Maja3)
- ✓pri nas so bili vsi fantje tako malo bolj na meji, da so skozi malo hodili po robu, to so bili sošolci in eden od njih je bil vedno tako malo bom rekla da je malo prestopil mejo, nisi pa mogel reči, da je ta malo čuden.... nekako tako... to je bil del njegovega karakterja, tako bom rekla (Maja10)

Postavljanje meja

- ✓ Ja, prav fizično sem se preselila na svoje, in potem sem začela tudi iz svoje strani meje postavljati, kaj sprejemem in kaj ne. In sem šla lahko stran, kadarkoli sem hotela in ko mi ni bilo všeč. (Maja5)
- ✓ ...pač jaz se mu nisem pustila in sem mu jasno povedala, ker pač je poznal moža od moje sestre, in sem mu rekla...(Maja8)
- ✓ Ja, tekom let, potem kasneje, kar težave pri izbiri nekega partnerja, ki bi spoštoval meje v različnih kontekstih, ni nujno v nekem spolnem smislu, ampak na sploh, da bi spoštoval žensko integriteto, ali pa samo posameznika (Maja29)
- ✓ Imam pa probleme z mejami, postaviti jih sebi...do kje grem lahko, pa tudi do drugih...sedaj je že bolje, sem se naučil jih postaviti..(Matevž20)
- ✓ ...pa smo pili, se zadevali, muzika na glas, žurke po diskotekah...ni da ni (se smeji)... vse brez meja... (Breda43)
- ✓mene ful bolj zaboli, kakor pa če pri tamalemu prestopijo mejo. Pri njej me pa to čist'...ali zamrznem ali pa začnem noreti dobesedno in jo dajem stran...in, ne! (Maja45)

Preizkušanje meja

- ✓ Jaz sem bila takrat sicer že polnoletna, ona pa ne, bila je stara 16 let, in je skos' probaval, kje je meja, ali bova prešli to mejo, ali ne, vedno je imel take zelo opolzke izjave, neprimerne komentarje. (Maja8)

Skrajnosti

- ✓ No, in psihično sem bila itak pod'n...in na nuli...ampak sem rada hodila po nitki...nekako lovila, kje je meja...(Breda44)
- ✓ Vsaj toliko, da sem ostal na realnih tleh, da nisem odtaval stran, pa da se mi ni zmešalo...., ker sem bil že na meji... nisem več zmogel. (Matevž34)

6. Nasilje nad žrtvijo (posredno/ neposredno)

Storilec

- ✓ Ni bilo kot takrat, ko je bil kar nežen in sva oba nekako uživala... Zdaj pa je bil čist' podivjan (Breda14)
- ✓ ...rotila sem ga, naj neha, da zdaj bom pa res povedala vsem, pa me je na silo prijel za usta in rekel »Kaj boš, opica mala? Komu boš kaj rekla? Boš že vid'la, kaj ti bom naredu! Tako te pa ne maram, veš...Rajši uživaj kot do zdaj...pa tiho bod'« (Breda15)
- ✓ Tam je bil park in me je tam počakal, in res grobo napadel, (*tišina*)...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno...(Breda27)
- ✓ Oče je bil tudi fizično nasilen, in psihično itak, tudi do mame, in potem ji je dal malo miru, ko je videl, da je noseča...(Matevž3)
- ✓potem je kmalu postopoma prenehal s fizičnim nasiljem, in je počasi začel spolno...(Matevž10)
- ✓ Iz ene skrajnosti v drugo, iz čistega nasilja, v neko dobrikanje, obljube (Matevž10)
- ✓ Ma,... vse sorte, po moje, samo da bi preživel...jaz samo vem, da sem hotel biti priden, še bolj priden kot se je sploh dalo...samo zato, da me ne bi foter nagarbal (Matevž20)

- ✓ Tole od sosedu pa sem 1x znorel, ko se je sosed napil in začel kričati na mamo in ji groziti... takrat sem pa res pobesnel...(Matevž26)

Oče

- ✓ ...Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...(Jožica17)

Mož

- ✓ ...vse to se sedaj v mojem življenju ponavlja... vsa prestrašena v zakonski vezi z možem, pa nasilje...in vse te stvari. (Jožica20)
- ✓ Če bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... (Jožica38)

Šola

- ✓ ... tak občutek sem imela...nato pa se je nadaljevalo v drugi obliki nasilja, kot neko zaničevanje, kot bullying, in se kar ni nehalo. (Maja18)
- ✓ ...Tokrat nisem vedel, zakaj, samo celo osnovno šolo so me vsi zafrkavali, pa me napadali, tako da smo se z vaškimi fanti večkrat stegli, pa so bile potem težave v šoli, pa itak tudi doma, ker sem dobil batine od očeta...in to kar ornk' batine (Matevž2)
- ✓tudi sem prišel kdaj z modrico na roki ali na obrazu, pa se spomnim, da je rekla učiteljica »Si bil spet žleht, Matevž, a ne? »...(tiho...), ..tak odziv, no, nikakav... bedarija čista...(Matevž7)

7. Telo

Odnos do telesa –Nesprejemanje telesa

- ✓ Sovraštvo do same sebe je bilo zelo veliko, nisem se marala, gnusila sem se sama sebi (Breda25)
- ✓ ...in tudi zaradi tega nisem sedaj slaba oseba, ali pa ne vem, nekaj časa sem imela take občutke, da moje telo ni OK...kot da nekaj manjka, kot da je bilo nekaj svetega mu odvzetega, kar ne bom mogla nikoli nazaj dobiti, na ta način.(Maja31)
- ✓ In to je potem v času nosečnosti kar izginilo, to glede telesa. Sem videla, da moje telo zmore ogromno, takrat mi je bila velika motivacija za vse skupaj. Sem začutila svoje telo na tak drugačen način, da nisem zbežala ven iz telesa, pa da sem videla dejansko, da je moje telo zmožno tudi nekaj dobrega in sem manj krivila sebe, tako že čisto na telesni ravni, da pač je moje telo krivo za to, da so se mi zgodile te stvari, ..tega potem ni bilo več. In tudi sedaj tega ni več. (Maja32)
- ✓ Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...(Maja33)
- ✓nisem maral svojega telesa..res ne..hotel sem se ga znebiti...(Matevž24)

Poseg v telo - dotikanje

- ✓ Počasi se me je tudi dotikal...najprej po rokah, nato po še stegnih, me je božal...(Jožica2)
- ✓ ...in me je on povijal in me božal pod hlačkami, tut prst mi je dajal noter... pa poljubljal, objemal, otipaval... jaz pa odrvenela in zaprepadena, hkrati pa mi je bilo lepo, tisti občutki božanja... zato pa mi gre zdajle, ko to govorim, na bruhanje (Breda 11)
- ✓ ...potem se je tam vse skupaj nadaljevalo z otipavanjem, z neprimernimi komentarji zraven (Maja12)
- ✓ ...in da sta se potem tudi onadva spravila nad naju, največ sicer na mene, sta se dotikala po spolovilu, po dojkah in tako, v kombinaciji s komentarji, pač tako zelo neprijetno..(Maja14)
- ✓ ...na zelo neprimeren način se punc dotikal, ker je bil fotograf, poziranje in to...(Maja58)
- ✓ ...pa božal... pa vsega tega sem bil, lahko rečem, navajen od fotra...samo tega itak nisem povedal sosedu...in se je isto nadaljevalo, (Matevž17)
- ✓ To je bil nek poseg v moje telo in integriteto, saj potem, ko so začeli že časopisi pisati o tem. (Maja21)
- ✓ Da pomislim malo...to so bili 4 moški, ko je šlo res za poseg v telo. (Maja22)

Nasilje

- ✓ ...tako da lahko povem, da je bil on tisti, ki mi je vzel nedolžnost (Jožica17)
- ✓ ...potem pa me je dobesedno posilil (tišina)...no, nisem mogla nič, ne dihati, ne hoditi, nič.. (Jožica29)

Poškodbe

- ✓ ...imela sem praske in podplutbe potem ... (Breda27)
- ✓ Tudi krvavela sem skoraj 1 teden, in vse me je bolelo spodaj. Krvavela sem potem še od raznih šokov, najbrž je bilo to psihičnega izvora, ne vem... velike psihične in fizične bolečine... (Jožica32)
- ✓ ...zato sem imela modrice in videli so se njegovi odtisi prstov, tako da sem se nekaj časa bala sleči, da me ne bi starši videli ali pa v šoli kdo... (Jožica33)
- ✓ ...in 1x potem ko sem bil star 13 let, pa me je odzadaj...takrat je pa res šlo za seks... (tiho...) ...zelo me je bolelo, tudi krvavel sem... (Matevž19)

Bolečine -fizične in psihične

- ✓ker mi je bilo hudo, pa grozno, pa bolelo me je včasih, ko je bil preveč grob... (Breda 22)
- ✓iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala... te bolečine (Jožica17)
- ✓ To so bili zame grozni časi...prejokala sem dneve in dneve, skrita v svoji sobi... in vso to bolečino sem morala potlačiti v sebe, (Jožica18)
- ✓velike psihične in fizične bolečine... (Jožica32)
- ✓kar me je psihično mučilo in mi povzročalo težave v življenju nasploh. (Jožica34)
- ✓ Krvavitev se je ustavila, nekaj dni me je še bolelo in sem komaj hodila, tako da me je mami spraševala, kaj mi je (Jožica35)
- ✓ ...zelo me je bolelo, tudi krvavel sem...pa je kmalu minilo in navadil sem se...še parkrat sva se tako dobila... (Matevž19)

Telesni spomin

- ✓ Drugače sem pa se tega začela zavedati, ko se je zgodila ena druga zloraba s strani sošolcev oz. takrat je bilo meni to čudno, kako je lahko to meni tako domače oz. nič kaj takega, da me nekdo na tak način gre čez tvojo mejo. (Maja2)
- ✓ ...takrat pa sem jaz v bistvu že vedela, kaj bo sledilo, prav čutila sem... spomnim se, da sem takrat že vedela, da midve ne bova od tam prišle, take, kakršne sva. In potem sploh ne vem, kaj se je vmes točno zgodilo, (Maja12)
- ✓ In te besede so bile potem tiste, ki so mi odzvanjale še ful let, in mi še zdaj tako kdaj..., kako v bistvu sam sebe lahko daš nekam, ker že veš in se ti je itak že dogajalo, tako da je tvojemu telesu to že ful znano. (Maja13)
- ✓tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno... (Maja33)
- ✓v poporodnem obdobju se je bilo težko ven dati iz teh občutkov, prav dvigovati sem se morala, je bilo zelo na začetku, ker je bilo dejansko kot še ena zloraba. Mogoče, če bi kdo gledal, bi rekel, »ah, saj ni nič posebnega... », notri v meni pa je potekal en tak proces soočanja z vsem skupaj in spuščanja zadev, istočasno pa, ponovitev totalno tistega, kar sem se najbolj bala... (Maja34)

8. Izgube

Nečesa...

- ✓ Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba (Breda 23)
- ✓ Še zdaj pa imam občutek, da sem nekaj v življenju zgubila, ko se mi je zgodila ta grozna stvar. Neka izguba, ki jo ne znam definirati, me spremlja še sedaj (Jožica54)

Nedolžnosti

- ✓To je pa grozna stvar, jaz sem bila nedolžna, vzel mi je izkušnjo, ki bi jo morala doživeti z nekom, ki ga imam rada in bi se mu predala (Jožica31)

Otroštva

- ✓ Cel lajf imaš pokvarjen zaradi tega, ker ti je bilo v otroštvu nekaj odvzeto, imel si veliko izgubo otroštva, identitete...sploh ne veš, kdo si, ta zloraba te zaznamuje za naprej. (Matevž44)

Mladosti in življenja

- ✓ ...čeprav mi je vzel mladost in del življenja...je pa po moje veliko v moji podzavesti spravljeno...(Jožica40)

Moškosti

- ✓s tem sem si potrjeval, da sme taparvi dec! da nisem izgubil moškosti zaradi zlorab...(Matevž23)

9. Spominjanje

Flashback-i - delni spomini, izseki

- ✓ V bistvu se tiste zlorabe ne spomnim čisto točno, kako se je dogajal, ker sem bila mlajša, to je čisto ta prva zloraba- imam določene izseke spomina, in glede na preostale spomine, sem nekako skupaj zložila, kdo to je. Drugače sem pa se tega začela zavedati, ko se je zgodila ena druga zloraba s strani sošolcev oz. takrat je bilo meni to čudno, kako je lahko to meni tako domače oz. nič kaj takega, da me nekdo na tak način gre čez tvojo mejo. Tako da prav ti spomini, neki izseki, flash-backi enih 5 let nazaj, eni so prišli lani, zelo mešano hodijo spomini, ni tako, da bi se vse naenkrat odkrilo, ampak, tekom let se odkriva ta zgodba.(Maja2)
- ✓ Kakor se jaz spomnim, za prvo zlorabo, je bilo to večinoma v postelji, se pravi, v nekem pol snu, niti ne znam dobro definirati, kako se je začelo. Ali pa kako je vse skupaj potekalo, ker vse, kar imam od teh flashbackov je, kakor da gledam nase od zunaj, prav tisto tipično pri teh flashbackih. To je čisto tipično, da zapustiš svoje telo in te ni več tam. (Maja8)
- ✓ Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal (Maja29)
- ✓ Večkrat pa pridejo taki spomini na um, kar neki fleši se prikazujejo, neki izseki, ki ne vem, kam jih dati... pa kar zavoham sosedu, njegov znoj... za bruhat... (Matevž24)
- ✓ ...vse to ti hodi po glavi in buta ven... neki fleši pridejo, vse podoživljaš ponovno...skoraj v hujši obliki...(Matevž32)

Nejasen spomin

- ✓ Ja, bil sem v šoli, to vem, to pomeni, da po moje okoli 6 let, ali pa 7 let, ne spomnim se čisto točno. (Matevž3)
- ✓ V bistvu se tiste zlorabe ne spomnim čisto točno, kako se je dogajal, ker sem bila mlajša, to je čisto ta prva zloraba- imam določene izseke spomina, in glede na preostale spomine, sem nekako skupaj zložila, kdo to je (Maja2)
- ✓ Jaz mislim, da je moralo to biti nekaj časa, se ne spomnim, kako, se je pa v bistvu nadaljevalo v obliki nekih komentarjev (Maja4)
- ✓ta spomin je bolj tak bled, ker se mi zdi, da kakor da so se dogajale v pol snu, da je moje telo odšlo v nek pol sen, zato da sem pač to predelala in s tem živela. (Maja8)
- ✓ne morem reči, da se kar spomnim točno kdaj je bilo, samo nekako tak čuden filing sem imel in ga še imam..., da je nekaj čudnega z mano narobe. (Matevž2)
- ✓ Veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...(Jožica40)
- ✓ Torej, jaz mislim in čutim, da me je zlorabljal oče, ko sem bila majhna in pa potem še stric... čeprav so spomini medli. (Maja39)
- ✓ ...pa kakor tudi s strani strica, ampak ona ima spomine, da je bil tudi oče. Bom rekla tako, da so to zelo potlačile, in nisem niti pričakovala nekih konkretnih odgovorov. (Maja42)

Jasen spomin

- ✓ Nisem imela z njim nobenega več kontakta, karkoli se mi je dogajalo v življenju, sem se spomnila te zlorabe, vedno je prišla na plan, ko je prišel tapravi trigger (Jožica20)
- ✓ Zdaj pa pri tisti drugi zlorabi, ki se jo bolj spomnim, in sem o tem največ govorila in razmišljala, in na tem sem največ delala, ... ker sem imela največ materiala od tam, da se lahko nekaj spomniš (Maja9)
- ✓ In vedno, če pride kakšen trigger, dražljaj, se vedno spomnim, kaj sem doživela...Nekaj časa, ko se videla policaja, sem se vedno zdrznila za par sekund in se nato umirila...pa na splošno je policaj že ena taka avtoriteta, da se ga bojiš... Ali pa če gledam kakšen film, in je notri kakšna punca zlorabljena,

se spomnim in podoživim oziroma se mi film na hitro zavrti pred očmi o svoji zlorabi.. tega v življenju nikoli ne moreš zbrisati, to te spremlja non stop, (Jožica68)

- ✓ Se mi zdi, da še vedno nekaj ostaja, tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti. (Maja43)
- ✓ In vedno, če pride kakšen trigger, dražljaj, se vedno spomnim, kaj sem doživela... (Jožica68)
- ✓tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti. (Maja43)

Nespominjanje

- ✓ V bistvu se jaz rojstva otroka..., sploh tisti zadnji del, pol urce, predno se je rodil, ali še manj, no, ..., tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. (Maja33)

Travmatski spomin

- ✓ In te besede so bile potem tiste, ki so mi odzvanjale še ful let, in mi še zdaj tako kdaj..., kako v bistvu sam sebe lahko daš nekam, ker že veš in se ti je itak že dogajalo, tako da je tvojemu telesu to že ful znano. (Maja13)
- ✓ Veliko občutkov sem nekako pozabila, ali pa so potlačeni še v meni notri... Pa spomnim se, da nisem bila prisotna v telesu, ko me je napadel ta prijatelj od očeta...(Jožica40)
- ✓vmes sem doživela tak majhen panični napad, se mi zdi, ker je bilo kar intenzivno tudi takrat. Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal - pri trenutnemu partnerju je prišel obraz sošolca, ki me je takrat zlorabil, zelo intenzivno je bilo pač tisti trenutek, ker sem ga ravno par dni prej srečala, sošolca, in se je potem to zgodilo. To je bil en tak trigger. (Maja29)
- ✓ ...nek telesni odpor, in vse sem podoživljala, kar fleši - spomini so se mi prikazovali, kar tresla sem se..., da bo kdo vame rinil, in prijemal...ne, ne, tega pa ne... (Jožica51)
- ✓ Vsakič, ko dobim pošto iz sodišča, sem kar tako »joj, spet to«, ker potem dobim isto...tam na sodišču celo gnojnico spet name stresejo, čisto nič drugega ni... Kot da jih ne zanima, kaj se je dogajalo, kaj se je zgodilo, in pač ta punca, takrat mladoletna, ni nikakor provocirala, ...(Maja59)
- ✓ V bistvu se jaz rojstva otroka..., sploh tisti zadnji del, pol urce, predno se je rodil, ali še manj, no, ..., tega se sploh ne spomnim oziroma se spomnim samo tega občutka, kot pri zlorabi »ko si tam, pa te ni«. Čutiš, da se neke stvari dogajajo, ampak tebe tam ni, in imajo drugi ljudje nadzor nad tvojim telesom, medtem, ko se dogaja...vse je zelo intenzivno in zelo neprijetno...(Maja33)
- ✓ Identično skoraj, ...podoživiš vse občutke...recimo tudi to, da so se določene besede ponovile, »če boš tiho, bo hitreje mimo...«, vse tako na te načine, in to je meni zelo ostalo, in potem je bilo v poporodnem obdobju se je bilo težko ven dati iz teh občutkov, prav dvigovati sem se morala, je bilo zelo na začetku, ker je bilo dejansko kot še ena zloraba. Mogoče, če bi kdo gledal, bi rekel, »ah, saj ni nič posebnega... », notri v meni pa je potekal en tak proces soočanja z vsem skupaj in spuščanja zadev, istočasno pa, ponovitev totalno tistega, kar sem se najbolj bala... (Maja34)
- ✓ Ja, tako, recimo v mojih željah in v tem, kar sem govorila, me niso poslušale pri porodu, jaz pa sem postajala vedno bolj zakrčena in jih prosila, če me lahko kdo sliši..., ampak me niso. Sem želela narediti korak naprej, pa sploh nisem bila slišana (Maja35)
- ✓ Pa tudi vase zaprta, nisem se hotela več družiti z vrstniki...hotela sem mir. Kot oseba sem bila drugačna. Večkrat sem se spomnila tega...(Breda37)
- ✓ ...in potem sem jaz spet nasrkala, vse sem podoživljala, vsi spomini so prišli na plan iz otroštva od zlorab... groza, vse to je bilo težko prebavit in v glavi predelat...sesul se mi je svet...(Breda40)
- ✓vse je začelo ven butat, od vsega otroštva, pa še novo se je nabralo... psihične težave sem imela, bila sem depresivna, in anksiozna, (Breda45)
- ✓ ... pa mislim, da sem tudi imela težave s tem posttravmatskim sindromom...same travme so ven butale...(Breda45)
- ✓ Sem pa vmes veliko o tem brala in raziskovala, ker sem videla, da vse, kar se mi je dogajalo, da ni moja krivda in da nisem edina, in da imajo moji občutki in takšno doživljanje neko ime, in eni občutki so bili že pokazatelji neke posttravmatske stresne motnje. In to me je zelo pomirilo (Maja27)

B. STORILEC

1. Strategija in taktika storilca

Igra

- ✓ ...potem mi je moja roko dal na svoje spolovilo, ki je bilo že otrdelo...pa sem se zdrznila in me je podučil, da je to samo znak, da je vesel in da mu je lepo ter da je to fajn delati...in to je bilo 1x na dan...potem se je obnašal, kot da ni nič, sva se igrala dalje, šla sva pomagat babici kuhat... z eno besedo- vse je premislil in naredil plan, kako bo kaj speljal, da ne bo nihče zvedel... imel je totalno oblast nad mano, in moč, jaz pa s svojo šibkostjo napram njemu sem mu lahko samo sledila in ga ubogala..(Breda 7)
- ✓ Tako da sem ga morala počasi zadovoljevati, z roko, (tišina)... in sva bila sama v spalnici 1x, babi je bila pri sosedi...pa je rekel, če se greva zdravnike igrat, da je on padel in se udaril, jaz pa sem zdravnica in ga bom pozdravila (Breda 9)

»Imam te rad...«

- ✓ Pa sem ga čudno pogledala, pa je rekel, »nič se ne boj, vidiš, da te imam rad...« in sem si mislila, da on že ve, da tako mora biti...čeprav sem se nekako čudno počutila, pa ne znam opisati, kako...na tak način, kot na čutiš, da nekaj ne štima (Breda4)
- ✓ To se je dogajalo že prej, ko sem bila še doma, nisem še hodila v šolo, vendar sem mislila, da je to dokaz ljubezni, da me ima dedek rad, da se z mano igra in je del igre vse to. (Breda2)

Spolne zlorabe na način posega v telo žrtve

- ✓ ...potem mi je moja roko dal na svoje spolovilo, ki je bilo že otrdelo...pa sem se zdrznila in me je podučil, da je to samo znak, da je vesel in da mu je lepo ter da je to fajn delati...in to je bilo 1x na dan...potem se je obnašal, kot da ni nič, sva se igrala dalje, šla sva pomagat babici kuhat... z eno besedo- vse je premislil in naredil plan, kako bo kaj speljal, da ne bo nihče zvedel... imel je totalno oblast nad mano, in moč, jaz pa s svojo šibkostjo napram njemu sem mu lahko samo sledila in ga ubogala..(Breda 7)
- ✓ ...in me je on povijal in me božal pod hlačkami, tut prst mi je dajal noter... pa poljubljal, objemal, otipaval... (Breda 11)
- ✓ Je pa šlo tako, da sva se mogle midve njiju dotikati, tako da je prišlo do erekcije, ni pa prišlo do kakšnih izlivov, in da sta se potem tudi onadva spravila nad naju (Maja14)
- ✓ Za vse je šlo, najprej me je božal in govoril, »pa saj ti paše, a ne, a vidiš kako te imam rad, pa si govoril, da te ne maram...saj takrat si si zaslužil, ko sem te kdaj užgal, ko nisi ubogal, vidiš? Zdaj si pa tak priden...se ti bo splačalo, boš videl...« jaz pa sem zmrznil...in čakal, kaj bo... Pa sem ga moral z roko zadovoljevati, da mu je prišlo, pa potem je še on šel z roko v moje hlače, ..itak sem imel erekcijo...pa je rekel »vidiš, kako ti je lepo...in uživaš...«, pa sem se kar predal... in to se je nadaljevalo kar dolgo dolgo, par let...(Matevž11)
- ✓ ...jaz sem ga moral zadovoljevati, bila sva zadaj za hišo v drvarnici, potem je pa še on mene z usti...to je bilo pa fuj...še zdaj ne morem pozabiti... (Matevž18)
- ✓ Začel me je na silo stiskati in slačiti majc'o. Potem sem se začela upirati in kriliti z rokami, ampak ni pomagalo. Postal je kar nasilen in mi zvil roke za hrbet...in mi na ušesa zašepetal, zagrozil...«Pazi se, če boš povedala očetu, kr boš vid'la, kaj bom naredil s tabo...«. On je bil itak velik in močan, tako da fizično se z njim kosati, ni imelo smisla, pa še bala sem se ga, kot sem že rekla. In jaz sem bila ustrahovana in itak se nisem upala povedat. Pa še vprašanje je, če bi mi oče verjel, ker ta prijatelj je bila za njega »svetinja«. (Jožica16)
- ✓on je čedalje bolj rinil vame, majico mi je skoraj strgal...(tiho, zamišljena)...iz strahu se nisem upala čisto nič...v sebi sem to vse držala... te bolečine, psihične grozote... nisem imela nobenega oziroma jaz bi se že upala mami povedati, ampak sem se bala, bala, zelo bala... kaj bodo naredili z mano...Bala sem se očeta, da bi mi kaj naredil, saj mi ne bi verjel, kar bi mu povedala. Lahko bi me tudi udaril, tak občutek sem imela...(Jožica17)

Skrivnostnost

- ✓ On pa vstal, se oblekel, kot da ni bilo nič in rekel, naj pridem z njim sedaj, greva še malo televizijo gledat. In sem šla, vsa prestrašena in tiho. Mi je pa na en tak strog način rekel, naj nobenemu ne povem

o tem, da je to najina skrivnost in igrice, in da če bom hotela, se bova še to igrala. ... seveda sem bila tiho kot grob... nikoli nobenemu nič rekla... (Breda 10)

- ✓ ...Med tisto, ko me je zlorabljal oče, sem bil frapiran, v šoku na začetku, zmeden totalno, pa prestrašen, kaj se sedaj dogaja to...vedel sem, da nekaj ne štima, da to foter mi ne bi smel početi, pa sem se kar vdal potem v usodo.. in to sprejel ..v smislu, »ok samo da me ne tepeš več...«, ...(razmišlja), potem pa mi je bilo najhujše, da mi je to začelo postajati vseč, taki mešani občutki... Pa še vse tako skrivnostno je bilo, ko je govoril, da ne smem povedati mami, da je to najina skrivnost in da mi mama itak ne bi verjela, pa bi me lahko nagnala od doma...in bi sam taval po svetu. Tega sem se pa najbolj bal, da bom zapuščen in osamljen...in je bila ta zloraba kot obliž na rano, ko sem bil že uničen od fizičnega nasilja...(Matevž16)
- ✓ ...še parkrat sva se tako dobila...kot bi bil njegov ljubimec sem se počutil...(Matevž19)

Nasilje - fizično, verbalno

- ✓ Ko sem se pa 1x vračala iz šole domov, me je zasledoval. Bilo je že zimsko obdobje, zato je bila že tema zunaj. Tam je bil park in me je tam počakal, in res grobo napadel, (tišina)...bil je grob in nasilen, na silo mi je potegnil hlače do, in me posilil, dobesedno...(Breda27)
- ✓ ...rotila sem ga, naj neha, da zdaj bom pa res povedala vsem, pa me je na silo prijel za usta in rekel (Breda15)
- ✓ se ne spomnim, kako, se je pa v bistvu nadaljevalo v obliki nekih komentarjev, nekih verbalnih zadev in občasnih dotikov, ki so bili neprijetni in pač tako, kakor v nekem hecu, »saj se razvijaš«, taki komentarji, »kaj delaš...« in potem že kar bolj neprimerne besede »kakor da bi se prodajala«, glih tak občutek sem dobivala, čeprav sem vedela, da ne delam nič kaj takšnega. Zdaj ko gledam nazaj, je bil en tak čist' normalen razvoj, ko sem se pogovarjala z drugimi, je bilo vse isto, ampak pri nas je bilo tako, kakor da se kurbam okoli, tako grdo rečeno. (Maja4)
- ✓ Ni odnehal, kar rekel je, »zdaj pa takoj v sobo, ajde, hitro!« potem je začel trgati z mene pulover in odpenjat hlače ..hotela sem se izmuzniti, samo je bil tako velik, da me je prijel in vrgel na kavč v dnevni.(Jožica29)
- ✓ Tisto, ki pa se je pač potem zgodilo, pa je bilo, da smo šli na neko šolsko praznovanje oziroma na neko ekskurzijo, in v bistvu na poti domov sta dva sošolca mene in mojo prijateljico nekako ujela, ko sva šli na WC v en lokal na poti domov, in sta naju ustrahovala tam notri, kaj bosta naredila in midve sva bili tam zaprti, ..to je bil enkratni dogodek, samo 1x se je zgodil... (Maja11)
- ✓sta naju potem nekako zvlekla ali zvalila.... ne vem, katera bi bila bolj primerna beseda, v moško stranišče in potem se je tam vse skupaj nadaljevalo z otipavanjem, z neprimernimi komentarji zraven, in nikoli ne bom pozabila svojih besed, ko sem jima rekla »da naj kolegico pustita pri miru in da naj pač na meni naredita to, kar pač moreta, ker meni je itak vseeno« (Maja12)
- ✓ Ta zadeva je bila samo 1x, trajalo pa celo tisočletje, se mi zdi...tak občutek sem imela...nato pa se je nadaljevalo v drugi obliki nasilja, kot neko zaničevanje, kot bullying, in se kar ni nehalo. (Maja18)
- ✓ Kasneje ko je pač prišlo do nekega poskusa posilstva pri moji kolegici, pa istočasno do poskusa nekih zlorab, otipavanja, ker sem pač uspela ustaviti zadevo, in je potem tudi šlo v medije, takrat smo se zelo jasno soočili s tem, tako da sem potem morala na sodišče hoditi in pričati, nazadnje celo dve leti nazaj (Maja56)
- ✓ Tako kot sme že nakazal, se je foter spravljal name, najprej fizično, nato še spolno...pa itak psihično tudi, ko me je zmerjal in poniževal, »da nimam pojma, da sem kurbin sin in luzer, in da z mano ne bo nikoli nič, da me ne bo nobena baba marala, pa da bom itak sam ostal, ker sem smrdljivec, garjav, in klošar...« pa fizično..me je stolkel kot hudič... pretepal me je z žico in kablom od enega stroja ali žage in se potem hvalil po vasi, naj pokažem rit, kakšne modrice imam...pa za vrat me je tiščal in me hotel s povštrom zadušiti...to je delal, ko je bila mati pri sosedih. Vsak trenutek, ko sva bila sama, je izkoristil.. Mama je bila takrat že noseča, pa mislim, da je bil foter toliko pri sebi, da se je spucal na meni... jaz sem bil itak tiho in si nisem upal povedati, nisem hotel mame obremenjevati, ker se mi je smilila in njen otrok v trebuhu tudi...pa sem bil v šoku, zaprepaden, potem itak brezvoljen...tak apatičen že..(Matevž6)

Grožnje

- ✓ ...in hkrati dal vedeti, da če komu povem, bo on vse zanikal in bom jaz kaznovana in vsi bodo o meni grdo govorili. (Breda 13)

- ✓ »Kaj boš, opica mala? Komu boš kaj rekla? Boš že vid'la, kaj ti bom naredu! Tako te pa ne maram, veš...Rajši uživaj kot do zdaj...pa tiho bod'« (Breda15)

Nagrajevanje, (pod)kupovanje

- ✓ ...vedno je našel čas, da sva bila sama. Prav prefinjeno je vse izpeljal in me ovijal okoli prsta s svojimi obljubami, da mi bo kupil novo punčko, da bova šla na sladoled in kupit bonbone. (Breda 5)
- ✓ Pa me je nagrajeval, kupoval, kar sem hotela-sladkarije, igrače, razne družabne igre, 1x mi je kupil lepo oblekico z rožicami, ki je hotel, da jo imam oblečeno, ko se igrava...da me je z lahkoto božal po nogah in gor..., (Breda 12)
- ✓ ...ta prijatelj je potem še večkrat hodil k nam, potem mi je začel nositi še sladkarije in prav čutila sem, da me ne nek način podkupuje in hoče , da sem mu na razpolago...(Jožica6)
- ✓Ko me je pa eno leto zlorabljal sosed, je bilo pa huje... tudi on je začel me najprej polahko otipavati in mi obljubljal, da mi on pa res kupil kolo, ne tako kot foter, ki je samo obljubljal... pa potem me je podkupil s cigareti, ki mi jih je naskrivaj dajal, da sem potem kadil v gozdu...itak mama ni vedela, ker je bila v svojem svetu... pa božal... pa vsega tega sem bil, lahko rečem, navajen od fotra...samo tega itak nisem povedal sosеду...in se je isto nadaljevalo, (Matevž17)

Načrtovanje zlorabe na način manipulacije, približevanja žrtvi, ignorance, raznih obljub

- ✓ ...Moj oče je imel enega dobrega prijatelja, v glavnem sta bila nerazdružljiva, skupaj sta preživljala prosti čas velikokrat...in jaz sem počasi odrasčala in ta moški, bi lahko sedaj rekla, da se je zagledal vame in je hodil 2x-3x na teden k nam na obisk ..(Jožica1)
- ✓nato je prišel oče gor, in on je nehal.. obnašal se je kot da se ni nič zgodilo, (Jožica4)
- ✓ Večkrat je tudi izkazoval skrb do mene, naj bom previdna, da so zunaj grozni ljudje, še posebno moški, ki bodo od mene kaj hoteli...(Jožica7)
- ✓zmeraj je kar nekaj govoril in blebetal, kot da hoče pozornost preusmeriti ali pa me zavesti in zmešati. Potem za njega ni bilo več meja, kar na silo me je objel, nato pa poljubil..., (Jožica9)
- ✓ Ko je on slišal, da gre oče gor po stopnicah, je hitro se usedel nazaj za mizo in bral časopis in se delal, kot da nič ni, bil je ves zatopljen v zgodbo v časopisu. Tako da oče itak ni nič posumil.(Jožica11)
- ✓ Prav prefinjeno, bi jaz temu rekla sedaj, čeprav takrat nisem imela pojma na začetku, kasneje mi je bilo čisto jasno. On je imel prav plan narejen, kdaj bo prišel, kaj bo rekel, kaj mi bo prinesel. Kot da me podkupuje in hkrati veže na svojo stran, da bi se mu zaupala in bila tudi kot frendica. Tako mi je enkrat rekel, če bi bila prijatelj. Seveda sem rekla ja, kaj drugega mi ni preostalo... tako kot sem že prej povedala, je ratal že čisto nasilen...(Jožica14)
- ✓ On je kadil, pil je počasi kavo, me gledal, in nato vstal, šel proti meni. Jaz itak spet otrpnila... in on me je božal po laseh, govoril mi je , kako sem lepa, kako sem mu všeč že dolgo časa, pa da me ima rad, zelo rad, drugače tudi ne bi k nam prihajal... Božal me je še čedalje bolj grobo, po rokah, obrazu, nogah, tudi po riti, pa sem mu roke dajala stran, pa ni nič pomagalo...(Jožica24)
- ✓ ...on je vztrajal, nadaljeval, govoril mi je, naj se ne bojim, naj bom vesela, da me ima rad in da me zato objema in lupčka...(Jožica25)
- ✓ To se je dogajalo na neki prireditvi, in je eden od organizatorjev je prijateljico zadrogiral in jo je hotel posiliti. Pred tem pa je že imel taka neprimerna povabila, »vaju poberem, pa bomo šli v jacuzi«, in ne vem, kaj še vse...Jaz sem bila takrat sicer že polnoletna, ona pa ne, bila je stara 16 let, in je skos' probaval, kje je meja, ali bova prešli to mejo, ali ne, vedno je imel take zelo opolzke izjave, neprimerne komentarje, na zelo neprimeren način se punc dotikal, ker je bil fotograf, poziranje in to...(Maja58)
- ✓ ...pol sem pa sam taval okoli in se potikal... in sosed me je samo opazoval takrat, kdaj sem šel k njemu, pa mi je dal za jesti in piti..tak je bil prijazen, je vedel, kaj se doma dogaja... pa me je spraševal, »kako kaj mami«, vedno samo mami...za fotra pa je itak vedel, da je norc, saj sta se enkrat fajn usekala zaradi enih drv in dreves...in od takrat so bili med njima napeti odnosi...tako da lahko rečem, da me je sosed tudi večkrat rešil, vsaj glede hrane, da nisem bil lačen... (Matevž8)
- ✓ No, tako se je dogajalo pri fotru... potem je kmalu postopoma prenehal s fizičnim nasiljem, in je počasi začel spolno... kot sedaj vidim za nazaj, me je najprej sprobaval, kako reagiram...pa itak sem bil frapiran, saj nisem vedel, kaj se zdaj gre. Iz ene skrajnosti v drugo, iz čistega nasilja, v neko dobrikanje, obljube... .. foter me je privajal v neke spolne igrice z njim...pa mi je obljubljal, da mi bo kupil kolo, ker mu kdaj pomagam na njivi, pa da bova šla skupaj na eno lokalno fuzbal tekmo, pa...glej, ni da ni..., kar sem hotel... (Matevž10)
- ✓ ...saj je foter to prefinjeno izvajal... vse naskrivaj (Matevž12)

- ✓pa je začel hoditi k nam, pa pomagati mami, pa ji dajati denar in kupoval je hrano, pa avto je imel, in jo je vozil na izlete. (Matevž15)
- ✓ Kot da me podkupuje in hkrati veže na svojo stran, da bi se mu zaupala in bila tudi kot frendica. Tako mi je enkrat rekel, če bi bila prijateljja. Seveda sem rekla ja, kaj drugega mi ni preostalo... tako kot sem že prej povedala, je ratal že čist nasilen...(Jožica14)
- ✓ Ni bilo kot takrat, ko je bil kar nežen in sva oba nekako uživala (Breda14)

Odziv storilca

- ✓ .. on se je prav razjezil, kot en hudič je postal.. Povzdignil je glas in zavpil »Zdaj pa takole, če me ne boš ubogala in bila tiho, boš že vid'la hudiča, kaj se to prav'!« in nadaljeval...da se me zelo želi, da me hoče imeti vsaj 1x zase in naj ga poslušam, da mi nič noče slabega, le če ga bom ubogala (Jožica27)
- ✓ In se me je bal, ta fant, se me je izogibal...in tudi oče mi je rekel, da če bo ta fant me še hotel nadlegovati, mu naj kar povem, da bosta z njim obračunala. In ta fant je dal mir... 1x je celo prišel do mene in se je opravičil. Sem bila res presenečena in v šoku, sploh nisem verjela, da se to dogaja. (Breda36)

2. POSLEDICE TRAVMATSKE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

A. POSLEDICE SPOLNE ZLORABE

1. Kratkoročne posledice

Jeza

- ✓ Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba... Vem, da sem bila jezna, in besna, pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano bređa23
- ✓ Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)
- ✓ Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mamó kasneje, ker ni nič opazila...matevž20

Krivda

- ✓ ...pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. (Breda23)
- ✓ Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)
- ✓ Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni soséde bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)
- ✓ Na začetku itak me je bilo strah, sram, pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)

Nemoč

- ✓ Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano (Breda 23)
- ✓ Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)

Gnus

- ✓ Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel... Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj(Breda23)
- ✓ Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)
- ✓ čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni soséde bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)
- ✓ ...pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživeljal to, kar goital sem in kar na bruhanje mi je šlo (Matevž20)

Stigma

- ✓ Zaradi strahu, sramu in stigme, nekega pečata, ...sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla (Jožica40)

Sram

- ✓ Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj (Breda 23)
- ✓ Potem pa pri ostalih zlorabah skoraj isto, jeza, sram, gnus, krivda...vse gre po istem kopitu...(Breda 23)
- ✓ Pri ostalih zadevah, zlorabah, ki so se zgodile, je bilo pa kar tako.. »predaj se, itak je brez veze«..., čutila sem gnus, sram, krivdo, ampak sem zamrznila... oziroma sem se kar malo vdala v usodo, »sej itak za drugega nisi dobra«, pač na ta način - to si, zato si tam in, ne vem, naši južni soséde bi rekli »šuti in trpi«... (Maja24)
- ✓ Na začetku itak me je bilo strah, sram, pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)

- ✓ Zaradi strahu, sramu in stigme, nekega pečata, ...sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla (Jožica40)
- ✓ Vem, da me je bilo tako sram, na začetku, ko me je foter zlorabljal, pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar gohtal sem in kar na bruhanje mi je šlo....pa na nek način me je izdal, nisem mu več zaupal... Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mammo kasneje, ker ni nič opazila (Matevž20)

Strah

- ✓ Strah me je bilo njega in na splošno, če bo kdo zvedel... Pa še sram me je popadel, tako me je bilo sram.. pred vsemi in pred sami seboj
- ✓ Na začetku itak me je bilo strah, sram, pa največja je krivda. Pa nemoč, saj itak nisem nič mogla proti njemu... Potem pa še tiste, ki se mi kažejo skozi celo življenje...da ne govorim, grozno... (Jožica50)
- ✓ Zaradi strahu, sramu in stigme, nekega pečata, ...sem to potlačila vase in si dopovedovala, da bom zmogla, bom zmogla (Jožica40)

Izdaja

- ✓ Vem, da me je bilo tako sram, na začetku, ko me je foter zlorabljal, pa tako nagnusno mi je bilo... res, komaj sem preživel to, kar gohtal sem in kar na bruhanje mi je šlo....pa na nek način me je izdal, nisem mu več zaupal... Jezen sem bil kot hudič, itak na fotra, pa tudi na mammo kasneje, ker ni nič opazila (Matevž2)

Izguba

- ✓ Če se spomnim dedka in kako sem se počutila... kot da bi nekaj izgubila, nič fizičnega, ampak tako nekaj, v sebi, neka izguba... Vem, da sem bila jezna, in besna, pa tako sem se počutila krivo, da jaz kaj narobe delam. Počutila sem se nemočna, saj je on imel oblast nad mano (Breda23)

2. Dolgoročne posledice

Nespečnost Nadzor-kontrola Nočne more Strah Kajenje trave Alkoholizem Iskanje samega sebe

- ✓ Spomnim se, da sploh ponoči nisem mogel spati, nonstop sem se prebujal, pa bil na preži, če bo kdo prišel, ali pa če bo oče ponoči kaj hotel...pa na srečo ni... sem imel mir, ampak spanca pa ne... še zdaj ne morem dobro spati...in se zbujam ponoči, pa imam včasih nočne more, da me oče lovi z enim kolom, zraven stoji pa sosed in se na veliko reži...res, se kar v strahu zbudim... Pa potem sem itak iskal uteho v kajenju trave, da me je pomirjalo, pa sem malo odnehal...pa sem začel piti...ful vina sem popil, pa sem malo nehal...skos' se nekaj lovim...(Matevž21)

Sovraštvo do same sebe Gnus do same sebe Nesamozavest Jok Anoreksija Kompulzivno prenažiranje - motnje hranjenja-Nihanje razpoloženja Ginekološki problemi in bolezni Uroinfekti Odvisnost od tablet

- ✓ Sovraštvo do same sebe je bilo zelo veliko, nisem se marala, gnusila sem se sama sebi,...pa itak nesamozavestna sem bila...pa non-stop sem jokala-ko je bilo kaj takega, žalostnega in ko sem se spomnila, kaj se mi je zgodilo...sem jokala, zelo dolgo, da me je že vse bolelo... Da ne govorim o hrani - prenažirala sem se, nato pa bila anoreksična. ...Pa fajn sem bila bolna na ginekološkem področju, razne ciste in vnetja, kar naprej bolečine pri menstruaciji, pa nihanje hormonov, na nihanje razpoloženja... vse na kupu,... tudi uroinfekte sem imela pogosto, pa itak sem morala jesti razne tablete od A do Ž, sem bila že prav odvisna od njih, ni da ni... kar hoče...(Breda 25)

Spremenjeno vedenje žrtve Nemirnost Živčnost Nezbranost Zaprtost vase Postane druga oseba

- ✓ Tako da sva nekako zgladila to, vendar je to v meni pustilo posledice, predvsem v vedenju - bila sem nonstop nemirna, živčna, nezbrana...to so tudi te dolgoročne posledice, ki te prežemajo skozi celotno življenje. Pa tudi vase zaprta, nisem se hotela več družiti z vrstniki...hotela sem mir. Kot oseba sem bila drugačna. Večkrat sem se spomnila tega...(Breda37)

Spominjanje Psihične težave Depresija Anksioznost Motnej hranjenja. Anoreksija Beg iz realnosti- disociacija Odvisnost Kajenje trave Alkohol Droge Nespečnost Posttravmatski stresni sindrom

- ✓ ...vse je začelo ven butat, od vsega otroštva, pa še novo se je nabralo... psihične težave sem imela, bila sem depresivna, in anksiozna, pa problemi s hrano-sem se prenažirala, in žrla, cel hladilnik hrane je šel takoj, to kompulzivno motnjo sem imela..., pa anoreksijo nekaj časa, ko se nisem sprejemala kot oseba, pa potem še itak odvisnosti-kajenje, alkohol, trava, vse to sem imela, da sem zbežala od realnega sveta, ker je bilo naporno, pa se je bilo fino malo zadet', ...spala nisem nič, pa sem pokadila travo, pa je bilo dobro. ...pa mislim, da sem tudi imela težave s tem posttravmatskim sindromom...same travme so ven butale...(Breda45)

Občutek krivde Sram Izolacija-izogibanje ljudem Panični napadi Tesnoba Bes Jezna nase Agresija

- ✓ Ja, no... še vedno imam občutek ene krivde... to me kar spremlja...pa sramu, velikokrat sem rada sama, kot da se izoliram stran od drugih...ne grem več v družbo toliko kot prej...kot da mi je brezveze... imam pa tudi panične napade kdaj, pa tesnoba sem.. še posebno, če so kakšni taki čudni dnevi. V sebi sem besna, da bi kar eksplodirala od nervoze... komaj, da se obvladujem... Veš, to je tak občutek kot bi bila tempirana bomba... ne veš, kdaj bo počila... to se mi nekako še vse vleče,.. pa sem se naučila živeti s tem, saj mi drugega ne preostane... čedalje manj je tega, pa ni tako močno, ...(se zamisli), ...ampak bo šlo, še posebno, ker sem po naravi optimist... (Breda58)

Sramežljivost Nesamozavest Težave z ljudmi-socialni odnosi Občutek ne-varnosti

- ✓ Sem omenila že prej to, v prejšnjem vprašanju, pa še da sem bila sramežljiva, nesamozavestna, nisem hotela priti v konflikte z ljudmi, težave z zaupanjem, splošen občutek ne varnosti...(Maja28)

Težave v partnerstvu Soočanje z mejami Ponavljanje občutka zamrznitve Flashbacki Težave v spolnosti Spominjanje-flashback Panični napad Spolni odnos s partnerjem Sošolec- » trigger » Nezaupanje v ljudi v družini

- ✓ Ja, tekom let, potem kasneje, kar težave pri izbiri nekega partnerja, ki bi spoštoval meje v različnih kontekstih, ni nujno v nekem spolnem smislu, ampak na sploh, da bi spoštoval žensko integriteto, ali pa samo posameznika. Vseeno je prišlo do enih situacij, ko sem se počutila, da sem se znašla nazaj v tisti situaciji zamrznitve ali pa flash-backov. To se mi je potem včasih dogajalo tudi med spolnimi odnosi, da sem odplavala nazaj v zlorabo...vmes sem doživela tak majhen panični napad, se mi zdi, ker je bilo kar intenzivno tudi takrat. Ko pomislim, ko se spomnim tega trenutka, je bil flash-back, kot bi nekdo obraze zamenjal - pri trenutnem partnerju je prišel obraz sošolca, ki me je takrat zlorabil, zelo intenzivno je bilo pač tisti trenutek, ker sem ga ravno par dni prej srečala, sošolca, in se je potem to zgodilo. To je bil en tak trigger. Te težave z zaupanjem so potem še kar ostale, na splošno nezaupanje pri ljudeh. Sem se kar hitro naučila, da se na nobenega ne morem zanesti. Tudi v družini je bilo tako, pa tudi kasneje s prijateljicami sem kar dobila potrditev, da zaupati pa ne, ne dati čisto celo sebe v neke odnose, ker te bodo ranili in s tem se še danes veliko borim.(Maja29)

Telesni odpor do moških Podoživljanje Flashbacki Prikazovanje spominov Tresenje Strah pred moškimi

- ✓ Še posebno moški ali fantje, ki so prišli do mene, če bi šla z njimi na pijačo ali v kino, se mi je vedno naježila koža, kar kurjo polt sem dobila, in en tak izraz prestrašen na obrazu... nek telesni odpor, in vse sem podoživljala, kar fleši - spomini so se mi prikazovali, kar tresla sem se... da bo kdo vame rinil, in prijemal...ne, ne, tega pa ne... zato se nisem družila z nobenimi fanti, ker sem se bala, da se mi isto pripeti, da me kdo kam zvleče, ne ne, to pa ne...(Jožica51)

Depresija Strah pred novim moškim Strah pred ponovno zlorabo Izguba v življenju Žalovanje za izgubo

- ✓ Včasih sem pa imela obdobja depresije, kar tako iznenada. Ostale duševne težave nisem imela, kašne psihoze ali kaj podobnega, tudi kakšnih tablet nisem jemala. Vedno, vedno pa sem se bala, kdaj bom spet spoznala moškega in bo to to, kakor sem si jaz predstavljala, in potem me bo on napadel spolno, fizično, psihično. To me je najbolj mučilo. Še zdaj pa imam občutek, da sem nekaj v življenju zgubila, ko se mi je zgodila ta grozna stvar. Neka izguba, ki jo ne znam definirati, me spremlja še sedaj (Jožica54)

Strah pred moškimi Samska Samoanaliza Strah na splošno Anksioznost Menjave razpoloženja Žalost Žalovanje Depresija Jok Krivda Ambivalentnost Samoizolacija- odklanjanje socialnih stikov Skrivnostnost Nepripravnost Neresnični jaz

- ✓ Ja, seveda, res je. Torej, to je ta strah do moških, še vedno je tako, kot zdaj, ko sem sama, brez partnerja. Sama sem šla v svojo kožo in se analizirala. In vidim, da se mi vleče ta strah... joj, me je kar groza, lahko rečem, da me je je strah strahu (se zasmije)... pa anksioznost včasih, kar tako v tri dni... Moram pa reči glede menjave razpoloženja- 1x vesela, potem pa iz ljubega miru naenkrat totalna žalost in depra ... kot da bi obrnil gumb...pa kar v jok padem, brezveze. Tega je sedaj malo manj, samo vseeno me je motilo. Krivda mi tudi še po glavi skače, čeprav se en del mene zaveda, da je on kriv in ne jaz! Potem pa drugi del mene govori »ne, ti si kriva«..(malo jezna). Vedno sem iskala, da sem bila sama, da me ne bi kdo videl v takšnih stanjih, ko sem jokala, bila v depri,...in bi me spraševal, kaj mi je... nisem tega hotela...Nekako sem si dala v zavest, da ne sme za te zlorabe nobeden izvedeti... Sem znala vse skupaj zamaskirati in se obnašati primerno situaciji, tako da me ni nihče pogruntal, da nisem v svoji koži, da nekaj prikrivam... skratka velikokrat sem igrala- to pomeni, da jaz nisem bila resnična jaz...(Jožica55)

Strah pred moškimi Spraševanje o spolni usmerjenosti Dvom Potrjevanje Promiskuiteta

- ✓ Da povem še to, da sem se nekaj časa bal moških in to zato, ker sem se spraševal, če sem sedaj peder, ker me je zlorabil sosed, in sem se bal vzpostaviti kontakt z moškimi, ker sem mislil, da oni itak vedo za mojo zlorabo..in sem najbrž istospolno usmerjen...(se zamisli)... pa vem, da nisem, saj sem imel kar veliko žensk, sem jih kar menjal kot po tekočem traku (Matevž22)

Zaskrbljenost glede prihodnosti Panični napadi Bežanje v omame-alkohol, trava Stigma Sram Gnus do očeta Sram

- ✓ ni da ni, bila je sama uživancija...lahko bi rekel »sex, drugs & rock'n'roll«... (se smeje)... ... s tem sem si potrjeval, da sme taparvi dec! da nisem izgubil moškosti zaradi zlorab... Itak pa ven tolče krivda, da sem sam kriv, da se mi je to vse zgodilo, saj nisem nič ukrepal...pa saj tudi nisem mogel, ker sem se bal... Pa težave z dušo...kar depresiven sem bil, pa anksiozen...jaz sem se kar bal...kar tako na splošno...življenja, kaj bo, kako bo, kje bom pristal...in se je to vse potenciralo in gradilo...pa so bili panični napadi, pa sem eng'a pokadil pa spil liter vina...pa je bilo dobro za pol dneva...in potem dalje...imam pa nonstop filing, da mi nekaj na telesu piše, da sem zlorabljen...kot en pečat imam.... čeprav mi tega ni še nobeden rekel... me je pa zelo sram, samo da pomislim, kaj se je dogajalo...še zdaj, če bi videl fotra, bi me bilo sram, pa gnusil bi se mi...(Matevž23)

Nezaupljivost Zaupanje v (bivšo) partnerko Flashbacks Spomin-vonj Gnus Nesprejemanje telesa Samopoškodovanje Samodestruktivnosti Retravmatizacija Obdobje krize

- ✓ Sem pa drugače zelo nezaupljiv na splošno do ljudi, mora preteči veliko časa, da se nekomu odprem..., hvala bogu, da sem našel tako partnerko...vsaj za nekaj časa... sedaj sva šla narazen... (se zamisli, malo žalosten)... Večkrat pa pridejo taki spomini na um, kar neki fleši se prikazujejo, neki izseki, ki ne vem, kam jih dati... pa kar zavoham soseda, njegov znoj... za bruhat...nisem maral svojega telesa..res ne..hotel sem se ga znebiti... zato pa sem se velikokrat samopoškodoval, rezal sem se po rokah, ... uh...kar težki časi so bili to... Prav krizo sem imel, ko sem se vse spominjal... težko sem se soočal s tem.... (Matevž24)

3. RAZKRITJE TRAVMATSKE IZKUŠNJE SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

A. NAČIN RAZKRITJA IN ODZIV

1. Razkritje s strani očeta

- ✓ Tudi mami je oči povedal...mami se je čist 'podrla in sesula....(Breda 18)
- ✓ Torej oče je sam vedel, da je nekaj groznega se zgodilo z mano. Spet je bil oče tisti, ki se je postavil zame. (Breda29)

- ✓ ...in bi v strahu povedala očitu, in on bi meni rekel, zakaj mu nisem takoj povedala, lahko bi mi rekel, da sem sama kriva, »kaj sem se pa tako obnašala in dajala namige« (Jožica63)

2. Razkritje s strani babice

- ✓ Ampak jaz sem kar tekla, skoraj napol oblečena, v sosednji kraj, drugi babici in sem ji povedala vse, kar se je zgodilo... (Breda 16)
- ✓ ...babi je verjela meni, me je potolažila, govorila, da nisem nič kriva, da bo sedaj vse dobro.....(Breda 17)

3. Razkritje s strani žrtve spolne zlorabe

- ✓ Ne, nisem nikomur povedala, je pa moj oče takoj pogruntal, da nekaj ne štima in da je nekaj narobe z mano. (Breda28)
- ✓ ...Takoj me je vprašal, kaj je bilo...pa najprej nisem hotela povedati oziroma sem rekla, da nič, pa je rekel, da mu naj takoj povem, saj vidi, da nisem dobro...pa sem mu kar povedala, pa naj se zgodi karkoli...in sem se takoj spomnila zlorabe od dedija...da je bil oče tisti, ki me je zaščitil in se postavil zame, zato mi ni bilo težko potem o tem z njim govoriti.(Breda30)
- ✓ ...njemu sem zaupala in mu verjela..., da se bo potegnil zame... je moj zaupnik in bo vedno stal ob meni...potolažil me je in rekel, da greva do ustreznih institucij, ki bodo to urejale naprej..., pa me je potem druga dan peljal na policijo in sva dala prijavo... (Breda31)
- ✓ Ja, samo ena prijateljica. Povedala sem ji par let po zlorabi. In sem čutila olajšanje, kot da bi neko breme padlo z mene, in z moje duše. Samo njej, ker me je bilo sram in strah drugim povedati. Ona pa me je sprejela takšno, kot sem, in je tudi tiho kot grob. Zaupam ji in vem, da ni povedala nobenemu. Vem, a je zelo zelo slabo, če veliko ljudi ve nekatere stvari. (Jožica55)
- ✓ Fajn pa je in veliko pomeni, da imam podporo staršev. Vendar v smislu problemov na splošno, ne pa da jim povem o zlorabi. Do očeta sem imela rešpekt, tako da mi na kraj pameti ni prišlo, da bi mu povedala o zlorabi. Lahko bi rekel, da sem jaz kriva in sem izzivala njegovega kolega (Jožica60)
- ✓ Nisem tega hotela...ker če jih čim manj ve, bo dosti manj težav...takšna je bila moja filozofija, ki se je izkazala nekako uspešno... če bi povedala mami, bi se ustrašila, in bi v strahu povedala očitu, in on bi meni rekel, zakaj mu nisem takoj povedala, lahko bi mi rekel, da sem sama kriva, »kaj sem se pa tako obnašala in dajala namige« (Jožica63)
- ✓ Tako se meni zdi, mamo sem potem kasneje 1x vprašala, če ona kaj ve, kaj se je dogajalo in če se je njej kaj dogajalo, zdej ne vem, ali je bilo to dejansko zaradi ene bolezni, ki jo ima, ali pa se ja malo naredila tako, in je rekla »ne, ne, ne nikoli nič« in takoj zamenjala temo, in se o tem sploh ni hotela nič pogovarjat.. (Maja40)
- ✓ Ja..., sem povedal mami o zlorabi, v afektu, takrat ko je sosed norel. Povedal sem ji, kaj mi je delal, kako me je uničeval... mami sem povedal za soseda, za fotra pa ne, in za fotra ne bom nikoli povedal mami... (odločen...), povedal pa sem kolegu, pa ženi, ki o tem molči... sem jo prosil, naj ne pove nikomur...(Matevž27)
- ✓ Brat ni bil zraven takrat, je bil v varstvu, in itak ni vedel o tem. Sem mu povedal zdaj, ko je starejši, pa samo za soseda, in nič za fotra. Pa itak je bil tudi on v šoku, je pa verjel in me potolažil, znal je narediti pravi korak... (Matevž28)

4. (Ne)ukrepi institucij

- ✓ Potem se je dedek sam odločil, da se izseli, šel je v en star vikend živet... pa pogojno je bil obtožen. To vem, da so bili eni postopki, pa mene so nekaj spraševali, kaj je bilo...pa nisem kaj dosti povedala, kot da se nisem spomnila, kot da je vse zbledelo...(Breda 20)
- ✓ Neee, kje pa, bala sem se zdravnika, in tudi vseh postopkov, ki bi sledili.. toliko sem se zavedala, da sem bila mladoletna in da je to vse kaznivo...ampak on je bil policaj ...potem se pa pojdi z njim bosti...kje pa, ni govora...In zdravnik bi itak povedal staršem, potem bi se pa začele ceremonije...(Jožica35)
- ✓ ... ker sem pač uspela ustaviti zadevo, in je potem tudi šlo v medije, takrat smo se zelo jasno soočili s tem, tako da sem potem morala na sodišče hoditi in pričati, nazadnje celo dve leti nazaj (Maja56)
- ✓ Uh, to se vleče že 10 let. Grozno je in vsakič jokam, ko grem tja, vedno krivijo njo in mene, on pa je, tipično, zlata vreden...tako to gre...(Maja57)
- ✓ In to se je potem razvleklo, zdaj se to že vleče 10, 11 let. Vsakič, ko dobim pošto iz sodišča, sem kar tako »joj, spet to«, ker potem dobim isto...tam na sodišču celo gnojnico spet name stresejo, čisto nič

drugega ni... Kot da jih ne zanima, kaj se je dogajalo, kaj se je zgodilo, in pač ta punca, takrat mladoletna, ni nikakor provocirala, ...on bil en totalen čudak, to pa njih ne zanima... »Pa saj sta se slikali tako, pa saj sta naredili ..«, pa sva rekli, »Ja, me sva to naredili, če sva to želeli.« Drugače je, da se ti nekaj želiš, ali pa ti je to OK, druga stvar pa je, če ti nekaj ni OK. Ta koncept jim sploh ni jasen, toliko zelo te potlačijo, da pač ..., ne vem,...jaz od tem ven vedno pridem objokana, čist' fertik...Samo ko pomislim, je toliko enega gnusa, ven pride, toliko ene te jeze...Zelo močno gre vse ven, ker zelo konkretno in jasno sprašujejo o stvareh, ki so zelo občutljive, na zelo neprimeren način to delajo...in to večkrat, in to ni prijetno... (Maja59)

- ✓ To izkušnjo sva obe s kolegico delili, v neki dobri veri..., jaz sem povedala to očetu, in sva šla skupaj do učiteljice, in potem je učiteljica rekla , »da to pa že ne more biti res, da sta onadva ful pridna fanta, odličnjaka, in da onadva to nikoli ne bi naredila...« Sploh ne vem, od kje in kako je ta zgodba potem prišla ven, in so potem tudi ostali sošolci izvedeli, in na koncu se je to manifestiralo na toliko enih načinov... (Maja19)
- ✓ Ne, ne v šoli itak ne, niso nič opazili...to je bila ena zabačena šola... učiteljica ena čarovnica, ki je tudi vpila nad vsemi nami učenci..takrat ni bilo takih socialnih služb, pa strokovnih delavk na šoli, ki bi kaj naredile...tako da sem bil prepuščen sam sebi.. tudi sem prišel kdaj z modrico na roki ali na obrazu, pa se spomnim, da je rekla učiteljica »Si bil spet žleht, Matevž, a ne? «...*(tiho...)*, ..tak odziv, no, nikakav... bedarija čista... (Matevž7)

4. OKREVANJE V ODRASLI DOBI PO TRAVMATSKI IZKUŠNJI SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

A. OKREVANJE

- ✓ Ja, to okrevanje v bistvu življenjski proces, za vse življenje, ... (se zamisli...) ... treba je ugotoviti, kdaj in na koga se lahko obrneš, da ti bo na pravilen način pomagal. (Breda53)
- ✓ Hmmm (tišina, razmišlja).. okrevanje....ko prideš do te točke, se začneš spraševati, kdo sem, kaj sem, kakšen sem bil nekoč, kakšen sem zdaj, ali se spreminjam.. sprašuješ se, zakaj je do tega prišlo...v bistvu raziskuješ in hočeš priti do ene celotne slike, kot nek film, da se ti zavrti...vendar tako ne gre, nikoli ne boš vse vedel in se spomnil, kar se ti je zgodilo pri zlorab (Jožica66)
- ✓ Tako da je okrevanje v prvi vrsti to, da sprejmeš zlorabo. Mogoče se čudno sliši, a v svojem bistvu ni. Sprejmeš na način, da se navadiš z njo živeti. In da se naučiš s tem živeti. Zato mi sedaj ni težko o teh dogodkih govoriti.. (Jožica66)
- ✓ Poudarila bi, da se okrevanje nikoli ne konča...to je vse življenjski cikel, ki traja, a je sčasoma tekom življenja manj naporen, traja malo manj in redkeje se pojavlja...to pomeni, da posledice, ki jih imaš, so manj naporne, znaš živeti z njimi, trajajo malo manj časa, počasi se redkeje pojavljajo...nekako bistvo je, da se naučiš s tem živeti, ker nikoli ne bo izginilo. Spet moraš postati ti -ti. (Jožica67)
- ✓ Okrevanje, okrevanje...jaaaa, hmmm, kar hud postopek...sedaj že vse čas poslušam o tem, pa ko sem se odločil, da moram kaj narediti glede zlorab, ker se mi je že mešalo, nisem mogel več prenašati to... Okrevanje je v glavnem en tak dolg proces, ki je zelo mučen, in zato moraš biti vztrajen, da lahko kaj zase narediš. Mislim, da je najpomembnejše, da si najprej priznaš, da si bil zlorabljen, in da sam ne boš mogel čez to (Matevž32)
- ✓ ...ko so vse zavore in obrambni mehanizmi popustili... ampak ne bom odnehal zdaj, zdaj saniram um in telo... (se zasmeje...)...če se da sploh še kaj narediti...mi gre pa kar dobro. (Matevž32)
- ✓ Okrevanje je proces...Nekatere stvari ostajajo, to ni nič hudega Razmišljam, kaj bi bilo kaj takšnega... Mogoče to, da je to nek proces in ni nič hudega, če pač neke stvari še ostajajo in da se bo tudi to sčasoma uredilo, kar ostaja, da naj si poiščejo res neko podporno skupino ljudi in neke ustrezne informacije. (Maja63)
- ✓ Zdaj pa pri tisti drugi zlorabi, ki se jo bolj spomnim, in sem o tem največ govorila in razmišljala, in na tem sem največ delala, ... ker sem imela največ materiala od tam, da se lahko nekaj spomniš. (Maja9)
- ✓ Prav krizo sem imel, ko sem se vse spominjal... težko sem se soočal s tem.... (Matevž24)
- ✓ Tako je, to je bil prvi korak, ko sem videla, da nekaj delam zase, za svoje zdravje. In ni mi žal... nekaj mi je pomagalo, mi dalo odskočno desko za naprej. To sem dala skozi, to odvisnost. In sem zdržala, nisem posegala več po alkoholu ali drogah. (Breda 49)
- ✓ Vse to mi je pomagalo, zdaj vidim za nazaj...Premagala sem odvisnosti! (Breda49)
- ✓ Vedno sem potem razumela, da to ni bila moja krivda, da sem bila zlorabljen, končno sem dojela to po dolgem času. Nekako sem vzpostavila stik, eno vez, z otrokom v sebi... (Breda54)
- ✓ Prav moja izkušnja tega okrevanja je bila bolj delo na sebi, saj v začetnih fazah, (Maja43)
- ✓ Ja, tako je... Mislim, da je to kar dolg proces, če ne celo doživljenjski, ker dejansko vidiš, da v teh različnih fazah, v teh življenjskih prelomnicah, . (Maja44)
- ✓ Sem sprejela to in živim s tem...tak občutek imam, ampak vedno se lahko še kaj pojavi, ampak če gledam, kako je bilo in kako je sedaj, je mnogo mnogo boljše. (Maja62)

B. VIRI MOČI IN OKREVANJA

Terapevt in terapevtka /psihoterapevt in psihoterapevtka

- ✓ Pa potem sem kar nadaljevala s terapijami nekaj let, imela sem fajn terapevtko, ki je bila strokovna in je imela posluš za moje težave. Vse to mi je pomagalo, zdaj vidim za nazaj...Premagala sem odvisnosti!(Breda49)
- ✓ Ja, sem. Imam terapevtko, ki je strokovno podkovana in imava zaupen odnos. In hodim k njej 1x mesečno. Pogovarjava se o splošnih življenjskih stvareh in seveda tudi o zlorabi. Predelujeva posledice, sem pa vesela, da nisem sama. Ona mi je prisluhnila in mi verjela takoj, ko sem ji povedala. Tako da tega se bom še posluževala. Hodim tudi na rekreacijo, kot sem že prej omenila. Drugam nisem šla, ker mi je zaenkrat to dovolj.(Jožica68)
- ✓ Ja, da sta mi pomoč in podpora pomagali, in zdi se mi, da v tistem trenutku, ko sem iskala neko podporo, sem jo najdlja takšno, kakršno sem rabila. Vmes je bil še en tak dogodek, ko sem že iskala terapevtko, in sem šla na prvo terapijo in je ženska.... tega v življenju nikoli ne bom pozabila.... groza.... v bistvu je v čisti tišini je vstala, samo poslušala me je, ko sem razlagala na kratko o teh svojih doživljanjih, ampak sem res prišla pripravljena k njej, in ji bom jaz vse povedala in boš ti zdržala z mano ali ne, na ta način, prav res sem jo malo porinila na rob, in pač ona ni zdržala, in je rekla, »da ona s tem težko dela, da ne more, da ni dost' usposobljena, in naj si pač poiščem nekoga drugega«. In meni je bilo spet tako...«Aaa, spet moram sama, a res? A sem jaz res tolk' čudna, da mi tudi ona ne more pomagati...» Tako na ta način...Sem potem razmišljala za nazaj, da sem ji mogoče kakšne trigerje prebudila, da je imela tudi sama tako izkušnjo...Vem, da je ona hotela na tak zelo profesionalen način odreagirati, pri meni pa je še vseeno bil tisti občutek »neki je narobe s tabo, ker ti tudi terapevtka ne more pomagati« Ker je vmes rekla tudi na tak način »jaz se s takimi rečmi ne ukvarjam, jaz nisem usposobljena za take stvari,« in sem rekla »Kaj, take stvari? to je življenje!« ...pač ... »kako nisi usposobljena za soočanje z različnimi izkušnjami v življenju, saj si terapevtka!« To mi je zelo močno ostalo, tisto mi je bilo pa grozno. (Maja46)
- ✓ Tako bom rekla, podpora partnerja do neke mere, če gre glede teh terapevtskih zadev. Čeprav, jaz ga razumem, da ne more tudi on razumeti čisto vsega. Imam sicer eno prijateljico, ampak ona ne ve o tej moji izkušnji, mi pa v bistvu stoji ob strani. Da bi pa prav kdo v tej izkušnji mi stal ob strani, mogoče ena kolegica, ki je tudi terapevtka, ali pa dve, ki se lahko z njima mogoče malo več o tem pogovarjam o nekih svojih trenutnih preizkušnjah, ker pač dvomim v svoje sposobnosti zaradi te moje izkušnje. Čisto na ta način. Lahko rečem, da imam nekoga, ki grem lahko tja in se malo izpovem, če je treba. (Maja48)
- ✓ Pa smo se potem tudi mi moški bolj odprli na skupini. Tam je bil psihoterapevt in še en njegov pomočnik.(Matevž33)
- ✓ Ja, itak, še vedno hodim na to podporno skupino, že 5 let, in sem se kar porihtal, to mi pove žena in ta kolega tudi vidi napredek pri meni. Čeprav je bilo na začetku težko, ker nisem zdržal, ko smo govorili o tem, pa sem hotel kar nehati...tako da parkrat nisem šel, pa me je poklical vodja skupine, in sva se pogovarjala, pa je svetoval, da vsaj še 1x pridem na skupino in bom potem videl naprej...in sem šel še 1x in potem hodil in hodil, za kar mi ni žal. Sem ponosen nase, da nisem obupal... Pa vmes sem začel hoditi terapevtki, ki mi pomaga se soočati z zlorabo...in potem imam v kompletu - skupino in terapije, pa pomaga zelo....Pa 1x sem probal iti bioenergetiku, je bilo kar zanimivo... sem še parkrat šel in sem se bolj umirjen.(Matevž35)
- ✓ Še vedno sva taboljš prijateljici in imava to skrivnost, ki jo poleg tebe, ve še moja terapevtka. (Jožica65)
- ✓ S kolegom skupaj hodiva 2x na mesec na skupine, potem pa ima 1x mesečno še terapijo, pri kateri zelo napredujem. (Matevž39)

Podporne skupine

- ✓ Poznam, ja, mojega kolega, je bil tudi zlorabljen..., sva se spoznala na enih delavnicah. In potem še par ljudi, ki nismo tako v kontaktu, so pa tudi z delavnic za preživele o zlorabi. (Matevž31)
- ✓ Skupine na 14 dni in mi je svetovala neko skupino, kjer se zbirajo alkoholiki in vsi, ki imajo težave z zasvojenostjo. (Breda48)

- ✓ Pa mislim, da mi daje eno moč, da lažje vse to prebolim in se soočam s stanji, ki butajo iz mene ven.(Jožica57)
- ✓ Vse to mi pomaga in bom nadaljevala... (Jožica58)
- ✓ Prav moja izkušnja tega okrevanja je bila bolj delo na sebi, saj v začetnih fazah, potem mi je pomagala tudi podporna skupine, zdaj pa preko terapij ogromno stvari spuščam. (Maja43)
- ✓ Ja, potem, ja. V bistvu tudi prek tega procesa, v katerem sem, je itak terapija del tega. Bom rekla, da imamo vsak teden, tako da je res že dve leti ali pa več, če že ni moj proces, je pa en tak skupinski proces in je prav fajn. Da v bistvu lahko, da ob tem, ko poslušam druge, celim sebe na ta način. (Maja47)
- ✓ Ja, sem poiskal pomoč. Ni mi nihče pomagal, sem kar našel na internetu, čisto tako naključno, da so ene delavnice oziroma neke skupine za podporo, za žrtve spolnih zlorab. In sem rekel, da bom probal, saj izgubiti nimam kaj... In sem šel, najprej je bila skupina mešana, moški in ženske, potem pa so skupino ločili po spolu, ker je bilo ženskam hudo in težko govoriti pred nami moškimi. Pa smo se potem tudi mi moški bolj odprli na skupini. Tam je bil psihoterapevt in še en njegov pomočnik.(Matevž33)
- ✓ Je, je, mi je pomagalo in mi še. Vsaj toliko, da sem ostal na realnih tleh, da nisem odtaval stran, pa da se mi ni zmešalo..., ker sem bil že na meji... nisem več zmogel. Pa me je potem tudi žena podprla in svetovala, da bi bilo fajn najti eno pomoč.(Matevž34)
- ✓ S kolegom skupaj hodiva 2x na mesec na skupine, potem pa ima 1x mesečno še terapijo, pri kateri zelo napredujem. (Matevž39)

Opolnomočenje

- ✓ Sem pa imela toliko moči, da sem mu rekla »zgin', da te ne vidim več«. Ne vem, kje sem imela pogum, da mu to rečem, ampak to je bilo nagonsko, tako sem se odzivala...(Jožica30)
- ✓ Jaz se tega nisem nikoli posluževala. Sem bila striktno proti temu! Za te stvari sem pa bila odločna, da jih ne bom uživala.(Jožica53)
- ✓ Vse sem potlačila, zadrževala sem skrivnost zase...ampak se spominjam, da že kot otrok sem imela neko »čudežno notranjo moč« v narekovajih, da sem si vedno rekla, da če se mi karkoli zgodi, bom probala vse rešiti sama.(Jožica37)
- ✓ ... njega pa nagnal domov in mu zabičal, da se niti 1x več ne prikaže pri nas, drugače ga bom prijavil...pa je neki vpil nazaj in se delal pametnega« kakšna prijava, kakšna prijava, ...smrkav'c, ti je bilo pa fajn, a ne? «, tako da od takrat naprej je dal mir...tudi nekam se je odselil kmalu, najbrž staršem na Gorenjsko. (Matevž26)
- ✓ In sedaj vidim, če jih ne bi bilo, da sama vsega tega ne bi zmogla. Moje življenje bi bilo drugačno sedaj, to lahko 100-procentno rečem!(Breda50)
- ✓ ...on bi itak vse zanikal, in me s tem še 1x zlorabil... ne rabim tega sedaj, zdaj imam drugo pot, ki mi daje moč!(Matevž41)

Ostali viri pomoči

Ambulantno zdravljenje

- ✓ Pa še ambulantno za zdravljenje, to je bil DTO v Ljubljani, tja sem šla. Tam sem bila 3 mesece, stara pa sem bila pri 21 let. Tam je bila ustrezna obravnava s strani strokovnjakov in zdravnikov. Ni bilo nobenih izhodov, notri si bil zaprt in si delal po programu, ki so ti ga predpisali. Po 3 mesecih sem se nekako zvlekla ven, prišla na svoj tir, vendar sem še pol leta hodila 1x na mesec tja na terapije in skupine na 14 dni, prav tja na DTO (Breda 48)

Alternativne oblike pomoči

- ✓ Meni je postala pri srcu meditacija, na katero še sedaj hodim. Ta me umiri, lažje diham in zaspim. Pa mislim, da mi daje eno moč, da lažje vse to prebolim in se soočam s stanji, ki butajo iz mene ven (Jožica57)
- ✓ Zdaj, v tem trenutku, hmmm..., bi rekla, da sem preko terapij in preko nekih vaj na telesni ravni in s pomočjo dihanja naredila ogromen korak naprej, ni pa še to to. Se mi zdi, da še vedno nekaj ostaja,

tako da vedno še kaj novega odkrijem, še kaj novega moram prebroditi oziroma bi si želela še kaj spremeniti. (Maja43)

Pesmi

- ✓ ...pisati pa sem začela tudi pesmi za svojo dušo... teh ni še nihče videl, imam pa namen narediti predstavitev na skupini telovadk. Pesmi me pomirijo in notri zlijem svoja čustva in občutja, list jih sprejme in se ne pritožuje in me ne obtožuje... (Jožica58)

Glasba

- ✓ To je pa glasba, res, to je pa moj zaklad in darilo. Ta me pomirja, sprošča, pa igram kitaro in klavir. Vse to me ponese v nek nov svet, ki nima skrbi. V tem najdem sprostitev in umirjenost.. (Jožica61)

Narava

- ✓ Ter narava je tudi tista, kamor se zatečem. Doma imam velik vrt in polno rož. (Jožica61)
- ✓ Pa začel sem malo v naravo hoditi in kolesariti, ker prej sem bil čisto zapuščen, nič se nisem gibal, samo pred televizijo sem sedel, pa igrice sem špilal...potem pa ni čudno, da žena odide... (*se zasmije*)...(Matevž39)

Rekreacija

- ✓ Hodim tudi na rekreacijo, kot sem že prej omenila. Drugam nisem šla, ker mi je zaenkrat to dovolj.(Jožica68)
- ✓ Pa začel sem malo v naravo hoditi in kolesariti (Matevž39)
- ✓ Šla pa sem tudi v skupino rekreacije, kot neke vrste vodena telovadba, kjer se srečujejo ženske, ki so preživele kakršnokoli travmo.(Jožica57)

5. (NE)PODPORA V ODRASLI DOBI PO TRAVMATSKI IZKUŠNJI SPOLNE ZLORABE V OTROŠTVU

A. ODNOS-ODZIV NEZLORABLJAJOČIH OSEB DO TRAVMATSKEGA DOGODKA IN DO PREŽIVELE ŽRTVE

1. Oče

- ✓ Moj oče je takrat res znorel, dedija je prav napadel in ga stisnil za vrat. ...smo mislili, da ga bo zadavil, še jaz sem vpila, naj neha... on pa kar norel, »Samo še 1x, ti glavo odbijem...in itak te grem prijav't.« Tudi mami je oči povedal...mami se je čist 'podrla in sesula.... (Breda18)
- ✓ Takoj me je vprašal, kaj je bilo...pa najprej nisem hotela povedati oziroma sem rekla, da nič, pa je rekel, da mu naj takoj povem, saj vidi, da nisem dobro...pa sem mu kar povedala, pa naj se zgodi karkoli...in sem se takoj spomnila zlorabe od dedija...da je bil oče tisti, ki me je zaščitil in se postavil zame, zato mi ni bilo težko potem o tem z njim govoriti.(Breda30)
- ✓ Oče je bil zaprepačen, je bil moj rešitelj prej, in mi je stal ob strani...(Breda46)
- ✓ Podpora s strani očetaV bistvu je bilo samo to, da je oče šel takrat z mano v šolo k učiteljici. Da bi pa čutila neko oporo ali pomoč..., pa to meni takrat sploh ni bilo v pomoč, to je on (oče) naredil predvsem zaradi sebe, ker jaz takrat nisem hotela tega, da je on šel tja in povedal, in me je bilo potem še bolj sram in ta odziv, groza, ne, da bi jaz obtožila nekoga, ki je toliko fajn in da sem jaz tista tačudna in se samo izmišljujem in so to samo neke zgodbe, na ta način. (Maja49)
- ✓ ...bi očetu to povedala, bi me po moje pretepel, skloftal, neki pač, ker bi mu počil živ'c... in tudi kolegu bi glavo odtrgal...najbrž bi povedal njegovi ženi in njo bi kap... in še kaj ... sram me je bilo, da bi kdo zvedel o tem, tudi naša cela vas bi o tem govorila, kot da sem jaz tista grozna umazana afna, ki zapeljuje poročene moške...to sem imela vse v glavi strategijo, kaj se lahko vse zgodi, če jaz naredim to in to...vse sem imela preračunano in premišljeno... vsak moj korak in potezo.. to bi bila katastrofa...(Jožica38)
- ✓ Tudi mami je oči povedal...mami se je sesula totalno... tako da je bil cel cirkus.... (Breda32)
- ✓ ...njemu sem zaupala in mu verjela..., da se bo potegnil zame... je moj zaupnik in bo vedno stal ob meni...potolažil me je in rekel, da greva do ustreznih institucij, ki bodo to urejale naprej..., pa me je potem druga dan peljal na policijo in sva dala prijavo... (Breda31)
- ✓ Fajn pa je in veliko pomeni, da imam podporo staršev. Vendar v smislu problemov na splošno, ne pa da jim povem o zlorabi. Do očeta sem imela rešpekt, tako da mi na kraj pameti ni prišlo, da bi mu povedala o zlorabi. Lahko bi rekel, da sem jaz kriva in sem izzivala njegovega kolega. Ampak to so samo moja predvidevanja, da bi oče tako reagiral ob razkritju. Je tudi mogoče obrambni mehanizem, neka strategija preživetja. Raje sem bila tiho... bolje da zase zadržim.(Jožica60)

2. Mati

- ✓ Vem samo, da se je mami z mano potem veliko ukvarjala in skupaj sva preživljale prosti čas...več je bila z mano kot ponavadi... kot bi imela neko slabo vest in se je bala, da bi se mi še kaj zgodilo.. ampak mi je verjela in me podprla...in ne krivila..to je bilo najbolj važno zame....(Breda33)
- ✓ Mami po moje nikoli ni izvedela to, kar se je zgodilo, ker ji oči po moje tudi ni povedal, jaz tudi nisem imela želje po tem, da bi še kaj z njo govorila o tem. Je bilo pa zelo zanimivo v naši družini, tako na sploh, je bilo dost' vsega.(Maja50)
- ✓ Prej sem že povedal o mami, ona me ni zlorabljala, foter me pa je - ona ni vedela o zlorabi s strani fotra, edino vedela je o zlorabi s strani soseda. Najprej je bila v šoku, komaj je dojemala, mi je pa verjela, in imela je občutke krivde, ker ni že sama tega prej videla ali ugotovila. Kar malo sem se ji smilil, me je kar nekaj časa spraševala, kako sem, kako se počutim, če greva k zdravniku, ali da mi najde terapevta...pa prijaviti na policijo... (Matevž37)
- ✓ Pa je potem mati nekako sprejela to, vedno me je razumela in podpirala, ko je videla, da mi posledice udarjajo ven...takrat je odigrala svojo materinsko vlogo... je pa razumela glede prijave

- na policijo, in ni nikoli več to omenjala, se je sprijaznila s tem, da bi mi naredila več škode kot koristi s prijavo... tako da to leži sedaj na njeni duši, tak filing imam...(Matevž38)
- ✓ Mama je bila tista, ki sem ji povedal za soseda...ponudila je pomoč v smislu, da bo naredila vse, kar je v njeni moči, da mi pomaga... in je bila uspešna pri tem, to sem takrat rabil...potem smo čedalje manj o tej zlorabi govorili in tudi sedaj ni govora o tem, to se samo čuti lahko...(Matevž40)
 - ✓ Mama je bila kul, potem je postala taka prava mama, lahko tako rečem, kakor da bi se ji en materinski čut prebudil... ona je bila bolj taka prej, pasivna, ni se hotela vpletati in boriti, važno da je šlo vse na izi naprej... (Matevž26)
 - ✓ Mama miselno odsotna, Neangažiranje mam, mamo pa niti ni toliko brigalo, se mi zdi, potem je nekako kar odtavala v svoj svet, pa se ukvarjala z bratom, ki je bil še majhen...(Matevž20)
 - ✓ Hmmm..., nič kaj fajn njen odziv...itak jo je najprej kap...v prenesenem pomenu, v glavnem v šoku je bila, frapirana...sploh ni mogla verjeti...potem pa je bila jezna na soseda, in sama nase...kako to, da tega ni videla... jokala je kot dež...komaj sem jo potolažil, ...kar naprej je govorila, »sine moj, jaz sem kriva za to, nisem spregledala, nisem videla...joj...oprosti mi, ...«, pa sem ji oprostil oziroma saj ji nikoli nisem zameril, saj je bila boga tako kot jaz... Sicer ji nisem povedal podrobnosti in koliko časa se je dogajalo, ker ne bi preživela, da to sliši. Že zdaj bi skoraj umrla, tako je bila izmučena...kot bi doživela živčni zlom. Brat ni bil zraven takrat, je bil v varstvu, in itak ni vedel o tem. Sem mu povedal zdaj, ko je starejši, pa samo za soseda, in nič za fotra. Pa itak je bil tudi on v šoku, je pa verjel in me potolažil, znal je narediti pravi korak... (Matevž28)
 - ✓ Mogoče, če bi povedala mami, ona je bila bolj razumevajoča kot oče. Ona bi mi mogoče verjela ...ne vem... pač nisem nobenemu povedala (Jožica39)
 - ✓ ...mami pa po moje je morala čutiti vse to, ampak ona je zelo bežala, ni je bilo tam z nami, ni bila tista tipična mama, da bi bila materinska, ljubeča in tako, ona je bolj bila na drugih moških, na alkoholu in na drugih zadevah. (Maja38)
 - ✓ sem bila stara 30 let, in sva posvojila fantka. Vedno sem imela strah in se bala, da se slučajno ne bo sinu kaj zgodilo.
 - ✓ Ko je prišel iz šole, sem ga spraševala, kako je, kaj so delali v šoli, sem ga opazovala, če se je čudno obnašal ali bil žalosten. V njem sem videla sebe in svoje kalvarije in nisem želela, da isto doživi kot jaz. Bila sem zelo zaščitniška, sem ga znala vse vprašati, tako, da mi je vse povedal. In hvala bogu se mu ni nikoli nič zgodilo. (Breda51)
 - ✓ takrat je mama že rodila brata in vem, da se je ful ukvarjala z dojenčkom in potem, ko je brat še rastel...imam občutek, da je mama že kar malo zapostavljala očeta... in se mu umikala...pa včasih je tudi kaj spila...sem videl večkrat, da je zvečer nosila naskrivaj v vrečah flaše od vina v kontejner...tako da foter ni nič videl...(Matevž10)
 - ✓ ...nehal je, ko sta se z mamo ločila, ker je bil že kar fejest pijan'c...samo to ni izgovor in opravičilo za vse, kar mi je naredil... foter se je odselil nazaj k svoji mami, (Matevž14)
 - ✓ ...pa sta se sosed in mama zapletla v nek odnos, čustveni in spolni, in potem je ta sosed kar hodil k nam... nam pomagal, imeli smo se lepo, ni norel in ni bil nasilen, sicer sta z mamo začela popivati in sta bila taka veseljaka, samo za žurat... in to je meni prijalo, da nisem bil spet v nekem primežu stresa in groze.. (Matevž15)
 - ✓jaz sem pazil na brata, ga rihtal, ker mama je včasih pozabila priti domov...kao pozabila.. in je prespala pri sosedu... hmmm...kakšna mati...(Matevž15)

3. Prijatelj, prijateljica

- ✓ Prijateljica pa mi je tudi stala ob strani, večkrat sva se pogovarjali o tem in mi je bilo lažje. Ona mi je tudi dopovedovala, da jaz nisem nič kriva, da je on vsega kriv... To mi je zelo veliko pomenilo, sem se počutila močnejše...(Breda35)
- ✓ Ja, (smeh...), sem itak, moji prijateljici, tisti iz otroštva...In vse ve o meni. Veliko olajšanje mi je bilo to, da sem spregovorila, pa da mi je verjela v prvi vrsti, da ni dvomila vame...in potem stala ob strani...poznala me je že od otroštva in je točno vedela, kako mi mora pristopiti in kaj reči. Pa je videla, da sem odvisna od vseh teh drog in alkota....(Breda47)
- ✓ Prijateljica mi je bila v pomoč, da sem ji lahko vse povedala, čeprav me je hotela spraviti zdravniku, a nisem šla. Važno pa mi je najbolj, da mi je verjela in da sem ji lahko zaupala. Bila

mi je v oporo in pomoč, da sem ji lahko tekom življenja lahko še govorila o tem, in je vedno poslušala, čeprav že 100x slišano. Še vedno sva taboljš prijateljici in imava to skrivnost, ki jo poleg tebe, ve še moja terapevtka. (Jožica65)

- ✓ Kdor ve, mi je stal ob strani in me podpiral in me še podpira... to je kolega in bivša žena.. sorodniki ne vedo in ne bodo zvedeli nikoli...dovolj je, da en ali dva vesta...in ne cel svet. Važna je kvalitetna podpora in ne kvantiteta govoric o zlorabi..(Matevž39)

4. Babica

- ✓ ...babi je verjela meni, me je potolažila, govorila, da nisem nič kriva, da bo sedaj vse dobro..... (Breda 17)

5. Institucije- šola, učiteljica - ,nepodpora s strani učiteljice

- ✓ ...ne v šoli itak ne, niso nič opazili...to je bila ena zabačena šola... učiteljica ena čarovnica, ki je tudi vpila nad vsemi nami učenci. (Matevž7)
- ✓ Ni pa noben nič naredil nikoli, ..., ok, dobro, sestre so me hotele braniti, učiteljica potem kasneje nič ni naredila (Maja41)

6. Partner, partnerka

- ✓ Tako bom rekla, podpora partnerja do neke mere, če gre glede teh terapevtskih zadev. Čeprav, jaz ga razumem, da ne more tudi on razumeti čisto vsega (Maja48)
- ✓ Ja, kot sem že omenil, je to kolega iz skupine, s katerim sva skupaj hodila na delavnice za moške, tiste, ki preživeli nasilje in zlorabe. Pa itak, moja žena... je bila velik podpornik, zdaj malo manj, ker sva ločena...a mi vseeno stoji ob strani in me spodbuja... ni kaj, prava ženska, taka, ki zna prisluhniti in vedeti, za kaj gre. (Matevž36)
- ✓ Obstaja, sem vesela, da je tako. Ta podporni oseba je moj mož. Pri 24-ih letih, sem dobila službo, in delam kot vzgojiteljica v vrtcu. Pri 25 letih sem spoznala moža in še danes srečno živiva. Kar se je mi dogajalo v mojem življenju, sem vse povedala možu že na začetku veze. Ni me bilo strah ali sram, v njem sem videla eno osebo, ki je lahko moja opora, steber v življenju. Rekla sem si, bolje da prej povem vse, kot pa da se to razve čez 20 let. To dokazuje, da si zaupava in to je gorivo za vezo, da lahko teče. Mož me je takoj sprejel takšno kot sem, z vsemi tegobami in ranami... to je velik zagon za življenje. !(Breda50)

7. Družina

- ✓ Ja, seveda. To so moji starši, že od nekdaj. Mislim, da je veliko odvisno od karakterja človeka in od vzgoje v otroštvu, kako se boš v življenju soočal s problemi, pa ni važno, s kakšnimi.(Jožica59)
- ✓ Podpora s strani družine najpomembnejša, če se zloraba ne dogaja v družini Pri vsem tem lahko dodam eno stvar, da brez podpore družine, če se zloraba ne dogaja v družini, ne bi bilo nič in jaz tega ne bi zmogla. Prva in osnovna celica je družina...(Breda64)

6. POLOŽAJ POJAVA TRAVMATSKEGA DOGODKA V DRUŽBI

A. POLOŽAJ V SLOVENIJI

1. Spolna zloraba - tabu tema

- ✓ Ja, je tabu... malo se bolj zdaj počasi odpira, samo še vedno smo nekako zaplankani v tem smislu. Je veliko plakatov in nekih brošuric o tem, to vidim tudi v vrtcu, ko nam ministrstvo ali nevladne organizacije to pošiljajo. (Breda62)
- ✓ Ko sem jaz odraščala, je bila to zelo velika tabu tema. Zdaj pa se mi zdi, da se malo bolj odpira vse skupaj. Že če vidimo, kako ZDA govorijo o tem, tista njihova akcija »Me Too« ko so tistega režiserja Weinsteina razkrinkali, pa tudi pri nas v Sloveniji, je veliko akcij in ozaveščanja, še posebno nevladne organizacije so zelo aktivne v tem (Jožica66)
- ✓ Seveda, da je tabu tema, predvsem pa je ogromno nerazumevanja s strani institucij, ki bi morale razumeti, kaj to je. In glih tam, kjer to ne bi smela biti tabu tema, je največja tabu tema... v zdravstvu, sodišče, policija, šola... meni se tako zdi, da če je med ljudmi nekaj tabu tema, ok potem, to nerazumevanje, neko neznanje, v redu. S strani strokovnjakov, pa se mi zdi to neprimerno oziroma zelo nevarno. Tako da ja, je še vedno tabu tema, malo manj, kot je bilo sicer pred leti, ampak še vedno ljudje nočejo kaj preveč o tem govoriti. (Maja60)
- ✓ Je tabu tema, res, in to velika. In vse to zaradi mitov o spolni zlorabi, ki jih ljudje jemljejo »čisto zares«. Vidim na splošno, če je kdaj kaj takega po TV ali internetu, pa se potem kaj pogovarjam z ljudmi, pa ker rečejo, ah to je brez veze, to so vsi občutljivi in že vse ne tem svetu je zloraba. Tukaj vidimo veliko neznanja ljudi...zakaj je tako, ne vem...mogoče kaj več v šolah o tem govoriti, imeti pri kakšnem predmetu predavanje o tem. Nekaj, kar bi že mali otroci vedeli, da ni prav.. Saj obstajajo poučne risanke ali knjigice, samo če ni ljudi, ki bi to poučevali in podajali snov naprej, ne bo nič... Pa slovenski narod je že tako znan kot tak apatičen, potuhnjen, sami sebi se smilimo preveč...tak nemotiviran narod smo... (Matevž42)

B. REŠITVE NA SISTEMSKI DRŽAVNI RAVNI

1. Predlogi za vire ozaveščanja

- ✓ **Razne akcije Po tv Časopisih Po stojnicah Preventivni programi Sos telefoni Filmčki Na začetku hitreje dostopna psihosocialna pomoč za žrtve Državni programi Ukrepanje države in ministrstev** Ali v časopisih in po TV ozaveščati ljudi, pa kaj več akcij, ko imajo na primer stojnice po Ljubljani in večjih krajih, ko razne nevladne organizacije predstavljajo svoje programe za zaščito otrok, pa razne preventivne programe... preko SOS telefonov, recimo...pa po internetu in teh družabnih omrežjih, bi morali več imeti takih ozaveščanj in filmčkov o tem. Pa mislim, da bi morala biti bolj in hitreje dostopna psihosocialna pomoč za žrtve, še posebno na začetku, ko žrtev spregovori in gre na pot okrevanja... in tega bi moralo biti več. Kot nekakšni državni programi, ki so brezplačni, saj je tovrstna pomoč psihoterapije zelo draga, če greš sam kot samoplačnik. Država bi morala tukaj kaj več narediti se mi zdi, pristojna ministrstva kaj več od sebe dati ... (Breda61)
- ✓ **Dobra ozaveščenost Potreba govoriti o pojavu spolne zlorabe Potrebni programi ozaveščanja In preventive** Jaz ocenjujem, da je kar dobro poskrbljeno glede osveščenosti, lahko bi bilo bolje, samo je očitno potreben čas... še vedno pa je premalo tega glede na ostale države o Evropi ali po svetu...Je pa tudi to odvisno od neke kulture naroda kot Slovencev. Da nas ni sram, da iščemo pomoč, da vztrajamo na tem. Zelo težko je spregovoriti o tem takoj, kot sem jaz povedala očetu. Zato je potrebno imeti programe ozaveščanja in preventive (Breda63)

- ✓ **Preventivne akcije ozaveščanja v ZDA in Sloveniji Največ zlorab v družini** Že če vidimo, kako ZDA govorijo o tem, tista njihova akcija »Me Too« ko so tistega režiserja Weinsteina razkrinkali, pa tudi pri nas v Sloveniji, je veliko akcij in ozaveščanja, še posebno nevladne organizacije so zelo aktivne v tem. In če ocenim, lahko rečem, da največ zlorab se zgodi v ožjem družinskem krogu in najožjih družinskih prijateljev. Kar je zelo hudo in zaskrbljujoče. (Jožica66)
- ✓ **Sos telefon za žrtve Tom telefon NVO-ji Brošure Razne predstavitev po šolah Preventivni programi Konvencije Dnevi boja proti nasilju** Po moje, da ja, je dovolj poskrbljeno za žrtve zlorab če primerjam leta nazaj, ko ni bilo nič. Veliko je SOS telefonov za žrtve vseh vrst zlorab, tudi Tom telefon za otroke. To se mi zid res fajn, da lahko pokličejo. Veliko je teh nevladnih organizacij in društev, ki pomagajo. Pa v šolah, vidim zdaj pri svojih dveh otrocih, ko prineseta kakšno brošuro domov v zvezi s tem, pa povedla sta mi, da so imeli na šolo neko predstavitev, da sta prišla dva študenta predstaviti pomoči, kam se obrniti, če si v stiski. Tako da je veliko preventivnih programov in mislim, da so današnji otroci in mladina dobro obveščeni o tem. Pa veliko je teh konvencij in dnevov boja proti nasilju, mislim da v oktobru ali novembru je veliko tega, to je Evropa dobro poskrbela. (Jožica72)
- ✓ **Čimprejšnje ukrepanje glede spolne zlorabe Vključitev v razne programe Poiskati pomoč Nudenje pomoči s strani šol Narediti prvi korak-o zlorabi spregovoriti** Ja, sedaj ko sem jaz to vse preživela, vem in vidim, da je potrebno čimprej ukrepati in iskati pomoč, jaz hvala bogu sem tak karakter, da sem lahko s tem preživela in se nekako prilagodila v življenju. Sedaj pa ko je na voljo toliko pomoči in raznih programov, delavnic, pa naj žrtve le stopijo do tja in si poiščejo podporo in pomoč. Da vedo, da niso same in da jim ljudje verjamejo, kaj se jim je zgodilo in da niso same krive za to. Tudi šole so sedaj podkovane o tej problematiki in nudijo takojšnjo pomoč. Tudi znajo vse to, saj imajo znanja, ker so se šolali in izobraževali na tem področju. Tako da ljudje, žrtve, niso sami, samo prvi korak je potrebno narediti, kar pa seveda ni lahko, in to sama dobro vem. Važno je, da se o tem spregovori in govori, kajti ljudje, ki želijo pomagati, slišijo in poslušajo.(Jožica74)
- ✓ **Obvezni programi v vseh šolah Obvezujoča zakonodaja in konvencija Kratke čakalne dobe za terapevta Nesamoplačniške storitve za terapevta Sistemska rešitev v zdravstvenem sektorju za dostop do pomoči** Tako, kot sem rekel, več obveznih programov v šolah, v vseh šolah – osnovni, srednjih in tudi na faksu. Prav tak obvezen program bi moral biti, da ga država vpelje v obvezen urnik. Pa itak se mi zdi, da nas tudi eni zakoni ali konvencije zavezujejo, da delamo na zlorabah. To sem videl zadnjič po TV, ena oddaja je bila na temo nasilja in zlorab. Pa da ne bi bile tako dolge čakalne dobe, da bi prišel človek hitro k terapevtu, ker pomoč se potrebuje takoj, ne da čakaš ali pa moraš iti samoplačniško, to kar drago pride. Sem hodil sam nekaj časa samoplačniško, pa sem zapravil morje denarja... To je sistemsko treba rešiti v zdravstvenem sektorju, lx ... sedaj je itak vse zmešano. (Matevž43)
- ✓ **Program za brezplačne terapije Celostna obravnava žrtev Potreba po motivaciji ljudi, ki nudijo pomoč in podporo Znanje ljudi, ki nudijo pomoč in podporo Potreba po reguliranju področja psihoterapije Urejene osnovni programi, nato nadgradnja** Jaz mislim, da bi morali imeti nek program, kjer bi bile te terapije in podobne zadeve res brezplačne, pa da bi bila mogoče bolj celostna obravnava v smislu, da imaš lahko na voljo ...Zato bi morali v te programe vključiti večji spekter ljudi, ker bi res razumeli in bi zdravstvenim delavcem razložili ali, ne vem, kako predstavili... ne vem, saj niti ni to toliko težko, če se vsaj malo poglobiš. Kar ni neke motivacije, se mi zdi, nekaj, kar bi jih malo motiviralo, da bi nekaj spremenilo. Ker mislim, da ljudje se načeloma...programov je zdaj že dost', nekih načinov, kako si pomagati kot posameznik s tako izkušnjo je tudi ogromno, bi pa moralo biti malo bolj regulirano to področje psihoterapije, ker se velikokrat lahko zgodi, da se ženske in moški s tako izkušnjo zlorabe ujamejo na neka svetovanja, neke terapije, nekih strokovnjakov, ki to niso. Tam je pa nevarno. Bolj kot nekaj novega, mogoče najprej urediti to, kar že imamo. Da so osnovne urejene, potem pa gremo lahko na nadgradnjo in iščemo neke druge načine. (Maja61)

2. Položaj in vpliv travmatskega dogodka na življenje odraslih preživelih žrtev

- ✓ **Vpliv zlorabe na življenje** **Blokada v spolnosti** **Zavore v spolnosti** **Sram pred lastnim telesom** Je, seveda je. Vpliv zlorabe je bil velik...Najbolj tako, kot sedaj vidim, da je naredila blokado v mojem spolnem življenju. V smislu, da se nikoli nisem odprla nobenemu moškemu. Sem vedno igrala, da je vse ok, da uživam v spolnosti, a to ni bilo tako...Vedno sem imela zavore in me je bilo sram. Ko sem spoznala moža in imela otroke, zdaj sem sama, nikoli se nisem pred njim slekla, in da me vidi nago... nikoli, vedno sem morala biti oblečena, vedno neko haljo ali srajčko čez...nikoli pa nisem bila gola, od samega sramu ne.. pa itak je morala biti tema, nobene svetlobe, da me ne vidi... me je je bilo res sram, če se sedaj spomnim, da bi kar ušla takrat. Ko je prišlo do spolnih odnosov, me je bilo vedno sram in potem še strah, da me bo bolelo... in sem zablokirala. Nikoli nisem v spolnosti uživala in sem to sprejela...in rekla, samo da je konec, da gre ta seks mimo, prav ogabno mi je že postajalo. (Jožica69)
- ✓ **Spolna zloraba- sprejetje kot del življenja** **Racionalizacija spolne zlorabe** **Predelovanje spolne zlorabe** Bi rekla, da sedaj zelo malo razmišljam o tem, nič ne bi rekla, da me bremeni. Tako pač, to je en del mojega življenja, ki sem ga sprejela, ni pa več glavno vodilo vsega, prav tako se mi zdi, no. Da sem nekako prišla do te točke, da pač se zavedam, kdaj mi neke stvari pridejo na plano zaradi te izkušnje in da jih znam tudi postaviti, kako naj zdaj to rečem..., da takrat, ko se pojavijo neke take zadeve, ki so povezane z zlorabo, da znam takrat mogoče lažje iti v neko razumevanje samo sebe, da pač »ok, to se je sedaj pojavilo« in pa potem predelati. Ni pa več to, da bi se zgodilo na neki nezavedni ravni. Sem sprejela to in živim s tem...tak občutek imam, ampak vedno se lahko še kaj pojavi, ampak če gledam, kako je bilo in kako je sedaj, je mnogo mnogo boljše.(Maja62)
- ✓ **Velik vpliv obeh zlorab Na vseh področjih življenja** **Izguba** **Zaznamovanost** »Tavanje naokoli «Zloraba je zelo vplivala name, še posebej tista iz otroštva, s strani fotra, in potem tudi tista od soseda... Ma, na vseh področjih vpliva...na partnerskem, na prijateljskem, na službenem, na ekonomskem... ni da ni. Cel lajf imaš pokvarjen zaradi tega, ker ti je bilo v otroštvu nekaj odvzeto, imel si veliko izgubo otroštva, identitete...sploh ne veš, kdo si, ta zloraba te zaznamuje za naprej. Kot nek zgubljen primerek si, kar tavaš včasih okoli... potem se pa le najdeš nekako..(se zasmije)...(Matevž44)
- ✓ **Predvidevanje poteka zlorabe** **Optimizem** **Verjetje v svojo moč** **Neobžalovanje svojega ravnanja**vedela sem, kako se bodo dogodki odvijali in se zato nisem spuščala v to. Še dobro, da sem bila tako močna, da sem znala »hendlati« s tem v življenju...Čas bo prinesel rezultate in jaz bom že nekako premagala vse te ovire, strahove... če sedaj pogledam nazaj, čutim, da sem pravilno ravnala in ni mi žal, da sem se tako odločila...(Jožica64)
- ✓ **Sprijaznjenje s situacijo spolne zlorabe** **Optimistično gledanje na preteklo situacijo** Ja, no... še vedno imam občutek ene krivde... .to me kar spremlja...pa sramu, velikokrat sem rada sama, kot da se izoliram stran od drugih...ne grem več v družbo toliko kot prej...kot da mi je brezveze... imam pa tudi panične napade kdaj, pa tesnobna sem.. še posebno, če so kakšni taki čudni dnevi. V sebi sem besna, da bi kar eksplodirala od nerveze... komaj, da se obvladujem... Veš, to je tak občutek kot bi bila tempirana bomba... ne veš, kdaj bo počila... to se mi nekako še vse vleče,.. pa sem se naučila živeti s tem, saj mi drugega ne preostane... čedalje manj je tega, pa ni tako močno, ...(se zamisli), ...ampak bo šlo, še posebno, ker sem po naravi optimist... (Breda58)