Kilka słów o tym, jak chronić dzieci przed wykorzystywaniem seksualnym

Adaptacja, tłumaczenie, skład i druk publikacji współfinansowany jest w ramach projektu „Chronimy dzieci, w tym dzieci bez opieki ubiegające się o azyl, przed przemocą", finansowanego z Programu „Sprawy wewnętrzne" realizowanego w ramach Funduszy Norweskich na lata 2014–2021. Program pozostaje w dyspozycji Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji.

Wykorzystanie seksualne jest zjawiskiem, które zdarza się wielu dzieciom. Na podstawie wyników badań można uznać, iż zgodnie z aktualnymi danymi (2018) – 7%. Czyli co 14. dziecko pada ofiarą jakiejś formy wykorzystywania przed ukończeniem 15 roku życia.

> **Uwaga:**
>
> Wbrew przekonaniu wielu osób, w większości wypadków sprawcami wykorzystywania seksualnego dzieci są osoby dobrze im znane – np. krewni i przyjaciele rodziny, sąsiedzi, trenerzy, instruktorzy itp.

Wykorzystanie seksualne, którego doświadczyło dziecko, wpływa niekorzystnie na jego codzienne funkcjonowanie i przyszłość.

Dzieci nie potrafią same powstrzymać sprawców wykorzystywania seksualnego, trudno im ujawnić krzywdzące zachowanie innych osób. To my, dorośli, musimy wiedzieć, jak należy postępować, gdy podejrzewamy, że dziecko jest wykorzystywane seksualnie.

> **Uwaga:**
>
> - Wykorzystywanie seksualne dzieci może trwać przez wiele lat zanim zostanie ujawnione.
> - Większość przypadków wykorzystania seksualnego dzieci nigdy nie zostaje ujawniona.
> - 80% sprawców wykorzystania seksualnego pochodzi ze środowiska dobrze dziecku znanemu.

Czym jest wykorzystanie seksualne dzieci?

Wykorzystywanie seksualne dzieci to aktywność seksualna z udziałem dziecka, podjęta przez osobę, która ma przewagę wiekową, fizyczną lub intelektualną nad dzieckiem. Sprawcą wykorzystania może być dorosły, lub dziecko znacznie starsze.

Przykłady krzywdzących zachowań seksualnych wobec dzieci – z podjęciem kontaktu fizycznego

- Dotykanie miejsc intymnych dziecka w celu doznania przyjemności seksualnej.
- Zachęcanie lub zmuszanie dziecka do dotykania erotycznego innej osoby.
- Zachęcanie lub zmuszanie dziecka do zachowań autoerotycznych.
- Podejmowanie współżycia seksualnego z dzieckiem.

Krzywdzące zachowania seksualne wobec dzieci – bez podjęcia kontaktu fizycznego

- Pokazywanie dziecku materiałów pornograficznych.
- Pokazywanie dziecku miejsc intymnych swoich lub innej osoby w celu jego erotyzacji.
- Obnażanie dziecka niezwiązane ze sprawowaniem nad nim opieki lub leczenia.
- Fotografowanie dziecka w celu tworzenia obrazów o charakterze pornograficznym i erotycznym.
- Zachęcanie dziecka do obserwowania lub słuchania aktów seksualnych – w rzeczywistości lub odtwarzanych (np. z Internetu, lub innych nośników elektronicznych).
- Prowadzenie z dzieckiem rozmów o treści erotycznej wykraczającej poza edukację seksualną.

> **Pamiętaj!**
>
> Wykorzystywanie seksualne dziecka jest przestępstwem zagrożonym karą pozbawienia wolności do lat 12. Wykorzystywanie seksualne dzieci to różne czyny zabronione wskazane w polskim kodeksie karnym. Z wykorzystywaniem seksualnym dziecka mamy do czynienia, gdy dochodzi do bezpośrednich kontaktów seksualnych między dorosłym a dzieckiem, ale również wtedy, gdy do takich kontaktów dochodzi za pomocą Internetu. Przestępstwem w Polsce jest również posiadanie jakichkolwiek materiałów erotycznych z udziałem dzieci.

Sprawcy wykorzystania seksualnego dzieci

Sprawcami najczęściej są osoby dobrze znane dziecku z jego najbliższego otoczenia. Częściej są to mężczyźni niż kobiety. Bywa, że przyjmują maskę miłych, uczynnych osób, które polubiły dziecko i chcą pomóc rodzinie w opiece nad nim. Bywa również, że są brutalnymi osobami budzącymi lęk w otoczeniu.

Doświadczenie kontaktu seksualnego z dorosłym często jest traumą dla dziecka i może oddziaływać na nie przez całe życie.

Objawy i konsekwencje wykorzystania seksualnego dziecka

Bardzo trudno jest odpowiedzieć na pytanie: Po czym można poznać, że dziecko stało się ofiarą takiego przestępstwa?

Należy podkreślić, że nie ma jednego ustalonego obrazu obserwowanych u dziecka objawów. Występowanie, nasilenie, ilość objawów zależy od wielu czynników takich jak wiek dziecka, jego cechy charakteru, reakcja otoczenia na ujawnienie, dotychczasowe doświadczenie dziecka w radzeniu sobie ze stresem, rodzaj relacji ze sprawcą, ewentualne przeżywanie zagrożenia życia i zdrowia.

Jedynymi pewnymi wskaźnikami wykorzystania seksualnego są: ciąża, choroby weneryczne oraz obecność materiału biologicznego sprawcy w otworach lub na ciele dziecka.

Pozostałe objawy mogą, ale nie muszą świadczyć o wykorzystaniu seksualnym. Zaobserwowane niepokojące zachowania dziecka np. moczenie nocne, obniżony nastrój, wybuchy złości i wiele innych mogą świadczyć o wykorzystaniu, ale mogą też być wynikiem innych trudnych przeżyć dziecka jak rozwód rodziców, śmierć członka rodziny, atmosfera konfliktu czy przemocy w rodzinie.

Sygnały ostrzegawcze w zachowaniu dziecka, które mogą wskazywać na wykorzystanie seksualne

- unika zostawania sam na sam z konkretną osobą,
- przejawia niespodziewany lęk przed jakąś osobą dorosłą albo nie chce się z nią kontaktować,
- próbuje powiedzieć o wykorzystywaniu za pomocą aluzji i niejasnych pytań; może na przykład wspomnieć, że ktoś poprosił je o dochowanie tajemnicy, zadawać pełne niepokoju pytania dotyczące rozpadu rodziny lub opowiadać o doświadczeniach swojego kolegi lub koleżanki, dotyczących wykorzystywania seksualnego,
- opisuje zachowania jakiejś osoby dorosłej, wskazujące na to, że osoba ta próbuje mocno zbliżyć się do niego, spędza z nim czas poza kontrolą rodziców, kontaktuje się z dzieckiem za pomocą portali społecznościowych, obsypuje je prezentami,
- wydaje się przygnębione i wycofane; skarży się na dolegliwości fizyczne, które nie mają uzasadnienia medycznego,
- ma problemy ze snem,
- ma dolegliwości wskazujące na wykorzystywanie – na przykład ból w okolicy miejsc intymnych,
- ma kłopoty z koncentracją uwagi, obniżeniu ulegają oceny szkolne,
- zachowuje się agresywnie, impulsywnie, jest ciągle rozdrażnione,
- podejmuje nietypowe zachowania seksualne – inicjuje zabawy naśladujące różne formy współżycia seksualnego, proponuje innym osobom pieszczoty z przekroczeniem granic intymnych.

Wykorzystanie seksualne, u części ofiar wywołuje depresję, zespół stresu pourazowego, objawy psychosomatyczne, autoagresję, próby samobójcze, uzależnienia, czy zaburzenia odżywiania.

Należy też pamiętać, że czasem objawy wykorzystania mogą być bardzo dyskretne, niezauważalne dla otoczenia, mogą nie pojawiać się wcale lub pojawiają się na dalszym etapie życia dziecka.

Długoterminowe skutki wykorzystywania seksualnego w dzieciństwie

Jednym z najczęstszych długoterminowych skutków wykorzystania w dzieciństwie jest przewlekła lub nawracająca depresja.

Negatywny obraz swojej osoby, niska samoocena czy poczucie bezradności to częsty efekt wykorzystania seksualnego.

Poczucie stygmatyzacji, izolacji utrzymuje się u ofiar wykorzystania latami. Jest tym większe, im bliższa emocjonalnie była dla dziecka osoba sprawcy.

Ofiary wykorzystywania seksualnego w dzieciństwie mogą w dorosłym życiu mieć problemy z odczuwania satysfakcji z życia intymnego, nawiązywaniem bliskich, trwałych relacji czy osiąganiem celów życiowych.

Jakie przejawy seksualności są normalne wśród dzieci?

Seksualność jest integralną częścią każdego człowieka, niezależnie od wieku. Poniżej przedstawiono niepełną listę przejawów seksualności, które są naturalne na określonym etapie rozwojowym dziecka:

Okres od 3 do 6 lat (okres przedszkolny)

Powszechne:

- Pytania dotyczące pojawiania się na świecie dzieci, roli matki i ojca w powstawaniu i urodzeniu dziecka, różnic anatomicznych pomiędzy chłopcami i dziewczynkami.
- Silna potrzeba bliskości fizycznej, przytulania się, całowania.
- Eksponowanie swojej nagości, brak poczucia wstydu w tym zakresie.
- Wzajemne oglądanie i dotykanie przez dzieci intymnych części ciała (np. zabawy w doktora, tatę i mamę).

Zdarza się:

- Masturbacja z zachowaniem i bez zachowania intymności.

Okres od 7 do 11 lat (wczesny okres szkolny)

Powszechne:

- Dziecko silnie identyfikuje się z własną płcią. Przyswaja sobie zachowania społeczne charakterystyczne dla własnej płci.

Zdarza się:

- Zainteresowanie płciowością (np. dziewczynki interesują się powiększającym się biustem, sprawami związanymi z miesiączką, chłopcy porównują wygląd swoich narządów płciowych, oczekują pierwszego zarostu). Tematy związane z rozwojem psychoseksualnym, na ogół, są analizowane we własnej grupie płciowej.

Okres od 12 do 16 lat (okres dorastania/dojrzewania)

Powszechne:

- Pytania dotyczące obyczajów seksualnych, podejmowania decyzji dotyczących związków.
- Masturbacja w miejscach prywatnych, fantazje seksualne.
- Częste i nietrwałe zakochania, tworzenie par.

Wykorzystanie seksualne dzieci w internecie

Rozwój Internetu w istotny sposób zmienił możliwości komunikacji oraz zwiększył dostęp do informacji. Jednocześnie wyposażył sprawców przestępstw w nowe formy dostępu do potencjalnych ofiar.

Dzieci i młodzież nawiązują znajomości w Internecie, grają w gry, poszukują odpowiedzi na nurtujące pytania. Podczas tych działań narażone są na szkodliwe treści, niebezpieczne kontakty oraz cyberprzemoc.

W wielu przypadkach rodzice nie mają świadomości tego, co robi ich dziecko w Internecie. Nie chronią go, ponieważ nie zdają sobie sprawy, na jakiego rodzaju niebezpieczeństwa jest narażone.

Niebezpieczne kontakty – uwodzenie dzieci w Internecie

Zjawisko uwodzenia dzieci online, zwane **groomingiem** jest szczególną relacją tworzoną w Internecie między osobą dorosłą a dzieckiem w celu jego uwiedzenia i wykorzystania seksualnego.

Poprzez uwodzenie dziecka w Internecie sprawca może dążyć do spotkania się z nim w świecie rzeczywistym i seksualnego skrzywdzenia lub wykorzystania go do produkowania pornografii dziecięcej. Sprawcy wykorzystania nawiązują kontakty z dziećmi poprzez portale społecznościowe, komunikatory powiązane z grami online, blogi, grupy zainteresowań.

Sprawca może wcielać się w rolę rówieśnika lub starszego mentora rozumiejącego dziecko, mającego dla niego czas, konfliktującego go z rodzicami.

Proces uwodzenia w sieci jest zjawiskiem złożonym – czas trwania, intensywność kontaktu oraz sposób, w jaki przebiega, zależy zarówno od osobowości i potrzeb sprawcy, jak i potrzeb oraz zachowania dziecka.

Cyberprzemoc

Cyberprzemoc to zjawisko wysyłania lub publikowania z wykorzystaniem Internetu i telefonów komórkowych treści i materiałów, które mają na celu wyrządzenie krzywdy drugiej osobie.

Często takie materiały mają również treść lub podtekst seksualny.

Dziecko, częściej nastolatek staje się ofiarą deprecjonowania, upokarzania go w sieci poprzez ośmieszanie jego wyglądu, podważania pozycji w grupie rówieśniczej, wrogiego komentowania jego seksualności czy ujawnionych nieopatrznie uczuć. Sprawcy wypowiadają skrajne, jednoznaczne opinie, posługują się wulgaryzmami i upokarzającym słownikiem.

Treści pornograficzne

Pornografia w Internecie w tym pornografia dziecięca to niezwykle szkodliwe treści, na które dziecko może natrafić podejmując się różnych aktywności w sieci.

Pornografia dziecięca to poważne przestępstwo. Jej produkowanie, posiadanie i dystrybuowanie jest niezgodne z prawem polskim i zagrożone karą pozbawienia wolności.

Groźnym dla młodzieży i zarazem bardzo ryzykownym zjawiskiem związanym z korzystaniem z sieci jest **seksting**.

Seksting to przesyłanie sobie multimedialnych wiadomości zawierających nagie lub mocno roznegliżowane własne lub pozyskane od rówieśników fotografie.

> **Pamiętaj!**
>
> - Ustal z dzieckiem zasady korzystania z sieci.
> - Udostępniaj dziecku jedynie pozytywne i bezpieczne treści.
> - Rozmawiaj z dzieckiem o jego doświadczeniach w sieci.
> - Skonfiguruj ustawienia bezpieczeństwa w urządzeniu.
> - Zainstaluj programy kontroli rodzicielskiej.

Czy mogę zapewnić swojemu dziecku bezpieczeństwo?

Naucz swoje dziecko pięciu prostych zasad:

- **G** gdy mówisz „nie” to znaczy „nie”
- **A** alarmuj, gdy potrzebujesz pomocy
- **D** dobrze robisz mówiąc o tajemnicach, które ktoś chce na Tobie wymusić
- **K** koniecznie pamiętaj, że Twoje ciało należy tylko do Ciebie
- **I** intymne części ciała są szczególnie chronione

> **Najważniejsze!** Ucząc dziecko jak chronić się przed zagrożeniami, nigdy nie zapominaj, że to Ty jesteś odpowiedzialny za jego bezpieczeństwo, a nie ono samo. Nawet najlepiej przygotowane dziecko może okazać się bezbronne wobec przebiegłości dorosłych i złożoności zagrożeń. Czuwaj nad tym, z jakimi dorosłymi Twoje dziecko ma kontakt i czy bezpiecznie spędza czas.

Moje dziecko zostało wykorzystane seksualnie

Ujawnienie wykorzystania seksualnego jest dla dziecka trudnym i obciążającym przeżyciem. Dzieci, które doświadczyły wykorzystania seksualnego, odczuwają całą gamę uczuć – lęk, wstyd, smutek, gniew, zarówno wobec sprawcy, jak i siebie, a także poczucie winy.

Takie dzieci, często czują się osamotnione i wydaje im się, że nie mogą nikomu ujawnić tego, co je spotkało. Kochają swoich rodziców i najbliższe osoby, ale obawiają się ich reakcji, wstydzą się, chcą chronić przed informacjami, które mogą zburzyć dotychczasowe życie.

Ujawnienie wykorzystywania jest szczególnie trudne, gdy sprawcą był ktoś z rodziny dziecka. W takich sytuacjach obca, anonimowa, życzliwa osoba może pomóc dziecku przezwyciężyć te obawy i wspierać je w wyborze najlepszej strategii poradzenia sobie z trudną sytuacją.

Rozmowa z dzieckiem o wykorzystaniu seksualnym

Koniecznie zapewnij dziecko, że mu wierzysz, stoisz po jego stronie i zrobisz wszystko, by je chronić i wspierać. Powiedz, że nie zostawisz go samego, że porozmawiasz z osobami, które wam pomogą.

Ważne jest, aby zapewnić dziecko, że nie jest winne temu, co się wydarzyło, że za wykorzystanie odpowiedzialność zawsze ponosi sprawca.

Czy rozmawiając o wykorzystaniu z dzieckiem nie krzywdzę go jeszcze bardziej?

Zrób, co możesz, by pomóc dziecku mówić o tym, co je spotkało. Skup całą swoją uwagę na dziecku, odłóż komórkę, oderwij się od innych zajęć. Usiądź blisko dziecka, ale w takiej odległości, aby nie czuło się ono przytłoczone twoja osobą. Okaż cierpliwość, nie popędzaj dziecka, nie zarzucaj pytaniami i swoimi wątpliwościami. Panuj nad swoimi emocjami. Teraz najważniejszy jest komfort dziecka, a nie twoje przerażenie, wściekłość czy rozpacz. Daj mu bliskość, ale nie zmuszaj do kontaktu fizycznego.

Zadając dziecku pytania uważaj na to, aby nie były one sugerujące, obwiniające go, czy podważające jego wiarygodność.

Możesz zacząć rozmowę od zdania:

„Czy możesz mi opowiedzieć, co się zdarzyło/ stało?"

Jakakolwiek będzie odpowiedź dziecka, zachowaj spokój. Zachęć je do ich rozwinięcia, mówiąc:

„Opowiedz mi o tym."
„Co się potem stało?"

Pamiętaj, by nie wypytywać dziecka o wszystkie szczegóły – może potrzebować więcej czasu lub być zawstydzone bądź przestraszone. Twoja potrzeba drobiazgowego wyjaśnienia sytuacji może stać się przeszkodą w ujawnienia wykorzystania.

Nie dramatyzuj, ale też nie udawaj, że nic się nie stało i że najlepiej będzie, gdy dziecko jak najszybciej o wszystkim zapomni. Nie lekceważ tego, co dziecko mówi, ale nie twórz też atmosfery wielkiego nieszczęścia i cierpienia.

Pomożesz dziecku uporać się z trudnymi emocjami, gdy zapewnisz je, że:

- to dobrze, że opowiedziało ci o wykorzystaniu,
- nie gniewasz się na nie, że nie powiedziało o tym wcześniej lub rozmawiało już o wykorzystaniu z kimś innym,
- wierzysz mu,
- to nie jego wina,
- za sytuację wykorzystania odpowiada wyłącznie sprawca,
- może na ciebie liczyć – na twoją obecność, wsparcie, rozmowę o wszystkim, co pamięta i czuje, czego doświadczyło itp.

Pamiętaj o sobie!

Informacje ujawniane przez dziecko mogą być dla Ciebie trudne do przyjęcia. Możesz doznać wstrząsu, czuć zagubienie. Możesz nie do końca wierzyć w to, o czym dziecko ci mówi. Wreszcie możesz pomyśleć, że to twoja wina, że nie udało ci się ochronić dziecka przed wykorzystaniem. Jeśli ulegniesz takim myślom i uczuciom, możesz utrudnić dziecku mówienie o sytuacji oraz możliwość poradzenia sobie z nią. Czasem niewłaściwa reakcja słuchającego może spowodować, że dziecko się wycofa z ujawniania informacji. Działanie pod wpływem emocji utrudnia również podjęcie racjonalnych działań.

Po ujawnieniu przez dziecko wykorzystania seksualnego możesz czuć się zagubiony/a, zwłaszcza, jeśli sprawcą jest któryś z członków rodziny. Możesz potrzebować pomocy w poradzeniu sobie z niezwykle silnymi, sprzecznymi emocjami związanymi z ujawnionym wykorzystywaniem, takimi jak szok, gniew, niedowierzanie, poczucie winy i lęk. Poszukaj profesjonalnej pomocy, kontaktując się z konsultantami Telefonu dla Rodziców i Nauczycieli w sprawie Bezpieczeństwa Dzieci **800 100 100**.

Co robić? – pierwsze kroki

KROK 1: Zgłoś wykorzystanie

Jeśli jesteś mieszkańcem Ośrodka dla Cudzoziemców zgłoś tę sprawę kierownikowi Ośrodka lub innemu pracownikowi, do którego masz zaufanie. Jeśli mieszkasz poza Ośrodkiem możesz poszukać pomocy u pedagoga lub psychologa szkolnego w szkole, do której chodzą Twoje dzieci.

KROK 2: Szukaj pomocy

Pomoc dzieciom wykorzystywanym seksualnie można uzyskać w następujących miejscach:

- **Centrum Pomocy Dzieciom – Warszawa**
  Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
  01-849 Warszawa, ul. Przybyszewskiego 20/24
  tel.: 22 826 88 62, email: cpd@fdds.pl
- **Centrum Pomocy Dzieciom – Starogard Gdański**
  Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
  83-200 Starogard Gdański, ul. Hallera 19a
  tel.: 58 531 00 45, e-mail: cpdstarogard@fdds.pl
- **Telefon dla Rodziców i Nauczycieli w sprawie Bezpieczeństwa Dzieci:**
  800 100 100 (pon–pt 11:00–15:00, połączenie bezpłatne)
- **Placówki Warszawskiej Sieci Pomocy Dzieciom:** www.fdds.pl/placowki-wspd
- **Komitet Ochrony Praw dziecka**
  00-521 Warszawa, ul. Hoża 27A, lok. 5
  tel.: 22 626 94 19, email: kopd@kopd.pl
- **Terenowe Komitety Ochrony Praw Dziecka:** http://kopd.pl/o-kopd/oddzialy/
- **Rzecznik Praw Dziecka**
  tel. 800 12 12 12 (pon–pt, 8:15–20:00, połączenie bezpłatne)
- **Ogólnopolskie Pogotowie dla Ofiar Przemocy w Rodzinie „Niebieska linia”**
  tel.: 800 120 002 (pomoc całodobowa, połączenie bezpłatne)

Materiał powstał na podstawie publikacji: „JAK CHRONIĆ DZIECI PRZED WYKORZYSTYWANIEM SEKSUALNYM? PORADNIK DLA RODZICÓW”.

Opracowanie merytoryczne: Jolanta Zmarzlik
Konsultacja: Katarzyna Katana
Korekta: Lena Marciniak-Cąkała
Opracowanie graficzne i skład: Norbert Grzelka

Zdjęcie na okładce: © vectorfusionart/stock.adobe.com

Copyright © 2021 Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę
03-926 Warszawa ul. Walecznych 59
tel. 22 616 02 68,
www.fdds.pl

Tekst publikacji jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa-Użycie niekomercyjne-Bez utworów zależnych 3.0 Polska. Tekst licencji dostępny jest na stronie http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/pl/
Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę.

Wersja dostępna dla czytników ekranu, przygotowana dla Aktywnych Przedszkoli i Żłobków Kogut. Treść bez zmian względem oryginału.