

Spolno zlostavljanje: Info za Teenagere



Kao teenager, ti **odlučuješ** koja i kakva ti je seksualna aktivnost prihvatljiva. Prihvaćanje seksualne aktivnosti s nekim (rekavši "da" ili davanjem "suglasnosti") znači da ste slobodno odlučili sudjelovati u toj aktivnosti. Ako si pod emocionalnim ili fizičkim pritiskom, ako se u seksualnu aktivnost upuštaš jer ne osjećaš da imaš izbor ili zato što ne znaš kako izaći iz situacije ("prisila"), ti ne daješ suglasnost. **Svaki seksualni kontakt za koji se ne da pristanak je seksualni napad. Imaš pravo reći "ne" ako ne želiš učiniti nešto seksualno.** Koristimo izraz "**seksualni napad**" kada je osoba koja je počinila napad - počinitelj - netko izvan obitelji, a pojam "**seksualno zlostavljanje**" kada je počinitelj član obitelji. Seksualni napad ne uključuje uvijek seksualni odnos. Seksualni napad može uključivati bilo koji kontakt s intimnim dijelovima tijela (npr. grudi, genitalije, stražnjica) koji ne želite, ne prihvaćate ili su pod prisilom.

Pristanak

Suglasnost znači aktivno reći "da" ili se složiti. Ako te netko pokušava uvjeriti da učiniš nešto seksualno, čak i ako si to već radio/la s tom osobom, ali sada zaista ne želiš, imaš pravo reći "ne".

Prisila

Ako se osjećaš pod pritiskom da moraš učiniti nešto seksualno, i ne znaš kako se izvući iz te situacije, ili ako se bojiš da će odbijanje uništiti vaš odnos, to može biti znak da si **prisiljen/a**, emocionalno i/ili fizički, učiniti nešto što ne želiš.

Nasilje u vezi?

Nasilje se može događati između dvije osobe koje su u vezi. Nasilje može biti spolno, fizičko ili emocionalno, a može se dogoditi osobno ili elektronskim putem slanjem ili objavljivanjem prijetećih poruka ili slika preko društvenih mreža. Spolno zlostavljanje može se dogoditi unutar veze, ali i izvan veze - od strane prijatelja, kolege, poznanika ili stranca.



Zašto se događa spolno zlostavljanje među mladima kao i nasilje unutar veze?

Pojedinci koji počine spolno zlostavljanje i/ili spolno nasilje unutar veze mogu imati različite probleme, ali glavni uzrok tih (ne)djela je u zlouporabi moći i kontrole od strane počinitelja. Nasilje se može javiti u raznim oblicima, uključujući upotrebu fizičke sile ili prijetnje, zastrašivanja, manipuliranja, uhođenja, izoliranja od prijatelja i obitelji, itd.

Kome se može dogoditi spolno nasilje?

Spolno nasilje može se dogoditi bilo kojem teenageru, bez obzira na spol ili seksualnu orijentaciju, muškoj, ženskoj, heteroseksualnoj osobi, homoseksualnoj osobi, itd.

Koliko je učestalo spolno zlostavljanje među adolescentima?

Nažalost, spolno zlostavljanje među adolescentima je veoma učestala pojava. Studije u USA pokazuju da:

- Jedna od četiri adolescentice je bila verbalno ili fizički prisiljena na spolni odnos.
- Jedna od 10 srednjoškolki, i jedan od 20 srednjoškolaca izjavilo je da je bilo prisiljeno na seks.
- Više od jedne trećine žrtava spolnog zlostavljanja, od strane osobe koju poznaje, starosti je između 14 i 17 godina.
- Svake godine, jedan od tri adolescenta biva žrtvom spolnog ili nekog drugog vida zlostavljanja od strane partnera.
- Oko 9% srednjoškolaca je (namjerno) fizički ozlijeđeno od strane dečka ili djevojke.
- Gotovo 20% studentica izjavilo je kako je doživjelo spolno zlostavljanje na sveučilištu.

Što ako sam u dugoj vezi?

Nije bitno jeste li se upravo upoznali, ili ste u dugoj vezi. Uvijek imaš pravo reći "ne" bilo kojoj spolnoj aktivnosti. Imaš pravo živjeti bez nasilja. To što si nečija djevojka ili dečko, NE daje tvom partneru pravo da te spolno zlostavlja, ili te povrijedi fizički ili emocionalno.

Što ako sam LGBT osoba?

Spolni napad događa se zbog počiniteljeve zloupotrebe moći i kontrole, a ne zbog tvoje seksualne orijentacije, izgleda, fizičke veličine ili snage. Međutim, LGBT mladi imaju veći rizik od heteroseksualne mladeži za nasilje unutar veze. 23% LGBT mladih prijavilo je spolno nasilje u vezi, u usporedbi s 12% heteroseksualne mladeži. Stigma koju nosi LGBT osoba može djelomično objasniti ovu razliku. Na primjer, LGBT partner može zlouporabiti svoju moć prijetnjama da će "odati" drugog.



Kakvu ulogu u spolnom zlostavljanju među mladima imaju droge?

Ako piješ na zabavi ili s društvom, netko bi ti mogao staviti drogu u piće bez tvojega znanja, što olakšava izvršenje seksualnog nasilja nad tobom. Biti drogiran bez svojega znanja onemogućuje ti da daš svijesni pristanak na seksualni čin. BILO koja droga, čak i alkohol, može povećati rizik od seksualnog zlostavljanja od strane nekoga koga poznajete ili stranca.

Droge koje se obično koriste prilikom spolnog zlostavljanja uključuju slijedeće:

- *Rohypnol** (pronounced row-HIP-nal; also called roofies) je sedativ koji može prouzročiti spavanje, nerazgovjetan govor, poteškoće u hodanju, nesvjest i amneziju.
- *GHB** je depresiv koji može uzrokovati mučninu, povraćanje, vrtoglavicu, srčane probleme, napadaje, nesvjest i, u nekim slučajevima, komu.
- *Ketamine** (pronounced keet-ah-meen; also called Special K) je sredstvo za umirenje životinja koje može izazvati delirij, gubitak pamćenja, depresiju, i dugotrajne kognitivne i memorijske poteškoće.
- *MDMA** (also known as the club drug "ecstasy") je stimulans koji uzrokuje osjećaj miroljubivosti, prihvaćanja i privrženosti drugoj osobi, kao i depresiju, zbunjenost, anksioznost i paranoju.
- *Alcohol** je sedativ i najčešće korištena supstanca u svrhu počinjenja spolnog zlostavljanja.

Kako je Internet povezan sa spolnim zlostavljanjem teenagera?

Mobiteli i socijalne mreže poput Facebook-a, Twitter-a, Instagrama i YouTube-a, novi su putevi preko kojih teenagere doživljavaju seksualno zlostavljanje, kao i nasilje. **Online seksualni predatori, pretvarajući se da su netko drugi, na prevaru mame teenagere da se upoznaju s njima osobno, povećavajući time šanse za spolno zlostavljanje ili čak otmicu.** U nekim slučajevima, teenagere su bili prisiljeni na seksualno ropstvo (komercijalno seksualno iskorištavanje poznatije kao "sex trafficking") od strane nekoga koga su upoznali preko interneta. Ponekad počinitelji postavljaju video materijal na kojem je spolno zlostavljanje adolescenta, kako bi ga svi vidjeli. Ako ne znaju da su bili drogirani, adolescenti možda neće otkriti da je došlo do napada, sve dok to ne vide online.

Konstantno slanje SMSa u vezi može biti partnerov način praćenja i kontrole tvojih postupaka, kao i način dijeljenja neugodnih slika i informacija koje te mogu povrijediti. Na primjer, tvoj partner može te snimiti tijekom seksa, i objaviti te fotografije online, kako bi te kontrolirao i manipulirao.



Postoje li savjeti za sigurnost?

Zahtijevaj poštovanje drugih ljudi i kloni se onih koji ti ga ne iskazuju.

Budi jasna/jasan u vezi sa svojim granicama: Daj do znanja drugoj osobi što želiš, a što ne želiš napraviti. **Uvijek imaš pravo predomisliti se, reći „ne“**, ili pristati na neke spolne aktivnosti, a odbiti druge.

Nemoj dopustiti nekome da te dodiruje, ako ti to izaziva osjećaj nelagode. Ako netko prijeđe tvoje granice ili osjetiš opasnost, odmah reagiraj. Napravi scenu ako je potrebno.

Izbjegavajte prekomjerno konzumiranje alkohola ili droga. Oni smanjuju sposobnost jasnog razmišljanja i komuniciranja. Nemoj zaboraviti da to što si pijan/a ili pod utjecajem droga, ne daje nikome dopuštenje da te može iskoristiti.

Sam/a ulij svoje piće i drži ga na oku. Droge za silovanje koje stavljaju u piće ne mogu se prepoznati po okusu.

Nemoj prihvaćati već smiksane napitke, ili one iz zdjele za punč ili neke druge velike posude, jer mogu sadržavati droge. **Nemoj izlaziti na mjesta koja te izoliraju od drugih ljudi.** Iako možeš osjećati kako si u stanju pobrinuti se za sebe, uvijek trebaš biti svjestan/na i na oprezu.

Vjeruj svom instinktu. Ako osjetiš da osoba nije pouzdana, ili se ne osjećaš sigurno, otiđi.

Imaj rezervni plan. Na primjer, ako ideš na zabavu, pobrini se da netko kome vjeruješ zna kako ideš. Imaj osobu koju možeš nazvati da dođe po tebe ako želiš otići, pripremi novac za taksi.

Nemoj dopustiti nekome da te dodiruje, ako ti to izaziva osjećaj nelagode. Ako netko pređe tvoje granice ili osjetiš opasnost, odmah reagiraj. **Napravi scenu ako je potrebno.**

Što poduzeti ako sam spolno napadnut/a?

- **Pozovi policiju.** Spolni napad je ozbiljan zločin i treba ga se prijaviti. Nemoj brinuti da ćeš upasti u nevolje jer si partijao, pio, konzumirao droge ili si prekršio/la policijski sat. Policija se brine za tvoje zdravlje i sigurnost.
- **Idi u bolnicu.** Pozovi nekoga kome vjeruješ - odraslu osobu ili prijatelja/prijateljicu - i pitaj ga/ju da te poveze u bolnicu. Nemoj se tuširati, jesti ili piti, prati zube, ići na toalet ili se presvući prije bolnice. Medicinski tim i policijski službenici trebaju saznati jesi li ozlijeđen/a i prikupiti dokaze sa tvoje odjeće i tijela tijekom lječničkog pregleda. Ako si žensko, možeš primiti kontracepciju za hitne slučajeve kako bi se spriječila trudnoća. Iako ti medicinski pregled može biti neugodan i sramotan, neće biti bolan.
- **Idi savjetniku.** Može ti biti teško nositi se sa time što se dogodilo. Savjetnik ti može pomoći oko tvojih osjećanja i poduzimanju koraka k iscjeljenju. Uz pomoć i podršku - i tvoju vlastitu snagu i sposobnost oporavka - možeš preboljeti i krenuti naprijed. Možeš početi razgovorom sa školskom savjetnikom ili medicinskom sestrom, koji te može uputiti nekom tko je specijaliziran za rad sa tinejdžerima koji su doživjeli silovanje. Važno je razgovarati s nekim o tome što se dogodilo. Uz pomoć, možeš se u potpunosti oporaviti od traumatskih učinaka spolnog zlostavljanja.

Zašto reagiram ovako?

Iskustvo spolnog zlostavljanja - pogotovo od strane nekoga kome vjeruješ - može izazvati niz složenih emocija - krivnju, sumnju u sebe i zabrinutost da je napad nekako bio i tvoja krivica. Rad kroz ove osjećaje dio je procesa ozdravljenja i pomoći će ti da kreneš dalje sa svojim životom na pozitivan način.

Razumijevanje uobičajenih zabluda i reagiranja na spolno zlostavljanje može ti pomoći u kontroli ili promjeni nekih tvojih uvjerenja o spolnom zlostavljanju.

Nakon spolnog zlostavljanja možeš...	Istina je...
Kriviti sebe (na primjer, možda se pitaš jesi li previše koketirala ili nosila seksi odjeću).	Nije tvoja krivnja, bez obzira kako si se ponašao/la ili što si nosio/la.
Brinuti se da je tvoja krivnja za prihvaćanje napitka u kome je bila droga.	Nisi ti kriv/a. Nisi mogao/la znati da je u piću bila droga.
Brinuti da ćeš upasti u nevolje s policijom zbog konzumiranja alkohola kao maloljetna osoba.	Policija je više zabrinuta za tvoje zdravlje i sigurnost, a ne za kažnjavanje jer si pio/la.
Osjećati se posramljeno, ljutito, tužno, usamljeno, zabrinuto, izdano, depresivno ili kao da nikome više nećeš moći vjerovati.	Svi ti osjećaji su česti nakon napada. Neće trajati zauvijek. Razgovor sa savjetnikom može ti pomoći da se naučiš nositi sa tim osjećajima.
Osjećati se krivim ili zbunjenim jer poznaš svog napadača.	Većina spolnih napada počinjena je od strane poznanika. Ne zbog nečeg što jesi ili nisi napravio/la.
Imati noćne more o napadu, ili ti se mogu vraćati slike onoga što se dogodilo, čak i kada pokušavaš ne misliti o tome.	To je uobičajeno i neće trajati zauvijek. Savjetovanje ti može pomoći da naučiš kako se nositi sa tim slikama.
Brinuti o tome kako će tvoji prijatelji reagirati ako saznaju za napad (hoće li ti vjerovati?).	Pravi prijatelji bit će ti potpora i biti će tu za tebe. Tvoja dobrobit je važnija od onoga što drugi ljudi misle.
Brinuti o tom kako će tvoja obitelj reagirati ako saznaju.	U početku bi moglo biti teško za njih prihvatiti sve, ali tvoja obitelj te voli i bit će ti podrška. Savjetovanje može pomoći i tvojoj obitelji.
Misliti kako nitko ne razumije što osjećaš, i da si sam/a.	Mnogi teenagere su prošli kroz ovo, i ti imaš podršku ljudi kojima je stalo do tebe.

Gdje mogu potražiti više informacija?

- Udruga Ruka → * www.ruka.hr
- Centar za edukaciju i prevenciju nasilja → * <https://cep.n.hr/>
- Sigurna kuća
- Ženska soba → * <http://zenskasoba.hr/en/>
- DV Tić Rijeka → * www.tic-za-djecu
- Mreža mladih Hrvatske → * <http://mmh.hr/hr>

Reference:

Rickert, V. I., Wiemann, C. M., Vaughan, R. D., & White, J. W. (2004). Rates and risk factors for sexual violence among an ethnically diverse sample of adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 158 (12), 1132-1139.

Howard, D. E., & Wang, M. Q. (2005). Psychosocial correlates of US adolescents who report a history of forced sexual intercourse. *Journal of Adolescent Health*, 36 (5), 372-379.

Warshaw, R. (1988). *I Never Called It Rape: The Ms. Report on Recognizing, Fighting, and Surviving Date and Acquaintance Rape*. New York: Harper and Row Publishers.

Roberts T.A., Klein J. D., Fisher S. Longitudinal effect of intimate partner abuse on high-risk behavior among adolescents. *Archives of Pediatric Adolescent Medicine* 2003; 157:875-881.

Love is Respect. www.loveisrespect.org.

Albert, B. (2004). With one voice: America's adults and teens sound off about teen pregnancy.

Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy. Retrieved March 1, 2009, from

http://www.thenationalcampaign.org/resources/pdf/pubs/WOV_2004.pdf

Dank, M., Lachman, P., Zweig, J. M. & Yahner, J. Dating Violence Experiences of Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Youth. In Press: *Journal of Youth and Adolescence*.

On-line at <http://link.springer.com/article/10.1007/s10964-013-9975-8>.

Krebs, C. P., Lindquist, C. H., Warner, T. D., Fisher, B. S. & Martin, S. L. (2007). College women's experiences with physically forced, alcohol- or other drug-enabled, and drug-facilitated sexual assault before and since entering college. *Journal of American College Health*, 57 (6), 639-647.

Prijevod i objavu brošure odobrio: National Child Traumatic Stress Network

Established by Congress in 2000, the National Child Traumatic Stress Network (NCTSN) is a unique collaboration of academic and community-based service centers whose mission is to raise the standard of care and increase access to services for traumatized children and their families across the United States. Combining knowledge of child development, expertise in the full range of child traumatic experiences, and attention to cultural perspectives, the NCTSN serves as a national resource for developing and disseminating evidence-based interventions, trauma-informed services, and public and professional education.

O udruzi Ruka

Udruga za pružanje podrške žrtvama pedofilije i njihovim obiteljima „Ruka“, osnovana je 2017. u Rijeci, Hrvatska. Cilj udruge je osvještavanje hrvatskog društva o problemu pedofilije, pravima djece na siguran i zaštićen život... Od osnutka udruga je predložila strože kazne za počinitelje kaznenih djela spolnog zlostavljanja i iskorištavanja djece, javnim tribinama predstavila je potrebu edukacije roditelja i djece već od vrtičke dobi.

Djeca imaju pravo na edukaciju o spolnom zlostavljanju djece i pravo na zaštitu i adekvatnu stručnu pomoć.

„Naša djeca naša budućnost!“

Za dodatne informacije možete se obrati email-om: hrvatskaprotivpedofilije@gmail.com

Obraćanjem Udruzi Ruka garantirano je pravo privatnosti i tajnosti podataka

www.NCTSN.org

www.ruka.hr



04.01.2019.