

پیامدهای تجاوز جنسی بر قربانی

در این بخش که دنباله جستار درباره پدوفیلی ست می پردازیم به پیامدهای کوتاه و بلند مدت تجاوز جنسی، حال به هر طریقی چه در مورد کودکان چه بزرگسالان.

پدیده ای دلخراش به نام آزار جنسی کودکان:

مزاحمت به احتمال زیاد در خانه خود کودک یا خانه مزاحم صورت می گیرد. فقط درصد اندکی از افراد مزاحم برای کودک کاملاً غریبه اند.

معمولاً مزاحم و آزار دهنده جنسی کودکان یا یکی از اعضای خانواده است یا از دوستان خانوادگی. فرد غریبه مجبور است ساعت ها یا روز ها وقت صرف کند تا اعتماد کودک را جلب نماید.

مزاحم ممکن است کودک را با وعده شیرینی، اسباب بازی، رفتن به پارک یا سینما وسوسه کند، ولی در وهله اول باید موقعیت هایی را مهیا کند که در آن کودکان در دسترس او قرار گیرند.

داوطلب شدن برای ارایه خدمت در سازمانها، مدارس، گروه های ورزشی، باشگاه های دختران یا پسران، مهد کودک ها، گروه های همسرایان (=گُر)، یا گروه های تئاتر کودکان از راههای برقراری تماس با کودکان است. به محض آن که کودک احساس آسودگی کند، «آقای مهربان» می کوشد با کودک دست و پنجه ای نرم کند، او را غلغلک بدهد، یا نوازش کند.

ممکن است تصاویر وقیحانه یا تصاویری را که در آن کودکان دیگر به لمس و بازی مشغولند، به کودک نشان دهد. فرد مزاحم سعی میکند کودک را متقاعد سازد که این کار راهی برای خوش گذراندن است و ممکن است از کودک بخواهد که لباسش را بیرون بیاورد یا او را مجبور کند که لخت شود.

یکی از پرسشهایی که مطرح میشود آن است که " چرا هیچ گاه چیزی نگفتند؟" دلایل آن پیچیده است، کودک اغلب فکر می کند که اگر مساله آزار جنسی را علنی کند، فرد تهدیدهایی را که علیه او یا والدینش عنوان کرده، عملی خواهد کرد.

علاوه بر این کودک احساس گناه می کند و می ترسد اگر مساله را فاش کند به دردسر بیفتد، از این رو ساکت می ماند.

آزار جنسی یا تجاوز جنسی در دوران کودکی چیست؟:

آزار جنسی در کودکان واقعیتی دلخراش است که اغلب در سایه ها پنهان می شود و زخم های ماندگاری بر

قربانیان خود می گذارد. موضوعی ناراحت کننده است، اما توجه و درک ما را می طلبد. در این مقاله، ما به پیچیدگی های سوء استفاده جنسی در کودکان می پردازیم، شیوع، تأثیر، علائم هشداردهنده و مهم تر از همه، چگونگی پیشگیری و مقابله با آن را بررسی می کنیم.

آمار سوء استفاده جنسی در دوران کودکی:

تحقیقات نشان داده است که بسیاری از کودکان تحت تأثیر سوء استفاده جنسی قرار می گیرند. همچنین عوامل خطر خاصی وجود دارد که ممکن است احتمال سوء استفاده جنسی در دوران کودکی را افزایش دهد.

- از هر چهار دختر یک نفر و از هر ۱۳ پسر یک نفر در دوران کودکی دچار سوء استفاده جنسی می شوند.
- مطالعات نشان می دهد که کودکان بین ۷ تا ۱۳ سال آسیب پذیرترین افراد در برابر سوء استفاده جنسی هستند.

نشانه های سوء استفاده جنسی در دوران کودکی چیست؟:

دانستن علائم هشدار دهنده ای که نشان می دهد کودک ممکن است مورد آزار جنسی قرار گرفته باشد، مهم است. علائم فیزیکی و رفتاری هر دو وجود دارد که عبارتند از:

-دانش یا رفتار جنسی غیر طبیعی

- پرهیز از تماس فیزیکی
- تلاش برای فرار
- خونریزی یا کبودی اندام تناسلی
- خون روی لباس زیر (یا لباس زیر پاره شده)
- تغییر در وضعیت بهداشت فردی کودک (مانند استحمام مکرر یا عدم استحمام)
- مشکل در راه رفتن یا نشستن
- فونت های قارچی مکرر
- درد یا سوزش در ناحیه تناسلی
- علائم افسردگی
- علائم اختلال استرس پس از سانحه (PTSD)
- فوبیا یا ترس های ناگهانی

• مشکل ناگهانی در مدرسه

• افکار خودکشی

نحوه رفتار مرتکبین آزار جنسی:

- برای سوء استفاده جنسی از کودکان، مرتکبین اغلب الگویی از رفتار به نام آراستگی از خود نشان می دهند. این راهبردی است که برای خلع سلاح قربانیان و خانواده‌هایشان، برای اعتماد کردن به آنها استفاده می شود و تشخیص آنها به عنوان متجاوز را دشوارتر می کند.
- به عنوان مثال، مرتکبین سوء استفاده جنسی از کودکان اغلب نقش پدر یا مادر را بر عهده می گیرند، حتی گاهی اوقات حرفه هایی را انتخاب می کنند که به آنها امکان دسترسی نزدیک به کودکان را می دهد. همچنین احتمالاً متجاوز، روابط نزدیکی با کودک و خانواده اش ایجاد می کند.
- آنها همچنین ممکن است "حساسیت کودک را نسبت به لمس کردن" کاهش دهند، یا قبل از تجاوز جنسی، بارها آنها را بدون دلیل و آسیب لمس کنند. متجاوز، پشت این تاکتیک ها و دیگر تاکتیک ها پنهان می شود تا مطمئن شود که تخلفاتش فاش نمی شود.

تاثیر آزار جنسی در کودکان:

- تأثیر سوء استفاده جنسی بر کودکان می تواند عمیق و پایدار باشد. قربانیان ممکن است به طیف وسیعی از عواقب عاطفی، روانی و جسمی، از جمله اضطراب، افسردگی، اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) دچار شوند و یا به مصرف مواد مخدر روی بیاورند. علاوه بر این، آسیب های ناشی از سوء استفاده جنسی می تواند مانع رشد کودک شود و بر روابط، عملکرد تحصیلی و رفاه کلی آنها تاثیر منفی بگذارد.

پیشگیری و مداخله آزار جنسی در کودکان:

- پیشگیری از سوء استفاده جنسی در کودکان نیازمند رویکردی چند وجهی است که شامل آموزش، آگاهی و مشارکت جامعه است. والدین، مراقبان و مربیان نقش حیاتی در آموزش کودکان در مورد استقلال بدن، مرزها و رضایت دارند. همچنین ایجاد روابط ارتباطی باز که در آن کودکان احساس قدرت می کنند تا درباره نگرانی ها یا ناراحتی هایی که ممکن است داشته باشند، صحبت کنند، بسیار مهم است.
- علاوه بر این، اجرای سیاست ها و رویه ها برای محافظت از کودکان در محیط های سازمانی، مانند مدارس و برنامه های تفریحی، ضروری است. این رویه شامل بررسی کامل سوابق برای کارکنان و داوطلبان، آموزش تشخیص و ایجاد پروتکل هایی برای پاسخ به اتهامات می شود.

• علاوه بر این، حمایت از بازماندگان سوء استفاده جنسی بسیار مهم است. دسترسی به خدمات درمانی، مشاوره و حمایت از تروما می تواند بهبودی را تسهیل کند.

افزایش آگاهی و شکستن سکوت بعد از آزار جنسی در کودکان:

• شکستن سکوت پیرامون آزار جنسی در کودکان مستلزم حمایت مداوم و آموزش است. با افزایش آگاهی و به چالش کشیدن هنجارهای اجتماعی که باعث تداوم سوء استفاده و سرزنش قربانی می شود، می توانیم فرهنگ پاسخگویی و حمایت را ایجاد کنیم. باور و اعتبار بخشیدن به تجربیات بازماندگان، تقویت صدای آنها و حمایت از تغییرات سیستمی که ایمنی و رفاه کودکان را در اولویت قرار می دهد بسیار مهم است.

پرسشهای متداول:

عوامل سوء استفاده جنسی از کودکان چه کسانی هستند؟

• عوامل سوء استفاده جنسی از کودکان می توانند آشنایان، اعضای خانواده، افراد مورد اعتماد و یا حتی غریبه باشند.

نشانه های سوء استفاده جنسی از کودکان چیست؟

• نشانه های سوء استفاده جنسی از کودکان می تواند متفاوت باشد، اما برخی از شاخص های رایج شامل تغییرات ناگهانی در رفتار، پنهان کاری بیش از حد، دانش جنسی نامناسب با سن، کابوس ها یا اختلالات خواب، صدمات فیزیکی غیرقابل توضیح، یا بیزاری ناگهانی از افراد یا مکان های خاص است.

• چگونه می توانیم از یک کودک بازمانده از سوء استفاده جنسی حمایت کنیم؟

• حمایت از یک کودک بازمانده از سوء استفاده جنسی مستلزم شفقت و درک است. مهم است که:

- بدون قضاوت یا وقفه به صحبت های کودک گوش دهید.

- کودک را تشویق کنید تا احساسات خود را بیان کند و تجربیات خود را تأیید کند.

- برای کودک از کمک حرفه ای مانند درمان یا مشاوره کمک بگیرید.

- با اجرای طرح های ایمنی و محدود کردن تماس با متجاوز، محیطی امن ایجاد کنید.

- در صورت لزوم، در طول مراحل قانونی، پشتیبانی مستمر ارائه دهید.

چرا کودکان قربانی آزار جنسی کودکان می شوند؟

گاهی حتی، تجربه آزار جنسی می تواند به عنوان علت شهادتاری کودکان (حتی اگر از قبل آموزش توالی رفتن

دیده باشند) شناخته شود. «تغییرات در الگوهای خواب»، «مشکلاتی در به خواب رفتن» و «داشتن کابوس‌های پی‌درپی» نیز ممکن است در کودکان قربانی آزار جنسی دیده شود

قربانیان احساس ناتوانی، خشم، افسردگی و اضطراب میکنند. کاهش عزت نفس در قالب مقصر قلمداد کردن خود، احساس شرمساری و گناه بیان می‌شود.

آزار جنسی کودکان می‌تواند عامل سبب ساز برخی از شدیدترین اختلالات روانی باشد. بازماندگان آزار جنسی کودکان به اضطراب و افسردگی شدید و به گرایشهای خود ویرانساز و خودکشی گرایانه و اشکال در برقراری روابط صمیمانه گرفتارند.

افسردگی شایع‌ترین علامت به شمار می‌آید. قربانیان ممکن است به حملات اضطراب و ترس‌های بیمارگون دچار شوند. علاوه بر آن، افسردگی و اضطراب ممکن است سبب بروز اختلال در خواب و اشتها شود.

پیامدهای آزار جنسی کودکان:

بر اساس یافته‌های کاناوال و دانی لاک پیامدهای بلند مدت آزار جنسی کودکان بر روی افراد عبارتند از:

- از دست دادن اعتماد به جنس مخالف
 - ازدواج نکردن یا انتخاب نامناسب در ازدواج
 - داشتن خود پنداره ضعیف
 - اقدام به مصرف مواد مخدر
 - سردرگمی درباره صمیمیت و جنسیت
 - بی بند و باری جنسی و فقدان حمایت از سوی خانواده
 - بر آورد می‌شود که سالیانه ۵۰۰,۰۰۰ کودک مورد آزار جنسی قرار می‌گیرند.
- از آنجا که کودکان قربانیانی سهل‌الوصول، اما شاهدانی فاقد صلاحیت هستند، محکوم کردن مجرمان کاری دشوار است.

والدین باید نقش حمایتی خود را به عنوان والد به فرزند نشان دهند؛ به طوری که کودک بفهمد که او مقصر نیست و کسی که به او آزار رسانده است، گناهکار است.

آزار جنسی کودکان می‌تواند آسیب جدی از نظر روانی به همراه داشته باشد و به همین جهت لازم است والدین کودک را به کلینیک‌های روانشناختی هدایت کرده و تحت درمان قرار دهند و از طریق مقامات قانونی اقدام کنند تا مجرم به مجازات خود برسد.

در این زمینه والدین موظف به آموزش کودکانشان هستند، در سن ۳-۴ سالگی والدین باید این مفهوم را در فرزندان خود تقویت کنند که بدن آنها به خودشان تعلق دارد.

بچه‌ها با این کار برای جسم خود احترام قائل خواهند شد و باید به بچه‌ها یاد بدهند که کسی اجازه ندارد به

بدن آنها نگاه کند و یا آنها را لمس کند.

والدین باید با کودکانشان صحبت کنند و از آنها بخواهند اگر کسی آنها را اذیت کرد حتماً به والدین گزارش دهند در این زمینه لازم است والدین تفاوت میان "خصوصی" و "راز" را برای فرزندان خود توضیح دهند. در بسیاری از موارد متجاوزان نزدیک، از قربانی خود می‌خواهند که این مسئله را مانند یک راز نزد خود نگه دارد و همین امر باعث ادامه یافتن سوءاستفاده و آسیب بیشتر برای کودک می‌شود.

کودک آزاری چیست؟

تجاوز در کودکی شامل هر گونه اقدام جنسی کامل شده یا تلاش برای برقراری رابطه جنسی، تماس جنسی با کودک زیر ۱۸ سال و یا کودک آزاری با استفاده از زور و تهدید در نظر گرفته می‌شود. برای اینکه چیزی به عنوان تجاوز جنسی در دوران کودکی طبقه‌بندی شود، لزوماً نیازی به برقراری تماس جسمی بین مجرم و کودک نیست. انواع تجاوز در دوران کودکی شامل موارد زیر می‌شوند:

• مقاربت

• هر نوع اعمال جنسی با یک فرد خردسال

• نوازش کردن

• تماس تلفنی یا پیام دادن به یک فرد خردسال با ارسال محتوای ناپسند

• تولید، مالکیت یا توزیع پورنوگرافی کودکان

• قاچاق رابطه جنسی

علائم کودک آزاری

اکثر دانشمندان بر این مسئله همدستانند که بعید است خاطرات دوران نوزادی و اوایل کودکی زیر دو یا سه سالگی به خاطر سپرده شود. تحقیقات حاکی از این است، کسانی که در کودکی مورد تعرض قرار گرفته‌اند، دوره‌ای را تجربه می‌کنند که این سوءاستفاده را به خاطر نمی‌آورند.

دانشمندان همچنین کودکان قربانی را، در زمان وقوع یک واقعه آسیب‌زا مانند تجاوز جنسی مورد مطالعه قرار داده‌اند و سپس آنها چگونگی فراموش کردن خاطرات بزرگسالی را بررسی کردند. دانشمندان کشف کردند که برخی از افراد تجربه‌های آسیب‌زای دوران کودکی خود را فراموش می‌کنند، حتی اگر در واقعیت هم ثابت شده که این وقایع آسیب‌زا بوده است.

کودکی که مورد تعرض قرار گرفته، ممکن است احساس گناه، شرمندگی یا گیجی کند. وی ممکن است از بیان این تجاوز به کسی ترسیده باشد، خصوصاً اگر فرد آزاردهنده والدین، سایر اقوام یا دوست خانوادگی او باشند. به همین دلیل توجه به برخی علائم هشداردهنده از ضرورت ویژه‌ای برخوردار است. این علائم هشداردهنده

عبارت‌اند از:

- کناره‌گیری از دوستان یا فعالیت‌های معمول
- تغییر رفتار مانند پرخاشگری، عصبانیت، خصومت یا بیش‌فعالی یا تغییر در انجام فعالیت‌های مربوط به مدرسه
- افسردگی، اضطراب یا ترس غیرمعمول یا از بین رفتن اعتماد به نفس ناگهانی
- غیبت مکرر در مدرسه
- دردسر ناگهانی در مدرسه
- اکراه در ترک مدرسه، گویی که او قصد رفتن به خانه خود را ندارد.
- تلاش برای فرار کردن
- رفتار بی‌اعتنایی یا سرکشی
- خودزنی یا اقدام به خودکشی
- هراس یا ترس ناگهانی
- علائم افسردگی
- علائم استرس پس از سانحه (PTSD)
- جلوگیری از داشتن هرگونه تماس بدنی

علائم و نشانه‌های سوءاستفاده عاطفی از کودک که خود نوع دیگری از کودک آزاری محسوب می‌شود عبارت‌اند از:

- تأخیر یا رشد عاطفی نامناسب - از دست دادن اعتماد به نفس یا عزت نفس
- کناره‌گیری اجتماعی یا از دست دادن علاقه یا اشتیاق
- افسردگی
- اجتناب از انجام برخی شرایط خاص، مانند امتناع از رفتن به مدرسه یا اتوبوس
- ناامیدانه به دنبال محبت بودن
- کاهش عملکرد در مدرسه یا کاهش علاقه به مدرسه
- از دست دادن مهارت‌های رشدی که قبلاً به دست آورده
- در میان تمامی علائم کودک آزاری گفته شده، بهتر است از علائم و نشانه‌های زیر هم غافل نشوید:
- رشد ضعیف یا افزایش اضافه وزن
- بهداشت ضعیف
- کمبود لباس یا لوازم برای رفع نیازهای جسمی
- برداشتن غذا یا پول بدون اجازه
- پنهان کردن غذا برای بعد

-رسیدگی ضعیف به تکالیف مدرسه

-عدم توجه مناسب به مشکلات پزشکی، دندانپزشکی یا روانی یا عدم پیگیری درمان‌های لازم

-رفتار والدین

تعریف کودک آزاری طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی:

آسیب یا تهدید جسم و روان یا سعادت و رفاه و بهزیستی کودک به دست والدین یا افراد که نسبت به او مسئول هستند کودک آزاری است. در اصطلاح متخصصین هرگونه آسیب جسمی، روانی، سوءاستفاده جنسی یا بهره‌کشی و رسیدگی نکردن به نیازهای انسانی افراد زیر ۱۸ سال از کودک آزاری تلقی می‌گردد.

تقسیم بندی کودک آزاری:

تاکنون چهار گروه از کودک آزاری تشخیص داده شده که عبارتند از:

کودک آزاری جسمی:

مثل شلاق زدن، هل دادن، لگد زدن، پرت کردن، جراحی جسمی به کودک وارد کردن، حمله فیزیکی، بریدگی، کبودی، شکستگی استخوان و... که برای کودک قبل از سن ۱۸ سال به دست افراد بزرگسال ایجاد گردد.

کودک آزاری عاطفی:

بی توجهی به نیازهای عاطفی کودک، طردکردن کودک، اعمال خشونت خانوادگی در حضور کودک، تشویق نکردن کودک، خوردن الکل والدین در حضور کودک، استفاده از مواد در حضور کودک و... که کودک را از نظر عاطفی مورد آسیب قرار می‌دهد.

مسامحه عاطفی:

بی توجهی و غفلت نسبت به کودک، فراهم نکردن بهداشت، مسکن، مراقبت طبی مناسب، و تحصیل می‌تواند همان کودک آزاری تعریف گردد.

کودک آزاری جنسی:

هرگونه درگیر کردن کودک در فعالیتی که باعث ارضای فرد بزرگسال گردد. تحمیل جنسی علیه کودک که فاقد تحول شناختی، هیجانی و جسمی است. لمس، بوسیدن، وادار کردن کودک به دیدن روابط دو فرد بزرگسال. اجبار به برهنه شدن، عکس گرفتن از بدن کودک، نشان دادن عکس از افراد برهنه به کودک را می‌توان از انواع کودک آزاری جنسی نام برد.

دوران کودکی مهم‌ترین مرحله رشد و تکامل جسمی و روانی کودک می‌باشد و آسیب در این دوران پیامدهای طولانی مدت در آینده را در پی خواهد داشت و خصوصاً آسیب‌ها و آزارهای جنسی به کودکان چون کمتر قابل

شناسایی می‌باشد و کودکان که معمولاً قادر به بیان آسیب نیستند، می‌توان گفت پیامدهای غیرقابل جبران

درحال و آینده برای کودک به بار خواهد آورد.

ازینرو از انواع کودک آزاری در این جستار یاد کرده ایم. در مورد آزار جنسی کودکان و پیامدهای آن مطالبی پایه ای را ارائه کرده ایم تا والدین با شناخت انواع کودک آزاری، علائم و نشانه ها، پیامدها، بتوانند در ابتدا با یادگیری مهارت های مناسب جلوی این آسیب مهم را بگیرند، و چنانچه کودک مورد آسیب قرار گرفته باشد با راهکارهای مناسب برخورد با کودک آسیب دیده از پیامدهای آسیب زای آن در بزرگسالی جلوگیری کنند. پژوهش ها علل متفاوتی برای کودک آزاری جنسی بیان کرده اند که عبارتند از:

علل خانوادگی:

معمولاً در خانواده هایی که والدین مهارت های اجتماعی پایین تری دارند مهارت های فرزندپروری را به خوبی نمی دانند، یا تحصیلات مادر و پدر در حد پایینی ست، یا سابقه بازداشت و یا سوء پیشینه کیفری داشته باشند، یا سابقه ای از بیماری های روانی در والدین وجود داشته باشد، یا طلاق و جدایی بین والدین افتاده باشد به نظر می رسد آسیب های جنسی بیشتری می شود.

علل فرهنگی:

معمولاً پژوهش ها نشان می دهد زندگی در گروه هایی که از نظر اجتماعی و اقتصادی در حد متوسط و پایین قرار دارند آسیب جنسی بیشتر است.

علل روانی مربوط به کودک:

ویژگیهای خاص روانی برخی کودکان احتمال آزار نسبت به آنها را افزایش می دهد. مانند:

کودکان غیرطبیعی:

نارس بودن کودک هنگام تولد، ناهنجاری های مادرزادی، نقایص هیجانی و عاطفی، اختلال تکلم، نقص در بینایی و شنوایی، فلج، و عقب ماندگی خیلی اوقات احتمال آسیب جنسی در کودکان را افزایش می دهد.

کودکان دشوار:

کودکانی که از نظر جسمی سالم بوده ولی والدین آنها را غیرطبیعی می دانند را کودکان دشوار می نامند. مثل کودکان بدخلق، کودکان بیش فعال، کودکانی که دچار بی اختیاری ادرار و مدفوع هستند. کودک تحریک پذیر، کودک سازش ناپذیر، پژوهشها نشان داده این گروه از کودکان نیز بیشتر از سایرین در معرض آسیب های جنسی قرار دارند.

کودک طرد شده:

کودکی که حاصل حاملگی ناخواسته یا حاملگی پیش بینی نشده است. یا با انتظارات والدین همسو نمی باشد، اصطلاحاً کودک طرد شده نامیده شده. و احتمال آسیب جنسی در این کودکان نیز بیشتر از کودکان سالم می باشد.

به نظر می رسد وقتی کودکان مورد آسیب قرار می گیرند ترس از بیان آسیب به والدین خوددارند شاید به این دلیل که شاید فردی که به آنها آسیب زده تهدیدشان کرده یا خودشان را مقصر می دانند و یا این که والدین به

گونه ای با کودک ارتباط برقرار نکرده اند که کودک بتواند با آرامش و احساس امنیت مشکلاتش را برای آنها بازگو کند.

در دختران به نظر می رسد ترس از سرزنش و متهم شناخته شده دلیل اصلی پنهان کردن آسیب باشد. اما کودکانی که ارتباط مناسب تری با والدین خصوصاً مادر خود دارند نیز هنگام بیان آسیب، ترس، شرم، گریه، مشمت گره کرده و دیگر علامت های رفتاری را نشان می دهند.

پژوهش ها نشان داده قشر خاکستری مغز کسانی که آسیب جنسی را تجربه می کنند نسبت به افراد سالم نازک تر می شود (قشر خاکستری مغز مخصوص تجزیه و تحلیل، قدرت تصمیم گیری منطقی می باشد که در صورت آسیب جنسی در بزرگسالی قشر آن نازک تر شده و نمی توانند به راحتی با جهان اطراف خودشان را وفق دهند و خیلی اوقات با اختلالات مواجه می شوند).

نکته های مهمی که به نظر می رسد ذکر آنها ضروری است:

- هرچه سن بالاتر باشد تجارب سخت تر می شود

- هرچه سن متجاوز بالاتر باشد آثار آن شدیدتر است

- طول زمان آسیب هرچه بیشتر باشد آثار منفی تری دیده می شود

- هرچه رابطه فرد آسیب زننده، نزدیک تر باشد پیامدهای آن منفی تر است

- هرچه سن کودک کمتر باشد پیامدهای آسیب جنسی سخت تر می شود.

با توجه به اینکه امکان آسیب جنسی برای کودکان وجود دارد و خیلی اوقات آسیب جنسی توسط افراد نزدیک به کودک اتفاق می افتد نیاز است والدین در این خصوص حتماً اطلاعات کافی داشته باشند.

آمارهایی از تعداد قربانیان خشونت جنسی:

خشونت جنسی، مشکلی گسترده است که ممکن است برای هر فردی اتفاق بیافتد. چه زن و چه مرد!

طبق آماري که موسسه ملی بهداشت اعلام کرده است، در آمریکا، یک نفر از هر سه زن و یک نفر از هر چهار مرد، در طول زندگی خود دچار خشونت جنسی می شود. به دلیل شرم و ترسی که بسیاری از قربانیان از گزارش سوءاستفاده جنسی دارند، این آمار احتمالاً بالاتر از اعداد اعلام شده است.

برابر گزارشهای موجود، اکثر قربانیان، فرد متجاوز را می شناسند:

۸۰ درصد از تجاوزهای جنسی را شخصی انجام می دهد که قربانی او را می شناسد. مانند همسایگان، عضوی از خانواده یا حتی شریک عاطفی یا همسر.

انواع سو استفاده جنسی:

رفتار جنسی به دو دسته کلی سالم و ناسالم تقسیم می شود. رفتار جنسی سالم دارای دو شرط است. شرط اول

آن که هر دو طرف با تماس یا انجام فعالیت جنسی رضایت کامل داشته باشند و اجباری برای آنها صورت نگیرد. شرط دوم آن که رابطه جنسی متناسب با شرایط و موقعیتی چون مکان مناسب یا تناسب سن دو طرف

شکل بگیرد. در طی وقوع سوء استفاده جنسی یکی از دو شرط بیان شده بطور کامل رعایت نمی‌شود. تجاوز جنسی یک نوع رایج از سوء استفاده جنسی است که ممکن است در موقعیت‌های متفاوتی رخ دهد. بطور کلی سوء استفاده جنسی به چند دسته زیر تقسیم می‌شود:

تجاوز جنسی: این نوع از سوء استفاده به معنای تحمیل رابطه جنسی به یک فرد بدون رضایت او است که می‌تواند اشکال متفاوتی چون مرد به زن، زن به مرد، مرد و زن به کودک، زن به زن و مرد به مرد داشته باشد. در واقع هر شکل از رابطه جنسی که در آن رضایت نباشد، تجاوز جنسی به حساب می‌آید. حمله ناخوشایند: لمس کردن نامناسب و خشن بدن فرد قربانی که بطور ناگهانی و بدون رضایت او رخ می‌دهد. مزاحمت جنسی: هر رفتاری که باعث شود یک فرد احساس ناراحتی و ناامنی در ارتباط با بدن یا جنسیت خود کند به معنای مزاحمت جنسی است. رفتارهایی چون متلک گویی و پیام‌های مناسب درباره ظاهر، نگرش یا رفتار یک فرد در این دسته از سوء استفاده جنسی قرار دارد. سو استفاده جنسی در زنان:

سوء استفاده جنسی به معنای مجبور کردن یک نفر به انجام رفتار جنسی است؛ در صورتی که آن فرد تمایلی به انجام این کار ندارد. این رفتار ناشایست ممکن است هم برای زنان و هم برای مردان رخ دهد. موضوع این بخش از مقاله ما در باره زنانی است که مورد آزار جنسی قرار می‌گیرند. تحقیقات نشان داده زنانی که مورد آزار و اذیت جنسی قرار می‌گیرند نسبت به سایر زنان، نارضایتی بیشتری از بدن خود دارند. در واقع این دسته از زنان با وقوع چنین رفتار ناگواری، تأثیری منفی از بدنشان در ذهن خود ایجاد می‌کنند؛ این تصویر در ذهن زنانی که در کودکی و پیش از ۱۲ سالگی دچار سوء استفاده جنسی می‌شوند نسبت به دیگر زنان پررنگ‌تر است. دسته دیگر مشکلاتی که به سراغ این زنان قربانی می‌رود به خاطر ابعاد شخصیتی آنها است. پس از وقوع این حادثه تلخ، زنان قربانی دچار مشکلاتی چون اعتماد به سایر افراد، کاهش عزت نفس، نداشتن احساس امنیت، مشکلات جنسی، اختلال اضطراب و مصرف مواد می‌شوند. این نوع از زنان اغلب در برقراری رابطه جنسی به مشکل برمی‌خورند و در واقع با طرف مقابل خود آسوده نیستند و از برقراری رابطه در روشنایی دوری می‌کنند.

سو استفاده جنسی در مردان:

همانطور که در بخش بالا اشاره کردیم؛ سوء استفاده جنسی رفتاری ناشایست و غیراخلاقی است که وقوع آن برای هم مرد و هم زن تلخ و ناراحت کننده است. طبق تحقیقات انجام شده از هر شش مرد، حداقل یک مرد در زمان کودکی یا بزرگسالی خود مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفته است. حتی ممکن است این آمار اعلام شده بیشتر هم باشد؛ چرا که اکثر مردان تمایلی به بیان این موضوعات در باره خود ندارند. وقوع این حادثه برای مردان عوارض متفاوتی به همراه دارد. مردان قربانی سایر افراد را چون شخصی متقلب، بدخواه و غیرقابل تصور می‌بینند و از برقراری رابطه عاطفی دچار آشفتگی و دگرگونی می‌شوند. پس این دسته از

مردان از سایر افراد فاصله می‌گیرند و حتی ممکن است حس ناامنی و دوری را در رابطه عاشقانه خود هم وارد کنند.

مردان قربانی در بیان احساسات خود دچار تردید و ناچاری هستند و نمی‌توانند تمایز و تفاوت بین عشق، رابطه جنسی، احساسات واقعی یا فریب را تشخیص دهند. خود این مردان ممکن است که متوجه سردرگمی‌ها و رفتار غیرعادی خود نشوند و آن را موضوعی طبیعی بدانند. حتی برخی از این مردان قربانی با برقراری رابطه‌های جنسی مکرر تلاش برای رفع مشکلات خود می‌کنند؛ در حالی که ممکن است نسبت به حل این موضوع هیچ بینش و آگاهی نداشته باشند.

سوء استفاده جنسی در رابطه:

آزار و سوء استفاده جنسی می‌تواند به صورت خشونت خانگی و تهدید همسر یک شخص، برای برقراری تماس یا رابطه جنسی ناخواسته صورت پذیرد. در واقع رابطه جنسی اجباری همسر هم در دسته تجاوزات جنسی قرار دارد؛ چرا که فرد قربانی با نارضایتی تن به رابطه جنسی می‌دهد. تحقیقات انجام شده نشان داده که در موارد اندکی زنان با اعمال خشونت تمایل به برقراری چنین روابط اجباری با همسران خود دارند؛ پس آمار بیشتر چنین سوء استفاده‌ای از مردان است.

واکنشها و پیامدهای خشونت جنسی:

برخی از بازماندگان خشونت جنسی برای مقابله با سوء استفاده جنسی، اتفاق را انکار می‌کنند و ناخودآگاه خود را تا حدی از واقعیت جدا می‌کنند تا بتوانند تجربه و خاطرات آسیب‌زا را تحمل کنند. اختلالات گسستگی در قربانیان تجاوز در کودکی بیشتر از جمعیت عادی مشاهده می‌شود. کودکانی که ۹ سال یا کمتر سن دارند، به ویژه در شرایط سوء استفاده شدید جنسی، جسمی یا عاطفی، مستعد ابتلا به اختلالات گسستگی هستند.

سوء استفاده جنسی می‌تواند منجر به ایجاد شوک، ترس، اندوه و در برخی موارد اختلالات اضطرابی یا افسردگی و حتی اختلال استرس پس از سانحه، صدمات جسمی و یا ایجاد افکار خودکشی شوند. این موارد می‌تواند بر سلامتی، موقعیت شغلی و کیفیت روابط فرد تأثیر منفی بگذارد. همچنین درمان به موقع، آموزش مهارت‌های مقابله‌ای و بهره‌مندی از شبکه پشتیبانی اجتماعی می‌تواند بار فشارها را تسکین دهد و به بهبودی قربانیان کمک کند.

پیامدهای روانی سوء استفاده جنسی:

فردی که قربانی یک سوء استفاده جنسی است؛ دچار پیامدهای ناگواری چون شوک، ترس و ناباوری می‌شود. این دسته از افراد در اغلب زمان‌ها دچار احساس گناه، سرزنش، انزوا و کابوس‌های شبانه می‌شوند. علائم بلند مدت در فرد قربانی شامل اضطراب، ترس و استرس است. افرادی که دچار چنین حوادث ناگواری می‌شوند تا

مدت‌ها بعد دچار استرس و اضطراب شدید می‌شوند و با روبرو شدن با محیط‌ها و شرایط مشابه با آزار جنسی، علائم فیزیکی و روانی شدید و غیرطبیعی از خود نشان می‌دهند.

سوء استفاده جنسی هیچگاه از ذهن فرد قربانی پاک و به فراموشی سپرده نمی‌شود و تاثیر عمیق و ناگواری در زندگی فرد دارد. این تأثیرات منفی زمانی در زندگی قربانی بیشتر نقش می‌بندد که سوء استفاده جنسی را یکی از اعضای خانواده او انجام داده باشد. در این شرایط فرد اعتماد خود را نسبت به سایر افراد به خصوص نزدیکانش از دست می‌دهد و به شدت آسیب می‌بیند و دچار استرس و اضطراب فراوان می‌شود. زمانی که فرد متجاوز جز اقوام یا آشنایان باشد؛ پس سوء استفاده جنسی به طور مداوم تکرار شده و فرد قربانی دچار آسیب بسیار شدید خواهد شد. افراد قربانی به دلیل ترس از وقوع تنش در خانواده خود، ترجیح می‌دهند که در مورد اتفاق ناگواری پیش آمده خیلی صحبت نکنند. اغلب افراد و کودکانی که دچار سوء استفاده جنسی یا کودک آزاری شده باشند؛ پس از گذشت مدت زمان بسیار کوتاهی مشکلاتی چون افسردگی و اضطراب آن‌ها را به شدت تحت فشار قرار می‌دهد.

قربانیان خشونت و سوء استفاده جنسی در فرآیند روان درمانی یاد می‌گیرند که:

- چگونه احساسات منفی خود را شناسایی و درک کنند
- خاطرات خود را مدیریت کنند
- مهارت‌های مقابله‌ای را توسعه دهند
- استراتژی‌های مدیریت استرس را به کار گیرند
- اعتماد به نفس خود را بازیابند

روش‌های روان درمانی متمرکز بر تروما ممکن است مفید باشند. از جمله این روش‌ها؛ روش‌های درمان با پردازش شناختی و حساسیت‌زدایی از طریق حرکت چشم و پردازش مجدد است. اگر یک اختلال روانشناختی جداگانه به عنوان مکانیسم مقابله‌ای وجود داشته باشد، مثلاً اگر نشانه‌هایی از اختلالات گسستگی مشاهده شد، مهم است که به طور کامل به این اختلال رسیدگی شود تا علت اصلی شناسایی شده و برطرف گردد.

سوء استفاده جنسی در بلندمدت چه پیامدهای روانی به همراه دارد؟

علائم بلندمدت در فرد قربانی شامل اضطراب، ترس و استرس است. افرادی که دچار چنین حوادث ناگواری می‌شوند تا مدت‌ها بعد دچار استرس و اضطراب شدید می‌شوند و با روبرو شدن با محیط‌ها و شرایط مشابه با آزار جنسی، علائم فیزیکی و روانی شدید و غیرطبیعی از خود نشان می‌دهند.

تأثیر سوء استفاده جنسی در دوران کودکی:

متأسفانه، تمامی بخش‌های زندگی قربانیان سوء استفاده جنسی در کودکی، تحت الشعاع قرار می‌گیرد. این موارد به عنوان تجربیات نامطلوب کودکی (ACE) شناخته می‌شوند.

تأثیرات جسمی کودک آزاری:

فردی که تحت آزار جنسی در دوران کودکی قرار گرفته، ممکن است به آسیب‌های جسمی و عفونت‌های مقاربتی (STI) دچار شود. تجربیات کودک آزاری مانند سوءاستفاده جنسی همچنین با افزایش خطر ابتلاء به بیماری‌های مزمن در زندگی مانند چاقی، سرطان و بیماری‌های قلبی همراه است.

تأثیرات روانی کودک آزاری:

مسدود کردن ذهنی خاطرات آسیب دیدگی گذشته، یک دفاع روانشناختی است که به عنوان تجزیه، شناخته می‌شود. از آنجا که خاطرات کودک آزار دیده به لحاظ عاطفی بسیار دردناک هستند، خاطرات تجاوز اغلب در عمق ذهن مدفون می‌شوند. مشکل در یادآوری خاطرات دوران کودکی ممکن است شاخصی از قرار گرفتن در معرض آسیب در گذشته باشد.

تأثیر کودک آزاری بر روابط عاطفی:

احتمال بزه‌دیدگی ثانوی یا مجدد برای بازماندگان تجاوز جنسی در دوران کودکی وجود دارد. به عنوان مثال، زنانی که در کودکی در معرض آزار جنسی قرار دارند، دو تا سیزده برابر بیشتر از دیگران در معرض سوء استفاده جنسی قرار دارند. علاوه بر این، کسی که در دوران طفولیت خود در معرض کودک آزاری قرار گرفته، دو برابر بیشتر در معرض خطر تجاوز خانگی غیر جنسی شریک آینده خود قرار دارد.

علت به‌خاطر آوردن خاطره کودک آزاری چیست؟

در زمان وقوع یک تعرض یا آزار جنسی، ذهن ارتباطات بسیاری با احساسات، مشاهده‌ها، صداها، بوها، طعم و لمس مرتبط با آسیب ایجاد می‌کند. بعدها، احساسات مشابه ممکن است خاطره‌ای از واقعه کودک آزاری را در ذهن تداعی کنند. در حالی که برخی از افراد ابتدا حوادث آسیب‌زای گذشته را در حین درمان به یاد می‌آورند، بیشتر افراد خاطرات کودک آزاری خود را خارج از زمان آغاز درمان به خاطر می‌آورند.

انواع تجربیات می‌توانند باعث یادآوری خاطرات کودک آزاری شوند. این حالت ممکن است شامل شرایطی مانند خواندن داستان‌هایی درباره آسیب‌های دیگران، تماشای برنامه‌های تلویزیونی که حوادث کودک آزاری مشابه تجربه قبلی بیننده را به تصویر کشیده‌اند، تجربه یک واقعه ناراحت‌کننده در زمان حال یا نشستن با خانواده و یادآوری یک دوره مشترک وحشتناک برای برخی از افراد باشد. این نوع تجربه‌ها می‌توانند دروازه سیل خاطرات ترسناک و وحشتناک را باز کنند.

آیا خاطرات دوران کودکی همیشه دقیق هستند؟

دانشمندان بر این باورند که خاطرات بازیابی شده از جمله خاطرات بازیابی مربوط به آسیب دوران کودکی همیشه دقیق نیستند. وقتی افراد، آسیب روحی دوران کودکی خود را به یاد می‌آورند و بعداً ادعا می‌کنند که در حافظه آنها اشتباهی رخ داده، بنابراین به هیچ وجه نمی‌توان فهمید که کدام حافظه دقیق بوده است، خاطره‌ای که حاکی از بروز اتفاق در آن بوده یا ادعایی که وجود آن را تکذیب کرده است.

خاطرات دروغین چگونه در ذهن ایجاد می‌شوند؟

بسیاری از تحقیقات آزمایشگاهی مربوط به افراد عادی در موقعیت‌های روزمره نشان می‌دهد که حافظه کامل نیست. شواهد نشان می‌دهند که حافظه می‌تواند تحت تأثیر افراد و موقعیت‌های دیگر قرار بگیرد. افراد می‌توانند داستان‌هایی را برای پرکردن شکاف‌های حافظه‌ای بسازند و می‌توان مردم را ترغیب کرد که باور کنند حوادثی را شنیده، دیده یا تجربه کرده‌اند که واقعاً اتفاق نیفتاده است. مطالعات همچنین حاکی از این موضوع هستند که افرادی که خاطرات نادرستی دارند می‌توانند به شدت باور داشته باشند که این خاطرات حقیقت دارد. درمان کودک آزاری در بزرگسالی:

درمان‌های متمرکز بر آسیب‌های روحی و جسمی، اگر چه نه تمامی زمان‌ها، اما برای همه افراد مؤثر است. برای پزشک، روان درمانگر و سایر ارائه دهندگان مراقبت‌های بهداشتی مهم است که با گرفتن شرح حال جسمی و روان پزشکی کامل، از جمله سابقه آسیب‌های جسمی و روانی، یک طرح درمانی را شروع کنند. دانش در مورد جزئیات کودک آزاری و برخی از تأثیرات احتمالی آنها می‌تواند به مراقبان حرفه‌ای کمک کند تا با تنظیم یک روش درمانی، امکان بروز علائم را کاهش داده و عملکرد روزانه را بهبود بخشند.

درمان افسردگی بعد از تجاوز به کودک:

اگر جزو خانواده کودکی هستید که به تازگی مورد تجاوز قرار گرفته، بهتر است به دنبال دریافت کمک‌های تخصصی‌تری از روانشناسان کودک باشید. معمولاً در طی جلسات مشاوره‌ای، والدین یا سرپرست کودک همراه با او در طول جلسات شرکت می‌کنند، مگر این که والدین خود عامل کودک آزاری باشند. در این جلسات علائم اضطراب پس از سانحه (PTSD) معمولاً خود والدین نیز تحت درمان قرار می‌گیرند.

اختلال استرس پس از سانحه Post-traumatic Belastungsstörung Posttraumatische Belastungsstörung

stress disorder: اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) اختلالی است که پس از یک رویداد آسیب زا رخ می‌دهد. که با افکار مزاحم، کابوس‌ها و فلاش بک‌ها (بازیابی خاطرات گذشته)، اجتناب از یادآوری تراوما، شناخت‌ها و خلق‌های منفی، هوشیاری بیش از حد و اختلال خواب مشخص می‌شود.

هدف از درمان متمرکز بر کودک آزاری، این نیست که مردم همه مسائل نگران‌کننده‌ای را که برای آنها اتفاق افتاده، به یاد بیاورند. برای درمان کودک آزاری، نیازی به یادآوری همه جزئیات نیست. بلکه هدف از روان درمانی این است که به افراد کمک کند تا نسبت به خاطرات و احساسات مربوط به آسیب‌های دوران کودکی خود اقتدار لازم را کسب کنند تا بتوانند زندگی خود را ادامه دهند. برای این کار، آنها معمولاً مجبورند با جزئیات دقیق درباره تجربیات گذشته خود صحبت کنند. از طریق گفتگو با روانپزشک یا روانشناس آنها می‌توانند آسیب روحی خود را تصدیق کرده، به یاد آورده، احساس کنند و یا این که در مورد آن فکر کنند، آن را به اشتراک بگذارند. در عین حال، برای جلوگیری از ادامه یافتن تأثیرات منفی گذشته بر حال، تمرکز بر زمان حال بسیار

حیاتی است، زیرا هدف کمک به افراد است که زندگی سالم‌تر و با عملکردی بیشتر در اینجا و اکنون را تجربه کنند.

آیا افرادی که در کودکی مورد تجاوز قرار گرفته‌اند، بیشتر مستعد ابتلاء به اختلالات شخصیتی هستند؟
بله، تجربه تجاوز می‌تواند خطر ابتلا به اختلالات شخصیتی مانند اختلال شخصیت مرزی (BPD) یا اختلالات مرتبط با بی‌اعتمادی و ناپایداری عاطفی را افزایش دهد.

تجاوز جنسی چه تأثیری بر روابط بین‌فردی قربانی در بزرگسالی دارد؟
افرادی که در کودکی مورد تجاوز قرار گرفته‌اند، اغلب با مشکلات بی‌اعتمادی، ترس از صمیمیت یا وابستگی بیش از حد مواجه هستند. این مشکلات می‌تواند روابط عاطفی و دوستانه آن‌ها را به شدت تحت تأثیر قرار دهد.

چرا بسیاری از افراد تا سال‌ها پس از تجربه تجاوز جنسی در کودکی، قادر به صحبت درباره آن نیستند؟
احساس شرم، ترس از قضاوت شدن، یا فکر کردن به اینکه کسی آن‌ها را باور نخواهد کرد، از دلایل رایج سکوت این افراد است. همچنین ممکن است سرکوب کردن این خاطرات، راهی برای محافظت روانی آن‌ها از درد و رنج ناشی از این تجربه باشد.