

INFORMASJON TIL BARN OM SEKSUELT MISBRUK AV BARN

TF-CBT

Hva er seksuelt misbruk av barn?

Seksuelt misbruk av barn skjer når en voksen eller et eldre barn tar på eller gnir et barns private områder (tiss/penis eller vagina, testikler, rumpe, pupper/bryster), eller når en voksen eller et eldre barn spør et barn om å ta på den andre personens private områder. Denne typen berøring er ikke OK.

Den personen som gjør dette kalles en seksuell overgriper. Overgriperen kan tvinge barnet til å gjøre disse tingene og være hardhendt, eller han/ hun kan late som om det er en lek eller til og med gi barnet en belønning for å gjøre det. Overgriperen kan være en barnet kjenner – en slektning, en venn av familien, en tenåring, eller et annet barn. Uansett, det er ikke OK selv om personen prøver å spøke med det, og uansett hva barnet syns om det.

Hvem blir seksuelt misbrukt?

Mange barn opplever seksuelle overgrep. Det kan skje med gutter og jenter i alle aldre, religioner, og folkeslag. Noen barn som har blitt seksuelt misbrukt er rike, noen er fattige.

Hvem misbruker barn seksuelt?

Noen mennesker utnytter barn seksuelt, men mange flere mennesker tar på barn med ikke OK berøring. De fleste seksuelle overgrepere er menn, men noen er kvinner.

Man kan ikke gjette at noen er overgripere ut fra hvordan de ser ut, kler seg eller oppfører seg. Som oftest er ikke overgriperen en fremmed, men en som barnet kjenner veldig godt. Overgriperen kan være et familiemedlem (som en fetter, onkel, forelder eller besteforelder) eller en annen som barnet kjenner godt (som en trener, barnevakt eller nabo).

Hvorfor forteller ofte ikke barn om overgrepene?

Noen ganger sier overgriperen at barnet skal holde den ikke OK berøringen hemmelig. Overgriperen kan bruke forskjellige knep for at barnet ikke skal fortelle noe videre. For eksempel kan en person si at det er barnets egen skyld eller at barnets familie eller kjæledyr vil bli skadet hvis barnet forteller det til noen. Noen ganger holder også barnet overgrepene hemmelige fordi de føler seg skamfulle, flaue eller redde.

Av disse grunnene er det mange barn som ikke forteller om seksuelle overgrep, eller at det tar en stund før de forteller om det. Det er lurt å fortelle om seksuelle overgrep til en voksen som vil hjelpe til med å få det stoppet.

Hvorfor skjer seksuelle misbruk?

Det finnes mange forskjellige grunner, akkurat som det finnes mange forskjellige overgripere. Men det er veldig vanskelig å forstå grunnen til hvorfor dette skjer med et hvilket som helst barn. Det vi vet er at *ingen barn er ansvarlige for det en voksen gjør!*

Hvordan kan man vite at et barn er blitt seksuelt misbrukt?

Du kan ikke vite om et barn har blitt seksuelt misbrukt ved å se på ham/ henne. Noen ganger kan man se at noe plager barnet ut ifra hvordan han / hun oppfører seg, men du kan ikke vite hva det er. Det er derfor det er så viktig at barn forteller det til noen, når de opplever en ikke OK eller en forvirrende berøring.

Hvordan føler barn seg når de er blitt seksuelt misbrukt?

Barn kan reagere med alle slags følelser etter å ha bli utsatt for seksuelt misbruk. Den seksuelle berøringen kan ha føltes godt for noen barn, og de kan fortsatt like personen som gjorde det. Men noen barn har andre følelser: de er veldig sinte på overgriperen eller redde for ham/ henne. Andre barn kan føle skyld for det som skjedde og kanskje skamme seg. Alle disse følelsene er OK.

Noen ganger når man har slike følelser, kan de påvirke hvordan man oppfører seg. Et barn som er redd har kanskje ikke lyst til å sove alene eller være alene hjemme. Noen ganger krangler barn mer, og noen ganger føler de seg bare triste og vil være alene. Noen barn føler seg oppskaket i lang tid etter overgrepet har stoppet, men de føler seg ofte bedre etter å ha fått hjelp.

Hvis barn har det vanskelig kan det hjelpe dem å snakke med en forelder eller en i hjelpeapparatet.

Hva kan barn gjøre hvis de utsettes for seksuelt misbruk?

Alle barn må vite at deres kropp tilhører dem. Hvis du føler at måten du blir berørt på er ubehagelig, kan du si "NEI" til personen. Det kan noen ganger være vanskelig å si "NEI", spesielt hvis du er redd, sjenert eller flau. Det du da kan gjøre er å "GÅ" - kom deg vekk fra den personen. Det neste og viktigste å gjøre er å "FORTELLE". Selv om dette også kan være vanskelig å gjøre, er det viktig å fortelle en voksen (som en forelder, andre familiemedlemmer eller en lærer) om hva som skjedde. Det er viktig å fortsette å fortelle til noen hører og hjelper. Husk trinnene: NEI- GÅ- FORTELL!

Det er veldig bra å snakke med en rådgiver eller en forelder. Det hjelper å snakke om seksuelt misbruk, selv som det kan bli vanskelig. Snakking, skriving, og til og med synging og tegning kan hjelpe barn som har blitt seksuelt misbrukt til å føle seg bedre etter en stund.

Det er viktig å fortelle voksne om seksuelt misbruk av barn slik at de kan skaffe hjelp. Barnvernet er klare til å hjelpe barn som har opplevd overgrep.

Fra Cohen, J. A., Mannarino, A.P. & Deblinger, E. (2006). "Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents": The Guilford press. Oversatt og omarbeidet av Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress.

