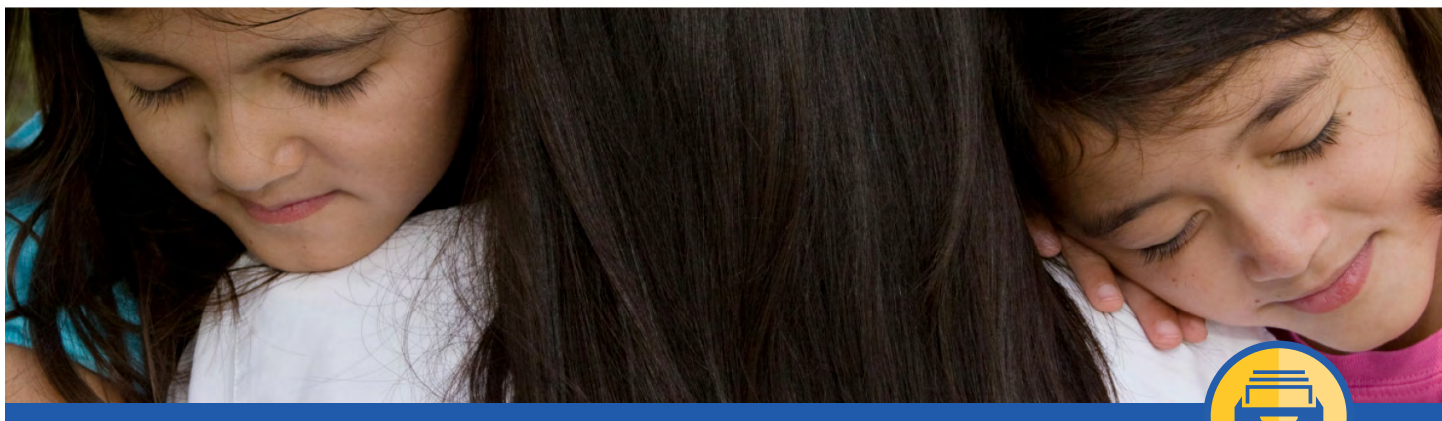




Come affrontare il trauma dell'abuso sessuale intra-familiare

Informazioni per genitori e tutori

Che cosa si intende per abuso sessuale intra-familiare?

L'abuso sessuale intra-familiare è un abuso sessuale che si verifica all'interno della famiglia. In questa modalità di abuso, un membro della famiglia coinvolge il minore (o lo espone a) in comportamenti o attività sessuali. Il "familiare" potrebbe non essere un parente stretto, ma potrebbe essere qualcuno considerato "parte della famiglia", come un padrino/madrina o un amico molto stretto.

Scoprire che una persona di cui vi fidate ha abusato sessualmente di vostro/a figlio/a è estremamente stressante e può suscitare intense emozioni di shock, rabbia, confusione, rifiuto, incredulità e senso di colpa. Gestire queste reazioni e aiutare vostro/a figlio/a ad elaborare l'accaduto richiede tempo, forza e il supporto della vostra famiglia allargata, della comunità, delle forze dell'ordine, dei servizi di tutela all'infanzia e di salute mentale. Sebbene possa essere difficile è importante denunciare alle autorità competenti l'abuso che vostro/a figlio/a ha rivelato. È un passaggio fondamentale per la sua sicurezza.

Affrontare la realtà degli abusi sessuali all'interno della famiglia può essere un processo molto doloroso. Ma agendo per "svelare il segreto", puoi aiutare la tua famiglia a guarire e proteggere tuo/a figlio/a, affinché possa crescere e diventare un adulto sano.

L'effetto dell'abuso sessuale intra-familiare sui bambini

Quando i bambini subiscono abusi da parte di adulti che dovrebbero proteggerli, la loro capacità di fare affidamento sugli adulti potrebbe essere compromessa. Sapere che l'abusante è una persona stimata, o addirittura amata, da altri membri della famiglia rende ancora più difficile per i bambini raccontare ad altri ciò che hanno subito.

I bambini che hanno subito abusi da parte di un familiare sono più propensi ad incolparsi per l'accaduto rispetto a quelli che subiscono molestie da qualcuno esterno al nucleo familiare. Questo è ancor più vero per i bambini più grandi, che potrebbero essere maggiormente consapevoli dell'effetto che il rivelare l'abuso potrebbe avere sugli altri membri della famiglia.

Di conseguenza le vittime di abusi sessuali intra-familiari possono impiegare settimane, mesi o più per comunicare a qualcuno di aver subito abusi, e ancora più tempo per raccontare tutti i dettagli. I bambini provenienti da culture che disapprovano il parlare di sesso o sessualità potrebbero essere ancora più inibiti nel racconto (vedi riquadro).



Dopo aver rivelato l'accaduto, i bambini e gli adolescenti che hanno subito abusi sessuali da parte di un familiare sono spesso tormentati da dubbi su sé stessi, sensi di colpa, paura dell'abusante e angoscia per ciò che la rivelazione può aver causato agli altri membri della famiglia. A volte, nel disperato tentativo di migliorare la situazione, potrebbero voler ritrattare la loro versione dei fatti o addirittura negare che l'abuso sia mai avvenuto.

Ritrattare o negare è un comportamento comune e non significa che il bambino o il ragazzo abbia mentito sull'abuso. Quando la molestia sessuale è causata da un familiare, le vittime possono sentirsi spinte a ritrattare per la mancanza di un adeguato supporto familiare.

Chiedere aiuto ad un professionista della salute mentale può aiutare sia la giovane vittima che la sua famiglia ad elaborare in maniera più funzionale l'accaduto e guarire dal trauma.

Sfide culturali

Ogni cultura ha regole esplicite ed implicite su sesso e sessualità. Tali regole possono rendere ancora più difficile per bambini e ragazzi chiedere aiuto quando hanno subito abusi sessuali.

Ad esempio, nelle culture che attribuiscono un grande valore alla verginità femminile, una ragazza che ha subito molestie può sentirsi disonorata e considerata "merce danneggiata" che nessuno più vorrà sposare. Questo può provocare emozioni di vergogna che a sua volta può portare ad una ulteriore chiusura.

I ragazzi che hanno subito abusi sessuali possono provare vergogna e insicurezza. Se l'abuso è avvenuto per mano di un uomo, possono temere che questo abbia una implicazione sul loro orientamento sessuale.

Sebbene le tue convinzioni culturali siano importanti, è necessario concentrarti sulla salute fisica e mentale di tuo/a figlio/a. Ricordati che l'abuso sessuale non è mai colpa della vittima e non si riflette negativamente sulla tua famiglia o su di te in quanto genitore. Chiedi consiglio alle persone di cui ti fidi nella tua comunità, come figure religiose, professionisti sanitari o altri che possano offrirti supporto.

L'effetto dell'abuso sessuale intra-familiare sulla famiglia

L'abuso sessuale su un minorenne da parte di un adulto di cui ci si fida mette a dura prova i rapporti all'interno della famiglia. Alcuni membri del nucleo potrebbero trovare difficile credere che l'abusante abbia potuto fare una cosa simile e schierarsi (o sentirsi spinti a schierarsi) rispetto a chi stia dicendo la verità o meno. Tutti i membri del nucleo potrebbero avere difficoltà a gestire il conflitto di lealtà tra la vittima e l'abusante.

Potrebbero inoltre sorgere tensioni nella misura in cui i diversi membri della famiglia hanno opinioni diverse su concetti quali lealtà, equità, giustizia, perdono e responsabilità.

Se sei una madre o un padre il cui figlio/a ha subito abusi da parte del proprio coniuge o fidanzato, potresti aver bisogno di tanto coraggio per proteggere la tua famiglia. Alcune delle sfide che potresti dover affrontare includono:

- Gestire i familiari che non credono che l'abuso sia avvenuto o che continuano a mantenere una relazione con l'abusante.
- Le possibili difficoltà economiche conseguenti una separazione, se dipendi finanziariamente dall'abusante.
- Possibile perdita di amici e conoscenti alla scoperta di ciò che il tuo partner ha commesso
- Dover dare un senso ai consigli contrastanti di amici, familiari, figure religiose ecc., che potrebbero consigliarti il perdono del colpevole e le autorità di tutela dei minori e le autorità legali che potrebbero spronarti alla denuncia e alla separazione.

Per molti genitori la sfida più grande è rappresentata dalla gestione delle proprie emozioni al momento della rivelazione del figlio/a. Se tuo/a figlio/a ti racconta di aver subito abusi sessuali, la tua reazione può svolgere un ruolo fondamentale nel processo di guarigione dal trauma.

Gestire le proprie reazioni

Le prime reazioni alla scoperta dell'abuso possono includere shock, rabbia, confusione, negazione e incredulità. Se anche tu sei stato/a vittima di abusi sessuali durante l'infanzia. Se anche tu sei stato vittima di abusi sessuali durante l'infanzia, potresti provare reazioni ancor più sconvolgenti e confusione.

Non sorprenderti se attraverserai un periodo doloroso di dubbi su tuo/a figlio/a, soprattutto se l'abusante è qualcuno da cui dipendi o che ami, come il tuo coniuge, il tuo fidanzato o i tuoi genitori. È quasi certo che l'abusante negherà la violenza e quindi potresti trovarti nella difficile posizione di dover decidere a chi credere.

Per molti genitori, è più facile credere che si sia verificato un abuso quando la vittima è un bambino molto piccolo. Se si tratta di adolescenti, invece, molti potrebbero dubitare della veridicità di ciò che il figlio/a ha raccontato.

L'adolescenza è un periodo molto complesso sia per i genitori che per i figli. Spesso le tensioni sono frequenti e gli animi si infiammano. Purtroppo, gli adolescenti che hanno subito abusi sessuali hanno ancor più probabilità di manifestare problemi comportamentali che portano a tensione, risentimento e incomprensioni in famiglia.

Se tuo/a figlio è adolescente, potresti chiederti se sia in qualche modo responsabile dell'abuso. Potresti chiederti se avrebbe potuto evitarlo o perché ci abbia messo così tanto a raccontartelo. Potresti provare confusione, rabbia e senso di colpa perché non si è confidato/a subito con te. Se l'abusante è il tuo coniuge o partner, potresti addirittura sentirti tradito/a.

Per quanto dolorose possano essere tali reazioni, non sono insolite e affrontare i tuoi dubbi e le tue paure sarà fondamentale non solo per il processo di cura di tuo figlio/a ma anche per la tua.



È importante ricordare che il potere assume molte forme diverse e che tuo figlio/a potrebbe essersi sentito costretto in modi anche non meramente fisici.

Ad esempio, se il tuo partner occupa una posizione di potere e ha il controllo sulle risorse finanziarie, sull'educazione del/della ragazzo/a e anche sul rapporto che hai con tuo/a figlio/a, il ragazzo/a potrebbe aver temuto che rifiutare le avances sessuali o reagire avrebbe potuto causare ulteriori problemi in famiglia.

Molti aggressori “comprano” il silenzio delle loro vittime con minacce velate o palesi di tutte le cose orribili che potrebbero capitare se rivelassero l'abuso

Non lasciare che i tuoi sentimenti di confusione e dubbio prevalgano sul fatto che la colpa è sempre dell'abusante. Se, nel pieno del tuo dolore e della tua angoscia, accusi tuo/a figlio/a adolescente di tradimento invece di riconoscere che la vittima è proprio lui/lei, potresti causargli/le ulteriori problemi.

Ad esempio, potrebbe capitare che la vittima abbia sperimentato un'eccitazione sessuale durante l'abuso, anche se forzata e indesiderata. Questo non è affatto insolito e non deve essere considerata una prova del fatto che ci fosse consenso da parte sua.

Anche i genitori che credono al proprio/a figlio/a fin dall'inizio possono sentirsi in colpa per non essere stati in grado di prevenire l'abuso o per non essersi resi conto che qualcosa non andava prima che il bambino lo raccontasse. In questi casi, è utile ricordare che, nessuno di noi ha il potere di leggere nel pensiero o predire il futuro. Molti degli "indizi" che sembrano chiari guardando indietro sono comportamenti aspecifici (ad esempio, maggiore irritabilità, sonno disturbato, ecc.) che persino un professionista della salute mentale potrebbe non aver riconosciuto come segnali di abuso sessuale sul/sulla minore.



Andare avanti

I genitori non coinvolti nell'abuso rappresentano la risorsa più importante che i bambini hanno dopo aver vissuto un abuso intrafamiliare. Per quanto possa essere difficile denunciare un abuso sessuale perpetrato da un membro della famiglia, questa è la cosa migliore che si possa fare per aiutare l'intera famiglia a guarire, incluso l'autore dell'abuso. Se non sei sicuro/a di chi contattare, puoi chiamare la ChildHelp® National Child Abuse Hotline al numero 1.800.4.A.CHILD (1.800.422.4453; http://www.childhelp.org/get_help).

Esistono trattamenti efficaci che possono aiutare te e tuo figlio a progredire — insieme — verso un futuro sereno e sano. I bambini possono guarire da un abuso sessuale con il sostegno di genitori protettivi e presenti.

Per maggiori informazioni sulle opzioni di trattamento, consulta il video della National Child Traumatic Stress Network, The Promise of Trauma-Focused Treatment for Child Sexual Abuse, disponibile all'indirizzo: <http://www.ncatsn.org/ncats/asset.do?id=1151&video=true>

Molte comunità dispongono di Children's Advocacy Centers (CACs) che offrono supporto coordinato e servizi per le vittime di abuso infantile, incluso l'abuso sessuale. Per un elenco degli CAC accreditati suddivisi per stato, visita il sito web della National Children's Alliance: http://www.nca-online.org/pages/page.asp?page_id=3999

Gli studi recenti forniscono solide prove sull'efficacia della TF-CBT applicata al trattamento di minori che hanno subito abusi sessuali, dimostrando la riduzione della sintomatologia correlata all'abuso sessuale infantile, in particolare PTSD, depressione, ansia e impatti positivi per i genitori/caregivers e sulle loro capacità genitoriali, con follow-up a 3, 6 e 12 mesi (Jacome et al., 2024).

Bibliografia

- U.S. Department of Health and Human Services, Administration on Children Youth and Families. (2007). Child Maltreatment 2005. Washington, DC: U.S. Government Printing Office.
- London, K., Bruck, M., Ceci, S.J., & Shuman, D.W. (2005). Disclosure of child sexual abuse: What does the research tell us about the ways that children tell? *Psychology, Public Policy, and Law*, 11 (1), 194–226.
- Deblinger, E., Lippmann, J., Steer, R. (1996). Sexually abused children suffering posttraumatic stress symptoms: Initial treatment outcome findings. *Child Maltreatment*, 1 (4), 310-321
- Cohen, J.A., Mannarino, A.P., Deblinger, E. (2006). Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents. New York: Guilford Press.
- Deblinger, E., Stauffer, A.H. (1996). Treating sexually abused children and their non-offending parents: A cognitive-behavioral approach. Thousand Oaks, CA: Sage.

Questo lavoro è stato sviluppato dal Comitato per gli abusi sessuali sui minori del National Child Traumatic Stress Network, composto da professionisti della salute mentale, legali e medici con esperienza nel campo degli abusi sessuali sui minori.

È stato finanziato dalla Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), Dipartimento della Salute e dei Servizi Umani degli Stati Uniti (HHS). I punti di vista, le politiche e le opinioni espresse sono quelli degli autori e non riflettono necessariamente quelli della SAMHSA o dell'HHS.

Translation reviewed by NCTSN Representative, Zlatina Kostova, PhD, UMass Chan Medical School. Translated by Maria Grazia Foschino Barbaro, Alessia Laforgia e Rocsana Porcelli, Centro Clinico di Psicoterapia Cognitiva A.I.PC. di Bari.

Questo progetto è stato finanziato dalla Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), US Department of Health and Human Services (HHS). I contenuti riportati riflettono il punto di vista degli autori e non riflettono necessariamente quello della SAMHSA o della HHS.

Il documento si riferisce a ragazzi e ragazze, ma per facilitare la lettura del testo sono utilizzati termini al maschile.