

I ARA, COM T'AJUDO?

Recomanacions per a familiars i cuidadors/es
davant la revelació de violència sexual
en nenes, nens, adolescents i persones adultes
amb discapacitat intel·lectual



Generalitat de Catalunya
**Departament de Justícia,
Drets i Memòria**

Ús

Aquestes recomanacions i orientacions sorgeixen del coneixement que hem recollit de la nostra experiència sobre com es viu la revelació de la violència sexual per part de les famílies de nens i nenes, adolescents i persones adultes amb discapacitat intel·lectual. Per això, pretenen servir com a guia inicial en el moment de la revelació o del descobriment.

Cada persona amb discapacitat intel·lectual té les seves necessitats, personalitat i circumstàncies particulars, a més d'una manera pròpia de viure la violència sexual. Per tant, davant de qualsevol dubte, consulta'l amb professionals experts que puguin ajudar-te sobre la decisió més beneficiosa per a cada cas.

Difusió

La difusió de qualsevol exemplar, en el suport que es presenti, està permesa per qualsevol mitjà. T'agraïm la difusió, amb la qual contribueixes a donar un millor suport a les persones amb discapacitat intel·lectual que pateixen violència sexual i ho poden explicar.

Autores

Montserrat Bravo Correa. Doctora en Psicologia, experta en violència sexual, masclista i infància/adolescència en risc.

Olga Puig Navarro. Psicòloga clínica. Doctora per la Facultat de Medicina (UB). Programa de prevenció i tractament de les seqüeles psíquiques en dones víctimes d'una agressió sexual. Servei de Psiquiatria i Psicologia. Servei de Psiquiatria i Psicologia infantil i juvenil. Comissió de Violència Intrafamiliar i de Gènere. Hospital Clínic de Barcelona. CIBERSAM.

Mireia Forner Puntonet. Psicòloga clínica. Unitat d'Atenció a les Violències vers la Infància i l'Adolescència (Equip EMMA), Servei de Salut Mental, Hospital Universitari Vall d'Hebron. CIBERSAM.

Joana Corominas Renter. Coordinadora i Psicòloga de la UAVDI (Unitat d'Atenció a Víctimes d'Abús amb Discapacitat Intel·lectual) de Catalunya.

Edició

Direcció General d'Execució Penal a la Comunitat i de Justícia Juvenil.
Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada.

Per què aquestes recomanacions?

Perquè sabem que, encara que portes anys aprenent a ser pare, mare o cuidador/a, acompanyant el teu fill/a al seu dia a dia, hi ha situacions com aquestes, per a les quals ningú no està preparat. Els qui ens dediquem a treballar amb nenes, nens i adolescents (NNA) i persones adultes amb discapacitat intel·lectual (DI) víctimes de violència sexual et volem transmetre algunes idees que t'ajudin en un moment tan difícil com aquest.

Amb aquestes recomanacions estem també ajudant a fer que el seu pas (i el vostre) pel sistema judicial sigui el menys traumàtic possible, perquè ajudar-vos a vosaltres és ajudar-los també a ells i elles.



Per què li ha passat?

Perquè existeixen agressors sexuals. La violència sexual és una realitat molt més freqüent del que habitualment es pensa, especialment contra les nenes i les dones. Tot i això, és un dels tipus de violència masclista més invisibilitzada en totes les cultures i societats, inclosa la nostra. Els NNA amb DI tenen el doble de risc de patir violència sexual en comparació amb els NNA que no presenten DI [Marini, Fairbairn i Zuber, 2001; Vig i Kaminer, 2002].

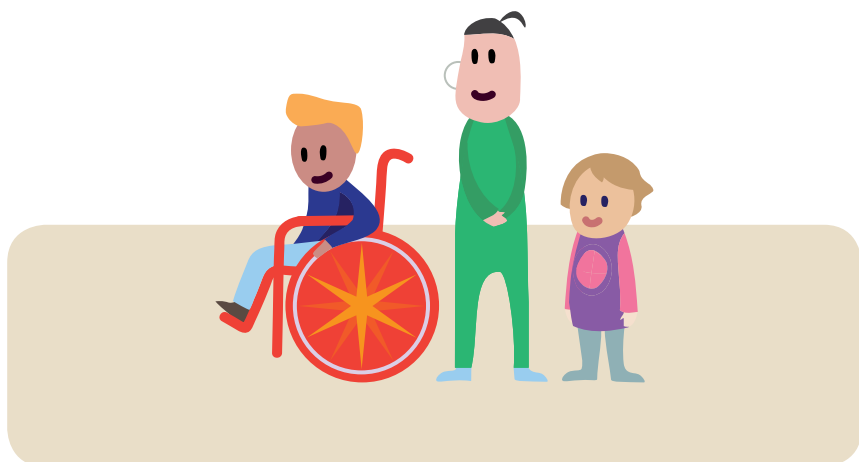
Moltes vegades, els NNA i persones adultes amb DI poden necessitar l'ajuda d'una altra persona per dur a terme activitats del dia a dia i, especialment de cura personal. En aquest sentit, poden establir relacions de dependència envers aquests cuidadors/es. Aquesta dependència comporta el risc que creguin i normalitzin que el seu cos és accessible a les altres persones, afavorint sovint comportaments d'obediència i submissió.

Així mateix, els problemes de comunicació i llenguatge, les dificultats en habilitats socials i el desig de ser acceptats poden limitar la capacitat dels NNA i persones adultes amb DI per expressar els seus desitjos, necessitats, allò que volen i allò que no.

D'altra banda, normalment, assumim que els perills es troben fora de casa i allunyats de la família i de les persones de confiança. No obstant això, en els delictes sexuals passa justament el contrari i, en el cas dels menors d'edat amb DI, en més de la meitat de casos l'agressor és un cuidador.

Tenint en compte que les persones amb DI desitgen i tenen relacions afectivosexuals, cal ajudar-los a identificar senyals d'alarma que els permetin escapar o demanar ajuda si es troben

en una situació de risc, si han patit o estan patint violència sexual. L'educació afectivosexual tracta d'ensenyar a les persones, amb discapacitat o sense, que totes les persones tenen dret a ser ben tractades; alhora que han d'aprendre a tractar amb respecte els altres. Se'ls ensenya que són propietaris del seu cos i la seva sexualitat, que totes les persones els han de respectar i les maneres sanes d'estimar les persones i que t'estimin.



Però, per què no me'n va dir res abans? Potser vaig fer alguna cosa malament o ha estat culpa meva per no adonar-me'n?

L'únic responsable de la violència sexual és l'agressor. La violència sexual està basada en l'engany, la manipulació, l'abús de poder, la distorsió de la confiança i les estratègies imposades per l'agressor, com ara les amenaces o els xantatges. També en el cas de la violència exercida sobre NNA i persones adultes amb DI.

Tot i que és cert que es poden donar situacions en què s'utilitzi la força, no són ni de bon tros les més habituals, ni solen aparèixer al començament de la violència sexual. Per tot això, el NNA o la persona adulta amb DI moltes vegades no es pot adonar que està sent víctima de violència sexual, o quan ho identifica, sent molta por. Pensa que la violència sexual podria haver-se creat a poc a poc, mitjançant amenaces, secretisme i culpa. La por a que no els creguin o a les conseqüències d'explicar-ho poden impossibilitar que demanin ajuda.

A més, per a les persones amb DI, i especialment per a aquelles amb dificultats de comunicació o que no disposen de llenguatge funcional, és realment complicat poder fer entendre a altres persones una vivència que elles mateixes sovint no entenen.



Haig de denunciar-ho?

Has de saber que, en cas de ser coneixedor/a d'una sospita o possible situació de violència sexual contra un NNA amb DI, sempre has de denunciar. Per sol·licitar ajuda, pots adreçar-te directament a la fiscalia, a la policia, al jutjat de guàrdia corresponent, als serveis de protecció a la infància o a un centre de salut. Així mateix, pots trucar a l'Oficina d'Atenció a la Víctima del Delicte de la teva ciutat o al Servei d'Informació i Orientació Telemàtica de Víctimes de Delictes de Catalunya (telèfon gratuït: 900 121 884 o al correu electrònic: infovictimesdelicte.justicia@gencat.cat) i demanar informació sobre com fer-ho.

En persones adultes amb DI, cal valorar altres circumstàncies i cada cas en particular, com poden ser la capacitat de comprensió i/o la capacitat de consentiment. Per tant, et recomanem que et dirigeixis als teus professionals de confiança i els qui han portat un seguiment de la persona adulta. O bé, a professionals experts en el tema que et puguin assessorar.

Segur que tindràs dubtes sobre com li pot afectar tot això, però has de saber que, en gairebé totes les ciutats, els òrgans judicials disposen d'equips de professionals de la psicologia especialitzats a recollir les declaracions de víctimes vulnerables de primera mà. Això vol dir que, a través d'una entrevista i amb tècniques especialitzades, el NNA o la persona adulta amb DI podrà explicar tot el que necessiti, sentint-se en un entorn còmode i segur.

També has de saber que tens dret en tot moment a disposar d'informació del procediment judicial i a demanar aclariments de totes aquelles qüestions que necessiteu. D'altra banda, actualment totes les víctimes amb DI tenen dret a assistència jurídica gratuïta.

Per què és tan important que sapiguem com respondre quan ens ho expliqui la primera vegada?

Perquè la primera vegada que ho explica té molta importància en l'elaboració que farà del seu record.

La majoria de persones amb DI que tenen llenguatge són bons comunicant i expressen una gran quantitat de detalls, sempre que es duguin a terme les adaptacions necessàries. També sabem que poden tenir alguns comportaments derivats de les seves dificultats, com la tendència a intentar agradar a altres persones o a respondre afirmativament al que se'ls pregunta. Algunes d'aquestes característiques, sumades a la nostra manera de preguntar, poden alterar allò que recorden.

Hem d'intentar que la nostra actitud i la nostra manera de reaccionar quan ens ho expliqui li faci veure que ha fet bé comunicant-nos-ho i que, d'aquesta manera, el podem ajudar. Si li fem sentir culpa, por o dubtes, o el/la forcem a explicar més del que estan preparats/ades, podria tenir un efecte negatiu i potser negar el que ha passat.

En canvi, una actitud propera i demostrar-li que el/la creus, ajudarà a que se senti més comprès/esa i segur/a del que ha passat, formant part, a més, del primer pas per a la seva recuperació.



És important que tinguin en compte aquestes pautes tots els serveis a què acudeix?

Sí, com a mare, pare o cuidador/a referent estàs en el teu dret de sol·licitar que no sigui contínuament interrogat/da. Sabem que el Sistema Judicial es pot endarrerir molt, per la qual cosa és important que facis saber a la resta de professionals que el dia que declari ho ha de fer amb la menor influència possible sobre els seus records.

A NNA i adults amb discapacitat intel·lectual existeix la figura del facilitador/a (art. 7 bis de la LEC) com a recurs per assistir-li en qualsevol declaració. De vegades se solapa la discapacitat sensorial amb una discapacitat intel·lectual que, encara que lleu o menys perceptible, ha de ser tinguda en compte per donar entrada a la intervenció del facilitador/a, si cal.

Això no vol dir que no pugui rebre tractament especialitzat si ho necessita, ja que la salut i la salut mental del NNA o la persona adulta amb DI ha d'estar per davant de qualsevol circumstància. Assegura't que rep atenció sanitària en què es valorin les seqüeles que hi pugui haver en la seva salut, tant física com mental, i que rep els tractaments que es requereixin. Per fer-ho, adreça't al teu hospital de referència més proper.



RECOMANACIONS DAVANT DE LA REVELACIÓ

Atès que tindrem moltes ganes d'ajudar i, alhora, també molta ansietat i nervis, podríem cometre errors a l'hora d'escoltar-lo i parlar-li. Et proposem que tinguis en compte les pautes següents.

QUÈ HE DE FER DAVANT DEL NNA O PERSONA ADULTA AMB DI?



- ✔ **Mantingues la calma i el control de les emocions.** Respira, relaxa el cos i concentra't en controlar-te, perquè poden notar la nostra ansietat i/o enuig i això afectarà el que hagi d'expressar-te.
- ✔ **Deixa-li el temps que necessiti** per expressar-se.
- ✔ **Estigues disponible, escolta, observa i recorda-li que pot comptar amb tu.** No és el moment de pensar si has de creure'l/creure-la o no. Ara el més important és que senti que l'escoltes.
- ✔ **No li demanis que expliqui de manera repetida els fets.** Com menys vegades t'ho expliqui, millor podrà recordar-ho davant dels professionals que l'atenguin.
- ✔ **Fes que se senti bé per haver-ho explicat.** Pots fer-li saber que t'ha agradat molt que hagi confiat en tu, tant de forma verbal (per exemple, "gràcies per haver-m'ho explicat, has estat molt valent/a"), com mitjançant gestos i/o els sistemes de comunicació alternatius que utilitzeu de manera habitual.

-  **Si et fa alguna pregunta, respon si saps la resposta** i si no la saps, comunica-li que ho consultareu als professionals que s'hi dediquen.
-  **Apunta exactament què t'ha dit**, transmès o comunicat amb les mateixes paraules i gestos, sense canviar res. Això és millor que no ho facis davant seu.
-  **Fixa't també en els seus gestos i comunicació no verbal** i anota-la (l'expressió de la cara, la mirada, la postura corporal, si plora, si se'l/la veu espantat/da o nerviós/a, etc.).
-  **Fixa't en si ha tingut canvis o alteracions conductualment bruscs** o aparentment immotivats, així com si mostra rebuig per alguna persona o situació.
-  **Comprèn el seu malestar i patiment si els mostra**, les emocions que transmet i com se sent és molt important.
-  **Mostra comprensió i dona-li suport** segons l'estat emocional que presenti, sigui quin sigui. No li neguis que plori ni els seus sentiments. Acompanya'l/acompanya-la: “és normal que et sentis així; pots plorar si ho necessites”.
-  **Adreceu-vos a l'hospital més proper** perquè el NNA o la persona adulta amb DI rebí l'atenció sanitària que necessiti.
-  **Intenta assegurar-te que el NNA o la persona adulta amb DI no corre perill** i està protegit/da.






Què és molt important fer?








- Escolta sense completar el que vol dir, ni omplir-ne els silencis. No t'avancis en allò que està expressant i intenta no acabar les seves frases. Així podrà expressar a la seva manera allò que el o la preocupa, sense que afegim informació al que intenta dir-nos.
- Anomena la violència i les parts del cos amb les mateixes paraules que ell o ella ho faci, o utilitza els mateixos elements que hagi utilitzat (ex. pictogrames, dibuixos), sense corregir-los, afegir-hi elements o canviar-los.



QUÈ NO HE DE FER DAVANT DEL NNA O PERSONA ADULTA AMB DI?



-  **Insistir que expliqui de manera reiterada aspectes que no has comprès.** Intenta, malgrat el malestar i la preocupació del moment actual, no interpretar informació, gestos o dibuixos més enllà del que t'hagi volgut explicar.
-  **Preguntar-li per què es va comportar d'una manera determinada i qüestionar-lo:** “com és que no vas anar a l'educador de seguida?; per què no em vas dir que no volies anar més amb ell?; per què no li vas dir que no?”
-  **Preguntar-li per què no va prendre precaucions o no va estar alerta:** “per què vas tornar a anar amb ell a aquest lloc?; per què no vas estar a prop dels teus amics o amigues?”
-  **Preguntar-li per què ha esperat per explicar-ho:** “com pot ser que passi això des de fa tant de temps?; portes anys fent això sense dir-ho?; hauries d'haver-m'ho dit des de la primera vegada”.
-  **No has de disculpar ni excusar mai l'agressor** (“potser ho has entès malament, potser no pretenia fer això”) ni anticipar les conseqüències negatives que hi pugui haver (presó, policia, etc.).

-  **Dir-li que no ha de dir mentides ni exagerar.** Això pot espantar o incrementar els dubtes que pugui tenir. Pensa que els ensenyem que dir mentides és una cosa que està malament, per tant, si comencem la conversa dient-los això, els estem fent entendre que no els estem creient o que hi ha alguna cosa dolenta en allò que ens explicaran.
-  **Traslladar-li pensaments negatius sobre l'agressor,** perquè pot fer que prengui una actitud de protecció cap a ell. És normal que, malgrat haver-li fet mal, tingui sentiments d'afecte o ambivalència cap a aquesta persona. Intenta evitar fer valoracions negatives: “és un cabró; el que heu fet està molt malament; el teu pare és dolent i això no es fa”.
-  **Fer-li promeses que no saps si pots complir o anticipar accions o actuacions que no estan realment sota el teu control:** “el tancaran, ara només cal anar al metge i ja haurà acabat tot; el ficaran a la presó; ja no hauràs de veure'l mai més; ja no ho hauràs d'explicar més vegades”.
-  **Suposar com se sent i indicar-li com s'hauria de sentir:** “deus estar molt trist/a; entenc com et sents; sé que ha estat molt dur per a tu”.
-  **Desconsiderar que podria ser que el NNA o la persona adulta amb DI no mostri malestar o patiment** en aquest moment.
-  **Negar o qüestionar si ha pogut ser violència sexual,** fent-li pensar que potser no hi havia mala intenció per part de l'agressor o que ha estat una confusió.
-  **Minimitzar el seu patiment.**

Què és molt important NO fer?

Per la nostra experiència, l'error més freqüent és començar a preguntar-li moltes coses, les que et passen pel cap i gairebé de manera contínua. Per això, et recomanem que intentis seguir aquestes indicacions:

- No li preguntis per què ho explica ara o per què no ho ha dit abans, ja que el faràs sentir malament.
- No facis preguntes sobre els detalls concrets, perquè si no saps com preguntar, es podria confondre o afegir en la seva memòria coses que no han succeït.
- No l'obliguis a expressar les emocions en aquell moment, respecta el seu estat d'ànim actual. Si veus que descriu com se sent, acompanya'l estant al seu costat i acceptant les seves emocions.
- No facis comentaris despectius sobre l'agressor, perquè no saps el tipus de vincle que han pogut crear i podries generar més sentiment de culpa o por.
- No el responsabilitzis de la situació: “per què vas anar amb ell allà?; et vaig dir que et podia passar alguna cosa; per què no vas cridar?; per què no m'ho vas dir abans?”.



PER QUÈ ÉS IMPORTANT QUE **NO L'INTERROGUIS** SOBRE ELS DETALLS CONCRETES?

Perquè la manera com ens pregunten pot canviar els records que tenim guardats en la memòria. És important saber qui és l'agressor, que la situació no s'està repetint i que no corre perill, però sense fer preguntes sobre els detalls sexuals.

La teva necessitat de saber què ha passat és comprensible, però has de pensar que, per sobre de les teves necessitats, cal assegurar la millor recuperació del NNA o la persona adulta amb DI. Per tant, demana el que necessitis saber als professionals especialitzats i deixa que facin la seva feina, per ajudar a que es recuperi millor.



PRIMERES PAUTES **QUE CAL SEGUIR** **PER A LA RECUPERACIÓ** DEL NNA O LA PERSONA ADULTA AMB DI

A partir de la revelació i un cop ens assegurem que està protegit/da de la violència sexual, és important mantenir les rutines i aportar-li la màxima estabilitat possible. Continuar amb els seus horaris i pautes habituals li aportaran seguretat, confiança i calma. Així mateix, demana que sigui valorat/da per professionals de la salut que puguin valorar la intervenció sanitària que sigui més adequada.

- Estigues atent/a a les seves necessitats, mostra't disponible i escolta'l o escolta-la activament.
- Respecta els seus horaris de son i àpats i anima'ls a seguir uns hàbits saludables.
- Pensa quins llocs i activitats li agraden, l'entretenen i li aporten tranquil·litat i intenta organitzar alguna sortida o destinar una estona a fer aquelles activitats que li resulten agradables.
- Procura que faci exercici i busca el contacte amb la natura.
- Anima'l o anima-la a sortir, a estar amb les amistats i a recuperar l'ànim i les ganes de riure. Intenta que no s'aïlli.
- Posa-li música alegre i troba temps per fer activitats divertides.
- Evita que vegi sèries, pel·lícules o contingut violent, perquè poden activar emocions negatives.
- Demana ajuda a especialistes.
- Evita donar-li fàrmacs que no hagin estat receptades per un o una professional de la salut mental.

- En persones adultes amb DI és important que mantingueu la vostra rutina habitual de treball o assistència al vostre centre de dia, centre de lleure, etc.
- No li preguntis sobre la violència sexual, però si ell o ella vol parlar sobre el tema, mostra't disponible a escoltar sense preguntar sobre els detalls, però que senti que té un espai d'escolta quan ho necessiti.

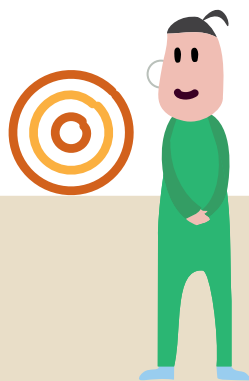


SE'N RECUPERARÀ O L'AFECTARÀ TOTA LA VIDA?

Has de saber que no tota la violència sexual és viscuda de la mateixa manera, ni causa el mateix impacte. Saber com l'afectarà és una cosa que depèn de moltes circumstàncies i de característiques personals del NNA o la persona adulta amb DI.

Per això, cal que consultis amb un o una especialista i amb el teu professional de referència, que t'orientaran en els passos següents a fer, valorant la necessitat (o no) que el NNA o la persona adulta amb DI rebi ajuda psicològica.

No obstant això, sí que podem dir-te que el suport que el NNA o la persona adulta amb DI rebi per part de la família i l'entorn social i escolar és un dels elements més importants en la seva recuperació. La majoria tenen una capacitat de superació i una fortalesa que sovint desconeixem.



I JO, COM M'AJUDO?

La teva actitud, serenitat i autoconfiança són també una manera d'ajudar-lo. Sabem que no és fàcil mantenir la calma. Per això, a continuació, t'indiquem algunes pautes que t'ajudaran a gestionar la barreja d'emocions i preocupacions que probablement estàs experimentant en aquest moment. Els sentiments de culpa, ràbia i l'ansietat que et generen aquestes vivències són normals i esperables, per això et recomanem que demanis ajuda a professionals que t'acompanyin.

Algunes de les nostres recomanacions són:

- Hauré d'assumir que potser no vulgui parlar, comunicar-se amb mi o rebre teràpia de moment.
- Tindrè present que l'agressor també va traïr la meva confiança i intentaré no culpar-me. D'aquesta manera, podré, a poc a poc, anar afrontant la situació i acompanyant el NNA o la persona adulta amb DI.
- Tractaré d'entendre que els meus pensaments i interpretacions pel que fa a la violència sexual no són els del NNA o la persona adulta amb DI.
- Intentaré tractar el tema amb paciència, sense alterar-me davant del que em pugui explicar o comunicar-me.
- Pensaré que la vida del NNA o la persona adulta amb DI és molt més que la violència sexual que ha patit.
- No li transmetré les meves pors, ni faré que estigui alerta constantment a partir d'ara.
- Assumiré que potser en l'adolescència, o en altres etapes de la vida, pugui ressorgir el tema i em prepararé per poder abordar-lo quan arribi el moment.
- Respectaré la manera que tingui de parlar o reaccionar davant de records de l'agressor.

- Entendré que els símptomes més presents, si en té, formen part d'un procés.
- Davant de comportaments sexuals inadequats (conductes de masturbació en públic), no faré que se senti malament, però sí que en reconduiré la conducta, i li explicaré que certes accions sexuals han de realitzar-se en privat i mai forçant altres persones.
- Li repetiré que ha tingut molta força i valentia.
- Buscaré ajuda si ho necessito i m'envoltaré de gent que em doni suport.

Cada nena, nen, adolescent o persona adulta amb DI sense informació és una víctima més accessible per als agressors. És important treballar amb ell o ella la comunicació, les habilitats socials, parlar de sentiments i emocions i animar-lo o animar-la a que expressi sempre com se sent i allò que necessita. També cal que sàpiga què és la sexualitat i que conegui el seu propi cos i unes pautes d'autocura i protecció.

En el cas que hagi patit violència sexual, tot això ajudarà a que pugui entendre el que li ha passat i podrà assimilar millor les emocions, les preocupacions, el malestar normal d'aquestes situacions i, sobretot, demanar ajuda.



Avís legal:



Aquesta obra està subjecta a una llicència de Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 No adaptada de Creative Commons el text complet de la qual es troba disponible a <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>

Per això, es permet la reproducció, la distribució i la comunicació pública del material, sempre que se'n citi l'autoria i el Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada (Departament de Justícia, Drets i Memòria) i no se'n faci un ús comercial ni es transformi per generar obra derivada.

cejfe.gencat.cat