

UKRYTE SEKSUALNE WYKORZYSTANIE



Dr Douglas Weiss

Dr Douglas Weiss pages: www.sexaddict.com

z książki tego autora pt. She has a secret, Discovery Press, Forth Worth 2000, Texas, USA:

(tłum. Robert TULO Waśkiewicz)

ROZDZIAŁ IV

Tajemnice dotyczące seksualnego wykorzystania w dzieciństwie są najboleśniejsze i nieraz najgłębiej ukryte. Wiele osób, które uzależniły się od seksu i miłości, jest ofiarami seksualnego wykorzystania w dzieciństwie. U części z nich erotomania zaczęła się bezpośrednio od tego faktu. U innych, ból spowodowany tymi nadużyciami i noszony w ukryciu stał motorem wpędzającym w uzależnienie. Masz przed sobą świadectwa kobiet, które mówią, jak seksualne wykorzystanie dotknęło całe ich późniejsze życie.

Abby: Często bawiliśmy się z okolicznymi dziećmi tak, by zdejmować ubrania i oglądać siebie. Nie wiedziałam, że jest to coś, czego nie powinnam robić. Zostałam seksualnie wykorzystana gdy miałam dziewięć lat przez czternastolatka z sąsiedztwa. Nie wiedziałam czym jest to, co mi robi. Dziś śmiało uznaję ten incydent za gwałt. Mówiłam nie, ale on mnie molestował i doprowadził do pełnego stosunku. Na moje „nie” powiedział: „już prawie skończyłem, już mam.” Jestem pewna, że miało to ogromny wpływ na moje życie - że stało się przyczyną mojej erotomanii i innych autodestrukcyjnych zachowań - choć nie rozumiem dokładnie, w jaki sposób. Niedługo potem miałam też inny seksualny incydent ze starszym chłopakiem z sąsiedztwa. Wykorzystywał mnie także ojciec, obmacując moje zaczynające rosnąć piersi. Raczyl mnie opowiastkami o ptaszkach i cipkach, o akcjach między nimi, i wpatrywał się we mnie tam, gdzie nie powinien. Mówił przy tym, że gdybym potrzebowała, zawsze mogę skorzystać z jego kondomów, które ma w kieszeni.

Debra: Byłam seksualnie wykorzystywana przez ojca. Zaczął, gdy miałam około roku. Aplikował mi masturbację, oralnie i palcami. Rosłam przez to w poczuciu, że jestem brudna i zła, w nienawiści do siebie samej. Wykorzystywał mnie do wieku jedenastu lat, potem przestał na trzy lata i wznowił to między moim czternastym a osiemnastym rokiem życia. Bardzo wcześnie nauczyłam onanizować się samodzielnie i fantazjować; miałam wszelkie wzory z wykorzystania. Mogę powiedzieć, że ojciec zainicjował mnie i moje uzależnienie. Masturbacja i fantazjowanie służyły mi do znieczulania bólu. Pamiętam, że czułam się potępiona za prowadzenie podwójnego życia i to rozdarcie najbardziej nasiliło się w okresie dojrzewania. Miałam jedno życie -jawne - grzecznej, wzorowej uczennicy i drugie - ukryte - życie w masturbacji i seksualnym fantazjowaniu o orgiach, jak w nich uczestniczę, itd. W końcu podstawówki i początkach liceum nie chodziłam na randki ani nie miałam chłopaka. Nie czułam się warta. Byłam pełna wstydu, wyklękniona, nieśmiała, niepewna siebie. Nosłam mnóstwo stłumionych uczuć, co objawiało się depresją i gwałtownymi zmianami nastroju.

Wysłałam za mąż w wieku siedemnastu lat. Przed ślubem opowiedziałam mężowi, że byłam wykorzystywana. Mąż też jest erotomanem, więc, żerując na sobie seksualnie, karmiliśmy swoje uzależnienie. Prawie nie zdarzały się nam noce bez uprawiania seksu. W tym okresie mąż zaliczał równoległe jeden romans po drugim, porzucając mnie ostatecznie z trójką dzieci, by uciec z którąś nową kochanką. Miałam wtedy czterdziestkę. Do tego czasu nic nie robiłam ze swoim wykorzystaniem. Od tego momentu ciągle jestem w terapii.

Choć wiem, że wykorzystanie przyczyniło się do mojej erotomanii, nie obwiniam za nią innych, lecz biorę na siebie odpowiedzialność za to, by wydobyć się z nałogu. Nikt nie może zrobić tego za mnie. Dziś biorę odpowiedzialność za to, by nie robić rzeczy, których nauczono mnie w dzieciństwie i które wniosłam w dorosłość. Nie wracam do uzależnionych związków i choć nadal czuję mnóstwo bólu z powodu wykorzystania, sama siebie nie ranię i ciągle pracuję nad tymi problemami.

Heidi: To (wykorzystanie seksualne) zaczęło się gdy miałam cztery latka. Wykorzystywał mnie jeden z członków rodziny oraz szesnastoletni wtedy syn sąsiadów z naprzeciwka. Zabierał mnie do lasu, gdzie zdejmował ze mnie całe ubranie, nakładając mnie, bym dotykała jego penis i brała go do ust. To samo robił mi wspomniany członek rodziny, plus jeszcze od tyłu. W leczeniu erotomanii przepracowałam znaczenie tych faktów i ich wpływ na moje późniejsze życie. Wyrzuciłam na terapiach moją wściekłość na oprawców i skonfrontowałam się z członkiem rodziny, nadal nie jestem na siłach skonfrontować się z sąsiadem. Zostałam wydziedziczona przez matkę i ojca. Dziś umiem im przebaczyć i kochać ich z daleka. Modłę się za nich regularnie. Scalilam się wewnętrznie, integrując moje wykorzystanie jako coś, co pozwoliło mi stać się tym, kim jestem teraz. Plus jako źródło doświadczeń, które pozwalają mi dziś pomagać innym ofiarom.

Ivette: Seksualne wykorzystywanie mnie zaczęło się, gdy miałam trzy lub cztery latka, o ile nie wcześniej. Dotknęło ono wszystkie sfery mojego życia, wpływając na seksualność, uzależnienie, niemożność zrozumienia własnych potrzeb. Spowodowało, że cały czas koszmarnie się czułam. Przejawiało się to w postrzeganiu mojego ciała jako instrumentu do uszczęśliwiania innych. Moje granice nie istniały. Nadużycia, jakich doznałam w dzieciństwie, miały horrendalny wymiar i wielu oprawców, w tym także matkę. Dziś pracuję nad tym, by przestać nienawidzić własne ciało i móc je chronić.

Kittie: Mój tata wykorzystywał mnie seksualnie i bił aż do szesnastego roku życia. Nie pamiętam kiedy to się zaczęło - tak wcześnie. W rezultacie pozwalałam mężczyznom wykorzystywać się seksualnie bez ograniczeń. Przeżywałam wtedy (i ożywiałam) wciąż na nowo mój dramat z dzieciństwa. Do dziś dnia nie jestem w stanie przebywać koło taty bez poczucia zagrożenia i sparaliżowania. Szczególnie pod jednym dachem. Tata do dziś zaprzecza, że w jakikolwiek sposób (seksualnie i fizycznie) mnie skrzywdził. Twierdzi, że ma „zablokowaną pamięć.” Staram się wypracować jakiś pomysł na przebaczenie mu, na odróżnienie taty od jego zachowań, którymi tak strasznie mnie wykoślawił, ale jedyne, co naprawdę mogę zrobić, to poprzez terapię uwolnić się do końca od tych przeżyć, by czuć się z jakimś sensie wolna od niego i jego czynów.

Julie: Moje pierwsze doświadczenie seksualnego wykorzystania zaczęło się w wieku, gdy miałam około pięciu lat. Rodzice mieli zaprzyjaźnioną rodzinę z dziećmi. Jedna z dziewczynek była pięć lat starsza ode mnie. Dzisiaj wiem, że na pewno była przedtem wykorzystana seksualnie przez kogoś dorosłego. Kiedy tam nocowałam, dotykała moich narządów i sprawiała, żebym ja dotykała ją. Nauczyła mnie też masturbacji (palcami, prysznicem i wibratorem). Czułam, że coś jest mocno nie w porządku, choćby dlatego, że nie wyobrażałam sobie, bym mogła komukolwiek o tym powiedzieć. Czułam, że powinnam milczeć. Rozglądałam się za nią i naśladowałam. Następny seks z kimś miałam w wieku dwudziestu lat - romans i stosunki płciowe z moim biologicznym ojcem (nie znałam go do siedemnastego roku życia). Był żonaty i miał z żoną jedno dziecko. W tym czasie erotomania rozkręciła się na serio. Pożądałam kochanka (ojca), a on odwzajemniał ten pociąg. Choć był żonaty, miał przede mną romanse z innymi kobietami. Nasz romans trwał trzy miesiące i to ja go przerwałam; był to jedyny raz, kiedy to ja zdecydowałam zakończyć związek. Umieszczam go w kategorii nadużyć seksualnych, gdyż myślałam i działałam wtedy w bardzo dziecinny sposób, a on wiedział, że jestem jego córką i do niego należało postawienie granic. Chciałabym, żeby umiał być je postawić.

Moje następne - i końcowe - doświadczenie z zakresu erotomanii wiąże się z moim mężem. Nigdy nie przypuszczałam, że wykorzystanie seksualne mnie spotkać ze strony kogoś z kim mam ślub, ale dziś czuję, że może. Wiele razy łkałam w poduszkę z rozpacz w czasie seksu, byle tylko mąż czuł się zaspokojony. Mówiłam mu: „nie”, albo: „nie w ten sposób”, a on i tak mi to robił. Kiedy później próbowałam mu powiedzieć, że nie chciałam i nie chcę, wbijał mnie we wstyd i poczucie winy, bo wychodziło, że prosiłam się o to, co mi robił. Zawsze bardzo się pilnowałam, by nie narażać się na gwałt (w postaci obcego, który wynurza się z mroku w pustym parku), ale tak trudno było mi pogodzić się z prawdą, że gwałcił mnie ktoś, komu ufałam.

Monica: Już na pierwszej sesji terapeutycznej, na jaką poszłam, wywaliły mi na wierzch wszystkie uczucia związane z wykorzystaniem seksualnym, jakiego doznawałam między piątym a dwunastym rokiem życia. Siedziałam, a moje serce rozlało się po całej podłodze. Dosłownie rozpadłam się na kawałki. Kiedy zaczęłam szlochać, nie było końca. Czułam niesamowitą ulgę. Terapeuta był pierwszym człowiekiem, który się dowiedział. Byłam jednocześnie przerażona, szczęśliwa, obolała i pełna smutku. Szczęśliwa, że już nie jest to tajemnicą. Jeden z moich oprawców już nie żył, a drugi właśnie umierał. Byłam dorosłą osobą, która od wielu lat nosiła zamrożony ból, lęk i oburzenie. Nie mogłam zmienić przeszłości w najmniejszym detalu. Musiałam więc powierzyć ją całą Sile Wyższej, aby nie zjadła do końca mnie i moich fundamentów. Dzieląc się tymi odkryciami z moją grupą i partnerem - zaczęłam budować zdrowy (nareszcie!) związek - przekopywałam się przez mój lęk, oburzenie i ból. Musiałam odłożyć kij, którym się katowałam, i przejść dalej do wybaczenia sobie i pokochania siebie. Musiałam zaakceptować fakt, że jako erotomanka, jestem sama nie tyle zła, ile chora - podobnie jak moi seksualni oprawcy. Skoro ja zasługuję na wybaczenie, dlaczegoż nie oni? Wybaczylam sobie, uwolniłam się od bólu, więc odeszła też wszelka uraza i żal. Nikt nie ustanowił mnie sędzią - to rola nie dla mnie. Przekazałam ją Sile Wyższej - mojemu Bogu - i dziś jestem wolna.

Nancy: Wychowywałam się wśród sztywnych zasad, w rodzinie represyjnej religijnie i tłumiącej uczucia, gdzie stale towarzyszyły mi podejrzenia, że byłam adoptowana. Co pewien czas wywlekano obiekcje co do mojego „pochodzenia” i prawa dziedziczenia oraz padały negatywne komentarze na mój temat.

Zanim zdążyłam się zdecydować, jaką osobą chcę być w życiu, zostałam zbiorowo zgwałcona na tyłach szkoły przez gang dziewięciu czternastolatków ze starszej klasy. Nigdy nie powiedziałam rodzicom. Ten fakt zapoczątkował mój bunt - jego pierwszą fazę, co objawiało się niewybrednością seksualną i ciężkim, reaktywnym zażywaniem narkotyków. Fazę tę zakończyło wejście w pierwsze małżeństwo, gdy miałam 19 lat. Do tego czasu, gdy tylko nadarzała się okazja by mieć seks, nie miało znaczenia, czy go dopiero co miałam czy nie - taki był efekt zgwałcenia mnie i upokorzenia przez grupę mężczyzn. A gdy weszłam w destrukcyjny i degradujący mnie związek z jednym z dawnych gwałcicieli, poczułam, że już na niczym mi nie zależy, jeszcze się spotęgowano. Związek ten skończył się tylko dlatego, że gościa zamknęli.

Faza druga buntu wystąpiła, gdy pierwsze małżeństwo rozpadło się. Po rozwodzie, już w jego trakcie znów wciągnęła mnie niewybredność seksualna. Wzmacniana była używaniem alkoholu. Drugą fazę przerwało drugie małżeństwo. Przez osiemnaście lat jego trwania nie powracałam do wzorca niewybredności, lokując całe moje uzależnienie w obrębie jednego związku. Był to bardzo destrukcyjny, chory układ, który rozpadł się, pozornie przypadkowo, gdy po separacji zaczęłam umawiać się na randki. Szybko pchnęło mnie to w przypadkowe, anonimowe kontakty seksualne bez żadnych zabezpieczeń.

Margaret: Byłam fizycznie i seksualnie wykorzystywana w przedszkolu, jeszcze jako trzylatka. Później byłam wykorzystywana seksualnie przez kogoś, kogo uważałam za przyjaciela, co z czasem przerodziło się w pełen przemoc, destrukcyjny związek. Po raz pierwszy skontaktowałam się ze swoim wykorzystaniem na terapii. Po trzech miesiącach jej trwania zostałam wykorzystana seksualnie przez terapeutę - przyjaciela, który poznał moją przeszłość i sam był ofiarą. Wszystkie te nadużycia silnie wpłynęły na moją erotomanię. Zniewolenie oglądaniem pornografii, różne kontakty seksualne i związki oraz masturbacja, z którą się zmagalam, miały źródło w wykorzystaniu. Szczególnie gustowałam w scenach seksualnych, gdzie kobiety były poniżane, wykorzystywane lub maltretowane. W moich fantazjach byłam raniona, używana, gwałcona. Także moje „techniki” onanizowania się zawierały element karania się i zadawania sobie bólu. Sama dla siebie byłam najgorszym oprawcą. Dzisiaj zachęcam kobiety, u których wykorzystanie seksualne w dzieciństwie jest częścią składową erotomanii, by nie usprawiedliwiała nim swoich późniejszych zachowań. Nie powinny one zaniedbywać swojej przeszłości, uważając ją za coś, co nie ma wpływu na ich życie i uzależnienie, gdyż MA!

Wendy: Nadużycia seksualne na mnie zaczęły się, gdy miałam dziewięć lub dziesięć lat. Starszy brat zaczął mnie obmacywać i seksualizować wzrokiem. Potem zaczął się o mnie ocierać genitaliami i zdejmować ze mnie ubranie. Z początku bardzo się bałam, ale z czasem zaczęło mnie to podniecać i pociągać. W efekcie doprowadziło mnie to do stadium, gdzie i ja dążyłam do tych seksualnych zachowań jako rodzaju przyjemności. Byłam wściekła na mamę, że nigdy nic nie widzi ani nie wie. Nie mówiłam jej ze względu na lęk przed zemstą brata i przed tym, że cała wina spadnie na mnie. Jednak ponieważ nie wiedziała, nie może odpowiadać za to, że nie interweniowała.

W wieku siedemnastu lat zostałam zgwałcona przez starszego faceta. Znów uznałam, że to moja wina. Dziś, w miarę jak dowiaduję się coraz więcej o erotomanii, widzę, że wszystkie te nadużycia mają z nią wielki związek z moim uruchamianiem się. Nadal podświadomie szukam facetów, którym mogłabym dogodzić swoim kosztem, jak kiedyś bratu. Nadal moje tajemnice ukryte są przed światem, jak kiedyś przed matką. Owszem, czuję, że sytuacje wykorzystania okaleczyły mnie seksualnie, emocjonalnie i duchowo, ale decyzja o ich przezwyciężaniu jest dopiero przede mną. Od mojego wyboru zależy, czy zmienię wpływ, jaki mają na mnie dzisiaj.

Jak widać, seksualne wykorzystanie w dzieciństwie może być kluczowym czynnikiem inicjującym erotomanię, jak i wpływającym na jej późniejsze utrzymywanie się i pogłębianie. Erotomanki, prócz zachowań należących do ich uzależnienia, często muszą dźwigać tajemnicę wykorzystania, której bolesny mrok kładzie się cieniem na ich życiu i uzależnieniu.

Wiele ofiar wykorzystania radzi sobie potem z bólem uporczywym seksualnych nadużyć za pomocą kompulsywnych zachowań seksualnych i związków. Nie jest to jednak sposób ani na uleczenie pierwotnych zranień - wykorzystania w dzieciństwie lub doznanego gwałtu - ani na usunięcie bólu. Taka strategia odsuwa na chwilę dawny ból, dokładając nowy, który się nań nakłada.

Prócz tego ofiary seksualnych nadużyć mogą czuć się bezwartościowe, jakby były uszkodzonym materiałem. Stąd pochodzi częsta u ich postawa: „nic już nie ma znaczenia - mogę zeszmacić się do końca.” Tak więc, gardząc sobą i porzucając swoje potrzeby, toną w autodestrukcji, jaką niosą im fizyczne zachowania właściwe dla ich nałogu. Dodatkowym sposobem, w jaki seksualne wykorzystanie karmi i wzmacnia erotomanię jest to, co klinicyści nazywają „związkami opartymi na traumie.”¹ Poprzez emocjonalne przykucie do traumy, erotomanki zmuszone są tkwić w związku lub związkach, które ciągle na nowo ją odtwarzają. Fachowo nazywa się to „przymusem powtarzania.” Sprawia on, że - powielając te same zachowania (i uczucia) jakich doświadczały pierwotnie jako czyjeś ofiary - wiążą się one jeszcze mocniej ze swoją traumą.

Dla przykładu, Laurie od dwunastego roku życia była zmuszana przez starszych chłopców z okolicy do oralnego seksu. Gwałtu tego doznawała wiele razy- i przed, i w czasie dojrzewania. Jako dorosła kobieta, w swoim scenariuszu odtwarzania traumy, rozwinęła wzorzec niewybredności seksualnej, uruchamiając się najczęściej poprzez aplikowanie oralnego seksu nieznanym mężczyznom. Wykorzystanie seksualne może mieć dramatyczny wpływ na wchodzenie w określone zachowania seksualne, jak i na określony dobór partnerów czy

¹ Np.: Patrick Carnes *The Betrayal Bond - Breaking Free of Explosive Relationships*, 1997, Health Communications Inc, Deerfield Beach, Florida.

związków. W naszej pracy zadawaliśmy erotomankom kilka pytań na temat seksualnego wykorzystania. Poniżej podajemy wyniki naszych badań w tym zakresie.

Mój pierwszy partnerski stosunek seksualny był:

- 48% wymuszony siłą fizyczną
- 20% wymuszony presją emocjonalną
- 4% wymanipulowany groźbą porzucenia
- 28% wyborem z własnej woli

Mój pierwszy kontakt seksualny był:

- 44% molestowaniem seksualnym*
- 12% gwałtem waginalnym*
- 22% gwałtem oralnym*
- 20% innym rodzajem wykorzystania
- 2% doświadczeniem pozytywnym

* Łącznie dla ponad trzech czwartych badanych kobiet pierwszy akt seksualny był wykorzystaniem lub gwałtem.

Moje pierwsze doświadczenia seksualne były z:

- 4% mężczyzną młodszym ode mnie
- 30% mężczyzną w tym samym wieku
- 8% mężczyzną 3 - 5 lat starszym*
- 19% mężczyzną 6-10 lat starszym*
- 12% mężczyzną 11 i więcej lat starszym*
- 15% dorosłym płci męskiej*
- 0% kobietą młodszą ode mnie
- 0% kobietą w tym samym wieku
- 8% kobietą 3 - 5 lat starszą*
- 0% kobietą 6 - 10 lat starszą
- 0% kobietą 11 i więcej lat starszą
- 4% dorosłym płci żeńskiej*

* Łącznie 66% pierwszych doświadczeń seksualnych u badanych kobiet miało miejsce z ludźmi w nieodpowiednim wieku (54% z mężczyznami i 12% z kobietami).

Wiem, że byłam seksualnie wykorzystana:

- 31% przed 6 rokiem życia*
- 14% między 6 a 11 rokiem życia*
- 14% między 12 a 16 rokiem życia*
- 11% między 16 a 18 rokiem życia
- 16% w wieku dorosłym
- 14% wykorzystanie mnie nie dotyczy

* Łącznie 58% badanych kobiet było ofiarami seksualnych czynów kryminalnych.

Moi seksualni oprawcy zaliczali się:

- 13% wyłącznie do osób z rodziny
- 20% wyłącznie do osób spoza rodziny
- 67% zarówno do osób z rodziny, jak i spoza rodziny

Byłam zgwałcona:

- 65% tak
- 35% nie

Zauważmy, że na każde trzy kobiety, dwie zostają w życiu zgwałcone.

Ile razy byłam zgwałcona:

- 47% raz
- 18% dwukrotnie
- 12% trzykrotnie
- 23% cztery i więcej razy

Byłam zgwałcona przez:

- 41% jednego człowieka
- 29% dwóch ludzi
- 12% trzech ludzi
- 18% gang w liczbie dwóch i więcej osób.

Myślę, że moje pierwsze kontakty seksualne miały bezpośredni wpływ na moje wejście w nałogowe zachowania:

- 96% tak
- ..4% nie

Zauważmy: procenty pokazują, że badane, które nie uważały swoich pierwszych kontaktów za gwałt czy wykorzystanie, niemal zgodnie twierdziły, że miały one bezpośredni wpływ na ich późniejsze wejście w erotomanię.

W zachowaniach z zakresu mojej erotomanii odtwarzałam i powtarzałam traumę wykorzystania.

52%	tak
18%	nie
30%	nie dotyczy

Patrząc na te procentowe zestawienia widzimy jasno, że seksualne wykorzystanie jest szeroko spotykane w życiorysach kobiet-erotomanek i wpływało na powstanie i/lub narastanie ich uzależnienia. Gwałt również jest seksualną traumą. Sześćdziesiąt pięć procent uzależnionych seksualnie kobiet jest ofiarami również gwałtów. Łącznie te tragiczne fakty powodują u ofiar nie ustępujące seksualne, emocjonalne i duchowe cierpienie. Podobnie jak wykorzystane dziecko, również zgwałcona kobieta bierze na siebie winę za to przestępstwo: „Gdybym nie sięgnęła wtedy po alkohol...” lub „gdybym nie ubrała się, czy nie zachowywała się w taki-a-taki sposób... nigdy by to się nie stało. Tymczasem jest to usprawiedliwianie czynu kryminalnego. Ukrywanie go jest jeszcze silniejsze, gdy gwałt był efektem niewierności wobec męża czy partnera. Ofiara nie może tego nikomu bezpiecznie powiedzieć - i tajemnica wspiera tajemnicę. Bardzo ważne jest, by już we wczesnej fazie zdrowienia z erotomanią zacząć leczyć także traumę nadużyć seksualnych. Im wcześniej uzależnione kobiety zaczynają się tym z kimś dzielić - a w grupach wsparcia są rozumiane i akceptowane także przez te osoby, które same takiej traumy nie przeszły - tym