

Emily M. Waters
Harvard University

Od žrtve do terapevtke: Kako preživetje spolnega izkoriščanja oblikuje terapevtsko prakso

V članku avtorica pripoveduje o lastni izkušnji spolnega izkoriščanja, svoje doživljanje te izkušnje v letih kasneje ter na kakšen način je ta izkušnja vplivala na njeno delo v klinični praksi z žrtvami spolnega izkoriščanja.

Če pomislim na svojo preteklost, lahko razumem, kako so moje izkušnje iz otroštva pripomogle k temu, da sem postala zelo ranljiva tarča za trgovce z ljudmi. Vzgajana sem bila v bogati družini v predmestju Houstona. Hodila sem na spoštovane šole in tekmovala v drsanju od svojega dvanajstega leta. Na zunaj je vse izgledalo popolno. Bila sem tiha, skromna, nikoli se nisem ličila ali se oblačila na način, da bi pritegovala pozornost. Nihče ni vedel, kaj se dogaja znotraj našega doma. Bila sem posvojena in moja družina je živela v neprestanem kaosu. Moja mati je bila resno duševno bolna. Večino dni je bila priklenjena na posteljo ali naslonjač zaradi prevelikih doz zdravil ali tako močne depresije, da ni bila odzivna. Ko je bila pri sebi, je bil naš dom napolnjen z nasiljem. Kasneje sem spoznala, da so bile njene težave mešanica mejne osebnostne motnje in shizofrenije.

Pri svojih štirinajstih letih sem pričela delati, da sem bila čim več časa od doma in pri sedemnajstih odšla brez kakršnega koli načrta. Vse več sem delala in uporabljala metamfetamin, ki me je ohranjal budno tudi do 22 ur zaporedoma, pet dni v tednu, celi dve leti. Začela sem študirati na bližnji fakulteti in mislila sem, da se moje stanje stabilizira. Ko sem bila stara osemnajst let, me je prijateljica prosila, naj grem z njo na njen slepi zmenek in pristali sva vsaka na svojem koncu ob bregu potoka v Houstonu, pili in jemali droge. Bila sem posiljena, pretepena, vrgli in pustili so me v nekem jarku. Zlezla sem iz njega in trkala na veliko vrat, dokler nisem našla nekoga, ki jih je odprl. Pustili so me krvavo in skoraj povsem golo na svojem predpražniku in poklicali taksi, s katerim sem se vrnila v svoje stanovanje. Tako sem izgubila svojo nedolžnost.

Kljub dlje trajajoči in intenzivni zlorabi v otroštvu, sem še vedno verjela v zaupanje in ljubezen, izkušnja posilstva pa je v meni ubila vsako upanje. Zaključila sem, da sem popolnoma ničvredna, kot so mi drugi dolgo časa govorili. Potem je vse šlo le še navzdol. Prvi moški, ki me je preprodajal, je bil diler, ki mi je dajal drogo v zameno za spolne storitve, ki sem jih kmalu morala nuditi tudi drugim moškim poleg njega. Skupina evropskih moških je prevzela vodenje hotela, v katerem sem delala, in po njihovih navodilih sem začela nastopati za hotelske goste. Moji sodelavci in vodje so točno vedeli, kaj se dogaja, a nihče ni storil ničesar. Pomembno je vedeti, da sem bila izjemno ranljiva na tisti točki svojega življenja. Nisem imela doma, nisem imela nikogar, h komur bi se lahko obrnila, bila sem stara 18 let, živela sem na svojem in bila brez denarja. Uporabljala sem droge in alkohol, da sem otopila posledice negativnih izkušenj iz otroštva in, glede na to da so mi moji starši že od otroštva govorili, da sem kurba in cipa, se mi zloraba ni zdela nezaslužena.

Čez nekaj mesec me je postalo strah. Stranke so postale nasilnejše in so kršile meje, za katere se mi je zdelo, da so bile postavljene. Začeli so mi groziti, da bodo povedali mojim prijateljem in univerzi, na katero sem hodila, ter da me bodo poškodovali. Veliko bolj kot bolečine me je bilo strah tega, da me bodo razkrili. Sčasoma pa so me preplavili občutki strahu in ponižanja, zato sem moškim povedala, da si želim ven. Tisto noč, to je bilo februarja 2001, so me skupinsko posiljevali in pretepali 8 polnih ur v hotelski sobi. Eden od moških mi je prislonil pištolo na glavo, drugi je držal nož na mojem vratu. Kričala sem, jokala in

prosila, da me izpustijo. Čez nekaj tednov sem s pomočjo prijateljice preprosto izginila. Kupila sem letalsko karto za drugo državo in po številnih telefonskih nadlegovanjih zamenjala svojo številko in trgovci me niso nikoli našli.

Po prvem posilstvu pri osemnajstih letih sem se čustveno povsem izklopila in zlorabljala alkohol in droge, da sem lahko šla naprej. Vsak dan sem vložila ogromno truda v to, da sem lahko vstala in da nisem poskušala narediti samomora. Medtem ko sem bila izkoriščana, sem živela v stalnem stanju panike in hipervigilance, ki je trajala skoraj 10 let. Moja izkušnja je bila klasična oblika kompleksne travme. Tekom svojega zdravljenja sem delala s travma terapevti, ki so uporabljali metodo desenzitizacije in ponovne predelave z očesnim gibanjem (EMDR) ter na travmo usmerjeno vedenjsko kognitivno terapijo (VKT), s pomočjo katerih sem predelovala svoje izkušnje in zmanjšala pojavljanje vsiljivih spominov in moč sprožilcev. Te tehnike so mi tudi pomagale spoznati, da za zlorabo nisem sama kriva. Pri devetnajstih letih sem preživela sedem mesecev v centru za zdravljenje za post-stravmatsko stresno motnjo (PTSM). To ni bilo zdravljenje, ki bi bilo specifično za žrtve trgovanja z ljudmi, a je bilo najboljše zdravljenje, ki sem ga lahko našla leta 2001, še posebej zato, ker se nisem prepoznala kot žrtev. Verjela sem, da sem prostitutka, ki je bila pogosto posiljena in ponižana. Elementi sile v mojem primeru so jasni: pretepanja, skupinska posilstva, grožnje s smrtjo, grožnje z razkritjem mojih aktivnosti vsem na kampusu ali drugim sodelavcem. Elementi prisile, ki so vključevali zasvojenost z alkoholom in drogo, so postali jasnejši šele kasneje.

Moja izkušnja preživetja me je na več načinov okrepila pri moji sposobnosti pomagati tistim, ki izstopijo iz izkoriščanja. Ključnega pomena je razumevanje kompleksne travme, sprožilcev in vsiljivih spominov, ki so pogosti pri žrtvah trgovanja z ljudmi in oblikujejo drugačen okvir za delo s kompleksno PTSM. Razumevanje, na intimni ravni, kako sprožilci osamljenosti, denarja in partnerskih odnosov vplivajo na preživele in kako trgovanje z ljudmi izkrivlja občutek sebe in zdravih meja, omogoča vpogled v resničnost drugega preživelega in nam pomaga odpraviti izkrivljanja in negativne samogovore. Izjemno dragoceno je tudi razumevanje težav pri medosebnih odnosih. Vzpostavitev zdravih spolnih meja je večšina, ki jo spolno izkoriščanje uniči. Pomoč drugemu preživelemu pri določanju, kako najbolje razkriti zlorabo potencialnim partnerjem in vodenje skozi njegov partnerski odnos je lahko še težje, če terapevt ni tudi preživel. Medtem ko izkušeni strokovnjaki za travmo zagotovo lahko izjemno pozitivno vplivajo na kliente, mnogi preživeli poročajo o dodatni prednosti, ko je terapevt tudi sam imel podobno izkušnjo. Tak terapevt tudi lažje pomaga pri prehajanju klienta s samoobtoževanja k opolnomočenosti, ker se lahko s tem globoko poveže in to razume. To so lahko zame storile moje »sestre preživele«, še posebej tiste, ki so že dlje v procesu zdravljenja.

Žrtve trgovanja z ljudmi pogosto napačno diagnosticirajo z duševnimi boleznimi, ki niso kompleksna poststravmatska stresna motnja. Izkušen terapevt, zlasti tisti, ki je tudi preživel, zna razmejiti patologijo, ki se skriva za vedenjem in odkriti primarno travmo, ki jo je potrebno zdraviti. Prepoznavanje travme zaradi izkoriščanja lahko poveča možnost ustreznega zdravljenja, ki je bolj prilagojeno njihovim potrebam. Moji klienti, ki so preživeli spolno izkoriščanje, me lahko vedno dobijo izven uradnih ur. To ni kršitev meja, ampak konkretno razumevanje, da so te osebe doživele popolno degradacijo človeške psihe in da je občasno klic ob dveh ponoči potreben.

Tudi po tem, ko sem že več kot osem let delala na področju boja proti trgovini z ljudmi, nisem razkrila, da sem ena od preživelih vse do leta 2013, ko je ženska, ki je postala moja mentorica, sedela z mano v triurnem prometnem zastoju v Houstonu. Prišla je, da bi nastopila kot preživel na prireditvi za zbiranje sredstev, ki jo je organizirala moja organizacija. Medtem ko sva stali na avtocesti, me je vprašala, zakaj delam na tem področju. Podrobno sem ji opisala svoje delo. Nekaj minut kasneje smo se pripeljali do

hotela, kjer so me izkoriščali, in zamrmrala sem: »Tam sem bila prostitutka.« Prosila me je, naj razložim svoje razumevanje sile, prevare in prisile. Ko sem to storila, me je vprašala, zakaj se nisem identificirala kot preživela trgovine z ljudmi. Rekla sem ji, da so mnogi doživeli veliko hujše stvari – neverjetne krutosti. Pogledala me je naravnost v oči in rekla: »To ne pomeni, da se vam ni zgodilo.« V tistem trenutku sem svojo izkušnjo videla z drugačnimi očmi in z boljším razumevanjem tega, kar se mi je zgodilo. To mi je izjemno pomagalo pri mojem zdravljenju. Lahko sem tudi boljše razumela terapevtske procese, ki sem jih instinktivno uporabljala pri svojih klientih in pristope, ki so jih drugi uporabljali pri meni.

Samorazkritje je včasih koristno, pomembno pa je tudi določiti meje, ki omogočajo, da je celotna terapevtska osredotočenost na mojih klientih. Svojo izkušnjo sem v približno desetih letih prakse razkrila le z nekaj klienti. Običajno to storim pri mlajših klientih, ki so šele na začetku poti zdravljenja. S tem zmanjšaš klientov občutek izoliranosti in spreminjaš njegovo pričakovanje, da se bo vedno počutil tako zlomljenega. Toda nikoli ne razkrivam svoje izkušnje podrobno: sporočim samo, da se je zgodilo tudi meni. Zdravljenje je osredotočeno izključno na klientko in njeno pot, pri čemer je razkritje primerno le, če bi to zanj prineslo olajšanje in pomagalo pri vzpostavljanju pozitivnega terapevtskega odnosa.

Terapevtsko delo mi je omogočilo boljše razumevanje patologije v zvezi z lastnim vedenjem in svojimi sprožilci. V sodelovanju z drugimi preživeli, ki so stopili na klinično področje, si delimo stiske in radosti svojih primerov ter še boljše obvladujemo lastne vsiljive spomine in panične epizode, ko se pojavijo. Kot preživela trgovine z ljudmi čutim ogromno odgovornost, da pomagam drugim, ki so trpeli. Vem, da mnogi ne bodo imeli sredstev ali priložnosti, ki sem jih imela jaz, da sem lahko izginila – odšla v tujino, da bi začela svoje delo na področju boja proti trgovini z ljudmi. Pot do popolnega ozdravljenja je dolga in naporna; postala sem močnejša s tem, ko sem spoznala še druge, ki so prehodili isto pot. V zadnjih desetih letih sem sodelovala s stotimi preživeli in upam, da sem jim pokazala sočutje in pogum, ki so mi ju pokazali drugi.

Prevedeno in povzeto po Waters, Emily M. (2016). From Victim to Healer: How Surviving Sex Trafficking Informs Therapeutic Practice. *Dignity: A Journal on Sexual Exploitation and Violence*: Vol. 1: Iss. 1, Article 9. Dostopno na: <https://digitalcommons.uri.edu/dignity/vol1/iss1/9/> (23. 3. 2020)