

Traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian tehostaminen verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan lapsiuhrien hoidossa

Julkaisija: Itämeren valtioiden neuvosto

Tekijä: Anette Birgersson, laillistettu psykoterapeutti, Master of Psychology, tohtorikoulutettava,
Marie Cederschiölds -yliopisto



Itämeren valtioiden neuvosto on lisensoinut tämän teoksen Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International Licensen perusteella.

Haluaisitko kääntää tämän asiakirjan? Ota yhteyttä Itämeren valtioiden neuvostoon saadaksesi lisätietoja
formaatista, akkreditoinnista ja tekijänoikeuksista.

Julkaistu kesäkuussa 2025 Tukholmassa.

Elpis-terminologian vastuuvapauslauseke:

Tämä julkaisu on osa Itämeren valtioiden neuvoston johtamaa Promise Elpis -projektia. Promise Elpis on sitoutunut noudattamaan parhaimpia lastensuojelun ja eettisen viestinnän standardeja. Luxemburgin suuntaviivat (2016) edistävät johdonmukaista, täsmällistä ja sensitiivistä kielenkäyttöä – erityisesti lastensuojelun yhteydessä – siten, että pyritään välttämään sekaannusta, leimautumista sekä haittoja ja välttämään uudelleen uhriksi joutumista tai väärinkäsityksiä. Luxemburgin suuntaviivoja on tarkoitus soveltaa laajasti alalla, mukaan lukien toimintapolitiikkaan, oikeudellisiin asiakirjoihin, raportteihin ja julkiseen viestintään.

Näiden tavoitteiden saavuttamiseksi parhaalla mahdollisella tavalla työ noudattaa Luxemburgin suuntaviivoja ja niiden päivityksiä. Lisäksi terminologian kehittyessä kehitämme sisäistä ohjeistusta, joka on linjassa näiden periaatteiden kanssa. Ulkopuolisiin lähteisiin viitattaessa siteeraamme niitä alkuperäisellä kielellä tavoitellun merkityksen ja kontekstin säilyttämiseksi, mikä varmistaa, että siteerattu teksti on tarkka ja aito.

Johdanto

Traumafokusoitu kognitiivinen käyttäytymisterapia (trauma focused cognitive behavioural therapy, TF-CBT) yhdistää kognitiiviset käyttäytymistekniikat traumasensitiivisiin interventioihin posttraumaattisesta stressihäiriöstä (PTSD) ja siihen liittyvistä emotionaalisista vaikeuksista kärsivien uhrien auttamiseksi. Näissä ohjeissa hahmotellaan sellaisen traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian tehostamista, joka keskittyy verkossa tapahtuvan lasten seksuaalisen väkivallan (OCSA) uhreihin. Työskentely verkkoväkivallan lapsiuhrien ja heidän huoltajiensa kanssa tuo mukanaan lisähaasteita. Näiden ohjeiden tarkoituksena on antaa ohjausta ja tukea tässä työssä.

Ohjeiden kohderyhmä on laillistetut traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian klinikot. Ohjeiden käyttäjällä oletetaan olevan perustiedot traumafokusoidusta kognitiivisesta käyttäytymisterapiasta.

Ohjeiden kehittämisen seuraava vaihe on klinikoiden testit ja arviointi.

Ennen traumafokusoitua kognitiivista käyttäytymisterapiaa: Arviointi

Arvioidessaan lapsia, jotka ovat kokeneet verkossa tapahtunutta seksuaalista väkivaltaa, klinikoiden tulee noudattaa traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian arviointirakennetta. Prosessi alkaa turvallisen ja lasta tukevan ympäristön luomisella, jossa klinikko selittää selkeästi arvioinnin tarkoituksen, vastaa alustaviin kysymyksiin ja antaa lapsen kertoa asiasta omaan tahtiinsa. Vuorovaikutuksen alku on ratkaisevan tärkeää luottamuksen, turvallisuuden ja tehokkaan viestinnän luomisessa.

Vuorovaikutuksen tulee olla selkeää, ei-tuomitsevaa ja lasta tukevaa. Siihen tulee sisältyä myös psykoedukaatiota, joka on räätälöity lapsen kokeman verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan mukaan. Tähän kuuluu lapsen auttaminen ymmärtämään traumaa ja sen oireita sekä tarkan tiedon antaminen verkossa tapahtuvasta seksuaalisesta väkivallasta, kuten miten ja miksi sellaista tapahtuu, keitä rikoksenteijät voivat olla, miksi uhrit saattavat epäröidä paljastaa asiaa ja syyllisyyden, häpeän tai pelon

vaikutukset, jotka liittyvät verkkomateriaalin mahdolliseen ilmituloon. Psykoedukaatiolla on tässä vaiheessa monia tehtäviä: se validoi lapsen reaktioita, normalisoi traumareaktioita ja voimaannuttaa häntä kertomaan kokemuksistaan.

Kliinikoiden tulisi erityisesti auttaa lasta käsittelemään sellaisia ajatuksia ja tunteita, että hän olisi jollain tavalla osittain vastuussa väkivallasta, häpeästä ja syyllisyydestä sekä käsittelemään myös itsetunto- ja kehoitsetunto-ongelmia – asioita, jotka tutkimusten mukaan ovat erityisen tärkeitä teknologian mahdollistamassa seksuaalisessa väkivallassa.

Tehostettu traumafokusoitu kognitiivinen käyttäytymisterapia

Traumafokusoitu kognitiivinen käyttäytymisterapia on jaettu kolmeen hoitovaiheeseen: stabilointivaiheeseen, traumankerronta- ja prosessointivaiheeseen sekä integrointi- ja konsolidointivaiheeseen. Jokaisessa vaiheessa käytetään osioita, joiden nimien alkukirjaimet englannin kielellä muodostavat sanan PRACTICE, ammatinharjoitus.

P: psykoedukaatio

P: vanhemmuuden taidot

R: rentoutumistaidot

A: affektiiviset modulaatiotaidot

C: kognitiivinen selviytyminen ja prosessointi

T: trauman kertominen ja prosessointi

I: elinympäristössä saavutettu taito – palautuminen arkeen välttelyn sijasta

C: yhteiset lapsi-vanhempi-istunnot - Luottamuksen ja tuen rakentaminen

E: turvallisuuden ja tulevan kehityksen edistäminen

Näissä ohjeissa noudatetaan edellä esitettyä järjestystä ja kerrotaan, kuinka kukin näistä traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian osista voidaan räätälöidä verkossa tapahtuvan seksuaalisen väkivallan uhreja varten.

Psykoedukaatio

Psykoedukaatio luo perustan terapeuttiselle suhteelle ja voi myös lisätä hoitomotivaatiota. Se auttaa normalisoimaan traumareaktioita, vähentämään ahdistusta ja edistämään ymmärryksen ja hallinnan tunnetta.

Kun kyseessä on verkossa tapahtuva seksuaalinen väkivalta, psykoedukaatio on huolellisesti mukautettava digitaalisen uhriksi joutumisen erityispiirteiden huomioon ottamiseksi. Tähän sisältyy lapsen kehitykseen sopivan tiedon tarjoaminen traumaoireista, verkkoon liittyvistä haavoittuvuuksista, suostumuksen merkityksestä ja digitaaliseen vuorovaikutukseen liittyvistä mahdollisista haitoista. Räätelöity lähestymistapa on erityisen tärkeitä, kun työskennellään lapsen kanssa, joka vähättelee tai ei täysin tunnista kokemuksiaan väkivallaksi.

Traumasensitiivinen lähestymistapa on välttämätön, jotta häpeän, syyllisyyden tai pelon tunteet eivät vahvistu. Ammattilaisten olisi oltava valmiita auttamaan uhreja hallitsemaan pelkoja, jotka liittyvät loukkaavan materiaalin jatkuvaan esillä oloon verkossa.

Psykoedukaatio sisältää myös sen, että lapsille ja huoltajille kerrotaan, kuinka trauma voi vaikuttaa

- **tunteisiin** (pelko, häpeä, turtuminen)
- **ajatuksiin** (itsesyytely, hämmennys)
- **käyttäytymiseen** (vetäytyminen, välttely, riskinotto, ylivirittyneisyys).

Tarvittaessa näitä reaktioita tulisi selittää konkreettisin, samaistuttavin esimerkein, jotta lapsi ymmärtäisi ne, eivätkä ne olisi uhkaavia. Monimutkaisissa verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan tapauksissa mahdollisesti tarvitaan useita psykoedukaatioistuntoja. Ensimmäisissä istunnoissa voidaan keskittyä turvallisuuden, luottamuksen ja tunteiden säätelyn rakentamiseen, kun taas myöhemmissä istunnoissa voidaan syventää lapsen ymmärrystä traumastaan ja esitellään selviytymisstrategioita. Psykoedukaatiota käytetään myös muissa osioissa traumaoireiden ymmärtämiseen ja motivaation lisäämiseen.

Myös huoltajien osallistuminen on ratkaisevan tärkeää tässä vaiheessa.

Psykoedukaation tulisi auttaa vanhempia ymmärtämään lapsensa reaktioita, kehittämään tukireaktioita ja hallitsemaan omia tunnereaktioitaan. Verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan tapauksissa tämä vanhempien osuus traumafokusoidussa kognitiivisessa käyttäytymisterapiassa on entistä tärkeämpi. Terapia saattaa vaatia erikseen tehostettua sovellusta, joka vahvistaa kiintymystä ja turvallisuuden tunnetta kotiympäristössä.

Vanhemmuuden taidot

Traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian keskeinen piirre on huoltajan olennaisen roolin tunnistaminen lapsen toipumisessa. Hoitomallin olennaisena osana on, että ei-väkivaltaisia huoltajia autetaan hallitsemaan omaa emotionaalista ahdistustaan ja kehittämään vanhemmuusstrategioita, joita tarvitaan lapsen tehokkaaseen tukemiseen. Tämä osallistuminen ei ainoastaan paranna hoitotuloksia, vaan myös edistää vahvempaa ja turvallisempaa vanhemman ja lapsen välistä suhdetta.

Verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan tapauksissa huoltajille tulisi tarjota psykoedukaatiota verkkoriskeistä, mukaan lukien grooming-taktiikoista. Huoltajia tulisi opastaa valvomaan lapsensa internetin käyttöä ikään sopivilla, kunnioittavilla tavoilla, ilman häpeää tai syyttelyä. Huoltajat voivat myös oppia positiivisesti vahvistamaan turvallista verkkokäyttäytymistä, asettamaan terveitä rajoja digitaaliselle käytölle ja ylläpitämään avointa kommunikaatiota internetin turvallisuudesta.

Traumafokusoitu kognitiivinen käyttäytymisterapia voi auttaa huoltajia käsittelemään tunnereaktioitaan verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan tapauksissa. Niihin voi kuulua syyllisyyttä, hämmennystä ja epäonnistumisen tunnetta siitä, etteivät huoltajat ole estäneet väkivaltaa. Jos näihin reaktioihin ei puututa, ne voivat häiritä huoltajien kykyä tukea lasta. Ammattilaiset raportoivat usein haasteista, kun samanaikaisesti validoidaan huoltajan ahdistusta ja samalla varmistetaan, että lapsen kokemuksia ei mitätöidä. Kohdennetut vanhemmuusinterventiot, mukaan lukien lapsen validointi ja itsensä validoinnin opettaminen, voivat johtaa vanhemmuuden käytäntöjen parantamiseen ja lasten käyttäytymisongelmien vähenemiseen.

Lisäksi vanhemman ja lapsen välisen suhteen vahvistamisella yhteisistuntojen ja tehostetun vanhemmuuden tuen avulla on suojaava rooli. Vaikka traumaperäisen stressihäiriön oireet olisivat lieviä, avoimen kommunikaation ja emotionaalisen läheisyyden edistäminen auttaa vahvistamaan resilienssiä ja voi vähentää uudelleen uhriksi joutumisen riskiä. Se on valitettavasti yleistä lasten seksuaalisen väkivallan uhreilla.

Rentoutumistaidot

Verkossa seksuaalista väkivaltaa kokeneille lapsille rentoutumistaidot ovat tärkeä osa hoitoa. Lapset kamppailevat usein jatkuvan fysiologisen kiihottumisen, ahdistuksen ja pakkoajatusten kanssa. Niitä laukaisevat väkivaltaan liittyvät digitaaliset muistutukset, kuten äänet, kuvat tai laitteet. Rentoutumisen opettaminen auttaa heitä saamaan takaisin fyysisen ja henkisen hallinnan tunteen, mikä on erityisen tärkeää, kun trauma on hämärtänyt online- ja offline-turvallisuuden välisiä rajoja.

Hallittu hengitys voidaan ottaa käyttöön varhaisessa vaiheessa ahdistuksen vähentämiseksi ja kehon traumareaktion rauhoittamiseksi. Säännöllinen progressiivisen lihasrentoutuksen, tietoisien läsnäolon (mindfulness) ja mielikuvaharjoittelun kaltaisten tekniikoiden harjoittelu tukee itsesäätelyä. Nämä työkalut auttavat lapsia tunnistamaan ja hallitsemaan stressin fyysisiä oireita ja tuntemaan olonsa vähitellen turvallisemmaksi omassa kehossaan. On tärkeää olla varovainen. Traumaperäisestä stressihäiriöstä kärsivillä lapsilla voi olla vaikeuksia hallita hiljaisia harjoituksia tai hengitystekniikoita. Ammattilaisten tulisi aloittaa näiden tekniikoiden käyttö ohjatuissa istunnoissa, koska lapset voivat reagoida eri tavalla.

Ajatusten pysäyttämistekniikoita käytetään usein keskeyttämään häiritseviä muistoja tai pelkoja siitä, että väkivalta-aineistoa levitetäisiin. Lapsi voi esimerkiksi sanoa ääneen "lopeta" tai käyttää fyysistä vihjettä (cue), kuten käden puristamista nyrkkiin tai sitruunoiden puristamista taskussaan, korvatakseen ahdistavan ajatuksen tasapainoisemmalla tai lohdullisemmalla ajatuksella. He voivat myös oppia

tunnistamaan ajatuksen pelkäksi ajatukseksi: "Nyt ajattelen niitä asioita, jotka saavat minut tuntemaan oloni ahdistuneeksi. Se on okei. Mitä voin tehdä saadakseni ajatukseni pois niistä?"

Keskeinen asia on auttaa lasta ymmärtämään ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen välinen yhteys, varsinkin kun ajatukset juontavat juurensa häpeästä, syyllisyydestä tai paljastumisen pelosta. Verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan uhrin usein syyttävät itseään tai tuntevat olevansa sellaisten tunteiden vallassa, joita he eivät täysin ymmärrä. Itsensä validoimisen opettaminen – pelon tai surun tunnustaminen sitä tuomitsematta – auttaa vähentämään häpeää ja tukee emotionaalista paranemista.

Tietoinen läsnäolo ja tasapainoinen ajattelu voidaan integroida kaikkiin istuntoihin tietoisuuden lisäämiseksi ja auttamaan lapsia pysymään rauhallisina, kun he kokevat voimakkaita tunteita tai kamppailevat traumasta muistuttavien asioiden kanssa. Näitä tekniikoita voidaan harjoitella myös yhdessä huoltajien kanssa, mikä vahvistaa vanhemman ja lapsen välistä sidettä. Rentoutumistaitojen harjoittelu yhdessä rakentaa yhteisen turvallisuuden tunnetta, vahvistaa huoltajan roolia tukihenkilönä ja tarjoaa lapselle luotettavan harjoituskumppanin, jota verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan jälkeen usein tarvitaan. Myös huoltajat yleensä hyötyvät näistä tekniikoista, varsinkin kun he kokevat emotionaalista ahdistusta tai syyllisyyttä.

Taito hallita omat tunnetilansa (affektiivinen modulaatitaito)

Kuten aiemmin on kuvattu, verkossa tapahtuneesta seksuaalisesta väkivallasta kärsivät lapset kokevat usein voimakkaita ja hämmentäviä tunteita, kuten itsesyytöksiä, petetyksi ja houkutelluksi tulemisen tunnetta, häpeää, syyllisyyttä, pelkoa, vihaa ja turtumista. Ei ole myöskään epätavallista tuntea pettymystä ja surua siitä, että suhde ei ollut sitä, mitä he luulivat sen olevan, varsinkin kun heitä on manipuloinut henkilö, joka esiintyi jonakin muuna. Affektiivinen modulaatio auttaa lapsia ymmärtämään tunnereaktioidensa tarkoitusta. Voi olla hyödyllistä kertoa lapselle aivojen selviytymisjärjestelmän toiminnasta ja yhdistää se lapsen erityisiin traumaoireisiin.

Verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan uhrien tunnereaktiot voivat liittyä tiettyihin digitaalisiin vihjeisiin: ilmoituksiin, laitteisiin, sosiaalisen median alustoihin tai jopa tiettyihin sanoihin tai lauseisiin. Terapia keskittyy auttamaan lasta vahvistamaan tunnetietoisuutta, tunnistamaan kehon tuntemuksensa (sydämentykytys, puristava rintakehä, nopeampi hengitys) ja harjoittelemaan rauhoittavia strategioita, kuten syvähengitystä, mielikuvaharjoituksia tai aistityökaluja. Tietoiseen läsnäoloon pohjautuvat interventiot ja grounding-harjoitukset ovat erityisen hyödyllisiä vähentämään digitaalisten muistutusten laukaisemaa dissosiaatiota ja ahdistusta.

Terapeutit voivat hyödyntää roolileikkejä ja luovaa ilmaisua, kuten sen piirtämistä, miltä tunne "tuntuu" kehossa, auttaakseen lapsia ymmärtämään kokemuksiaan ja vahvistamaan itsesääätelyä. Huoltajien osallistuminen on välttämätöntä. Kun huoltajat harjoittavat tunteiden säätelyä yhdessä lastensa kanssa, se vahvistaa yhteistä säätelykykyä ja parantaa lapsen turvallisuuden ja yhteyden tunnetta.

Kognitiivinen selviytyminen ja prosessointi

Verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan uhrit voivat kamppailla syvään juurtuneiden kognitiivisten vääristymien kanssa, kuten "Se on minun vikani", "Minun olisi pitänyt tietää paremmin" tai "En koskaan pysty selviytymään tästä". Näitä uskomuksia vahvistaa usein tapa, jolla väkivaltaa tehtiin (grooming, manipulointi tai lapsen oma halukkuus alun perin osallistua digitaaliseen kontaktiin) ja paljastumisen, tuomitsemisen, syyllisyyden tai häpeän pelko. Kognitiivinen selviytyminen auttaa lapsia ymmärtämään ajatusten, tunteiden ja käyttäytymisen välistä yhteyttä ja opettaa heitä tunnistamaan ja haastamaan nämä hyödyttömät ajatusmallit.

Kliinikoiden tulisi työskennellä lasten kanssa auttaen heitä tunnistamaan yleiset verkossa tapahtuneeseen seksuaaliseen väkivaltaan liittyvät ajatukset, kuten pysyvä turvattomuus, rakkauden puute tai vastuun kokeminen tapahtuneesta väkivallasta. Kognitiivinen uudelleenjärjestely auttaa lasta kehittämään tasapainoisempia ja myötätuntoisempia tulkintoja kokemuksistaan. Eräs esimerkki on, että "Minun olisi pitänyt lopettaa se" korvataan sanoilla "Minua manipuloi joku, jolla oli valta minuun".

Kuten tavallisessa traumaafokusoidussa kognitiivisessa käyttäytymisterapiassa, vakauttamisvaiheessa ei käsitellä hyödyttömiä ajatuksia. Tätä hoidetaan tarvittaessa seuraavan, traumanarratiivivaiheen jälkeen, jos tarpeen.

Traumanarratiivi ja sen käsittely

Traumanarratiivi on traumaafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian kulmakivi. Narratiiviterapiakäsittely auttaa vähentämään lapsen herkistymistä traumaattisille muistoille ja tunnistamaan traumaattisiin tapahtumiin liittyviä tunteita, kehollisia tuntemuksia ja hyödyttömiä ajatuksia. Terapeutti opastaa lasta vähitellen tämän vaiheen läpi tahdilla, joka ylläpitää turvallisuuden tunnetta, jolloin lapsi voi sietää ahdistusta, säädellä tunteita ja ymmärtää, että muistutukset traumasta eivät ole enää "vaarallisia". Tämän seurauksena aivojen selviytymisjärjestelmä ymmärtää, että sen ei tarvitse tehdä niin kovasti töitä.

Verkossa tapahtuneeseen seksuaaliseen väkivaltaan voi liittyä jatkuva trauma. Uhrit eivät välttämättä tiedä, kuka heitä kohteli väkivaltaisesti tai kuinka laajalle heidän kuvansa ovat levinneet. Materiaalin jatkuvan levittämisen pelko voi johtaa monimutkaisiin traumareaktioihin ja jatkuvaan uhan tunteeseen.

Verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan tapauksissa ei edellytetä erityisiä muutoksia narratiivisen prosessin suhteen, mutta klinikon tulee olla tietoinen häpeän ja syyllisyyden kaltaisista tunteista, jotka voivat tehdä narratiivista haastavan. Trauman narratiivin prosessi auttaa lasta esittämään kertomuksensa asteittain, tuetulla ja luovalla tavalla. Muotoihin voi kuulua trauman aikajanan tekeminen merkittävimpien tapahtumien korostamiseksi.

Tämä prosessi voi kestää kauemmin verkossa tapahtuneen seksuaalisen väkivallan tapauksiin liittyvän häpeän vuoksi ja vaatii hienotunteista, ei-tuomitsevaa tukea.

Elinympäristössä saavutettu taito (in vivo mastery) – Palautuminen arkeen välttelyn sijasta

Elinympäristössä saavutetun taidon hallintaan kuuluu lapsen auttaminen vähitellen kohtaamaan tosielämän traumaan liittyviä tilanteita, joita hän välttää tai jotka hän kokee erittäin vaikeiksi, alkaen vähän stressaavista tehtävistä ja etenemällä vaikeampiin toimintoihin. Nämä altistumiset suunnitellaan aina yhteistyössä, valmiutta arvioidaan huolellisesti, ja ne liitetään kunkin lapsen ainutlaatuisiin muistutuksiin traumasta.

Terapeutit käyttävät ahdistushierarkioita ohjaamaan altistusta ja varmistavat, että jokainen vaihe on hallittavissa ja johtaa suurempaan autonomian tunteeseen. Lapsi voi esimerkiksi ensin katsoa turvallisen yhteyshenkilön lähettämiä kuvakaappauksia ja harjoitella sitten terveen, rajoja koskevan viestin kirjoittamista jollekulle verkossa. Harjoittelu rakentaa resilienssiä ja auttaa lasta kehittämään terveemmän ja voimaantuneemman suhteen digitaaliseen maailmaan.

Lapsen ja vanhemman yhteiset istunnot – luottamuksen ja tuen palauttaminen

Vanhemman ja lapsen yhteiset istunnot ovat välttämättömiä huoltajan ja lapsen välisen suhteen sekä hoidon tulosten vahvistamiseksi. Verkossa tapahtuneesta seksuaalisesta väkivallasta kärsiville lapsille nämä istunnot ovat usein ensimmäinen tilaisuus jakaa kokemuksiaan luotettavien aikuisten kanssa.

Näissä istunnoissa lapset voivat halutessaan kertoa osia traumaa koskevasta narratiivistaan, keskustella siitä, miten väkivalta vaikutti heihin tai ilmaista tarpeita, joita he eivät aiemmin voineet ilmaista. Huoltajia ohjataan kuuntelemaan lasta tukevalla tavalla, validoimaan lapsen tunteita ja rauhoittamaan lasta. Kliinikot voivat auttaa huoltajia reagoimaan tuomitsematta tai syyttelemättä, vaikka lapsen tarina herättäisi vaikeita tunteita.

Näitä istuntoja käytetään myös turvallisuutta koskevien keskustelujen, digitaalisten rajojen ja yhteisten selviytymisstrategioiden mallintamiseen ja harjoitteluun. Huoltajat oppivat puhumaan internetin turvallisuudesta lapsen kehitykseen sopivalla ja emotionaalisesti turvallisella tavalla aiheuttamatta enempää häpeää tai pelkoa tai yksinkertaisesti kieltämättä verkkotoimintaa kokonaan.

Luottamuksen palauttaminen on keskeinen tavoite, varsinkin kun huoltaja on saattanut tuntea, että tapahtunut väkivalta tuli täysin odottamatta tai olevansa epävarma siitä, miten reagoida. Nämä istunnot auttavat kohdistamaan huoltajan uudelleen lapsen emotionaaliseksi turvaksi ja puolestapuhujaksi, mikä edistää pitkäaikaista toipumista ja turvallista ihmissuhdetta.

Turvallisuuden parantaminen ja tuleva kehitys

Traumafokusoidun kognitiivisen käyttäytymisterapian viimeinen vaihe keskittyy lapsen turvallisuuden tunteen palauttamiseen ja terveen kehityksen edistämiseen trauman jälkeen. Verkossa tapahtunutta seksuaalista väkivaltaa koskevissa tapauksissa tämä komponentti on erityisen kriittinen.

Turvallisuussuunnittelu on keskeinen osa tätä osaa, ja siihen kuuluu lapsen auttaminen kehittämään erityisiä taitoja navigoida turvallisesti verkkomaailmassa, kuten varoitusmerkkien tunnistaminen, rajojen asettaminen, vaarallisten kontaktien estäminen/ilmoittaminen ja digitaalisen yksityisyyden ymmärtäminen. Kliinikoiden tulisi auttaa lapsia erottamaan turvallinen ja vaarallinen verkkovuorovaikutus toisistaan ja tunnistamaan, milloin aikuisen apua on haettava.

Huoltajille tähän vaiheeseen kuuluu tutustuminen lapsen verkkotoimintaan ja realististen, kehityksellisesti sopivien rajojen asettaminen verkkotoiminnalle. Huoltajia tuetaan luomaan kotiympäristö, jossa lapsi tuntee olonsa turvalliseksi keskustellessaan verkkomaailmaan liittyvistä huolistaan.

Ottaen huomioon uudelleen uhriksi joutumisen ja samanaikaisen online / offline-väkivallan riskin, turvallisuussuunnittelussa käsitellään myös ihmissuhteiden turvallisuutta, itsevarmuutta, seksuaaliterveyttä ja itsekunnioitusta. Lapsia kannustetaan tutkimaan positiivisia identiteettejä ja tulevaisuuden tavoitteita, olemaan uudelleen yhteydessä turvallisiin ikätovereihin ja saamaan elämänsä hallintaan.

Kliinikot voivat myös puhua sellaisista jatkuvista uhista kuten yhteydenpidon jatkamisesta rikoksenteijän kanssa tai kuvien/videoiden levittämisestä ja tarvittaessa

työskennellä lastensuojelupalvelujen tai lainvalvontaviranomaisten kanssa varmistaen integroidun ja suojaavan hoitojärjestelmän.

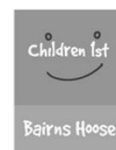
Implementing the Barnahus Quality Standards throughout Europe

PROMISE is supporting Europe to adopt the Barnahus model as a standard practice for providing child victims and witnesses of violence rapid access to justice and care. We undertake this work to fulfil the PROMISE vision: a Europe where all children enjoy their right to be protected from violence.

A Barnahus provides multi-disciplinary and interagency collaboration to ensure that child victims and witnesses of violence benefit from a child-friendly, professional and effective response in a safe environment which prevents (re)traumatisation. With the formal support from national authorities, PROMISE provides opportunities to translate national commitment into action and engage internationally in the process. In addition, regular networking and strategic communications continually activate our growing network of professionals and stakeholders who are committed to introducing and expanding Barnahus services nationally.

The first PROMISE project (2015-2017) set European standards and engaged a broad network of professionals. The second PROMISE project (2017-2019) promoted national level progress towards meeting the standards and formalised the PROMISE Barnahus Network. The third project (2020-2022) expanded these activities to include University training, case management tools, with a view to establishing a European Competence Centre for Barnahus and laying the groundwork for an accreditation system for Barnahus. The current Project: PROMISE ELPIS (2023-2025) is managed by Charité-University Medicine, Berlin, and promotes multidisciplinary and interagency models for child victims and witnesses of sexual violence, with a specific focus on specialised interventions and excellence in practice in cases where there is a presumed online element of the sexual violence.

Access the PROMISE tools and learn more at www.barnahus.eu



HEUNI

The European Institute for
Crime Prevention and Control,
affiliated with the United Nations



**National Children's
Advocacy Center**



This publication has been produced with the financial support of ISF Project Grants of the European Union. The contents herein are the sole responsibility of project partnership and can in no way be taken to reflect the views of the European Commission.