

Овсяннікова Я. О., кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник НДЛ екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України (м. Харків)

ФОРМИ І МЕТОДИ РОБОТИ З ДІТЬМИ І ПІДЛІТКАМИ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ НАСИЛЬСТВО

Дана стаття присвячена розкриттю проблеми насилля над дітьми та підлітками. У статті проаналізовано основні методи і форми роботи з жертвами насилля.

Ключові слова: психологічна допомога, насильство, психотерапія.

Данная статья посвящена раскрытию проблемы насилия над детьми и подростками. В статье проанализированы основные методы и формы работы с жертвами насилия.

Ключевые слова: психологическая помощь, насилие, психотерапия.

This article focuses on the disclosure issue violence of children and adolescents. The paper analyzes the main methods and ways of working with victims of violence.

Key words: psychological care, violence, psychotherapy.

Постановка проблеми. Проблема впливу екстремального досвіду на психіку дітей є однією з найактуальніших в психології розвитку, оскільки травматизація і віктимізація дітей поширені в сучасному суспільстві. Події останніх років примушують звернути увагу фахівців на те, що саме діти виявляються особливо вразливими до їх впливу. Безліч подій можуть негативно впливати на психіку дитини. До їх числа відносяться природні та техногенні катастрофи, військові конфлікти. Такі події носять глобальний характер, їх наслідки зачіпають безліч людей, в числі яких діти. Також на психіку дитини впливають такі об'єктивні фактори, як важкі соматичні захворювання, смерть близької людини, пожежі та автокатастрофи.

Але особливе місце в цьому списку займає вчинення фізичного, психологічного або сексуального насильства по відношенню до дитини [1]. Наслідки насильства викликають важкі психологічні травми і чинять негативний вплив на особистість дитини, тобто перешкоджають дитині реалізувати себе соціально, професійно та особистісно.

Сьогодні дитина може зіткнутися з насильницькими діями в будь-який час і в будь-якій ситуації: у школі, на відпочинку, на вулиці. Навіть родина не є тут винятком, незважаючи на те, що даний соціальний інститут покликаний забезпечувати безпеку, яка є необхідним фактором для нормального розвитку дитини.

До недавнього часу проблема насильства над дітьми та підлітками була закрита для обговорення. В суспільстві існував стереотип, що випадки жорстокої поведінки з дітьми зустрічаються рідко і пов'язані з психічними

захворюваннями чи алкоголізмом батьків, їх моральною нерозвиненістю або дефектністю. Наслідком такого ставлення до проблеми є гострий дефіцит кваліфікованих фахівців, здатних працювати в області психологічної реабілітації таких дітей.

На сьогоднішній день, практичне застосування вже існуючих знань з психологічної реабілітації дітей, які постраждали від насильства, як і раніше залишається на низькому рівні. Було б не вірно сказати що цією проблемою державні органи не займаються, деяка увага з боку держави все ж таки приділяється, але цих заходів як ми бачимо недостатньо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз сучасних зарубіжних і вітчизняних праць, присвячених проблемам насильства над дітьми, показує необхідність глибокого і систематичного вивчення цього феномена.

У вітчизняній психології досліджень, які були б присвячені психологічним наслідкам різних видів насильства над дітьми в сім'ї, методам надання психологічної допомоги та розробці психокорекційних програм недостатньо. Разом з тим, надання психологічної допомоги дітям, які пережили різні види насильства, вимагає врахування вікових особливостей дітей та підготовки кваліфікованих кадрів для роботи з ними.

Суттєве значення для вивчення питання надання психологічної допомоги дітям - жертвам насильства став підхід В.В. Дерябіної, про специфіку її надання дітям різних вікових груп, а також наукові праці, що описують технологію психологічного супроводу дітей, які пережили травматичні наслідки різних ситуацій насильства в структурі сім'ї (Н.М. Платонова;

Л.С. Алексєєвої; Т.Я. Сафонові, Є. М. Черепанові та ін.)

Постановка завдання. Метою даної статті є аналіз та узагальнення основних форм і методів роботи з дітьми і підлітками, які пережили насильство.

Виклад основного матеріалу. У суспільстві факт пережитого насильства, як правило, сприймається як ганебний, тому таємницю пережитого у дитинстві людина приховує протягом всього життя, в той час, як про інші травмуючі події вона може розповісти без сорому і отримати допомогу фахівців. Латентність насильства над дитиною має під собою безліч причин. Коли жертвою насильства стає доросла людина, вона завжди розуміє, те що трапилось з нею – неправильно і виходить за рамки нормальних людських відносин. Дитина ж в силу відсутності життєвого досвіду може вважати, що насильницькі взаємини, є нормальними. Тому вона мовчить і не просить допомоги. У зв'язку з цим фахівцям стає відомо лише про невелику частку фактів насильства над дітьми.

Як правило, дитина, яка постраждала від жорстокого ставлення з боку близьких людей відчуває різні негативні емоції і почуття. Така ситуація є психотравмуючою для дитини і пов'язана з наявністю сильного переляку. Ситуація характерна тим, що по-перше, це завжди буває раптово, по-друге, це пов'язано із загрозою для життя, яку дитина в цей момент відчувала вперше, по-третє, ситуація неконтрольована дитиною, так як вона не має відповідного досвіду. Ці три чинники призводять до сильного сполоху, який викликає стрес.

Жорстоке ставлення до дітей та підлітків, нехтування їх інтересами можуть мати різні види і форми, але їх наслідком завжди є серйозна шкода для здоров'я, розвитку та соціалізації дитини, нерідко й загроза її життю і навіть смерть.

Розрізняють чотири основні форми жорстокого поводження з дітьми та підлітками та нехтування їх інтересами:

- фізичне насильство;
- сексуальне (розбещення);
- психічне (емоційне, психологічне) насильство;
- нехтування основними потребами дитини (моральна жорстокість) [2].

Не залежно від того яку форму насильства випробувала на собі дитина в будь-якому випадку це негативно впливає на її психіку. Порушення, що виникають внаслідок перенесеного насильства, зачіпають різні сфери діяльності дітей та підлітків:

емоційну (страхи, емоційна нестабільність, гнів, почуття сорому, провини, незахищеності, посттравматичний стресовий розлад, депресії тощо); когнітивну (затримка мовного та психічного розвитку, труднощі концентрації уваги, зниження успішності, відсутність інтересу до навчання тощо); особистісну (занижена самооцінка, стигматизація тощо); поведінкову (суперечливість поведінки, відстороненість, гіперактивність, девіантність, аутоагресія і пр.) і сферу міжособистісних відносин (комунікативна некомпетентність, конфліктність, агресивність та ін.)

Наслідки насильства можуть носити як безпосередній (актуальний), так і відстрочений характер і стосуються не тільки самої жертви, але і її найближчого оточення і суспільства в цілому.

До найближчих наслідків відносять травми і гострі психічні розлади, до віддалених наслідків – порушення фізичного і психічного розвитку дитини, різні соматичні захворювання, особистісні та емоційні порушення, порушення соціалізації та інтеграції в суспільство. Насильство, пережите в дитинстві, може сприяти формуванню специфічних сімейних відносин, особливих життєвих сценаріїв. Дослідження показали, що дорослі люди, які зазнали насильство в дитинстві, самі здійснюють насильницькі дії по відношенню до власних дітей, родини або інших людей [1].

Тяжкість наслідків насильства для дитини залежить: від обставин, пов'язаних з особливостями дитини (вік, рівень розвитку і властивості особистості) і гвалтівника; від тривалості, частоти і тяжкості насильницьких дій; від реакцій оточуючих.

У більшості випадків дитині, постраждалій від насильства, необхідна кваліфікована допомога фахівця. Особливу категорію складають діти, що переживають насильство у власній родині. Психологічна депривація цієї категорії дітей значно більш виражена, а базова довіра до світу підірвана.

Психологічна допомога дітям і підліткам повинна полягати у зменшенні негативного впливу пережитої травми на подальший розвиток, запобіганні відхилень у поведінці, полегшенні реадaptaції в суспільстві, а також у вживанні заходів з припинення насильницьких дій над дитиною. Психологічна допомога особам, які постраждали від насильства включає заходи профілактичного, діагностичного та корекційно-терапевтичного характеру [4].

Як зазначалося вище, пережите насильство дитиною впливає на різні сфери її

діяльності. Зокрема, проведені дослідження доводять, що у дітей дошкільного віку переважають поведінкові порушення, у молодших школярів яскравіше проявляються когнітивні порушення, а у підлітків – особистісні порушення. Тому, психологічна допомога дітям повинна здійснюватися з урахування вікового, фізичного і психічного розвитку дитини, стану фізичного і психічного здоров'я, виду перенесеного насилля, тяжкості психотравми і сили переживання травматичного досвіду. А також стратегії допомоги обов'язково повинні співвідноситися з уміннями і здібностями, пов'язаними з розвитком дитини. Наприклад, терапевтичний підхід, заснований, у першу чергу, на словесному спілкуванні, не буде ефективний з дитиною, в якій порушені або не розвинені навички сприйняття інформації і вираження своїх почуттів за допомогою мови [3]. Якщо використовувати виключно тільки метод словесного спілкування, то такий підхід може призвести до сильної фрустрації та почуття непридатності в дитині. В даному випадку фахівцеві необхідно використовувати в своїй роботі ігрову терапію.

Психологу при наданні допомоги дитині необхідно враховувати, що дитина-жертва страждає в сім'ї, як правило, одночасно від декількох форм насильства.

В цілому дослідники вважають, що найбільш складна і тривала робота з дітьми та підлітками, які пережили насильство, відбувається тоді, коли крім факту скоєного насильства у дитини існують давні психологічні та поведінкові проблеми [5].

Не існує готового рецепту для надання таким дітям і підліткам психологічної допомоги. Однак, можна виділити загальні положення роботи з дітьми.

Хотілося б відзначити, що при взаємодії з дитиною велику роль грає стать психолога: для більшої відкритості краще, щоб фахівець був однієї статі з дитиною.

Основні техніки надання психологічної допомоги повинні бути спрямовані на подолання у дитини почуття власної неповноцінності, почуття провини, а також на формування адекватної самооцінки. Почуття провини приводить до того, що дитина позбавляється певної свободи дій, поведінка стає саморуйнівною – дитина як би застряє в минулому, в травматичній ситуації насильства. Отже, важливо підвести дитину до розуміння того, що забути подію не можна, але жити з цим можна.

Для надання ефективної допомоги потерпілій дитині потрібна повна інформація

про неї і обставини її життя. У процесі консультування дітей та підлітків надзвичайно важливим аспектом є встановлення контакту психолога з дитиною, акцент повинен бути зроблений на демонстрації турботи про неї. Швидше за все, дитина буде постійно перевіряти адекватними і неадекватними способами, наскільки психолог дійсно про неї піклується.

При роботі з дітьми і підлітками необхідний аналіз проблем, пов'язаних з поганим ставленням і проблем, що передували поганому ставленню. В деяких випадках фахівець буває змушений втручатися в умови середовища та оточення, щоб надати дитині всеосяжну та індивідуальну допомогу [1].

Діти, які зіткнулися з насильством (особливо в сім'ї), часто сприймають себе нездатними контролювати ситуацію. Фахівцю необхідно враховувати цю особливість і надати можливість дитині керувати ситуацією: тривалість, частота, кількість зустрічей з психологом повинні бути узгоджені і строго дотримуватися. Заздалегідь слід визначити, як дитина може втручатися в процес, наприклад, змінювати регламент. Одна тільки регулярність роботи дає дитині відчуття твердого ґрунту під ногами.

Також від фахівця потрібні певні зусилля для створення умов відвертої розповіді дитини про пережите. Ключовим моментом роботи з такою дитиною є з'ясування сенсу мовчання (або заперечення), що дає можливість зняти з дитини відповідальність за діяльність батьків, якщо вони причетні до травми.

Оскільки, дітям важко говорити про те, що з ними сталося, тому рекомендується "опрацювати" психологічну травму в грі. Ігрова терапія є універсальним, ефективним засобом. Вона може виявитися корисною навіть при роботі з підлітками, але тільки в тому випадку, якщо цю форму роботи обрав сам підліток. Саме за допомогою організації ігрової діяльності психолог навчає дитину контролювати свої імпульси, підтримувати соціально схваловану взаємодію з дорослими.

До ігрових методів можна віднести фізичні вправи, спрямовані на психологічну розрядку і релаксацію, психодраматичні вправи, наприклад розігрування казок. А також можуть бути сюжети, придумані самими дітьми, або готові сюжети.

У багатьох казках, так чи інакше, відображуються основні моменти психологічної травми. Наприклад, казка для дітей з сімей алкоголіків - "Червона квітка",

так як там своєю любов'ю треба зняти чари з чудовиська. Для дітей, які пережили інцестне насильство – казка "Марійка і ведмідь". Адже там теж Марійку змушують догоджати ведмедю, тому що вона йому подобається. І ведмідь настільки полюбив її, що їй довелося застосувати хитрість, щоб потрапити до бабусі і дідуся [6].

Можна використовувати також драматизацію Біблії. Вважається, що дитина, яка програє різноманітні ролі з біблійних сюжетів, набуває багатий життєвий досвід перебування в різних станах.

Необхідно враховувати наступні моменти. Казки повинні мати хороший кінець. Завжди повинен бути знайдений прийнятний вихід зі складної ситуації, навіть якщо його немає в самій казці. Не варто давати дитині заграватися в ролі агресора. І нарешті, після програвання сюжету повинне бути обговорення того психологічного досвіду, який дитина отримала, перебуваючи в ролі.

Використання казок та історій в роботі з дітьми, які пережили батьківську байдужість, відчуження, жорстоку поведінку, може виявитися ефективним, оскільки дозволяє зрозуміти і висловити почуття і думки, про які важко говорити, може навчити способам захисту від жорстокої поведінки, допомогти встановити відносини, які базуються на довірі [4].

До іншого напряму надання психологічної допомоги відноситься використання спеціальних засобів реабілітації. До них відносять всілякі пісочниці та ванночки з водою, щоб діти могли грати з водою та піском. Гра з піском і водою надає дитині можливість позбутися психологічних травм за допомогою екстеріоризації фантазій і формування відчуття зв'язку контролю над своїми внутрішніми спонуканнями.

А також робота з пластиліном, який дозволяє дитині здійснювати тактильне пізнання і взаємодію зі світом, які порушені особливо у випадках насильства. Фарби, які можна брати в рот. Дуже добре, якщо дитина ліпить або малює себе, позначає свою схему тіла і навіть розмальовує її. Це сприяє психологічній розрядки, а також гармонізує схему тіла.

При наданні допомоги дітям використовують і серійне малювання, в рамках якого фахівець регулярно зустрічається з дитиною і просить її «просто намалювати картинку». В процесі цих зустрічей формуються терапевтичні взаємини між психологом і дитиною, проблеми

знаходять символічне вираження в малюнках, в результаті виникає можливість зцілення і вирішення внутрішніх конфліктів.

Для емоційної саморегуляції може бути застосований прилад, сконструйований на основі гальванічної реакції шкіри. Справа в тому, що шкірно-гальванічна реакція є показником нашого емоційного стану. Тому досить дитині взяти в руки цей прилад, як той починає програвати ту чи іншу мелодію, в залежності від психологічного стану дитини. Коли дитина знає, яка мелодія відповідає її оптимуму, тоді вона може навчатися саморегуляції [6].

В наших умовах непросто знайти всі перераховані предмети, але завжди можна програти практично будь-яку ситуацію, якщо фахівець має нескладний набір ляльок, плюшевих і інших іграшок.

Поряд з представленими методиками ефективними вважаються візуалізація, гіпноз, робота з емоціями, записи у щоденник, написання листів, когнітивне переструктурування, техніка «порожнього стільця», психодрама, арт-терапія, музикотерапія, танцювальна терапія.

Хотілося б зауважити, що при роботі з дитиною ніколи не слід розглядати її в ізоляції від сім'ї або осіб, які забезпечують догляд за нею, а також безпосереднього оточення. Тому, технологія надання психологічної допомоги дітям, які пережили насильство, включає обов'язково роботу і з їх батьками або близькими людьми. Дана технологія має свої особливості стосовно до кожного віку. Для дітей дошкільного віку – робота з батьками – не насильниками (навчання їх навичкам психологічної підтримки дитини) і опрацювання травми з дитиною (в безпечній ситуації з опорою на провідний вид діяльності); для молодших школярів – спільна робота з підтримуючим батьком і дитиною з опорою на обґрунтування відповідальності за насильство, відреагування своїх почуттів, осмислення травматичної події та ін.; для підлітків – робота ведеться з опорою на їх особистісні особливості, пов'язані з умінням управляти собою, своїми почуттями, сексуалізованою поведінкою і робота з підтримуючим дорослим [3].

Крім того, дітей та підлітків необхідно навчити негайно звертатися за допомогою в разі скоєного насильства по відношенню до них або можливого насильства, незважаючи на те, що дорослі-насильники переконують їх все тримати в секреті. А також дітям і підліткам потрібно допомогти розібратися, яка інформація повинна бути

Питання психології

конфіденційною, а що слід повідомити оточуючим, з ким їм варто поділитися своїми проблемами і що робити у випадку, якщо дорослий їм не повірить.

У своїй роботі фахівець повинен використовувати індивідуальну психотерапію (наприклад, психологічне консультування), яка проводиться з дітьми та підлітками, які перебувають у кризовому стані. Групову психотерапію – проведення соціально-психологічних тренінгів, яка показана у випадках, коли контакт встановлений, і потерпілий здатний говорити про хвилюючі його теми. Це може статися після індивідуальної психотерапії або «телефону довіри», коли знімається афективна гостра симптоматика. Групові дискусії і вправи можуть допомогти дітям і підліткам, які пережили насильство, вирішити для себе, кому в цьому світі вони можуть довіряти, а з ким слід бути обережними. Так як у таких дітей та підлітків, проблема довіри до оточуючих, і дорослих, одна з найактуальніших. Слід з великою обережністю використовувати групове психологічне консультування для дітей і підлітків, які пережили сексуальне насильство, оскільки їхні рани можуть бути надто свіжими, щоб висловлювати свої почуття в присутності групи. При наданні допомоги дитині проводиться і сімейна психотерапія. Сімейна психотерапія показана в тих випадках, коли необхідно допомогти родині впоратися з кризовим станом, або при корекції сімейних відносин, якщо близьке оточення є джерелом насильства [2].

Психотерапевтичну допомогу можна проводити в наступних напрямках:

- дитина і підліток - жертви насильства (індивідуальна та групова психотерапія);
- сім'я і близьке оточення жертви насильства (сімейна та групова психотерапія);

- шкільний колектив і група однолітків (групова психотерапія);

- педколективи, громадські організації, правоохоронні органи (психопрофілактика).

Висновок. Підведемо підсумок вище викладеному матеріалу, насильство по своїх наслідках відноситься до найважчих психологічних травм. Необхідно якомога раніше діагностувати факт насильства над дитиною і оцінити його наслідки для психіки. Як відомо, наслідки, перенесених видів насильства над дітьми в сім'ї, зачіпають всі рівні розвитку особистості дитини - емоційно-мотиваційну, соціальну, пізнавальну сфери, а також поведінку. З віком наслідки всіх видів насильства зачіпають більш глибоко особистісну сферу, порушують психічний розвиток, змінюють самооцінку і ставлення до себе. Будь-який вид жорстокого поводження з дітьми та підлітками веде до найрізноманітніших наслідків, але їх об'єднує одне – шкода здоров'ю чи небезпека для їх життя.

Насильство, пережите в дитинстві, має тенденцію відтворювати себе від покоління до покоління. Тому, щоб уникнути негативних наслідків дітям і підліткам необхідно надавати своєчасну кваліфіковану психологічну допомогу. Психологічна допомога має включати методи індивідуальної, групової та сімейної терапії. Вибір конкретного методу в роботі з жертвами насильства залежить від: віку, рівня когнітивного розвитку дитини, виду перенесеного насильства, від стану психічного і фізичного здоров'я.

Який би метод не застосовувався, потрібно знати, що головною метою при наданні допомоги дітям, які пережили жорстоке ставлення в сім'ї є розпізнавання і адаптивне вираження почуттів, що пов'язані з пережитим зловживанням і зневагою.

Література

1. **Алексеева, И. А.** Дети риска. Практические аспекты психологической помощи детям, пострадавшим от насилия / Алексеева И. А. — СПб.: «Новые шаги», 2002. — 147 с.
2. **Алексеева, Л.С.** Психологическая помощь пострадавшим от семейного насилия: Научно-методическое пособие / Алексеева, Л.С. — М.: Гос.НИИ семьи и воспитания, 2000 — 160 с.
3. **Дерябина, В.В.** Психологическая помощь детям, пережившим насилие в семье: дис. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Дерябина Валентина Васильевна — М., 2010. — 333 с.
4. Журавлёва Т.М. Помощь детям - жертвам насилия. / Журавлёва Т.М., Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. — М.: Генезис, 2006. — 112 с.
5. Платонова Н.М. Насилие в семье: особенности психологической реабилитации / Н.М Платонова, Ю.П. Платонов. — СПб.: Речь, 2004 — 154 с.
6. **Черепанова, Е.М.** Психологический стресс: Помогите себе и ребенку Книга для школьных психологов, родителей и учителей / Черепанов Е.М. — 2-е изд. — М.: Издательский центр «Академия», 1997. — 96 с.