

НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВІД ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

PROVIDING PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO CHILDREN AFFECTED FROM DOMESTIC VIOLENCE

У статті розглядається психологічна реабілітаційна робота з дітьми, які стали жертвами домашнього насильства, в якій використовують різноманітні підходи та методи. Автор зазначає найбільш дієві підходи, а саме: пісочну терапію, арт-терапію, ігрову терапію. Також у статті розглядається когнітивно-біхевіоральний підхід. Запропоновані таким підходом методи оцінюються як найефективніші в подоланні симптомів посттравматичного синдрому та під час надання допомоги дітям, які постраждали від різноманітних форм насильства. У статті розглянуто когнітивно-біхевіоральний підхід, основою якого є уявлення про те, що думки, емоції та поведінка людини взаємопов'язані та взаємозалежні між собою специфічним впливом на одну з цих сфер та відбуваються зміни в іншій. Автор розглядає основні завдання реабілітаційної роботи з дітьми, які постраждали від насильства, в рамках когнітивно-біхевіорального підходу. У статті запропоновано розглянути: методи допомоги дітям у подоланні емоційних, когнітивних, поведінкових наслідків травми; створення безпечного терапевтичного середовища; сприяння дитині в розпізнанні та адаптованості висловлювати свої почуття, переживання, які пов'язані з травмою; виявлення обставин, які є супутніми травмами, послаблення їх впливу і зв'язків з пережитою стресовою ситуацією; дослідження та модифікацію викривлених когнітивних уявлень постраждалої дитини щодо насильства та надання допомоги у формуванні адекватних уявлень про себе; розвиток поведінкових та соціальних навиків дитини; підтримку впевненості. Таким чином, автор пропонує розглянути роботу з дітьми, які постраждали від насильства, в рамках когнітивно-біхевіорального підходу, послідовність роботи на емоційному, когнітивному та поведінковому рівнях.

Ключові слова: постраждала дитина, допомога, робота з дітьми, реабілітація, постраждалі від домашнього насильства.

The article deals with psychological rehabilitation work with children, victims of domestic violence, which uses a variety of approaches and methods. The author outlines the most effective approaches, namely: sand therapy, art therapy, game therapy. The article also examines the cognitive-behavioral approach. The methods proposed by this approach, are rated as most effective in overcoming post-traumatic symptoms syndrome and in providing assistance to children affected by the variety forms of violence. The article deals with the cognitive-behavioral approach, the basis of which is the idea that the thoughts of emotions and human behavior interrelated and interdependent specific influence on one of these spheres, and there are changes in the other. The author considers the main tasks of rehabilitation work with children victims of violence within a cognitive-behavioral approach. The article suggested to consider: methods to help children overcome emotional, cognitive, behavioral consequences of trauma; creating a safe therapeutic environment; assisting the child in recognizing and adapting to express their feelings, trauma-related experiences; identify circumstances that are incidental trauma, mitigating their impact and dealing with a stressful situation; research and modification of distorted cognitive representations of the victim child abuse and assistance in forming adequate ones ideas about yourself; development of the child's behavioral and social skills; maintaining confidence.

Thus, the author suggests to consider working with children who are victims of violence within a cognitive-behavioral approach, consistency of work at emotional, cognitive and behavioral levels.

Key words: children, help, work with children, rehabilitation, affected children from domestic violence.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.12-1.32>

Макарова О.П.

к.психол.н., старший викладач кафедри педагогіки та психології
Харківський національний університет внутрішніх справ

Постановка проблеми. Проблема насильства та жорстокого поводження з дітьми – це одна з найгостріших та найактуальніших проблем в Україні. Завдання шкоди моральному, психічному та фізичному здоров'ю дітей, які через свій вік не в змозі протистояти насильству, змушує шукати шляхи для створення безпечних умов для дитини, надання допомоги з метою забезпечення соціальної орієнтації та розкриття особистісного потенціалу. Нехтування інтересами дитини чинить непоправну шкоду здоров'ю та несе за собою тяжкі соціальні наслідки. Діти, які постраждали від домашнього насильства, потребують лікування та психологічної допомоги. Жорстоке поводження з дітьми формує

малоосвічених, соціально дезадаптованих, надалі у них виникають труднощі у створенні сім'ї, нездатність бути хорошими батьками. Наслідками домашнього насильства стосовно дітей є подальше відтворення насильницьких дій, оскільки жертви домашнього насильства також можуть стати насильниками в родині. Насильство над дітьми нині є дуже поширеним. У багатьох країнах фахівці, які спеціалізуються на захисті прав дітей, вважають, що домашнє насильство посідає одне з перших місць, відомості про яке рідко доходять до працівників поліції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед дослідників, які вивчали злочини, пов'язані з домашнім насильством, можна

назвати: Н. Бельцова, В. Єрмакова, І. Степанову, О. Харченко, Л. Хембергер, М. Пегелу, Д. Шестакова та інших. Н. Ажгихіна визначила форму домашнього насильства, яке повторюється зі збільшенням частоти циклу фізичної, психологічної, сексуальної, економічної образи своїх близьких, метою образ є набуття над ними влади і контролю. Також проблеми домашнього насильства відображені в роботах Є. Єйдемільера, В. Юстицкіс та багатьох інших науковців.

Постановка завдання. У викладеному матеріалі наше завдання – розглянути надання психологічної допомоги дітям, які стали жертвами домашнього насильства; розглянути роботу з емоційною та поведінковою сферами постраждалої дитини. Також до нашого завдання ми віднесли розгляд групової роботи з дітьми, які стали жертвами домашнього насильства, що допоможе вирішувати терапевтичні, превентивні та профілактичні завдання.

Виклад основного матеріалу. Основні завдання реабілітації дітей, які постраждали від домашнього насильства, можуть бути сформульовані у певній послідовності. По-перше, допомога дитині в подоланні емоційних, когнітивних та поведінкових наслідків травми. Терапевтична робота фокусується на пережитій травмі, що є одним з найважливіших принципів психологічної допомоги. Відкладене лікування травми в майбутньому може спричинити негативні наслідки. По-друге, створення безпечного терапевтичного середовища, в якому виникають умови для поступового відкриття травми, що дає змогу дитині багаторазово повертатися до роздумів, розмов, пов'язаних з насильством, доки не зменшиться ступінь тривоги або іншого виду негативного стресу. По-третє, сприяння у тому, щоб дитина розпізнавала та адаптовано висловлювала всі переживання та почуття, що пов'язані з травмою. Розуміння та прийняття спеціалістом тяжких і амбівалентних почуттів є одним з важливіших компонентів терапевтичного зв'язку. Це дає змогу зменшити негативний вплив пережитої травми і змінити негативне очікування дитини з боку інших і самого себе. По-четверте, виявлення обставин, супутніх травм, та послаблення їх впливу та їх зв'язків з пережитою стресовою ситуацією. Це підвищує здібності дитини говорити про пережите насильство без смутку та тривоги. По-п'яте, дослідження і модифікація викривлених когнітивних уявлень дитини про насильство та надання допомоги у формуванні адекватних уявлень про себе, про ситуацію і про інших людей. По-шосте, розвиток поведінкових та соціальних навичок дитини, необхідних для взаємодії з дорослими та однолітками. І наостанок – підтримка у дитини впевненості в собі.

Травма, яку дитина отримала внаслідок насильства, змушує відчувати сильні емоції, заплутані та протилежні, які дитині складно назвати та висловити. До роботи з емоційною сферою дитини входить розвиток навичок розпізнання та адаптивного вираження почуттів, є підготовчим етапом і має на меті тренування способів подолання травми.

Для формування емоційної експресії ефективно використовувати програми: «таблиці почуттів», порожні овали обличчя з подальшим замальовуванням різних настроїв. Основа тренування так званого «довідника емоцій» – це вміння дитини називати почуття, які інші люди і вони можуть відчувати в приємних і неприємних ситуаціях.

Дітям, які пережили насильство, легше спочатку навчитися говорити про почуття інших людей, а потім дійти до своїх. Навчання розпізнання почуттів передбачає знайомство дитини з основними невербальними сигналами. Діти повинні розуміти, що для розуміння іншої людини потрібно вміти спостерігати за виразом її обличчя, розуміти інтонації та візуальні сигнали. Важливо навчитися запитувати іншу людину, що вона відчуває. У цьому навчанні допомагають рольові ігри. Важливо навчити дитину визначати особисті почуття. Діти, які пережили насильство, виробляють захисний механізм дистанціювання від особистих почуттів. Важливо пояснити дитині, що немає поганих чи хороших почуттів, навчити її пов'язувати певні почуття з певними подіями. Навчаючи дитину умінь розпізнання і вербалізації особистих почуттів, важливо, щоб дитина йшла від легких та приємних почуттів у напрямі до більш сильних і тяжких. Обговорення таких почуттів, як сором та безсилля, які напряду можуть бути пов'язані з пережитим насильством, припускають наявність у дитини почуття безпеки в терапевтичній ситуації.

Далі необхідно розвивати ефективні засоби вираження почуттів. Після того, як дитина навчиться розуміти та називати особисті почуття, важливо запитати, як вона справляється з ними, як вираження цих емоцій проявляється в її поведінці. Діти можуть описувати різні засоби, в тому числі і агресію стосовно інших людей. Важливо продемонструвати дитині більш конструктивні засоби вираження гніву, наприклад у формі гри. Після обговорення власної стратегії дитини психолог має підкреслити, як важливо вміти розділяти свої почуття.

Навчання дитини прийомів релаксації та розслаблення – це одна зі складових частин тренування способів подолання травми. Робота з почуттями та думками щодо пережитої травми може викликати у дитини посилення занепокоєння, тому необхідно поєднувати заняття з релаксаційними процедурами –

дихальними вправами та ін. Встановлено, що тривога та розслаблення – це дві взаємовиключні реакції. Тому систематичне використання засобів релаксації навчає дитину справлятися з почуттям страху та тривожності у разі повернення до травматичної ситуації.

Розглянемо роботу з когнітивною сферою, а також афективне та когнітивне опрацювання травми. Досвід насильства, який отримала дитина, проявляється на когнітивному рівні через викривлену уяву про себе та навколишній світ, що впливає на певні емоційні та поведінкові реакції. Дитина не має можливості скористатися життєвим досвідом, тому в своїх думках про насилля відображає ті неправильні установки, які вселив кривдник або якими вона сама намагалася пояснити для себе факт насильства. У зв'язку з цим робота з когнітивною сферою дитини передбачає поступове викриття травми та подальшу когнітивну та афективну переробку епізодів насильства, корекцію викривлених когнітивних уявлень дитини щодо насильства та допомоги їй у формуванні більш адаптивних уявлень про себе та ситуацію насильства.

Ціль поступового викриття травми – допомогти дитині подолати травму та бути здатною у разі повернення до неї без істотного дистресу. Особливо це значимо, коли йдеться про допомогу дитині, яка постраждала від сексуального насильства. Опрацювання травми є необхідним, щоб дитина перестала втрачати велику кількість внутрішніх ресурсів на придушення та уникнення тяжких спогадів та була здатна подолати більш віддалені наслідки насильства. Підготовка до викриття травми відбувається у декілька етапів. Інформування дитини та батьків (тільки у разі, якщо вони виступають на стороні дитини та є учасниками процесу реабілітації) щодо необхідності роботи з тяжкими переживаннями як умовою подальшого подолання ситуації. Збір загальної інформації щодо насильницького досвіду дитини: якщо дитина демонструє сильну тривогу та уникнення, то можна розпочинати з непрямих запитань. Важливо розуміти, що саме лякає дитину, які у неї є страхи, пов'язані з досвідом насильства або з наслідками його виявлення; дитина може боятися погроз, публічного розголосу та осуду. Необхідно з'ясувати, чи був у дитини досвід ненасильницького спілкування з кривдником, потім по можливості підійти до першого епізоду насильства, далі перейти до інших епізодів насильства, головним принципом на цьому етапі викриття травми є рух від найменш важких епізодів до більш тяжких та хворобливих. Ключовий момент викриття травми полягає в актуалізації спогадів, почуттів та думок, пов'язаних з епізодами насильства, які викликають найбільшу тривогу, страх або смуток.

Діти намагаються уникати розмови про хвилюючі епізоди, але психологу необхідно м'яко та послідовно направляти увагу дитини до епізодів насильства, не ставити багато специфічних запитань. Діти, які постраждали від тривалого насильства, можуть змішувати епізоди насильства разом, тому їм потрібна допомога, щоб сфокусуватися на специфічних епізодах або тих, які пов'язані з особливими переживаннями.

Тривожність та напруженість дитини – певне досягнення на цьому етапі допомоги, але важливо продовжувати поступове викриття травми, хоча більш природна реакція психолога – це емпатичне приєднання до дитини та бажання не допустити, щоб вона знов страждала. Для того щоб знизити супротив дитини та розумно керувати процесом викриття травми, психолог може запропонувати дитині обрати час, вид та тривалість дискусії. Якщо дитині важко продовжувати розмову, можна запропонувати їй обрати будь-яке творче завдання (малювання, гру тощо). Такий прийом допоможе відчути дитині контроль над ситуацією і водночас дасть змогу продовжити цілеспрямовану роботу. Дотримання принципу слідування від найменших тривожних епізодів насильства до більш тривожних дає змогу психологу керувати унікальною поведінкою дитини. Варто нагадати дитині про основні терапевтичні установки: важливо висловлювати свої почуття, навіть якщо вони болючі; відновлювати спогади; нормальним є злитися, плакати або відчувати занепокоєння, розповідаючи про тяжкі неприємні події.

Опрацювання травматичного досвіду дитини можливе через пряме мовне вираження, а також через використання спеціалізованих матеріалів та засобів. Програвання досвіду насильства за допомогою іграшкового матеріалу – ляльки, іграшки та іншої атрибутики ігрової терапії або пісочної терапії. Зображення досвіду насильства в продуктах творчості дитини – малюнках, віршах, розповідях. Візуалізація – доросліші діти можуть використовувати направлену візуалізацію, щоб сконцентруватися та описати певний епізод насильства, обговорити почуття, пов'язані з насильством. Переформування когнітивних викривлень: важливо продемонструвати дитині взаємозв'язок думок та поведінки, тобто як думки впливають на те, як ми почуваємося, як думки і почуття разом впливають на нашу поведінку. Процес зі зміни думок та емоцій – це навичка, якої не завжди вдається навчитися відразу і яку потрібно тренувати.

Подолання поведінкових наслідків перенесеного насильства та формування адаптивних завдань допомоги постраждалим від насильства дітям. Під поведінковими наслід-

ками насильства розуміється невпевненість, агресивність, сексуалізована та самодеструктивна поведінка дитини.

Розвиток базових соціальних компетенцій дітей передбачає підвищення самооцінки дитини та навчання її засобів ненасильницької, партнерської поведінки щодо однолітків та дорослих. Важливо навчити дітей розпізнавати небезпечні ситуації, відрізнити соціально небезпечну ситуацію від природної і техногенної. Також необхідно розглядати фактори довіри та слухняності. Буде корисним не тільки проілюструвати матеріал літературними або життєвими прикладами, але і застосувати техніку рольової гри з наступною вербалізацією ігрового досвіду. Батькам, вихователям чи педагогам, які перебувають біля дитини, важливо рекомендувати їм не залишати дитину без уваги та активно заохочувати її соціально прийнятну поведінку. Навчання її ефективного використання підтримки та позитивної уваги є важливою навичкою, що перешкоджає закріпленню небажаної поведінки.

Групові форми роботи з дітьми, які постраждали від жорстокого поводження в родині, можуть вирішувати терапевтичні, превентивні або профілактичні завдання. Дітям, які піддалися домашньому насильству, особливо сексуальному, важко за власної ініціативи обговорювати пережитий досвід. Тому групова терапія особливо є ефективною (у разі сексуального насильства) за наявності директивної та структурованої програми. Метою програми є допомога дітям у подоланні психологічної травми, нанесеної зловживанням, і формування у них відповідно до віку життєвих навичок.

Групова структурована терапія будується за принципом від простого до складного. Перехід до більш проблемного, болючого матеріалу відбувається тільки тоді, коли учасники групи до цього готові. Групова терапія може тривати досить довго (від двох до шести місяців). Зазвичай група зустрічається раз на тиждень у договорений час, приблизно від сорока п'яти хвилин до півтори години залежно від віку дитини. За кількістю учасників дітей у групі може бути сім–вісім. Під час відбору дітей у терапевтичну групу заздалегідь збирається якомога більше інформації про неї, яка містить у собі особистісні якості, особливості раннього розвитку, динаміку внутрішньосімейних відносин. Оцінюється рівень емоційно-вольової регуляції дитини, наскільки вона може себе контролювати, концентрувати увагу, дотримуватися групових правил; рівень інтелектуального розвитку дитини, наскільки дитина здатна розуміти інструкції та виконувати групові завдання; психологічний стан дитини на поточний момент: якщо дитина перебуває в стані емоційного вибуху або в стані глибокої

депресії, участь у груповій терапії такої дитини не на часі; рівень супротиву дитини груповій терапії: якщо дитина активно заперечує насильство, яке відбулося, або відчуває глибокі почуття сорому, їй пропонується спочатку пройти індивідуальну терапію.

На початку групової роботи відбувається декілька індивідуальних зустрічей з кожною дитиною окремо, щоб підготувати її до групової роботи: встановити контакт, знизити тривожність, ознайомити дитину з метою занять, розповісти про конфіденційність та недопущення глузувань у терапевтичній групі.

Важливим етапом є підготовка роботи з дорослими, їх необхідно проінформувати щодо мети та завдання групової терапевтичної роботи, обговорити питання конфіденційності, бажано укласти контракт, в якому батьки (офіційний представник дитини) дають згоду на участь дитини в груповій роботі.

Діти, які пережили сексуальне насильство, повинні перебувати в одностатевій терапевтичній групі. Стать психолога теж має значення, тому з дівчатками рекомендовано працювати жінці-психологу, а з хлопчиками – чоловіку-психологу. На кожному груповому занятті дозволяється приблизно до п'ятнадцяти хвилин для вільного спілкування один з одним, щоб відволіктися від емоційно напруженої роботи в групі.

Групова робота з дітьми, які стали жертвами домашнього насильства, може бути основана на реалізації превентивного підходу. Діти, які пережили насильницький досвід, почуваються неповноцінними, їхня самооцінка значно занижена, у зв'язку з чим вони частіше потрапляють як до групи ризику (насильницьких злочинів), так і щодо скоєння таких злочинів у майбутньому. Загальна мета превентивної програми – це підвищення впевненості дітей у власних силах через розвиток та вдосконалення їхніх соціальних навичок.

Висновки з проведеного дослідження. Підбиваючи підсумок викладеного матеріалу, можемо сказати, що насильство руйнує суспільну комунікацію, її загальноприйнятні права, традиції та форми культури. Насильство являє собою порушення певного договору, норм та правил, що є одноосібним виходом за прийнятні рамки комунікації. Особи, які здійснюють насильницькі дії, переступають певну межу, яку раніше зобов'язувалися не переступати; насильство – це злочин. Владу однієї волі над іншою у людських стосунках можна визначити як прийняття рішення за іншу людину. Вона має певні відмінності: може базуватися на реальних відмінностях вольових якостей і тоді більш зріла воля природним шляхом господарює над незрілою; може базуватися на прямому фізичному примусі і тоді вона виступає як насильство. Воно не є елементом

природного стану як гіпотетична природна передумова суспільного життя. Насильство не можна вважати елементом цивілізовано-морального буття.

Наголошуємо, що одним з найнебезпечніших наслідків застосування насильства до дитини, крім нанесення їй фізичної та психологічної травми, є те, що у свідомості дитини закріплюється можливість використання насильства у майбутньому нею самою щодо інших людей.

Щодо психологічної реабілітації, то корекція психологічного здоров'я, втраченого внаслідок жорстокого поводження, є однією з самих тяжких діяльностей виконуваної тими, хто працюють з сім'ями і дітьми (жертвами домашнього насильства). Як правило, дитяча психіка страждає більше, ніж фізіологічне здоров'я незалежно від застосованого насильства. Психолог проводить діагностику стану, знаходить безболісний підхід у спілкуванні і тільки після цього приступає до роботи з виправлення порушень психологічного здоров'я.

Реабілітація може запропонувати таке: з жертвами сексуального насильства повинен працювати психолог-сексолог, який спеціалізується на цій проблемі; проходження курсів самооборони старшим дванадцяти років дітям

для розвитку почуття впевненості та здібності супротиву в майбутньому.

З вищевикладеного можемо зробити такий висновок. Проблема насильства є актуальною натеper у суспільстві. У деяких сім'ях фізичне та психологічне насильство вважається традиційною формою виховання в родині. Неповнолітній дитині, яка пережила домашнє насильство, важливо пройти курс реабілітації для відновлення здоров'я та корекції відсутніх етапів соціалізації. Якість реабілітаційної роботи залежить від відповідальності та професіоналізму психологів, які працюють з постраждалими від насильства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Асанова Н.К. Жестокое обращение с детьми: основные методологические вопросы, практические и правовые аспекты. *Руководство по предупреждению насилия над детьми*. Москва : ВЛАДОС. 1997.
2. Горноста́й П.П., Васильковская С.В. Теория и практика психологического консультирования: проблемный подход. Киев : Наук. думка, 1995.
3. Котлер Дж., Браун Р. Психотерапевтическое консультирование. Санкт-Петербург : Питер, 2001.
4. Максимова Н.Ю. Соціально-психологічні аспекти проблеми насильства. Київ : Комітет сприяння захисту прав дітей, 2003. С. 203.
5. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Санкт-Петербург, 2000.