**Психологическая работа с детьми,**

**пережившими сексуальное насилие**

Послед Т.В., педагог-психолог

ГУО «Начальная школа № 6 г. Вилейки»

Жестокое обращение с детьми (насилие) – это любое поведение
по отношении к ребенку, которое нарушает его физическое или психическое благополучие, ставя под угрозу состояние его здоровья
и развития.

**Психические особенности детей, пострадавших от насилия:**

Практически все дети, пострадавшие от жестокого обращения
и пренебрежительного отношения, пережили психическую травму, оставляющую отпечаток в виде личностных, эмоциональных
и поведенческих особенностей, отрицательно влияющих на их дальнейшую жизнь.

Тяжесть последствий сексуального насилия зависит:
от обстоятельств, связанных с особенностями ребенка (возраст, уровень развития и свойства личности) и насильника; от продолжительности, частоты и тяжести насильственных действий; от реакции окружающих.

Последствия для ребенка будут серьезнее, если насилие сопровождалось причинением боли и травмы. Такие формы сексуального насилия, как половое сношение (оральное, анальное или вагинальное),
для ребенка наиболее травматичны.

Последствия насилия будут тяжелее и в том случае, если оно совершено близким для ребенка человеком. Если после обнаружения сексуального насилия члены семьи встанут на сторону ребенка,
а не на сторону насильника, последствия для ребенка будут менее тяжелыми, чем когда он не получает защиты и поддержки.

Дети, пережившие насилие, могут на довольно продолжительное время забывать о своем травматическом опыте, например, вспомнить
о нем уже будучи взрослыми, нередко – в ходе психотерапевтического процесса.

**Эмоциональные реакции детей на насилие и жестокость могут быть следующими:**

​ Чувство ответственности за насилие: реакция ребенка: «Если бы
я был хорошим, мои родители не делали бы друг другу и мне больно...»

​ Чувство вины за постоянное насилие или жестокость: при частом или непрекращающемся насилии.

​ Постоянное возбуждение: даже в спокойной обстановке
от ребенка можно ожидать очередной вспышки агрессивности.

​ Переживание потери: дети, отделенные от родителя, применяющего насилие, постоянно переживают потерю. Они могут сожалеть также и об утрате привычного жизненного уклада и о потере положительного образа родителей, применявших насилие.

​ Противоречивость: дети не осознают, что можно не знать
о чувствах другого человека или иметь одновременно два противоположных чувства. Ребенок, который говорит: «Я не знаю, как
к этому относиться», – чаще испытывает амбивалентные чувства,
а не просто пытается убежать от разговора.

​ Страх быть покинутым: дети, отделенные от одного из родителей в результате акта насилия, могут испытывать глубокий страх, что второй родитель также может их покинуть или умереть, поэтому часто ребенок отказывается расставаться со вторым родителем.

​ Потребность в чрезмерном внимании взрослых: может быть особенно проблематичной для родителей, которые пытаются справиться
с собственной болью или уже принятыми решениями.

​ Боязнь телесных повреждений: значительный процент детей, являющихся свидетелями насилия или испытывающих его на себе, беспокоятся о том, что родитель, применяющий насилие, откажется
от ребенка, либо причинит ему вред, либо будет вымещать зло на нем
в различных ситуациях.

Процесс оказания психологической помощи детям, пострадавшим
в результате насилия сексуального характера проходит в несколько этапов:

* 1-й этап – сбор информации, для подтверждения факта совершенного насилия;
* 2-й этап – составление плана психологической беседы;
* 3-й этап – выбор условий и места для проведения встреч
с ребенком;
* 4-й этап – проведение первичной беседы;
* 5-й этап – проведение нескольких последующих встреч
с ребенком для оказания ему необходимой психологической поддержки.

**1-й этап: сбор информации**

**Сбор информации** осуществляется путем ознакомления специалиста с различными источниками, которые дают информацию:

* о подтверждении факта насилия;
* о характере совершенного насилия;
* об обстоятельствах, в которых произошло насилие;
* о личности подозреваемого;
* о непосредственной реакции ребенка на случившееся.

**2-й этап: составление плана психологической беседы**

**Составление плана психологической беседы** производится специалистом в зависимости от выбранных им индивидуальных методов работы. При составлении плана обязательно учитываются:

* наиболее важные вопросы, требующие уточнения;
* уровень развития ребенка для правильной формулировки вопросов;
* готовность ребенка к признанию.

**По факту готовности к признанию** дети делятся на четыре группы:

* готовые рассказать о случившемся во всех подробностях одному или нескольким людям;
* готовые сделать частичное признание, преуменьшить либо скрыть информацию о насилии;
* психологически не готовые к признанию, поскольку факт их насилия был открыт без их участия;
* дети, факт насилия в отношении которых не установлен точно и лишь подозревается.

**3-й этап: выбор условий и места для проведения встреч
с ребенком**

**К месту проведения беседы** предъявляются следующие требования:

* оно должно отвечать удобствам ребенка;
* в нем не должна быть чересчур официальная обстановка;
* не должно быть переизбытка игрушек (исключение – куклы, необходимые при работе с детьми дошкольного возраста, помогающие ребенку в объяснении факта насилия).

При **выборе времени беседы** обязательно должен учитывать режим дня ребенка, особенно, если речь идет о маленьких детях. Средняя продолжительность первичной беседы не должна превышать 30 минут.

**Присутствие родителей** или лиц, имеющих опекунство над ребенком, во время беседы не допускается (исключение – дети младше
6 лет, испытывающие страх наедине с посторонними людьми).

**4-й этап: проведение первичной беседы**

**Проведение первичной беседы** проходит в несколько стадий:

* 1-я стадия – установление контакта специалиста с ребенком;
* 2-я стадия – оценка развития ребенка;
* 3-я стадия – получение информации;
* 4-я стадия – завершение беседы;
* 5-я стадия – анализ полученных сведений.

**Цель установления контакта специалиста с ребенком** – завоевание его доверия для возможности дальнейшего общения.

**Оценка развития ребенка** требуется для определения интеллектуального уровня ребенка, его жизненного опыта, способности отвечать на задаваемые сложные вопросы и выявление его психологических особенностей через анализ соответствия возрасту, развитие памяти, запас знаний, уровень психологической зрелости, способность понимать и оценивать происходящие события.

**Получение информации** происходит в процессе спонтанного рассказа ребенка, а в случае невозможности вызвать его на разговор – путем задавания специалистом конкретных прямых и наводящих вопросов, используя имеющуюся у него информацию о случившемся.
В случае, когда от ребенка невозможно получить сведения путем ответа на прямые и наводящие вопросы, специалисту разрешается использовать вопросы с несколькими вариантами ответа.

**Завершение беседы** заключается в выражении специалистом признательности ребенку за сотрудничество вне зависимости
от плодотворности состоявшегося разговора. Главные критерии,
по которым осуществляется **анализ полученных сведений** – объективность, профессионализм специалиста и опора на конкретные факты.

**5-й этап: проведение последующих встреч с ребенком**

Количество **последующих встреч специалиста с ребенком**
для оказания психологической помощи может варьироваться
в зависимости от индивидуальной ситуации. В среднем полный сеанс
**по оказанию психологической помощи** включает в себя 6-8 занятий, однако, в некоторых случаях их требуется больше или меньше. Точное количество необходимых бесед определяется специалистом, исходя
из оценки психологического состояния ребенка и обстоятельств осуществленного по отношению к нему насилия.

**Цели 1-го и 2-го занятий:**

1. Создать у ребенка атмосферу доверия к специалисту
и предстоящим встречам с ним.

2. Оказать ребенку помощь в раскрытии его мыслей и чувств, связанных с пережитым насилием.

3. Снизить состояние тревоги у ребенка, ослабить его чувство вины, повысить его самооценку.

**Цели 3-го и 4-го занятий:**

1. Дать ребенку возможность говорить о своем отношении
к насильнику.

2. Обсудить с ребенком проблемы нарушения доверия
к другим людям.

3. Помочь ребенку понять, каким людям можно доверять,
а каким – нет.

**Цели 5-го и 6-го занятия:**

1. Дать ребенку общее представление о любви и сексуальных отношениях.

2. Помочь ребенку понять разницу между сексуальными отношениями по взаимному согласию и сексуальному насилию.

3. Помочь ребенку понять, почему некоторые люди способны совершать насилие по отношению к детям.

**Цели 7-го и 8-го занятий:**

1. Помочь ребенку понять, что определенные вещи могут напоминать ему о пережитом насилии и вызывать чувство страха.

2. Научить ребенка преодолевать негативные чувства, вызываемые этими воспоминаниями.

3. Объяснить ребенку, как он может противостоять насилию.

4. Помочь ребенку не чувствовать себя одиноким в своем горе.

5. Показать ребенку, что в его личностном развитии возможен прогресс.

**Методы, используемые во время занятий:**

1. Любая отвлеченная деятельность, помогающая ребенку проявить себя, а специалисту – поддержать его и похвалить.

2. Вопросы, позволяющие специалисту больше узнать о его интересах, увлечениях и личных качествах.

3. Всестороннее обсуждение истории, связанной с насилием
и личностью насильника.

4. Психологические тесты, позволяющие установить, как ребенок представляет картину совершенного насилия, насколько сильно
он испытывает чувство вины, какие негативные чувства его терзают.

5. Обсуждение с ребенком результатов тестирования.

6. Подбор и применение необходимых методик для избавления ребенка от негативных мыслей, чувств и преследующих его страхов.

**Консультирование детей жертв насилия**

Основная цель работы психолога с жертвами насилия заключается
в уменьшении и ликвидации последствий травматических переживаний.

В процессе консультирования таких детей чрезвычайно важно
для психолога установить контакт с ребенком, причем акцент следует сделать на постоянной демонстрации заботы о ребенке. Скорее всего ребенок будет постоянно проверять, адекватными и неадекватными способами, насколько психолог действительно о нем заботится.

Задачи, стоящие перед психологом:

• способствовать уменьшению у ребенка чувство стыда, вины, бессилия;

• помочь в укреплении чувства собственной значимости;

• сформировать новые поведенческие паттерны;

• способствовать дифференцированному взаимодействию
с окружающими людьми;

• способствовать развитию самоопределения ребенка, восприятия собственного Я, в том числе и физического образа Я.

**Основы терапии и реабилитации жертв сексуального насилия:**

1. Обеспечение безопасности и уверенности.

Нельзя рассчитывать, что ребенок избавится от реакций, в основе которых травма, пока у него не сложится реальное ощущение безопасности. Когда психолог или психотерапевт твердо уверен,
что ребенок в безопасности, необходимо медленно и терпеливо помочь усвоить самому ребенку, что он в безопасности, хотя иногда это может быть крайне трудным делом. Бывают ситуации, когда реальную безопасность доказать тяжело (насильник не пойман милицией,
или не осуждён и находится на свободе). В таких случаях необходимо использовать все возможные методы, такие, например, кик договор
с родителями о том, чтобы ребёнок не оставался один. В тех случаях, когда сами родители являются насильниками, целесообразно помещение ребёнка в больницу, в приют, к родственникам и т. п.

2. Процесс лечения должен быть комплексным и включать в себя работу с родителями, учителями и, в отдельных случаях, с сотрудниками правоохранительных органов, которые неправильным ведением интервью с ребенком, созданием ситуации, когда ребёнок должен неоднократно повторять обстоятельства травмы, могут только усугубить его состояние.

3. Уважайте право ребенка молчать о насилии и травме,
не выясняйте подробностей и обстоятельств травмы, если ребенок сам этого не хочет.

4. Необходимо в первую очередь снять чувство вины, так как многие дети считают, что они сами виноваты в случившемся. Необходимо сказать ребёнку: «Ты не виноват, ты действительно ничего не мог сделать в этой ситуации». Также необходимо беседовать с родителями, так как они очень часто склонны обвинять ребенка, что он «пошел не той улицей»,
«не закрыл за собой дверь», долго не рассказывал родителям
о случившемся.

5. Ребенка следует понимать с точки зрения всех особенностей детского поведения.

6. У детей часто могут возникать страхи, порождаемые определенными местами, людьми и т. п., детей следует ограждать
от подобных ситуаций, а также избегать помещения ребенка
в «неконтролируемую среду», провоцирующую страх, например рассказы о привидениях после отбоя в летнем лагере.

7. Лечение должно быть длительным. В среднем общее количество психотерапевтических сессий составляет 12, с частотой 1-2 раза в неделю, затем ребенок должен наблюдаться в течение 1-2-х лет. Кажется,
что наконец ребенок в порядке. Вместо этого думайте: «Ребенку нужно, по меньшей мере, год на восстановление в спокойном окружении
на каждый год травмы или деформирующего обращения». Помните,
что если вы не уверены, что можете лечить ребенка, перенесшего насилие или этот случай слишком тяжел для вас, то лучше направить ребенка
к специально обученному специалисту или постоянно консультироваться с таким специалистом.

8. Наконец, помните и о себе, работа эта крайне тяжела, она истощает эмоционально, физически и душевно.

**При консультировании детей, подвергшихся насилию, существуют следующие общие рекомендации:**

1. Определение проблемы посредством активного слушания.

2. Уточнение ожиданий ребенка. Психологу необходимо объяснить ребенку, каким ожиданиям клиента он может соответствовать.

3. Уточнение шагов, которые уже были сделаны для решения проблемы. Необходимо помнить о том, что больше информации можно получить, задавая вопросы открытого типа, а не закрытого. Рекомендуется вместе с ребенком на бумаге записать перечень тех поступков, которые тот совершал, чтобы решить свою проблему. Подобный прием важен
в том случае, когда специалист хочет помочь ребенку отказаться
от поступков, которые оказались бесполезными или, хуже того, разрушительными.

4. Поиск новых путей решения проблемы. Следующим шагом может стать сессия, на которой психолог, используя метод мозгового штурма, предлагает ребенку придумать как можно больше новых путей решения проблемы; в данном случае важно не качество, а количество придуманных способов.

5. Заключение договоренности с ребенком о претворении одной
из идей решения проблемы в действие. Договориться с ребенком попробовать какие-либо новые шаги бывает трудно, хотя если это удается, то нередко первые же попытки ребенка предпринять новые действия приносят успех. Важно, чтобы поставленные цели были реалистичны,
и особенно важно, чтобы ребенок знал: результаты он обязательно будет обсуждать с психологом. Если что-то не получается, специалист помогает ребенку искать другие пути выхода из ситуации до тех пор, пока ситуация не разрешится.

6. Завершение сессии. Обычный способ завершения сессии состоит
в том, что специалист просит ребенка подытожить, что же происходило
во время их встречи: например, к каким важным идеям они пришли, какие планы на будущее составили.