КГАУ СЗ «Камчатский центр социальной «СЕМЬЯ»

Когда случилась беда....

Сексуальное насилие

Оказание психологической помощи жертвам сексуального насилия

В самом общем виде насилие определяется как принудительное воздействие на кого-либо. Наиболее распространенной является **классификация видов насилия**, основанная на характере насильственных действий. Она включает: **физическое** (угрозы самоубийством, побои, затрещины, изоляция). **Эмоциональное** (унижение, оскорбления, клички, прозвища, игнорирование). **Экономическое** (запрет на работу, запрет на разговоры о финансах, выделение карманных денег). **Духовное** (публичные унижения, критика, сарказм). **Запугивание** (голосом, действиями, разрушение личных вещей); использование детей (манипулирование детьми). **Изоляция** (контролирующее поведение, излишняя ревность, необоснованные упреки). **Сексуальное** (инструментальное отношение к телу, насмешки о теле, прикосновение и прикасание вопреки воли человека).

Сексуальное насилие является одной из наиболее серьезных социальных проблем. Поведение жертвы сексуальной агрессии может быть различным. Она бывает парализована и подавлена страхом и без всякого сопротивления беспрекословно выполняет требования агрессора. Тем самым создается почва, провоцирующая насилие.

Дополнительные отрицательные переживания жертвы обусловлены отношением окружения к случившемуся. Оно часто негативно относится к жертвам сексуальной агрессии, обвиняя их в пренебрежении нормами морального поведения и попустительстве агрессору. Кроме того, существует сильный страх перед унижениями, с которыми приходится сталкиваться при юридическом расследовании дела.

Типы обращений в телефонном консультировании :

а) непосредственно от жертвы;
б) обращение друзей или родственников жертвы;
в) обращение абонентов, испуганных слухами или фактами сексуального насилия, желающих получить поддержку.

Основные принципы телефонной помощи жертвам изнасилования

Уважение (имеется в виду положительная оценка оказанного доверия, проявленного клиентом, обратившимся за помощью; конфидециальность; учет половых и культурных особенностей жертвы).

Подтверждение (высказываний абонента и необходимости выразить свои чувства; реальности, что жертва осталась в живых; естественности и адекватности ее чувств).

Убеждение (в том, что жертва не виновата; что она преодолеет свои переживания, страхи, ночные кошмары; что она имеет для преодоления необходимые ресурсы; что ей самой следует определять, что, когда и кому рассказывать о случившемся).

Предоставление максимальных возможностей (предоставьте пострадавшей инициативу в процессе консультирования; не утверждайте, что необходимо лечение; не интересуйтесь деталями происшедшего).

В консультировании жертвы изнасилования ни в коем случае не следует расследовать обстоятельства психотравмы. Прежде всего следует поощрить ее к рассказу об ощущениях и чувствах. Накопившиеся переживания и эмоциональное напряжение ищут выхода, и он должен быть предоставлен активным слушанием. Предметом обсуждения часто становятся идеи самообвинения, основанные на заблуждении, что агрессору не было оказано должного сопротивления. Следует убедить жертву, что она действовала правильно и лучшим доказательством является то, что она осталась жива.

Это очень важно !!!

У жертвы сексуального насилия могут возникать следующие эмоциональные реакции:

Страх. Его не следует подавлять, поскольку он основан на реальных обстоятельствах. Существует и страх отвержения близкими.

Отрицание серьезности или вообще существования проблемы, сложившаяся ситуация не осознается. В беседе следует принимать важность потребности абонента в психологической защите.

Потрясение отсутствием или неприемлемостью альтернатив*- выходов из ситуации.* Сильные эмоциональные переживания приводят к дезорганизации поведения. Целесообразно совместно выбрать наиболее важные приоритеты и составить конкретный план действий.

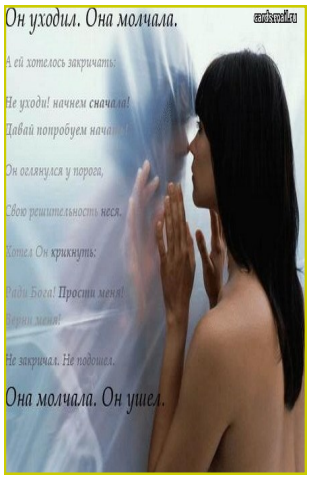
Беспомощность, вызванная неудачными попытками сопротивления, столкновением с равнодушием или враждебностью окружения и общества.

Гнев возникает немедленно или с отсрочкой и может быть направлен на любого человека.

Чувство вины появляется как расплата за заблуждения, неправильное поведение.

Недоверие возникает в силу того, что консультант относится к числу посторонних, от которых продолжает исходить опасность.

Депрессия проявляется в чувстве малозначимости и неспособности к действиям.



Если обращение за помощью произошло сразу после насилия, жертве необходимо дать информацию о том, куда она может обратиться за помощью, но такая информация должна даваться только после установления доверия. Как правило, следует подсказать возможность обращения в милицию, а также за медицинской (гинекологической) помощью.

На восстановление контроля у жертвы насилия, на переживание ситуации может уйти длительное время – недели, месяцы, годы.

Рекомендации для консультантов:

1. Дайте жертве насилия возможность рассказать свою историю: пусть она знает, что вы верите ей.
2. Помогите ей осознать свои чувства: поддержите ее право быть разгневанной, не отрицайте ни одного из ее чувств.
3. Будьте чувствительны к различиям между женщинами, принадлежащими к разным расам, культурам и классам.
4. Уважайте культурные ценности и верования, оказывающие влияние на ее поведение.
5. Осознавайте различие между сельской и городской женщиной: необходимо помнить о физической изоляции и культурных ценностях сельской женщины.
6. Знайте, что она не нуждается в спасении: помогите ей оценить ее собственные ресурсы.
7. Помните, что она находится в состоянии кризиса, ко- торый снижает ее собственные защитные свойства. Помогите ей вновь обрести силу и эмоциональный настрой, и она примет свое собственное решение.
8. Остерегайтесь удовлетворять свою собственную потребность быть экспертом: люди не раз говорили ей что делать, а ей нужен человек, который внимательно отнесется к ней. Светов она получила уже достаточно.
9. Не ставьте диагноз! Сделайте акцент на решении конкретной проблемы и эмоциональной поддержке.
10. Не выражайте разочарования, если женщина решает вернуться к прежним взаимоотношениям; будьте откровенны и объясните свои опасения, но дайте ей знать, что она всегда может обратиться к вам.
11. Помните! Возможно, вы первый в ее жизни человек, который проявил уважение и оказал поддержку именно в тот момент, когда она больше всего в этом нуждалась.

г. Петропавловск-Камчатский,
ул. Ключевская, д. 28
www.kamsoccentr.ru
e-mail:miloserdie92@mail.ru
Тел. (8-4152)46-77-96
Режим работы:
Обед с 12.15-13.00
Понедельник - четверг 9.00 –17.15
Пятница 9.00-16.00

Отделение комплексной помощи семьям
Тел. (4152) 42-72-82

Материал подготовила
педагог-психолог Смыкова О.И.