

11.»Родительская семья». Цель: научиться выстраивать границы своей семьи.

12.»Ребенок в семье». Цель: формирование навыков эффективного родительства.

Таким образом, в браке конфликт возникает, когда потребности и желания супругов расходятся и, следовательно, несовместимы. Поскольку супруги взаимодействуют друг с другом по ряду вопросов, важных для их брака с течением времени, неизбежно, что конфликт будет возникать по крайней мере в какой-то степени в каждом браке. Не существование конфликта в браке само по себе наносит ущерб удовлетворенности или стабильности в браке, а то, как супруги справляются с конфликтом, когда он возникает. Конфликты могут быть урегулированы позитивно путем обсуждения, но в некоторых случаях могут привести к эскалации споров без разрешения или к тому, что каждый из супругов игнорирует область конфликта в попытке предотвратить негативные супружеские взаимодействия. Качество брака страдает, когда конфликты остаются неразрешенными, и в некоторых браках неспособность успешно урегулировать конфликт может привести к физическому насилию, иногда с тяжелыми последствиями. Предложенная программа поможет эффективной работе с супругами и лицами, вступающими в брак, по профилактике и разрешению супружеских конфликтов.

Библиографические ссылки

1. Прохорова О.Г. Любовь, брак, семья: жизнь без ошибок. Санкт-Петербург: КАРО, 2008.
2. Торохтий В. С. Психологическое здоровье семьи. – Санкт-Петербург: КАРО, 2009.
3. Левкович В.П., Зуськова О.Э. Социально-психологический подход к изучению супружеских конфликтов // Психологический журнал. 1985. Т. 6, № 3. С. 126-137.
4. Rusbult Caryl E., and Isabella M. Zembrodt. Responses to Dissatisfaction in Romantic Involvements: A Multidimensional Scaling Analysis // Journal of Experimental Social Psychology 19. 1983. P. 274–293.
5. Gottman J. M., Levensen R. W. Toward a typology of marriage based on affective behavior: Preliminary differences in behavior, physiology, health, and risk for dissolution // Journal of Personality and Social Psychology. 1992. № 63. P. 221-233.
6. Gottman J. M. The roles of conflict engagement, escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 1993. № 61. P. 6-15.

СПЕЦИФИКА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ЖЕНЩИНАМИ, ПОСТРАДАВШИМИ ОТ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ

О.Д. Воронько

*ГУ «Минский городской центр социального обслуживания семьи и
детей», kolinada@yandex.ru*

Аннотация. Данная статья поможет рассмотреть проблему насилия в семье более детально с акцентом на оказание помощи пострадавшей от насилия в семье. В публикации освещены особенности правового регулирования профилактики насилия в семье в Республике Беларусь. Особое внимание обращено на психологический портрет пострадавшей от насилия в семье, специфику первого контакта с пострадавшей, организацию дальнейшей терапии пострадавшей от насилия в семье.

Ключевые слова: насилие в семье; пострадавший от насилия в семье; гражданин, совершивший насилие в семье; травматизация.

*Насилие нельзя регулировать
и употреблять только до известного предела.
Если только допустить насилие — оно всегда перейдет границы,
которые мы хотели бы установить для него.
Лев Николаевич Толстой*

Проблема насилия в семье является всеобъемлющей и по своим последствиям, и по причинам, по которым появляется такое насилие. Решение данной проблемы во многом зависит от стратегий, методов работы с пострадавшими от насилия в семье, от своевременности оказания помощи, от комплексности подхода к данной проблеме.

По результатам социологического исследования распространенности насилия в отношении женщин в Республике Беларусь, проведенного Институтом социологии НАН Беларуси в рамках проекта МТП «Укрепление национального потенциала в сфере противодействия гендерному насилию (с акцентом на насилие в семье) в Республике Беларусь» в 2018 году, каждая 2-я женщина (52,4 %) на протяжении жизни хотя бы 1 раз подвергалась какому-либо виду насилия. Совокупный показатель распространенности насилия включает все возможные его виды, рассмотренные в исследовании: психологическое, экономическое, физическое и сексуальное. Чаще всего женщины подвергаются психологическому насилию (45,2 %), которое внесло наиболее существенный вклад в общий показатель распространенности насилия, затем располагаются физическое (28,4 %), сексуальное (16,9 %) и экономическое (15 %) насилие. Всего в ходе исследования было опрошено 1 506 респондентов, все из которых являются женщинами в возрасте 15–64 лет [1].

Прежде чем подробно останавливаться на специфике оказания помощи пострадавшим от насилия в семье, необходимо уделить внимание правовому регулированию профилактики насилия в семье в Республике Беларусь.

Основным нормативным правовым актом в области профилактики правонарушений является Закон Республики Беларусь от 04.01.2014 №122-З «Об основах деятельности по профилактике правонарушений». Именно там определены основные профилактические мероприятия по предупреждению насилия в семье.

Насилие в семье – умышленные действия физического, психологического, сексуального характера члена семьи по отношению к другому члену семьи, нарушающие его права, свободы, законные интересы и причиняющие ему физические и (или) психические страдания (*Закон Республики Беларусь от 4 января 2014 г. «Об основах деятельности по профилактике правонарушений»*).

Гражданин, пострадавший от насилия в семье – гражданин, который заявил, что в отношении него близким родственником, супругом (супругой), бывшим супругом (супругой) либо иными гражданами, которые проживают (проживали) совместно и ведут (вели) общее хозяйство были совершены действия физического, психологического, сексуального характера, нарушающие его права, свободы, законные интересы и причиняющие ему физические и (или) психологические страдания (*Постановление Министерства труда и социальной защиты Республики Беларусь от 31.12.2020 №113*).

Особое внимание в работе с пострадавшими от насилия в семье следует уделять разъяснению действия указанного Закона, а именно:

1. Статья 23 Закона Республики Беларусь от 4 января 2014 г. №122-З «Об основах деятельности по профилактике правонарушений» к мерам индивидуальной профилактики правонарушений относит следующие:

- профилактическая беседа;
- официальное предупреждение;
- профилактический учет;
- защитное предписание;
- иные меры, предусмотренные законодательными актами.

2. В соответствии со ст. 31 указанного Закона защитное предписание – установление гражданину, совершившему насилие в семье, ограничений на совершение определенных действий.

Защитное предписание применяется после вынесения постановления о наложении административного взыскания за правонарушение, предусмотренное статьями 9.1, 9.3, 17.1 Кодекса Республики Беларусь об административных правонарушениях, совершенное по отношению к члену семьи, к гражданину:

- которому вынесено официальное предупреждение по основаниям, предусмотренным абзацами третьим или пятым части второй статьи 26 настоящего Закона. При этом защитное предписание применяется в течение года после объявления такого официального предупреждения;
- в отношении которого осуществляется профилактический учет по основаниям, предусмотренным абзацами третьим или четвертым части второй статьи 28 настоящего Закона.

Очень важно проводить правовое просвещение с пострадавшими от насилия в семье, так это расширяет их представление о том, как они могут действовать в рамках законодательства в случаях насилия в семье.

Работа психолога с пострадавшей от насилия в семье должна строиться на полном доверии и принятии. Психолог не является следователем и в его обязанности не входит доказательство вины того, кто совершил насилие. Да, бывают случаи, когда рассказ пострадавшей может казаться неправдоподобным, важно помнить, держать в голове у себя вопрос: «как я могу помочь ей в данной ситуации?».

Что происходит с личностью, которая постоянно подвергается насилию?

Это насилие может длиться годами, может быть системным, оно скрыто от посторонних глаз. Есть общие черты, эмоциональные реакции, которые свойственны большинству пострадавшим от насилия в семье:

1. Беспомощность, осознание того, что ситуацию нельзя изменить, чувство безысходности, бессилия.
2. Страх (страх за собственную жизнь, за жизнь детей и близких);
3. Гнев, раздражение (злость на саму себя, на детей, на весь мир).
4. Вина (часто пострадавшая занимается самообвинением, что, прежде всего, диктуется мифами о насилии в семье).
5. Стыд.
6. Заниженная самооценка, отсутствие уверенности в себе, фрустрация.
7. Признаки посттравматического стрессового расстройства, депрессии, суицидальных намерений, сомнения по поводу своего психического здоровья.
8. Недоверие, изоляция.

Здесь перечислены основные черты психологического портрета пострадавшей от насилия в семье, однако этот список не конечен. Такие особенности личности обуславливают реагирование пострадавшей на предложенную помощь. Поначалу это может быть недоверие, подозрительность или наоборот перекладывание ответственности за решение на специалиста. Во многом это обусловлено мифами о насилии в семье, стереотипами, существующими в обществе, негативным предыдущим опытом либо неэффективным обращением за защитой и помощью в различные организации (вторичная, третичная травматизация).

Огромное значение для последующей терапии пострадавшей от насилия в семье имеет выстраивание первого контакта с женщиной. Целью первой консультации является идентификация проблемы, оказание информационной и эмоциональной поддержки, разработка плана безопасности для пострадавшей, оценки степени риска и потребностей женщины. Как пишет автор книги «Тело помнит все» Бессел ван дер Колк, «Чувство защищенности – обязательное условие, чтобы встретиться лицом к лицу со своими страхами и тревогами» [2, с. 236]. Поэтому одним из принципов работы с пострадавшими от насилия в семье является создание комфортной, безопасной обстановки в процессе консультирования. Психолог, работающий с пострадавшими от насилия в семье, должен

придерживаться также принципов гендерного равенства, ненасильственной среды.

Особенности первого контакта с пострадавшей от насилия в семье:

- В процессе первой встречи убедитесь, что пострадавшая сейчас в безопасности (*«Мне очень важно понимать, что сейчас вы в безопасности, что сейчас вам ничего не угрожает»*), что с ее здоровьем все в порядке, и только после этого приступайте к самому консультированию. Если вам покажется, что женщина и ее дети подвергаются серьезному риску, поделитесь с ней своими опасениями. Часто пострадавшие преуменьшают существующие насилие, игнорируют многие моменты, ведь только так они могут справиться с ситуацией.

- Внимательно слушайте пострадавшую, дайте ей возможность выговориться. Не успокаивайте ее, дайте женщине возможность прожить здесь и сейчас свою боль, возможно, вы – первый человек, с которым она об этом говорит. В данном случае лучше поддерживать ее словами *«Я вижу как вам больно, страшно»* вместо *«Все пройдет, не надо переживать»*.

- Сообщите, что ваша беседа носит конфиденциальный характер. Аккуратно задавайте вопросы о насилии, возможно клиентка сама не понимает, что живет в такой ситуации (*«Мне кажется, что пренебрежение, оскорбление, игнорирование и др... может быть одной из форм психологического насилия»*, или *«То, что вы рассказываете похоже на цикличность, как будто все повторяется, хождение по кругу (цикл насилия)»*).

- Избегайте вопросов, которые начинаются с фраз *«Почему...?»*, *«Как вы можете с таким человеком жить?»*, *«Как такое могло произойти?»* и др. Данные вопросы скорее про унижение, обвинение пострадавшей от насилия в семье. Используйте незаконченные предложения, перефразирование и прямые вопросы при консультировании.

- Не давайте советов личного характера относительно дальнейшей жизни пострадавшей, не предлагайте готовых решений, не берите ответственность на себя за изменение ее ситуации, ведь только клиентка может принять решение, вернуть контроль над своей жизнью. В ее жизни уже есть человек (обидчик), который руководит ею.

- Информируйте пострадавшую о ее правах, разработайте вместе индивидуальный план безопасности, определите степень риска в ситуации насилия в семье (специальные опросники), дайте информацию об организациях, которые оказывают помощь пострадавшим от насилия в семье.

Исследования показали, что наиболее эффективными являются две стратегии выхода из кризисной ситуации и преодоления посттравматического стресса:

- целенаправленное возвращение к воспоминаниям о травмирующем событии в целях его анализа и полного осознания всех обстоятельств травмы;
- осознание значения травматического события для жизни, стиля поведения, выборов. Решений, принимаемых человеком, и получаемого в результате качества жизни [3, с. 19].

В процессе дальнейшей работы с пострадавшей от насилия в семье необходимо уделить внимание следующим направлениям:

1. Постепенное продвижение от поверхностных описаний, выявления собственного отношения женщины к ситуации, к проработке травматического опыта.
2. Работа над расширением, поиском внешних ресурсов – друзья, члены семьи, которые могут поддержать, финансовое положение и др.
3. Изучение вместе с ней внутренних ресурсов клиентки – сильные стороны. Повышение самооценки, уверенности в себе, рост положительного отношения и уважения к себе, развитие ответственности за свою жизнь.
4. Стабилизация эмоционально состояния клиентки. Обучение навыкам и техникам саморегуляции, осознанного чувствования, приемам снятия стрессового напряжения.

Для качественного оказания помощи пострадавшим от насилия в семье недостаточно работы по одному или двум направлениям, здесь и очередности также нет. Проблема носит комплексный характер, и решать ее нужно, уделяя должное внимание всех моментам терапии, а также при поддержке специалистов различных организаций.

Библиографические ссылки

1. Распространенность насилия в отношении женщин в Республике Беларусь: Р24 по материалам НИР «Исследование безопасности семьи в Республике Беларусь» [Электронный ресурс] / Фонд ООН в области народонаселения в Республике Беларусь, Государственное научное учреждение «Институт социологии Национальной академии наук Беларуси». Минск : Белсэнс, 2019.
2. Колк Бессел ван дер. Тело помнит все: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают ее преодолеть/Бессел ван дер Колк; [перевод с английского И. Чорного]. Москва: Эксмо, 2020. 464 с.
3. Сборник материалов для практикующих специалистов по теме «Оказание комплексной помощи пострадавшим от домашнего насилия». Международное общественное объединение «Гендерные перспективы». Минск, 2016. 200 с.
4. Малкина-Пых И.Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. СПб.: Питер, 2020. 832 с.: ил.

ЛОГОТЕРАПИЯ ВИКТОРА ФРАНКЛА КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ БОЛЬНЫМ РАКОМ НА ТЕРМИНАЛЬНОЙ СТАДИИ