

функционирования групп взаимопомощи [1]. В данной связи представляется необходимой организация единых консультативных центров, где специалисты в области медицины, психологии и социальной работы, а также юристы имели бы возможность решать ряд важных организационно-методологических проблем групп взаимопомощи: информировать население и профессиональное сообщество о таких группах; консультировать людей, которые ищут для себя подходящую группу; консультировать группы взаимопомощи и волонтеров по организационным и специальным вопросам; налаживать контакты между группами взаимопомощи; проводить мероприятия по поддержке и обмену опытом.

Системный подход может способствовать дальнейшему развитию сообществ взаимопомощи, являющихся важным звеном психосоциальной реабилитации.

Библиографические ссылки

1. Авин А.И. Мировоззренческие и организационные проблемы в работе групп самопомощи // Материалы международной научно-практической конференции «Социально-педагогическая и медико-психологическая поддержка развития личности в онтогенезе», 24 февраля 2021 года, г.Брест. Принято к публикации.
2. Савельева И., Недзельский Н., Толмасова А. Группы взаимопомощи. Москва : Издательский центр «Рубикон», 1998. 25с.
3. Бауманн У., Перре М. Клиническая психология учебник: пер. с нем. 2-е междунар. изд. СПб.: Питер, 2006. 1312 с.
4. Одолламский А.О. Место терапевтического сообщества в современной системе психиатрической помощи // Журнал практической психологии и психоанализа. 2014. № 2. URL: <https://goo.gl/tpJq9D> (дата обращения: 23.10.2021).
5. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Карвасарского Б.Д.; 2-е изд. СПб.: Питер, 2002. 1024 с.
6. Сидин И.В. Анономные алкоголики и духовность. Как и почему это работает // Алкоголизм. Профилактика и лечение. Минск: В.И.З.А. Групп, 2018. С. 89-106.
7. Цетлин М.Г., Батищев В.В., Зыков О.В. Сообщества (группы) само- и взаимопомощи наркологических больных. // Руководство по наркологии под ред. Н.Н. Иванца. М: Медпрактика. 2002. Т. 2. 296 с.

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ЖЕНЩИНАМ, ПОДВЕРЖЕННЫМ ДОМАШНЕМУ НАСИЛИЮ

Т.И. Ачинович, Т.М. Севко

*Белорусский государственный университет, факультет философии
и социальных наук, кафедра социальной работы и реабилитологии
endefy@gmail.com, tania.sevko@yandex.ru*

Аннотация. В статье рассматривается проблема домашнего насилия в отношении женщин, описываются характеристики женщин, подвергшихся насилию в семье. Приводятся технологии психологической и социальной работы с пострадавшими от домашнего насилия. Авторы разработали и апробировали программу тренинга социально-психологической помощи женщинам. С целью проверки эффективности

программы была проведена диагностика и выявлены статистически значимые различия в проявлении личностных характеристик женщин до и после проведения тренинга.

Ключевые слова: насилие; домашнее насилие; женщины; личностные характеристики; социально-психологическая помощь.

Насилие, по определению Всемирной Организации Здравоохранения, – преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное против себя, против иного лица, группы лиц или общины, результатом которого являются (либо имеется высокая степень вероятности этого) телесные повреждения, смерть, психологическая травма, отклонения в развитии или различного рода ущерб [10].

Термин «насилие в отношении женщин» согласно документам ООН, означает «любой акт насилия, совершаемый на основании полового признака, который причиняет или может причинить физический, половой, психологический ущерб или страдания женщинам, а также угрозы совершения таких актов, принуждение или произвольное лишение свободы, будь то в общественной или личной жизни». В поддержку женщин создана «Декларация об искоренении насилия в отношении женщин» [3].

Домашнее насилие - это серьезная социальная проблема, и она не должна происходить ни с кем, но ее трудно предотвратить. Проблема часто игнорируется, оправдывается или отрицается. Домашнее насилие в отношении женщин со стороны интимных партнеров - это модель угрожающего или контролирующего поведения, навязываемого женщинам через интимного партнера без учета ее прав, чувств, тела или здоровья [5].

Женщины, которые подверглись насилию, отличаются от тех, по отношению к которому оно не совершалось. Об этом свидетельствуют многочисленные исследования. Так, И.В. Абакумова и Б.Н. Нессонова выявили следующие характеристики женщин, подвергшихся насилию в семье:

- для них характерна высокая общительность открытость и доверие к окружающим людям, при этом, самим им трудно доверится окружающим;
- стиль взаимодействия характеризуется «ведомостью», тенденцией к пассивности в общении, желанием переложить ответственность за принятие решений на другого и подчинению к авторитету;
- характеризуются высокой тревожностью, они чувствуют себя виноватыми, склонными к самобичеванию, депрессивными, уязвимыми, легко впадают в отчаяние и находятся во власти меняющегося настроения;
- жесткие, их сложно перестраивать и им сложно адаптироваться к новым условиям;
- зависимы от мнения другого, им тяжело ориентироваться без опоры на социальное одобрение, безынициативны и несамостоятельны, вследствие чего, им необходима хотя бы мнимая поддержка другого;

- характеризуются импульсивностью, следуют своим мотивам, желаниям, при этом эти чувства могут изменяться в противоположную сторону, что порождает внутренние противоречивые чувства;

- эмоциональный фон респондентов - это реактивный всплеск эмоций, чувств и желаний, которые задействованы в принятии решений, поэтому очевидны трудности, связанные с принятием решения без взвешивания и достаточным феноменом происходящего [1].

Домашнее насилие приносит женщине травматический опыт, который приводит к серьезным последствиям для нее. Жертвы домашнего насилия приобретают глубокие личностные, когнитивные, эмоциональные, поведенческие изменения, такие как: снижение самооценки, повышенное чувство вины, вера в большинство мифов о насилии, мысли о безвыходности ситуации, появление стойкого чувства одиночества, вины за происходящее и не проходящий страх, замкнутость, самоагрессия, появление психосоматических заболеваний и многое другое [5].

С женщинами, пострадавшими от домашнего насилия, необходимо проводить социально-психологическую работу и оказывать различные виды помощи, позволяющие сделать их жизнь и жизнь детей более безопасной.

На современном этапе развития общества достаточно много внимания уделяется вопросам оказания помощи женщинам, которые подверглись семейному насилию. В этом направлении ведут свои разработки такие ученые и исследователи как Т.Ф. Золотарёва, Т.Г. Ковкова, Т.И. Кондра, И.Г. Малкина-Пых, С.А. Овчаренко, Н.Г. Осухова, П.Б. Торопов, М. И. Фельцан, М.А. Харченко и другие.

Одним из направлений деятельности является распространение информации о том, что такое домашнее насилие посредством средств массовой информации, социальных сетей. Таким образом, осуществляется психологическое просвещение общества. Благодаря полученным знаниям женщина может сама распознать ситуацию насилия, узнать, где и как ей могут помочь. Предполагается, что это будет способствовать защите тех, кто нуждается помощи [8].

В городе Минске имеется ряд кризисных центров, туда могут обратиться женщины, пострадавшие от насилия за любым видом помощи – юридической, психологической, социальной. Они организованы на базах центров территориального обслуживания населения, учреждений здравоохранения. В этом направлении активно работает общественное объединение «Радислава». Регулярно публикуются статьи на популярных новостных порталах, которые призваны привлечь внимание общественности к данной проблеме. Также имеются телефоны горячей линии, куда может позвонить любой человек, который находится в трудной жизненной ситуации и поговорить со специалистом. Все это позволяет сделать вывод о том, что в нашей стране ведется достаточно много работы, направленной на профилактику домашнего насилия.

Ежегодно высшие учебные заведения выпускают специалистов, которые работают с пострадавшими от насилия: психологи, социальные работники, психиатры. Совершенствуются методы оказания психологической и социальной помощи. Так, С.В. Демидов указывает на то, что основными технологиями социальной работы с пострадавшими от домашнего насилия являются:

- социальная профилактика – предусматривает предупреждение развития насилия в обществе;

- социальное посредничество:

- а) посредничество в разрешении психологических, медико-социальных проблем женщин и детей, подвергшихся насилию;

- б) посредничество в решении социально-правовых, жилищно-бытовых проблем.

- социальное консультирование:

- а) социально-психологическое (направленное на решение проблем межличностного взаимодействия в семье, устранение взаимного непонимания членов семьи);

- б) медико-социальное;

- социальная коррекция и социальная терапия;

- социальная адаптация. Включает в себя адаптацию женщин и детей, подвергшихся домашнему насилию к новым условиям жизнедеятельности, оказание помощи по выходу из семьи, где они подвергались насилию;

- социальная реабилитация – восстановление здоровья и социального статуса женщин и детей, подвергшихся домашнему насилию, их правового положения, психологического равновесия, уверенности в себе [4].

Выделяют два направления помощи:

- 1) экстренная психологическая помощь при острой травме насилия и посттравматическом стрессе;

- 2) длительное сопровождение в процессе индивидуального консультирования и групповой работы.

В процессе индивидуального консультирования следует определить степень глубины разрушительного влияния насилия на личность потерпевшей. В зависимости от конкретной цели Т. Г. Ковкова выделяет три вида консультирования: информирующее и ориентирующее, личностно-поддерживающее и личностно-изменяющее [7].

Пострадавшим от домашнего насилия показана групповая терапия. Многие кризисные центры, работающие с такими женщинами, опираются на теорию кризиса и используют группы поддержки. Основой такого подхода является доступ к нужной информации, активное слушание и эмоциональная поддержка [8]. Поддерживающая психотерапия может включать в себя не только обмен переживаниями и поддержку, но и обучение.

Также групповая терапия может сочетаться с арт-терапией. Данное направление способствует снижению эмоционального напряжения, нормализации состояния и настроения. Через методы арт-терапии возможно снятие агрессивности, враждебности, чувства вины [9].

Ряд физических симптомов, сопровождающих воспоминания о насилии, можно прорабатывать с помощью приемов телесно-ориентированной терапии [9].

По мнению И.Г. Малкиной-Пых при оказании помощи женщинам, пострадавшим от семейного насилия, необходимо работать в следующих направлениях:

1. Обеспечить как можно более полное и безусловное принятие себя.
2. Способствовать повышению самооценки.
3. Помочь составить конкретный план поведения в обстоятельствах, связанных с насилием (информация о милиции, правоохранительных органах, медицинских процедурах).
4. Помочь определить основные проблемы.
5. Помочь мобилизовать системы поддержки личности.
6. Помочь осознать серьезность происшедшего.
7. Помочь осознать необходимость потратить время на выздоровление.
8. Выявить и укрепить сильные стороны личности [9].

На формирующем этапе проведенного нами исследования была поставлена задача: составить программу социально-психологического тренинга для женщин, пострадавших от домашнего насилия. На основании анализа результатов эмпирического исследования, проведенного на базе УТЦСОН «Теплый дом», был сделан вывод о том, что у женщин, подвергшихся семейному насилию, более высокий уровень привязанности и контролирования, повышенная склонность к агрессивному, виктимному и к зависимому, беспомощному поведению, чем у женщин из контрольной группы [2].

Нами была разработана и апробирована программа тренинга социально-психологической помощи женщинам, пострадавшим от домашнего насилия.

Цель программы: оказание социально-психологической помощи женщинам, подвергшимся домашнему насилию.

Задачи программы:

- расширить представления о домашнем насилии и его последствиях для женщин и детей;
- научить выстраивать конструктивные отношения с окружающими людьми;
- повысить самооценку и уверенность в себе;
- формировать позитивную Я-концепцию;
- развить коммуникативные умения и навыки;
- научить конструктивным способам решения конфликтов;

– расширить представлений участниц о чувствах и эмоциях, создать условия для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций;

– обучить умению распознавать и регулировать свои эмоции;

– снять эмоциональное напряжение и снизить уровень тревожности;

– обучить навыкам психологической самозащиты.

Форма работы: групповая.

Контингент участников: женщины, подвергшиеся семейному насилию.

Состав группы: оптимальная численность группы для тренинга 12-15 человек.

Количество занятий: 10.

Продолжительность каждого занятия: 60 мин.

Частота встреч: 2 раза в неделю.

Методические приемы для повышения мотивации участниц, и эффективности усвоения описанных выше знаний, умений и навыков:

– разные виды игры (ролевые, имитационные, игры-ледоколы);

– упражнения;

– дискуссии;

– обсуждения;

– дебаты;

– мозговой штурм;

– мини-лекции.

Программа состоит из десяти занятий и включает следующие темы:

1. «Виды и маркеры насилия». Цель: расширить представления о семейном насилии, научиться распознавать различные виды и выявлять маркеры насилия.

2. «Последствия насилия». Цель: осознать, к чему привело нахождение в ситуации насилия на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровне, как сказалось на самооценке, какие изменения произошли на уровне личности и взаимодействия с социальным окружением.

3. «Сеть социальной поддержки». Цель: узнать об организациях и местах помощи женщинам, пострадавшим от насилия, выстроить личную сеть социальной поддержки (друзья, родственники, специалисты и др.).

4. «Восстановление достоинства». Цель: формирование позитивной Я-концепции, осознание своих сильных сторон, понимание своей ценности и уникальности.

5. «Выстраивание границ». Цель: сформировать представления о психологических границах личности; научить выстраивать личные границы и отстаивать их.

6. «Понимание эмоций». Цель: научиться осознавать и понимать

эмоции и чувства свои и другого человека, а также управлять своим эмоциональным состоянием.

7. «Разбор конфликтных ситуаций». Цель: понять типичные стратегии поведения в конфликтной ситуации, освоить навыки урегулирования конфликтов.

8. «Эмоциональное напряжение в конфликтной ситуации». Цель: научиться конструктивно выражать свои чувства, приобрести навык реагирования негативных эмоций, развивать эмоциональную устойчивость, спокойствие.

9. «Защита от манипуляций». Цель: научиться распознавать манипуляции и приобрести навыки психологической самозащиты.

10. «Конструктивное общение». Цель: научиться выстраивать конструктивные отношения с окружающими людьми, освоение навыков самостоятельного принятия решений, планирования и последующей реализации продуктивной деятельности.

Для выявления эффективности проведенной на базе УТЦСОН «Теплый дом» программы тренинга, в котором приняли участие 15 женщин, было проведено повторное обследование по методике «Пятифакторный опросник Моккрая-Коста». Это позволяло проследить, какие изменения произошли в личностной сфере у испытуемых экспериментальной группы.

На основании анализа данных было выявлено, что после проведенного тренинга отмечаются более высокие показатели по экстраверсии, эмоциональной устойчивости и экспрессивности и более низкие по привязанности и контролю. Таким образом, испытуемые стали более уверены в себе и открыты для общения.

В работе была выдвинута гипотеза: групповой тренинг является эффективной формой оказания социально-психологической помощи женщинам, подверженным домашнему насилию. Для проверки достоверности данных на контрольном этапе исследования был применен статистический метод обработки данных Т-критерий Вилкоксона.

На основании полученных результатов можно сделать вывод о том, что существуют статистически значимые различия в проявлении такой личностной характеристики как, «эмоциональная устойчивость» ($T=4,135$, при $p \leq 0,01$). Испытуемые стали более открыты и смелы в общении с окружающими людьми. Проявляют больше уверенности в себе, смелее отстаивают свои позиции. Научились распознавать свои эмоции и эмоции других. У них стал более осмысленный взгляд на будущее. Многие имеют более четкое представление, как действовать в той или иной критической ситуации, соответственно, менее эмоционально реагируют на них.

Выявлены также статистически значимые различия в проявлении такой личностной характеристики как, «контролирование» ($T=4,15$, при $p \leq 0,01$). Данный показатель снизился после проведенной работы, что

свидетельствует о том, что женщины стали чувствовать себя более уверенно в жизни и семейной ситуации.

В целом, наблюдения за поведением, которые проводились при реализации программы тренинга, показали, что произошли следующие изменения в поведении женщин:

- 1) снижение ответной агрессивности женщин по отношению к детям и другим членам семьи;
- 2) повышение уровня самооценки и самопринятия с заниженного до адекватно высокого;
- 3) изменение поведенческих шаблонов поведения женщин с «жертвенных» на «диалогические»;
- 4) повышение уверенности в своих силах и личностный рост.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что разработанная нами программа является эффективной формой оказания социально-психологической помощи женщинам, подверженным домашнему насилию и может быть использована в практике психологов и специалистов по социальной работе.

Библиографические ссылки

1. Абакумова И. В. Психологические особенности женщин, подвергавшихся насилию со стороны наркозависимого супруга // Мир науки. 2017. Т. 5. № 6. С. 68 – 69.
2. Ачинович Т.И., Штанюк В.И. Особенности эмоциональной сферы женщин, подвергшихся домашнему насилию // Образование в этнополикультурной среде: состояние, проблемы, перспективы: Материалы VI Международного молодежного научно-культурного форума (21–23 марта 2016 г.) / Под науч. ред. Л.В. Ахметовой. Томск: Издательство Томского государственного педагогического университета, 2016.
3. Декларация об искоренении насилия в отношении женщин [Электронный ресурс]. Режим доступа: https://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/violence.shtml. – Дата доступа: 10.10.2021.
4. Демидов С. В. Технологии, формы и методы социальной работы с лицами, подвергшимися насилию // Социально-экономические аспекты развития современного общества. Межвузовский сб. науч. трудов. Рязань, 2015. С. 35 – 46.
5. Домрачева Т. В., Низова Л. М. Семья как зона риска домашнего насилия женщин // Конфликтология. 2017. Т. 12. № 3. С. 122 – 132.
6. Золотарёва Т. Ф. Социальная работа с жертвами насилия // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2009. № 11 (74). С. 272 – 276.
7. Ковкова Т. Г. Технологии социальной работы с женщинами, подвергшимися насилию в семье // Педагогическое мастерство: мат. II Междунар. науч. конф. – М. : Буки-Веди, 2012.
8. Кондря Т. И. Особенности работы кризисных центров с женщинами, пострадавшими от семейного насилия // Baikal Research Journal. 2017. Т. 8. № 4. С. 7.
9. Малкина-Пых И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. СПб.: Питер, 2018.
10. Официальный сайт Всемирной организации здравоохранения. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/> – Дата доступа: 11.10.2021.