

# Консультування жертв насилля

# План

1. Типи насилля.
2. Принципи та завдання консультування жертв насилля.
3. Консультування жінок – жертв згвалтування.
4. Ознаки впливу деструктивного культу.
5. Фази втягнення в деструктивну секту.
6. Техніки та моделі маніпуляції свідомістю.
7. Консультування учасників деструктивних культур.
8. Особливості допомоги дітям-жертвам сімейного насилля.

# Література:



1. Гассе С. Контроль свідомості і феномен культу, М., 2000
2. Кара-Мурза С. Маніпуляція свідомістю. - М.: «Алгоритм», 2000
3. Стивен Хассен. Освобождение от психологического насилия.

# Види насилля

## За природою:

- фізичне,
- сексуальне;
- психологічне;
- нанесення збитку, відсутність турботи.

## За характеристиками суб'єктів:

- замах на власне життя або здоров'я;
- міжособистісне насильство (між людьми та групами);
- колективне насильство (держава, терористичні та інш. групи).

# Принципи консультування жертв насилля

## 1. Поетапність допомоги

- під час події, найближчим часом після неї;
- на віддалених етапах (робота з травмою).

## 2. При виборі методів зважати на:

- час, що пройшов з моменту травматичної події,
- реакцію людини на неї,
- ситуацію, що розвивається після події,
- характеристики психолога.

# Етапи допомоги

## Перший етап (завдання):

- 1. задоволення потреб:** фізичних, безпеки, відновлення контакту з близькими.
- 2. Забезпечення інформацією:** про значущої ситуації і подальші дії, про реакції, що виникають у відповідь на важкі події, «нормалізація» реакцій, рекомендація не дивитися телевізійні передачі, про подію;
- 3. допомога в прийнятті рішень.**

## Методи:

екстрена «допсихологічна» допомога, психологічний супровід, емоційна підтримка, ведення, управління; інформування; психологічне втручання; кризова інтервенція, виявлення негативних соціально-психологічних механізмів, управління ними (нейтралізація).

# Другий етап

## Завдання:

- нормалізація емоційного стану,
- відновлення ресурсності психіки,
- засвоєння навичок саморегуляції.

## Методи:

- психологічна інтервенція,
- кризова інтервенція,
- дебрифінг,
- ПСР (самоуправління: керування м'язовим тонусом і ритмом дихання, самоконтроль, регуляція уваги, аутогеннетренування, метод біологічного зворотного зв'язку, когнітивне реструктурування, десенсибілізація).

# Третій етап

## **Завдання:**

при ускладненнях - повернення до нормального процесу переживання травми і горя;

психологічна корекція посттравматичних розладів в процесі переживання травми.

## **Методи:**

арт-терапія, символдрама, гуманістично-екзистенціальна психотерапія, інтеграційна (мультимодальна) психотерапія, тілесно-орієнтована терапія, нейро-лінгвістичний підхід, системний підхід.



# Травматичний синдром при зґвалтуванні (фази за Еллісом)



**Короткострокова реакція (2-3 міс.)**

**симптоми:** соматичні скарги, розлад сну, нічні кошмари, страх, підозрілість, тривожність, загальна депресія, соціальна дезадаптація.

**Проміжна фаза (3 міс.-1 рік)**

**симптоми:** дифузна тривожність стає специфічною, пов'язаною зі зґвалтуванням, депресія, соціальна та сексуальна дисфункція.

**Тривала реакція (більше 1 р.)**

**симптоми:** додається гнів, гіперактивність щодо небезпеки, зниження здатності насолоджуватися життям.

# Завдання

1. забезпечити безумовне прийняття себе.
2. сприяти підвищенню самооцінки.
3. скласти конкретний план поведінки в обставинах, пов'язаних з насильством (інформація про міліцію, правоохоронні органи, медичну допомогу).
4. визначити основні проблеми.
5. мобілізувати систему підтримки особистості.
7. усвідомити необхідність витратити час на одужання.
8. виявити і зміцнити сильні сторони особистості клієнта.



# Принципи допомоги

- Повага (оцініть довіру, забезпечте конфіденційність; врахуйте культурні особливості)
- Підтвердження що: (правоти, необхідності висловити свої почуття; реальності, що жертва залишилася в живих і має досить сил, щоб впоратися з травмою; природності і адекватності її почуттів)
- Переконавання (жертва не винна; подолає свої переживання; теперішній стан пройде, якщо з'явиться надія; має для подолання необхідні сили і ресурси)
- Надання можливостей: передати ініціативу в процесі консультивання і т.д.

# Ознаки впливу деструктивного культу

1. **Тотальний контроль над часом** (напружена діяльність, не дають часу на осмислення);
2. **Тримання у стані невідання, нерозуміння** того, що з ними роблять;
3. **Створення жорстко контрольованої директивними лідерами системи** (не мають права на іншу думку);
4. **Створення почуття безпорадності** (натомість забезпечення моделями нової поведінки);
5. **Придушення минулої соціальної поведінки** (переоцінка життєвого досвіду);
6. **Використання методик, що гальмують процес мислення** (медитація, транс).



# Фази та техніки втягнення в деструктивну секту



1. **Розморожування** (доведення до психологічної аморфності):  
**Методи:** дезорієнтація, сенсорна депривація / перевантаження; депривація приватності; зміна дієти; гіпноз: візуалізації; лінгвістичні двоїстості; монотонне говоріння, молитви, спів; ставлять під сумнів свою ідентичність.

## 2. **Зміна особистості**

**Методи:** створення і нав'язування нової ідентичності: аудіо-, відеозаписи, книги, використання технік модифікації поведінки: нагороди і покарання; використання технік, що зупиняють мислення; контроль середовища, повторення; монотонність; ритм; сповіді, доноси.

## 3. **Заморожування** (консервація нових стереотипів)

**Методи:** відділення від минулого; передача власності; перехід до культової діяльності, нове ім'я, одяг, зачіска, мова, нова «сім'я», рольові моделі: система «приятельства», семінари, навчання, засвоєння групових норм.

# Консультування учасників деструктивних культур



**Депрограмування** – спрямоване на особистість, відсутня попередня робота з сім'єю та підтримка після депрограмування.

**Реформування мислення**

*(3 дні по 12-16 годин на добу).*

**Мета** – розвинути здатність критично мислити, надати допомогу в ухваленні рішення.

# Етапи консультування по реформуванню мислення

*Офіційне представлення фахівця* (не сперечатися з окультистом, показати готовність слухати);

*Ворожість, заперечення, дисоціація* (терпляче надання інформації, обговорюємо тактику контролю свідомості прийняту в секті);

*Опір* (спроби змінити тему або зачіпки);

*Інтерес* (поява питань – зміна якості відносин);

*Участь* (прагне до пошуку істини, здатний до різнобічних поглядів на події).

*Встановлення взаємозв'язків* (оцінює, порівнює, встановлює взаємозв'язок між отриманою інформацією).

# Метод стратегічної взаємодії

*спрямований на зростання і розвиток здорових відносин у родині.*

*Етапи:*

1. визначити фактори, від яких залежить ступінь уразливості (навчання, невирішені сексуальні проблеми, застарілі фобії);
2. створити модель тих складових справжнього "я", які були використані для формування культової особистості;
3. встановити зв'язок з культовим "я", ідентифікувати і заохочувати ті його аспекти, які варто зберегти;



# Допомога дітям-жертвам насилля.

## *Перший етап*



**Визначити:** Чи мало місце насилля?

- Не поспішати з висновками;
- Не ставити навідні запитання;
- Фіксувати те, що відбувається за допомогою записів, аудіо-, відеотехнологій; консультиватися з фахівцями;

**Методи:** метод вільних асоціацій; запитання «Розкажи мені про це докладніше?», проєктивні методи.

# Другий етап

## Завдання психолога:

- сприяти зменшенню почуттів сорому, провини, безсилля;
- допомогти в зміцненні почуття власної значущості;
- сформувати нові поведінкові патерни;
- сприяти диференційованій взаємодії з оточуючими;
- сприяти розвитку самовизначення дитини, сприйняття власного Я.

# Третій етап. Завершення

- що відбувалося з дитиною в процесі консультування;
- яка мета була поставлена, чи досягнута вона;
- які зміни відчуває дитина, що реально змінилося (відношення до себе і відносини з оточуючими);
- як дитина буде вирішувати ситуацію в наступний раз, якщо вона виникне;
- які плани на найближче майбутнє, чим збирається займатися.