

Л. Г. Жедунова, Н. Н. Посысов

Психологическая помощь семье с ребенком, пережившим насилие

В статье обсуждается стратегия оказания психологической помощи семье с ребенком, пережившим насилие. Авторы рассматривают насилие (физическое, сексуальное или психологическое) как травматическое событие по характеру воздействия на психику ребенка, затрагивающее всех членов семьи. В связи с этим семья нуждается в восстановлении утраченного чувства безопасности, сплоченности, устойчивости, уверенности в собственных силах, успешности, справедливости и надежности мира. Выделяется несколько ориентиров, помогающих выстраивать стратегию работы психолога с семьей как системой, подвергшейся разрушительному воздействию.

Авторы предлагают четыре направления психологической работы: отреагирование членами семьи всего комплекса чувств, связанных с вторжением «внешнего зла» – тревоги, уязвимости, страха осуждения, злости, вины и др.; восстановление утраченной способности регулировать внешние границы (укреплять, сохраняя приемлемую для семьи меру открытости); восстановление позитивного отношения к себе, к семье в целом (восстановление самоуважения, самопринятия, связанного с осознанием того факта, что, несмотря ни на что, семья справляется с кризисом, объединяется, спланируется); восстановление внутрисемейной коммуникации (здесь важна фокусировка на поддержании желания семьи объединиться и дифференцироваться от негативных внешних воздействий). Подчеркиваются требования, предъявляемые к личности психолога, основной задачей которого является создание ситуации, когда все члены семьи будут чувствовать себя физически и психологически защищенными, устойчивыми, что предполагает установление с ними доверительных клиент-терапевтических отношений.

Ключевые слова: насилие, травма, психотравмирующее событие, восстановление внутрисемейной коммуникации, арт-терапия, психодрама, триггер, клиент-терапевтические отношения.

L. G. Zhedunova, N. N. Posysoev

Psychological Support for Families with a Child Subjected to Violence

The article discusses a strategy of providing psychological support to families with a child subjected to violence. The authors examine the violence (physical, sexual or psychological) as a traumatic event by the nature of the impact on the child's psyche, affecting everyone in the family. In this regard, the family needs to restore the lost sense of safety, cohesion, stability, self-confidence, success, justice and security in the world. It provides a few guidelines to help one to build a strategy for a psychologist working with the family as a system subjected to the devastating impact.

The authors suggest four areas of psychological work: members of the family acting out all the complex feelings associated with the invasion of the «external evil» – anxiety, vulnerability, fear of condemnation, anger, guilt, etc.; restoration of the lost ability to regulate the external borders (strengthen, maintaining an acceptable measure of openness for the family); restoration of a positive attitude towards themselves, towards the family as a whole (self-esteem recovery, self-acceptance, associated with the realization of the fact that in spite of everything, the family cope with the crisis, combined, rallying); recovery of intra-family communication (here is important the focus on maintaining the family's desire to unite and differentiate from negative external influences). It emphasizes the requirements for psychologist's personality, whose main task is to create a situation in which the whole family will feel physically and psychologically secure, stable, suggesting the establishment of confidential client-therapist relationships.

Keywords: violence, trauma, traumatic events, recovery of intra-family communication, art therapy, psychodrama, trigger, client-therapist relationships.

Тема влияния насилия и жестокого обращения на психику и личность ребенка принадлежит к числу наиболее разрабатываемых в психологии. Существует большое число исследований психологических последствий при различных видах насилия в отечественной (И. С. Алексеева, С. В. Ардашева, Ю. В. Бандурко, Е. Н. Волкова, Н. О. Зиновьева, С. В. Ильина, А. Д. Кошелева, Т. Я. Сафонова, Е. Т. Соколова, Н. В. Тарабрина) и зарубежной психологии (К. А. Kendall-Tackett, L. M. Williams, D. Finkelhor, A. H. Green,

V. Bonner, H. Henks, P. Stratton). Несмотря на то, что в большинстве работ подчеркивается роль семьи, близких людей в переживании ребенком травматического опыта, практически отсутствуют исследования переживания семьей насилия, совершенного над ребенком. Это осложняет организацию деятельности специалистов по оказанию психологической помощи.

Мы убеждены в том, что семья, оказавшаяся в сложной жизненной ситуации, связанной с психологическим или физическим насилием по отно-

шению к ребенку, нуждается в психологическом сопровождении для восстановления утраченного чувства безопасности, сплоченности, устойчивости, уверенности в собственных силах, успешности, справедливости и надежности мира. Психологическая помощь такой семье может разворачиваться в разных направлениях в зависимости от готовности членов семьи принять эту помощь и от выбранных психологом приоритетов, определяющих мишени воздействия.

Любое насилие – физическое, эмоциональное, сексуальное – является по характеру воздействия травматическим, оставляет глубокий след в психике ребенка. Мы разделяем точку зрения ведущих травмо-терапевтов, согласно которой травма является собой прорыв в барьере, защищающем человека от воздействий, сопровождающийся чрезвычайно сильным чувством беспомощности и испуга, переживаемым им при столкновении с внезапным, потенциально угрожающим его жизни событием, которое значительно превосходит его возможности и которое он не способен ни контролировать, ни сколько-нибудь эффективно отразить (Levine, 1997; Zettl&Josephs, 2001).

При травматизации ребенка, помимо того, что случившееся с ним насилие является событием его индивидуальной жизни, оно приводит также к травматизации семьи как системы, становясь и внутрисемейным событием, эмоционально затрагивающим всех членов семьи.

Мы предлагаем выделить ряд ориентиров, которые следует иметь в виду специалисту при оказании психологической помощи семье, переживающей травму насилия.

1. Семья с ребенком, ставшим жертвой насилия, может рассматриваться как семья, столкнувшаяся с утратой привычного чувства защищенности и возможности контролировать свои внешние границы. Переживание вторжения «внешнего зла» в собственное приватное пространство сопровождается целым комплексом негативных чувств: тревоги, уязвимости, страха осуждения, злости, вины и др. Такой прорыв в барьере, защищающем человека от внешних воздействий, выходящих за рамки привычного опыта жизни и наносящих вред психическому и физическому здоровью, является мощным психотравмирующим событием [4].

Психологическая помощь в данном случае может быть направлена на разворачивание и постепенное отреагирование всего комплекса чувств и переживаний всех членов семьи. Главным средством подобного разворачивания является диалог, предполагающий использование психологом двух видов терапевтической речи: проговоренной и во-

влеченной (термины предложены Морисом Мерло-Понти) [2]. Проговоренная речь предполагает рассказ о собственном опыте переживания похожих ситуаций, о своей системе представлений и интерпретаций полученного опыта. Например: «Возможно, я могу понять, что вы чувствовали, я хорошо помню, как мне было страшно и больно, когда я ... и мне казалось, что все теперь от меня отвернется и...». Предназначение данного вида речи состоит в психологической поддержке, обозначении возможности осознавать, обсуждать глубокие и сильные переживания с другим человеком. Такая демонстрация чувства солидарности, самораскрытие способствует формированию доверительных, психологически безопасных отношений.

Вовлеченная речь предполагает проговаривание психологом возникающего «здесь и теперь» переживания. Например, «когда я слушаю тебя, у меня возникает много тепла к тебе и сочувствия... Я вижу, как ты сжимаешься, мне хочется тебя защитить и сказать, что я сейчас рядом с тобой... Ты злишься, и я тоже начинаю чувствовать агрессию и ярость по отношению к твоему обидчику, и я знаю, как с этим справиться...». Предназначение этого вида речи – обозначение собственного присутствия в intersубъективном пространстве, удержание клиента в процессе актуального переживания, обозначение ценности и значимости актуальных переживаний.

2. Одним из возможных направлений психологической помощи семье в обозначенном контексте может быть восстановление утраченной способности регулировать внешние границы – укреплять, сохраняя приемлемую для семьи меру открытости. Внешние границы – это те правила, которые предписывают, кто именно, как именно, как часто и на каких условиях может взаимодействовать с семьей в целом и с отдельными ее членами. То есть внешние границы задают условия взаимодействия между семьей и окружающими людьми, не входящими в семью.

Следует отметить, что семья, пережившая насилие, склонна закрывать свои границы (инкапсулироваться), сокращая до минимума контакты с внешним миром, что затрудняет оказание ей психологической помощи. Психолог может восприниматься как «чужой», как часть опасного социума, от вторжения которого необходимо защититься. Это обстоятельство придает особую значимость установлению отношений доверия на первом этапе психологической поддержки семьи. Помощь не должна выглядеть как интервенция в приватное пространство семьи, как директивно навязанная обязательная социальная услуга.

Работа с внешними границами может осуществляться с использованием методов арт-терапии, психодрамы, гештальт-терапии. Так, членам семьи может быть предложено задание создать совместный продукт (рисунок, скульптуру, композицию на песке) на тему «Наша семья как государство» или «Наша семья как живой организм». Роль психолога состоит в том, чтобы в процессе выполнения задания инициировать и поддерживать с членами семьи диалог, акцентируя их внимание на следующих вопросах:

- Кто и на каких условиях будет допущен внутрь?
- Как устроена система защиты?
- Как распознается опасность?
- Какие и где оставлены «дороги» для друзей и желанных гостей?
- Как обходятся с нарушителями границ?
- Как и где создается безопасное место?

В процессе работы над созданием совместного «продукта» члены семьи переживают общие эмоциональные состояния, что способствует эмоциональному сплочению.

3. Основной, первичной задачей при оказании психологической помощи членам семьи, пережившей травму насилия, является работа по восстановлению позитивного отношения к себе, к своей семье в целом. Речь идет о восстановлении самоуважения, самопринятия, связанного с осознанием того факта, что, вопреки всему, семья справляется с кризисом, объединяется, сплочивается. Особенно важно это учитывать при работе с самим ребенком, ставшим жертвой насилия, у которого снижается самооценка и могут возникать чувства отвращения к себе, своему телу («я – грязный», «я – плохой», «я это заслужил»). И только после удачного завершения этого этапа можно приступать к работе по сопровождению процесса эмоционального отреагирования и проживания конкретного «травмирующего содержания».

По мнению одного из ведущих отечественных психотерапевтов Н. Б. Долгополова, главным травмирующим процессом является не само влияние насильственных событий на психику человека, а разрушительное отношение к себе со стороны собственного «Я». Развивая идею о тяжести вторичной травматизации от социума, он, в частности, подчеркивает: «Травмирующая внешняя ситуация является всего лишь триггером (“спусковым крючком”), запускающим внутренний процесс саморазрушения – например, у человека гипертрофированы внутренние структуры, которые можно условно назвать ролями “беспощадного критика” и “безжалостного прокурора”» [1, с. 3]. Таким образом, наиболее сильную психологиче-

скую травму, как правило, вызывает вторичная травматизация. Например, когда жертва обстоятельств подвергается обвинению, стыжению, игнорированию со стороны значимых близких, которые вместо необходимой поддержки организуют вольно или невольно «травлю», чем еще более «разжигают» внутренние разрушительные процессы травмированного.

4. Еще одной важной задачей является помощь членам семьи в восстановлении внутрисемейной коммуникации.

Столкновение семьи с травмирующей ситуацией, вызванной насилием над ребенком, может изменить сложившуюся структуру отношений, особенно если процесс восстановления эмоционального и соматического благополучия такого ребенка затягивается в связи с глубиной переживания, вызванного травмой. Нам представляется эвристичной идея, высказанная американскими исследователями семей, воспитывающих детей с соматической и психической патологией, согласно которой в условиях довлеющих обстоятельств семья как малая группа может разделиться на три слоя, окружающего самого ребенка [3].

Первый слой (внутренний). В него входит сам ребенок и один из членов семьи, берущий на себя заботу о его состоянии. Чаще всего таким человеком становится мать. Ее привычная жизнь может сильно измениться в связи с необходимостью постоянно включаться в психологическую реабилитацию и адаптацию ребенка, оказывать ему поддержку. Через материнскую фигуру ребенок начинает контактировать с другими членами семьи, с внешним миром. Эмоциональная нагрузка на мать в этой ситуации может быть очень велика. Образуя эмоциональный симбиоз с ребенком, мать может дистанцироваться от других членов семьи, что зачастую приводит к разрушению супружеских отношений и отдалению других детей. Вероятность такой изоляции повышается в тех случаях, когда речь идет о ребенке, нуждающемся в длительном лечении последствий травматического опыта.

Второй слой (внутрисемейный). Этот слой образуют другие члены семьи, в меньшей степени задействованные в процессе оказания постоянной помощи ребенку. У представителей второго слоя может появиться стремление найти более важные дела, чтобы отгородиться от контактов с травмированным ребенком, оставляя его на попечение матери (например, начать усиленно заниматься карьерой, находить занятия за пределами семьи, сокращать время контактов и т. п.). Между ними и матерью (главным опекуном) может нарастать

отчуждение, что приводит к разрушению семейной сплоченности.

Третий слой (наружный). К нему относятся близкие и дальние родственники этой семьи. Они могут интересоваться самочувствием и состоянием дел ребенка, не вступая с ним в постоянный контакт. Представители третьего слоя пытаются предлагать свои способы адаптации ребенка, порой наивные и неадекватные. Они часто начинают обвинять главного опекуна в неправильном поведении и методах воспитания, которые, по их мнению, и явились причиной травматического события. Обвиняя главного опекуна, других членов семьи, они тем самым маскируют свою беспомощность перед сложившейся ситуацией. Их действия могут разрушать внутрисемейные отношения за счет усиления чувства вины представителей первого и второго слоев.

Поскольку травма может «расколоть» семью, то одной из задач психологической работы должна быть помощь в осознании «раскола», а также работа по восстановлению утраченного единства. На наш взгляд, здесь могут быть уместны следующие методы: семейная скульптура, рисунок, психодрама. Примерные темы для драматизации: «Наша семья сейчас», «Наша семья до травматического события», «Желаемый образ своей семьи».

Метод «скульптура семьи» является техникой для скульптурного представления семейной структуры. Каждый член семьи расставляет своих родственников, создавая живую скульптуру, проецируя на нее свое видение семейной системы и свой опыт проживания в ней. Суть данной техники состоит в том, что расположение людей и объектов должно физически символизировать внутрисемейные отношения в настоящем времени, определяя то, как видится место каждого в семейной системе. К достоинствам этой техники относится то, что она способна преодолеть склонность клиентов «заговаривать» реальные проблемы, так как консультант не разрешает членам семьи во время создания «скульптуры» общаться привычными фразами. В ходе выполнения задания четко проявляется «каркас» семейной структуры: треугольники, альянсы, симбиозы, специфические взаимоотношения, а также осознаются такие темы, как близость, изоляция, блокирование информации, границы.

В процессе выполнения совместного задания члены семьи начинают лучше понимать чувства и потребности друг друга. Работа психолога в данном случае может быть сфокусирована на поддержании желания семьи объединиться и диффе-

ренцироваться от негативных внешних воздействий.

4. Психологическая помощь семье ребенка, пострадавшего от насилия, направлена на создание ситуации, в которой все члены семьи будут чувствовать себя физически и психологически защищенными, устойчивыми, что предполагает установление с ними доверительных клиент-терапевтических отношений. Речь идет о том, что, в первую очередь, психолог, оказывающий помощь членам семьи, столкнувшейся с насилием по отношению к собственному ребенку, должен предъявлять в контакте уважительность, отзывчивость, правдивость, доверие, ясность, устойчивость, отсутствие насильственного давления на клиента, диалогичность, доброжелательность, безоценочность, готовность принять любые переживания, связанные как с травмирующей ситуацией, так и с ситуацией консультирования по поводу травмы, готовность к сопереживающему присутствию.

Библиографический список

1. Долгополов, Н. Б. Гештальт-мифы про травму [Электронный ресурс] / Н. Б. Долгополов. – Режим доступа: <http://mariadolgoplova.ru/stati/psikhicheskaya-travma-predubezhdeniya-psikhologov.html> (дата обращения: 15.05.2016).
2. Жедунова, Л. Г., Посысов, Н. Н. Психология и психотерапия личностного кризиса [Текст]: учебное пособие / Л. Г. Жедунова, Н. Н. Посысов. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, 2013.
3. Крейн, Уильям. Теории развития. Секреты формирования личности [Текст] / Уильям Крейн; пятое международное издание. – СПб.: Прайм Еврознак, 2002.
4. Левин, П., Фредерик, Э. Пробуждение тигра – исцеление травмы [Текст] / П. Левин, Э. Фредерик. – М.: АСТ, 2007.

Bibliograficheskij spisok

1. Dolgopolov, N. B. Geshtal't-mify pro travmu [Elektronnyj resurs] / N. B. Dolgopolov. – Rezhim dostupa: <http://mariadolgoplova.ru/stati/psikhicheskaya-travma-predubezhdeniya-psikhologov.html> (data obrashhenija: 15.05.2016).
2. Zhedunova, L. G., Posysoev, N. N. Psihologija i psihoterapija lichnostnogo krizisa [Tekst]: uchebnoe posobie / L. G. Zhedunova, N. N. Posysoev. – Jaroslavl': Izd-vo JaGPU im. K. D. Ushinskogo, 2013.
3. Krejn, Uil'jam. Teorii razvitija. Sekrety formirovanija lichnosti [Tekst] / Uil'jam Krejn; pjatoe mezhdunarodnoe izdanie. – SPb.: Prajm Evroznak, 2002.
4. Levin, P., Frederik, Je. Probuzhdenie tigra – iscelelenie travmy [Tekst] / P. Levin, Je. Frederik. – M.: AST, 2007.