

7. МакКлеланд Д. Мотивация человека: учебное пособие. / Д. МакКлеланд. – СПб.: Питер, 2007. – 672 с.
8. Микляева А.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. / А.В. Микляева, П.В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2007. – 248 с.
9. Практическая психология образования: Учебное пособие, 4-е издание./ Под редакцией И.В.Дубровиной. – СПб.: Питер, 2004. – 592с.
10. Савчин М.В. Психологія відповідальної поведінки: Монографія. /М.В.Савчин. – Івано-Франківськ: Місто НВ, 2008. – 280 с.
11. Сидоров К. Р. “Триада риска” и ее связь с состоянием психосоматического здоровья в юности /К.Р. Сидоров.// Психологический журнал, 2006. – т. 27. – № 6. – с. 81 – 89.
12. Ясточкіна І.А. Психологічні чинники виникнення та корекція тривожності в ранньому юнацькому віці: дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07./І.А.Ясточкіна. – НПУ імені М.П.Драгоманова. – К., 2011. – 320 с.

В статье рассматривается вопрос особенностей проявления и факторов возникновения тревожности у старшеклассников общеобразовательных учебных заведений нового типа, в частности, гимназий и лицеев разного профиля. Представлены результаты экспериментального исследования факторов возникновения тревожности у старшеклассников, теоретическую основу которого составляет модель факторов тревожности в раннем юношеском возрасте. Результаты исследования свидетельствуют о наличии значимых взаимосвязей между уровнем личностной тревожности и рядом личностных, адаптационных, мотивационных факторов.

The article is devoted to a problem of peculiarities and factors of the high level of anxiety high school pupils from the new type school, for example, gymnasiums and lyceums of different types. Results of experimental research of high level anxiety factors of high school pupils have been described. Theoretical basis of research formed from the model of anxiety factors in adolescence. Research results affirmed, that there are significant causalities between the level of anxiety and personal, adaptation, motivational factors.

Статтю подано до друку 10.06.2014.

©2014 р.

М. И. Тихонова (г. Луганск)

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПОДРОСТКАМ, ПЕРЕЖИВШИХ НАСИЛИЕ В СЕМЬЕ

Постановка проблемы. В настоящее время среди множества проблем, находящихся на стыке медицинских, психологических, педагогических дисциплин, проблема насилия является одной из наиболее актуальных.

С одной стороны, это связано с политическими, социальными, экономическими изменениями и кризисами, происходящими в обществе, а также с возрастающим уровнем агрессии в мире, нагнетаемой реалиями современной жизни, средствами массовой информации, снижением духовной культуры населения и уязвимостью ребенка в связи с несовершенством медицинской, психолого-педагогической помощи в кризисных ситуациях. А с другой стороны, это объясняется неоднозначностью трактовки сущности феномена насилия, с трудностями выявления причин, признаков и последствий влияния насилия на развитие личности.

В традиционном понимании насилие представляет собой физическое, сексуальное злоупотребление, а также психологическое давление на личность, ущемление ее прав и интересов, ограничение потребностей и возможностей также рассматриваются как акты насилия [2, с. 38].

Большинство психологов Василюк Ф.Е. [3, с. 123], Вострокнутов Н. В. [4, с. 8], Захаров А.И. [6, с. 144], Кон И.С. [9, с. 60], Лэнг Р.Д. [11, с. 250], Малкина-Пых И. Г. [12, с.123] едины во мнении, что наиболее тяжелыми являются последствия насилия, перенесенного в детском возрасте. Травматический опыт приводит к негативным психологическим последствиям, которые препятствуют способности ребенка реализовать себя социально, профессионально и лично.

Особенно критическим является подростковый возрастной период, который исследователи Ананова Н.И. [1, с. 70], Антонян Ю.М. [2, с. 213], рассматривают "возрастом риска" в отношении насилия. Насилие в этот период, по мнению Антонян Ю.М. оказывает более разрушительное воздействие, чем его воздействие в период относительной эмоционально-личностной стабильности.

Психологи Ананова Н.И. [1, с. 59], Черепанова Е.М. [17, с. 5], Ильина С.В. [7, с. 65] выделяют физическое, сексуальное насилие и психологическое жестокое обращение с детьми.

Имеются попытки трактовки определений и классификации видов насилия, так Е.Н. Волкова дает следующие определения: «Насилие над ребенком - это физическое, психологическое, социальное воздействие на человека (ребенка) со стороны другого человека (ребенка или взрослого), семьи, группы или государства, вынуждающее его прерывать значимую деятельность и исполнять другую, противоречащую ей, либо угрожающее его физическому или психологическому здоровью и целостности» [15, с. 12].

Теоретический анализ исследования позволил нам ввести следующее определение. Насилие - это психологическое, физическое, социальное воздействие на ребенка, включающее жестокое обращение, угрожающее его физическому или психологическому здоровью.

Система оказания помощи детям, пострадавшим от насилия, в нашей стране переживает начальный период своего становления. Возникает необходимость широкой и разносторонней подготовки психологов по работе с детьми, пережившими насилие. В стране недостаточное количество учреждений, работающих с данной категорией детей, недостаточно методической литературы и образовательных программ, что затрудняет оказание психологической помощи детям, пережившим насилие.

Целью статьи является раскрытие теоретических и практических аспектов психологической помощи детям, пострадавшим от насилия в семье.

Психологическую помощь мы рассматриваем как деятельность психолога, направленную на снижение последствий перенесенного насилия. Эта работа включает меры психопрофилактического, психодиагностического и психокоррекционного характера.

Малкина-Пых И. Г. выделяет ряд особенностей оказания помощи детям и подросткам, пострадавшим от насилия, прежде всего это полное признание основных прав детей и подростков: право на жизнь, личную неприкосновенность, защиту, достойное существование, анонимность и конфиденциальность, что в свою очередь повышает вероятность обращения жертв насилия за помощью [12].

Приоритетной целью психологической помощи жертвам насилия является уменьшение отрицательного влияния пережитой подростком травмы на его развитие, предотвращение отклонений в поведении, облегчение адаптации в обществе. Исходя из этих целей, вытекают практические задачи: формирование чувства безопасности; изучение индивидуально-психологических особенностей и оценивание уровня психического здоровья; мобилизация

скрытых психологических ресурсов; привлечение других членов семьи, родственников, друзей к оказанию психологической поддержки пострадавшего подростка.

Первым этапом работы психолога с подростками, является психодиагностика. С целью выявления контингента подростков "группы риска" мы использовали следующий диагностический инструментарий: Тест рисуночной фрустрации С. Розенцвейг; методику определения склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел; адаптированный Опросник на выявление посттравматического стрессового состояния (ПТСС) В.Р. Хусейн, С.А. Холкомб; Опросник, определяющий депрессивные переживания в связи с психической (эмоциональной) травмой В.Р. Хусейн, С.А. Холкомб.

С целью выявления наличия психопатических проявлений применялись: Патохарактерологический Диагностический Опросник (ПДО) А.Е. Личко; для определения психоэмоционального состояния, потребностей и индивидуальных характеристик - цветовой тест М. Люшера; для исследования типа поведения и характера локализации ответственности - шкала уровня субъективного контроля Д. Роттера; для выделения зон психологического конфликта, сфер наибольшей тревоги, враждебности - рисуночные тесты "Неоконченные предложения" Сакса-Сиднея, "Дом-дерево-человек", "Кинетический рисунок семьи".

Для оказания эффективной помощи необходима полная и всеобъемлющая информация о самой жертве, родителях и близких родственниках, о семейной ситуации (состав, статус, внутрисемейные отношения, внешние связи семьи, микроклимат), о доверенных лицах.

Результаты диагностики показали, что при насилии в семье у подростков самой уязвимой являлась эмоциональная сфера. Девочки эмоционально острее реагируют на насилие (90%), чем мальчики (72%).

Функциональные и соматические жалобы на здоровье у девочек проявлялись чаще (80%), чем у мальчиков (60%). Нарушения в поведении больше обнаруживались у мальчиков (81%), чем у девочек (72%).

Выявлены нарушения в личностной сфере подростков, которые связаны с их отношением к себе как плохому, испорченному. У девочек это проявлялось чаще (56%), чем у мальчиков (44%).

Данные обследования обнаружили, что подростки пережили в семье эмоциональное (психологическое) и физическое насилие. Мальчики подвергались эмоциональному насилию почти в два раза чаще, чем девочки (60%, 34%).

Следующим этапом психологической помощи является психокоррекционная работа, направленная на преодоление отчужденности, нейтрализацию аффективного состояния через создание атмосферы принятия, доверия, безопасности, формирование чувства безопасности и привлечение ресурсных состояний подростка.

Это ответственная часть психокоррекционной работы, так как повторное психологическое переживание ситуации насилия усиливает психотравму. Подростки, имеющие достаточный личностный ресурс, способны вывести проблему на уровень осознания и с помощью психолога произвести переориентирование с переживания на позитивные направления. Отреагирование травматического опыта позитивно воздействует на самооценку подростка, на формирование у него доверия к себе, уверенности в своих силах и конструктивно сказывается способах поведения и решения конфликтов, на выработку активности в борьбе со злом.

Применялись в коррекционной работе методы психодраматического отреагирования травматических ситуаций через арттерапию (творческое самовыражение через рисунок, лепку, танец); телесно-ориентированные техники (цель которых - снятие телесных зажимов и отреагирование травматического опыта через тело) и игровую терапию.

Интегрировав накопленные в психологии данные [3; 5; 11; 12; 13; 15; 16] с собственным опытом работы школьным психологом и консультантом телефонной службы доверия можем отметить, что прохождение подростка через чрезвычайные ситуации, где он пребывает в роли жертвы, чревато нарушением в содержании структурных компонентов образа мира. Мы рассматриваем особенности самосознания подростков, пострадавших от насилия, и разрабатываем стратегию психологической помощи им, исходя из представления о субъективном образе мира человека, который Леонтьев А.Н. определил «ядерным образованием самосознания» [10, с. 252].

Разрушения структурных компонентов образа мира касаются действия двуединого базового механизма бытия и развития личности «идентификация-обособление»: у пережившего насилие ребенка «включается» крайняя негативная форма обособления – отчуждение (от себя, других, мира), и вся активность направляется на защиту себя. Типы отчуждения могут быть различны: а) отчуждение от людей и агрессивная активность, направленная на преодоление препятствия любой ценой; б) отчуждение от себя и своих ресурсов, поиск того, кто разрешит ситуацию; в) пассивное, обороняющееся поведение (уход). У всех типов непременно обнаруживаются деформации основных компонентов субъективного образа мира [10, с. 90].

Леонтьев А.Н. охарактеризовал особенности образа мира подростка – жертвы.

Образ мира. Пережитое насилие разрушает представление подростка о жизни и ее ценностях, о своей желанности и жизнеспособности в мире. У такого подростка отсутствует уверенность в том, что он является ценной и жизнеспособной частью бытия.

Образ Я. Подросток ощущает себя «не таким, как другие», плохим, «грязным», бесполезным, недостойным любви; испытывает трудности с самоуважением, самопринятием и доверием к себе.

Образ другого. Другие люди представляются опасными, враждебными. Возникают трудности с доверием: подростки никому не доверяют и отрицают саму возможность обратиться к кому-либо за помощью [10].

Отмеченные особенности образа мира подростков, пострадавших от насилия, определили задачи и содержание психологической помощи.

Технология оказания психологической помощи подросткам.

Психологическую помощь подросткам, пережившим насилие мы рассматриваем через поэтапное решение психологических задач.

Этап 1. Установление первичного контакта с подростком.

Ведущей целью данного этапа работы является обеспечение психологической безопасности подростку на уровне самоощущений.

На начальном этапе психологической работы, все усилия направляются на решение основных задач: создание безопасной среды и конструирование доверительных, «помогающих отношений» [17, с. 66].

Поскольку в ходе соприкосновения с воспоминаниями о насилии неизбежны интенсивные переживания, поэтому чрезвычайно важно организовать специальное пространство. Только в пространстве «внешней рамки», которую подросток ощущает как безопасную, может развернуться «драматизация внутреннего мира личности» [17, с. 21].

Важно, чтобы подросток ощутил пространство комнаты, где он встречается с психологом, как безопасное, прикрывающее и защищающее от опасностей внешнего мира; отыграть темы личного пространства, эго-границ, автономии, а значит – восстановить и реконструировать разрушенный внутренний мир.

На этом этапе осуществление первичной диагностики, включает следующие вопросы: Какие отрицательные психологические симптомы присущи поведению подростка и насколько они опасны? На каком уровне развития находится подросток? Какие психотравмирующие события пережил подросток? Какие ресурсы жизнестойкости у него имеются? Какие существуют предпосылки для получения эффективных результатов психокоррекции? Есть ли у членов семьи мотивация и ресурсы к участию в процессе реабилитации? Как подключить школу, родственников для участия в реабилитационной работе?

Этап 2. Установление психологического единства.

Установление психологического единства с подростком является достаточно трудной задачей. Поскольку чувства стыда и склонность к самокритике, характерные для подростков, приводят к увеличению продолжительности периода установления контакта с психологом.

В практике мы применяли упражнения для установления контакта: совместный рисунок, «Так же, как и ты, я...», «В отличие от тебя я...», «Я один из...» (что я делаю, как брат, как член семьи, как ученик класса).

Этап 3. Развитие способности проявлять доверие.

На этом этапе исследуются базовые потребности в психологической безопасности, любви, принадлежности к группе, выясняются особенности мыслей и чувств, которые возникли у подростка, когда он утратил доверие к взрослым.

Проводиться коррекция умений и навыков с целью формирования доверительных отношений с взрослыми и сверстниками.

Этап 4. Смягчение чувства утраты и вины.

Чувство вины, по мнению ученых психологов [11; 12; 14; 15], предполагает когнитивное осознание того, что правильно, а что неправильно в окружающем мире, с точки зрения подростка.

С помощью последовательного и бережного восстановления доверия в отношениях со взрослым подросток расстаётся с чувством вины и стыда.

Признание стыда является первым шагом самопомощи, так как возможность разрушения чувства вины и стыда возникает при вербализации ситуации насилия.

Работа по восстановлению чувств и отреагированию травматического опыта, пробуждает у подростков веру в возможность позитивного будущего.

Цель занятий данного этапа – осмысление себя в контексте собственной жизни; в контексте психологического времени личности, включающем психологическое прошлое, настоящее и будущее.

Депривация потребности в положительных эмоциях создает у подростка психологическое напряжение, которое способствует актуальному переживанию и переосмыслению негативных отношений к себе и окружающему миру в ситуации взаимодействия с психологом.

В работе с негативными переживаниями использовалась техника идентификации - отчуждения, которая заключается обесценивании негативных отношений. Результатом коррекции негативных переживаний подростка становится освобождение его внутреннего пространства.

Этап 5. Обучение вербальному и невербальному выражению чувств.

Целью данного этапа работы является представление подростку, способов отреагирования амбивалентных чувств через изобразительную деятельность, то есть применение методов арт-терапии.

Рисование позволяет подростку избавиться от психологических травм с помощью экстернизации внутренних переживаний. В процессе арт-терапии применяется

интерпретация, вследствие того что психологические проблемы разрешаются на бессознательном — символическом уровне.

Этап 6. Обучение умению видеть различия между «хорошим» и «плохим».

Цель данного этапа помощи – научить подростка дифференцировать информацию и уметь рассказать о ней близким людям.

Этап 7. Формирование уверенности в себе, чувства независимости и чувства собственного достоинства.

Ведущей целью является формирование принятия своего «Я»: принятие ценности себя и своей жизни (позиция «Я – ценность, доверенная самому себе»); осознание себя как необходимой частью жизни.

В процессе этапа осуществляется коррекция Я-концепции, которая часто формулируется как «Я плохой». Мы применили тренинг «самоуверенности». Этот этап психологической помощи назвали «опека о себе». Он позволяет достичь самостоятельности, повышение уверенности в себе и приобретение подростком чувства собственного достоинства.

Этап 8. Расширение внешнего пространства.

Главной целью этапа является работа по изменению отношений подростка к окружающим людям (позиция «Я – один из людей») и способов взаимодействия с ними.

Коррекционные занятия направлены на рефлекссию индивидуальных потребностей и отношений с другими людьми, а также на развитие умений отреагирования эмоций, связанных с отношением к себе.

Обязательным аспектом помощи подросткам является психологическое консультирование по разъяснению их основных прав: права на неприкосновенность; права на защиту своей чести; права доверять своим чувствам; права говорить "нет" взрослым; права на получение помощи.

Выводы. Технология оказания психологической помощи подросткам, пережившим насилие, включает диагностическую, коррекционную работу и консультирование.

Данная технология имеет свои особенности применительно к подростковому возрасту: для подростков — работа ведется с опорой на их личностные особенности, связанные с умением управлять собой, своими чувствами, сексуализированным поведением.

Перспективы дальнейших разработок данной проблемы. Изучение психологических особенностей подростков, переживших насилие, разработка программ психологической поддержки и помощи являются востребованными в практике в настоящее время.

Мы понимаем, что представленная модель психологической помощи подростка - жертвы, не исчерпывает всех проблем связанных с насилием и нуждается в дальнейшей теоретической и эмпирической проработке.

Полученные результаты диагностики позволяют наметить направление дальнейших поисков решения таких вопросов, как особенности проявления психологических последствий насилия у детей разных возрастов и пола, специфику оказания психологической помощи детям, пережившим различные виды насилия в семье.

Литература

1. *Ананова Н. И.* Жертвы сексуального злоупотребления // Прикладная психология и психоанализ.- 1997. – № 3. – С. 59–71.
2. *Антонян Ю.М., Горшков И.В., Зулкарнеев З.М., Сапрунов А.Г.* Насилие в семье. - М., 2000. – 175 с.
3. *Василук Ф.Е.* Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. — 200 с.

4. *Вострокнутов Н. В.* Типология делинквентного поведения детей и подростков социально-средовые, эмоционально-личностные и психопатологические факторы риска // Социальная дезадаптация нарушения поведения у детей и подростков - М., Грааль, 1996. – С. 21 – 29.
5. *Дети социального риска и их воспитание.* Учебно-методическое пособие / Под науч. ред. Л. М. Шипицыной. - СПб.: Издательство "Речь", 2003. – 144с.
6. *Захаров А.И.* Предупреждение отклонений в поведении ребенка. – СПб.: СОЮЗ , 2000. – 224 с.
7. *Ильина С.В.* Влияние пережитого в детстве насилия на возникновение личностных расстройств // Вопросы психологии.– 1998. –№ 6. - С. 65–74.
8. *Каллиас М.* Оценка эффективности вмешательств при работе с детьми и подростками // Детская и подростковая психотерапия / Под ред. Д. Лэйна, Э. Миллера. - СПб.: Питер, 2001. – С.74 –120.
9. *Кон И.С.* Сокращение детей и сексуальное насилие // Педагогика.- 1998. – № 5. – С. 58–66.
10. *Леонтьев А.Н.* Образ мира // Избранные психологические произведения. - М., 1983. – С. 251–261.
11. *Лэнг Р.Д.* Расколотое "Я". – СПб., 1995. – 352 с.
12. *Малкина-Пых И. Г.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.
13. *Мэнделл Дж. Г., Дамон Л.* Групповая психотерапевтическая работа с детьми, пережившими сексуальное насилие. - М.: Генезис, 2001. – 160 с.
14. *Осухова Н.Г.* Между поддержкой и дорастиванием: психологическое сопровождение подростков, переживших насилие. // Развитие личности. - № 4,-2003. – С.153-166.
15. *Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления /* Под ред. Е. Н. Волковой. — СПб.: Питер, 2008. — 240 с.
16. *Руководство практического психолога: психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы /* Под ред. И.В. Дубровиной. – 4-е изд. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 176 с.
17. *Черепанова Е.М.* Саморегуляция и самопомощь при работе в экстремальных условиях. – М., 1995. – С.5–55.

Заявлено, що підлітковий вік є "віком ризику" по відношенню до насильства; показано необхідність психологічної допомоги підлітків, які мають травматичний досвід; психологічна допомога покликана зменшити негативні наслідки насилля на розвиток підлітка, попередити відхилення в поведінці, полегшити адаптацію в суспільстві; сформульовані практичні завдання допомоги: створення відчуття безпеки; дослідження індивідуальних психологічних особливостей і оцінювання психічного здоров'я; мобілізація прихованих психологічних ресурсів; залучення інших членів сім'ї, родичів та друзів, щодо надання психологічної підтримки підлітку; представлено комплекс діагностичного інструментарію щодо виявлення підлітків, які зазнали насилля та психологічні методи дослідження особистості; розглянуто методи психологічної допомоги та її етапи роботи з підлітками.

It was declared that exactly the teenager period was the "age of risks" in attitude to violence; it was spoken out about the necessity of psychology rendering teenagers with trauma experience; it was presented the complex of diagnostic instruments for revelation the teenagers having experience of violence and psychological methods of research the peculiarity of personality; it was lighted the methods of rendering the psychological support and stages of work with teenagers are detailed.

Статтю подано до друку 12.06.2014.