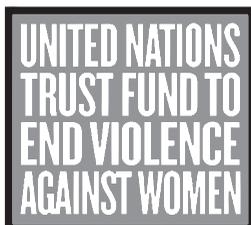


**პრაქტიკული სასემინარო
ოჯახური კალაღობის საკითხებზე
მომუშავე სოციალური მუშაკებისათვის**

თბილისი
2009



წიგნი მომზადებულია ქალთა მიმართ ძალადობის დასაძლევად გაეროს სატრასტო ფონდის პროექტის – „საუწყებათაშორისო და საზოგადოებრივი ზომები ოჯახში ძალადობის აღმოსაფხვრელად საქართველოში: გაერთიანებული ძალები ოჯახში ძალადობის წინააღმდეგ ბრძოლის კანონმდებლობის შესასრულებლად“ – ფარგლებში.

პროექტს ასორციელებენ ორგანიზაციები:



ქალთა განათლებისა და ინფორმაციის საერთაშორისო ცენტრი

ქალთა საინფორმაციო ცენტრი



დინამიკური ფსიქოლოგია განვითარებისა და დემოკრატიისათვის



სამცხე-ჯავახეთის დემოკრატ ქალთა საზოგადოება

ქალთა იმედი



პროექტის ფარგლებში ფუნქციონირებს საიტი www.nasilie.net

წიგნის ელექტრონული ვერსია და ოჯახში ძალადობის სფეროში მომუშავე ორგანიზაციების შესახებ საკონტაქტო ინფორმაცია შეგიძლიათ იხილოთ პორტალზე: www.ginsc.net

სატრენინგო მოდული მომზადდა უკრაინულ გამოცდილებაზე დაყრდნობით და საბოლოო ქართული ვერსია შემუშავდა საქართველოს სოციალურ მუშაკთა ასოციაციისა და საზოგადოებრივი ჯანდაცვისა და მედიცინის განვითარების ფონდთან თანამშრომლობით.

ტრენინგმა პილოტირება გაიარა 2009 წლის 23-24 იანვარს, გორში, სახელმწიფო სტრუქტურებისა და არასამთავრობო ორგანიზაციების წარმომადგენელი სოციალური მუშაკების მონაწილეობით.

წიგნზე მუშაობდნენ:

ოლენა ბანასი

ქიმიურ ნივთიერებებზე დამოკიდებულებისა და აივ/შიდსის
პრევენციის ფონდის დირექტორის მოადგილე

ელენე რუსეცკი

პროექტის დირექტორი

რედაქტორი:

თამარ გოგოლაძე

ყდის დიზაინი:

ელენე ნავერიანი

დაკაბადონება:

პაატა მამფორია



დაიბეჭდა „ქალთა პოლიგრაფიულ სერვისში“

ტელ.: (995 32) 942 699.

ელ-ფოსტა: wps@ginsc.net

შინაარსი

წინასიტყვაობა	6
სამოქმედო გეგმა სოციალური სამსახურის სპეციალისტებისათვის	7
გადაწვის სინდრომის პროფილაქტიკა	9
მხარდაჭერა კრიზისულ სიტუაციებში	17
კონსულტირების უნარ-ჩვევები	20
დახმარების სამსახური.	24
ფსიქოლოგებისა და სოცმუშაკების მომზადება	26
ინტერვენცია (ჩარევა/რეაგირება).	34
დასარიგებელი მასალა	41

წინასიტყვაობა

დ ვირფასო მეითხველო!
თქვენს ხელთაა პუბლიკაცია, რომელიც შედგება სატრენინგო მოდულის აღწერით და განკუთვნილია სოციალური მუშაკებისათვის. წიგნი მომზადებულია პროექტის ფარგლებში „საუწყებო-საშინაო და საზოგადოებრივი ზომები ოჯახში ძალადობის აღმოსაფხვრელად საქართველოში: გაერთიანებული ძალები ოჯახში ძალადობის წინააღმდეგ ბრძოლის კანონმდებლობის შესასრულებლად“, რომელსაც ანორციელებს ხუთი არასამთავრობო ორგანიზაცია ქალთა მიმართ ძალადობის დასაძლევად გაეროს სატრასტო ფონდის მხარდაჭერით.

თქვენს წინაშე წარმოდგენილია მოდულმა ტრენინგის ორ ციკლად გაიარა აპრობაცია სახელმწიფო სტრუქტურებისა და არასამთავრობო ორგანიზაციების წარმომადგენელი სოციალური მუშაკების მონაწილეობით. ჩვენი მიზანი იყო პრაქტიკოსი სოცმუშაკებისათვის მიგვეწოდებინა ინფორმაცია

ოჯახში ძალადობის ფენომენსა და მსხვერპლთან მუშაობის სპეციფიკაზე. საქართველოში სოციალური მუშაკების სპეციალური მომზადება არც ისე დიდი ხნის წინ დაიწყო, ამიტომ განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ფორმალური და არაფორმალური განათლების ძალისხმევის გაერთიანება კვალიფიკაციის ამაღლების უზრუნველსაყოფად მათთვის, ვისაც სწორად პირველი უწევს მსხვერპლთან ან მოძალადესთან კონტაქტში შესვლა. გამოცემა შეიცავს სატრენინგო მოდულის მოკლე და დეტალურ აღწერას და სასწავლო მასალებს. იმედი გვაქვს თქვენ შეძლებთ წარმატებით გამოიყენოთ სატრენინგო მოდული თქვენს საქმიანობაში, გაამდიდრებთ მას თქვენი შენიშვნებითა და რეკომენდაციებით. ასევე ვიმედოვნებთ, რომ ოჯახში ძალადობის პრობლემატიკა იპოვის თავის ასახვას სახელმწიფო საგანმანათლებლო პროგრამებში სოციალური მუშაკებისათვის, ხოლო სამოქალაქო საზოგადოება იქნება რესურსი მსგავსი პროგრამების მოსამზადებლად. დღეს ჩვენ ვდგამთ პირველ ნაბიჯს.

✍ პროექტის გუნდი

არ შეუძლია გადაწყვეტილებების მიღება. მის ცნობრებაში უკვე არის ადამიანი (მოძალადე), რომელიც ერთპიროვნულად განკარგავს მის ცნობრებას, რომელიც უთითებს თუ რა და როგორ უნდა გააკეთოს;

- მიაწოდეთ დაზარალებულს ინფორმაცია მისი უფლებების შესახებ და მასთან ერთად განიხილეთ სამართალდამცავ ორგანოებისათვის მიმართვის შესაძლებლობა. ნუ იქონიებთ მასზე ზეგავლენას. ყველა ქალი არ არის მზად რადიკალური ცვლილებებისათვის. მიეცით შესაძლებლობა თვითონ აირჩიოს რა გააკეთოს. დაეხმარეთ უსაფრთხოების გაგმის შემუშავებაში თუკი ის გადაწყვეტს დაბრუნებას მოძალადესთან;
- მიაწოდეთ ინფორმაცია ყველა შესაძლო სამსახურის შესახებ, რომელსაც შეიძლება მიმართოს დახმარებისთვის.

თუ დასახმარებლად მოგმართავენ დაზარალებულის ნათესავი ან ნაცნობი:

- ნათესავები ან მეგობრები შეიძლება იყვნენ ძალადობის მოწმეები ან ჰქონდეთ არაპირდაპირი ცნობები მის შესახებ. ნებისმიერ შემთხვევაში უნდა დაარწმუნოთ ისინი, რომ აუცილებელია დაზარალებულთან პირადი შეხვედრა;
- ის ადამიანები, რომლებმაც მოგმართეს და რომლებიც ოჯახში ძალადობის მოწმენი არიან, ასევე განიცდიან ფსიქოლოგიურ ტრამვას და თვითონაც საჭიროებენ დახმარებას. გაარკვიეთ რითია ასე ძლიერ შემაშფოთებელი

მათთვის შექმნილი მდგომარეობა. განიხილეთ შესაძლო ქმედებები.

თუ სოცმუშაკი ხედავს ოჯახში ძალადობის შესაძლო ნიშნებს ან აშკარა შედეგს:

- აუცილებელია დაზარალებულის ინფორმირება მისი უფლებების, სამართალდამცავ ორგანოებისათვის მიმართვისა და დახმარების სხვა შესაძლებლობების შესახებ;
- აქტუალური ძალადობის შემთხვევაში აუცილებელია იმის გარკვევა, რამდენად უსაფრთხოაა ამჟამად კლიენტი, და თუ სიტუაცია საშიშია, სასწრაფოდ დაეხმარეთ რათა გახადოთ ის შეძლებისდაგვარად უსაფრთხო ცნობრებისა და ჯანმრთელობისთვის. თუკი არის სერიოზული დაზიანებები (ზოგჯერ, როდესაც კლიენტი შოკშია, არასწორად აფასებს თავისი ჯანმრთელობის მდგომარეობას), მიეცით რჩევა გამოიძახოს სასწრაფო დახმარება და პოლიცია;
- თუ დაზარალებული ბავშვია, მაშინ სოცმუშაკი ვალდებულია მისი უფლებების დარღვევისა და კანონიერი ინტერესების დასაცავად ინფორმაცია მიაწოდოს სამართალდამცავ ორგანოებს.

გადაწვის სინდრომის პროფილაქტიკა

გადაწვის სინდრომი

გადაწვის სინდრომის ფუძემდებელი ს. მას-ლაკი ამ ცნებას განსაზღვრავს როგორც ფიზიკურ და ემოციონალური გამოფიტვის სინდრომი, მათ შორის უარყოფითი თვით-შეფასების განვითარების, სამსახურისადმი უარყოფითი დამოკიდებულებისა და კლიენტის მიმართ გაგებისა და თანაგრძნობის დაკარგვის ჩათვლით. გადაწვა არის არა შემოქმედებითი პოტენციალის დაკარგვა, არა რეაქცია მოწყენილობაზე, არამედ უფრო „პიროვნებათაშორის ურთიერთობის შედეგად წარმოშობილი სტრესის ფონზე ემოციონალური გამოფიტვა“.

გადაწვა შეიძლება გაუთანაბროთ დისტრესის უკიდურეს გამოვლენას და ადაპტაციის ზოგადი სინდრომის შესაბამე სტადიას, - გამოფიტვის სტადიას. გამოფიტვის სტადიაში ინდივიდი უუნაროა რაიმე წინააღმდეგობის ან შეგუებისათვის. თუმცა სტრესი ერთ-ერთი აუცილებელი კომპონენტია ჩვენს ყოველდღიურ ცხოვრებაში, რომლის გარეშეც მოვკვდებოდით, ცოტა ძლიერი სტრესი ტოქსიკურია. დაძაბულობის ოპტიმალური რაოდენობა თითოეული ჩვენგანისათვის ძალზე ინდივიდუალურია, თუმცა ყოველ ჩვენგანს მოეთხოვება დაადგინოს დაძაბულობის ის ზღვარი, რომელიც

აუცილებელია ნორმალური არსებობისათვის.

გამოვლენილი გადაწვა ადასტურებს პროფესიონალთა პოზიტიური გრძნობების, თანაგრძნობისა და პატივისცემის დაკარგვას კლიენტებისა და პაციენტების მიმართ. სინდრომის მომავალი განვითარება კრისტალდება კლიენტთა ცინიკურ და ანტიჰუმანურ აღქმაში, რომელიც მათ ნეგატიური კუთხით ახასიათებთ. „მსხვერპლი-მდევენელის“ თეორია ამტკიცებს, რომ ბევრ შემთხვევაში ეს მიდის კლიენტის მომსახურების სარისხის გაუარესებასთან.

ემოციურად გადაძვარ პროფესიონალებს სწორად არ შესწევთ უნარი გადალახონ სამსახურთან დაკავშირებული ემოციური სტრესი და როდესაც სინდრომი საკმაოდ დონით ვითარდება, ვლინდება სხვა ნეგატიური მოვლენებიც, მაგალითად, სწორი გაცდენა და კადრების სწორი გადინება. არც თუ იშვიათად გადაწვაზე რეაქცია არის სამსახურიდან წასვლა. სამსახურის შეცვლა, ადმინისტრაციულ საქმიანობაზე გადასვლა ან პროფესიის საბოლოოდ შეცვლა. გარდა ამისა, ადამიანებს, რომლებიც იწვეებიან, დეპრესიისა და მტრული განწყობილებისგან დაძაბულობის მოსახსნელად სწორად უძლიერდებათ ალკოჰოლისა და ნარკოტიკებისადმი მიდრეკილება. ისინი

იტყობინებიან სულიერ პრობლემათა მომატების შესახებ: ამბობენ, რომ გახდნენ ცივი და უგულო ადამიანები და ეს არ მოსწონთ, სწირად, ცდილობენ, რათა მიიღონ კონსულტაცია ან ჩაიტარონ ფსიქიატრიული მკურნალობა პირად არასრულფასოვნებასთან დაკავშირებით.

თუ ემოციონალური დაძაბულობა არ იკლებს მუშაობის პროცესში, ის სწირად იძლევა სიგნალს ოჯახში. მატულობს მეუღლეებს შორის და ოჯახური კონფლიქტების რიცხვი. კლიენტებთან გატარებული ემოციურად დატვირთული დღის შემდეგ, პროფესიონალს უჩნდება რამდენიმე სწირად ადამიანებისგან განდგომის სურვილი და მართობის ეს სურვილი, როგორც წესი, რეალიზდება ოჯახისა და მეგობრობის სარგებზე. ამგვარად, ოჯახი შეიძლება აღმოჩნდეს სწრაფი დანგრევის საფრთხის ქვეშ.

სამსახურში დაბრუნება, ზეგანაკვეთური მუშაობა, მუშაობა სანაღში, სამუშაო სადამოები და დასვენების დღეები, სასწრაფო გამოძახებები – ეს ყოველივე უბედურების სიგნალია. პროფესიონალთა ფსიქოლოგიური კეთილდღეობისათვის აბსოლუტურად აუცილებელია მათი სამსახურის საზღვრების გონივრული შემოფარგვლა რათა არ დაუშვან მისი გავრცელება ოჯახურ ცხოვრებაზე.

პიროვნული გადაჯინის სიმპტომები

ფიზიკური

- დაღლილობა
- გამოფიტვის გრძნობა
- გარემოს ცვლილებების მიმართ აღქმა
- სწირი თავის ტკივილი
- კუჭ-ნაწლავის ტრაქტის მოშლილობა
- წონის სიქარბე ან ნაკლებობა
- ქოშინი
- უძილობა

ყოფაქცევითი და ფსიქოლოგიური

- მუშაობა ხდება სულ უფრო მძიმე, სოლო მისი შესრულების უნარი სულ უფრო მცირდება
- ადრე მოდის სამსახურში და დიდი სწირი რჩება
- გვიან მოდის სამსახურში და ადრე მიდის
- მიაქვს სამუშაო სანაღში
- განიცდის გაურკვეველ გრძნობას, თითქოს რაღაც ისე არ არის (გაუცნობიერებელი შფოთვა)
- მოწყენილობის გრძნობა
- ენთუსიაზმის დაქვეითება
- განაწყენების გრძნობა
- იმედგაცრუების გრძნობა
- მერყეობა
- დანაშაულის გრძნობა
- გრძნობა, რომ საქმრო არ არის
- მსუბუქად აღმოცენებული მრისხანების გრძნობა
- გამაღიზიანებლობა
- წერილმანებზე ყურადღების მიქცევა

- ექვნიულობა
- რიგიდულობა
- გადაწყვეტილების მიღების უუნარობა
- „თავიდან აცილების“ განშირება
- ზოგადი ნეგატიური განწყობა სიცოცხლის პერსპექტივაზე
- ალკოჰოლისა და ნარკოტიკების ბოროტად გამოყენება

პიროვნული გადაწყვის სიმპტომები

ზემთ ჩამოთვლილი გადაწყვის სიმპტომები შესაძლებელია თვითნებურად დავეყოთ ფიზიკურ, ყოფაქცევით და ფსიქოლოგიურ სიმპტომებად. როგორც შემდგომში განვმარტავთ, ზოგიერთი ნიშანი და სიმპტომი წარმოადგენს გაუცნობიერებელ მცდელობას მიიღო შვეება პრობლემის იდენტიფიკაციის გარეშე.

გადაწვა ეს არის სინდრომი, სიმპტომთა ჯგუფი, რომლებიც ერთობლივად ჩნდებიან. თუმცა ყველა სიმპტომი ერთდროულად არავის არ უჩნდება, რადგან გადაწვა ღრმად ინდივიდუალური პროცესია.

პირველ სიმპტომებს შორის არის საერთო დადლილობის გრძნობა, სამსახურისადმი მტრული განწყობა, მღელვარების ზოგადი გაურკვეველი გრძნობა, სულ უფრო მეტად რთული სამუშაო, რომელიც სულ უფრო გვაახლოებს შედეგის შემცირებასთან. თანამშრომელს თავისუფალი სამუშაო გრაფიკით შეუძლია მოვიდეს ადრე და წავიდეს გვიან, მოვიდეს გვიან და წავიდეს ადრე, ან სამუშაო წაიღოს სასლში.

თანამშრომელი ადვილად შეიძლება განრისხდეს, გაღიზიანდეს და თავი იგრძნოს გულგატენილად, დიდი ყურადღება დაუთმოს დეტალებს და უკიდურესად ნეგატიურად იქნას განწყობილი. მეტისმეტი გადატვირთულობის გამო, რათა შეზღუდოს თავისი გრძნობები, მას შესაძლოა გაუჭირდეს კონტროლი ან კონტროლის ადექვატური ფორმით გამოსატვა.

მრისხანებაში, რომელსაც გრძნობს ინდივიდი, შეიძლება მიიყვანოს ის ექვნიულობის განვითარებასთან. თანამშრომელმა შეიძლება ივარაუდოს, რომ მომსახურეებსა და კლიენტებს მისგან თავის დახსნა სურთ. ეს მდგომარეობა შეიძლება გაძლიერდეს ნაკლები ჩართულობის გრძნობით, - განსაკუთებით მაშინ, თუ ადრე თანამშრომელი მონაწილეობდა ყველა მოვლენაში. გარდა ამისა, ნებისმიერი, ვინც რჩევას ეკითხება, სხვა თანამშრომლების ჩათვლით, მასში გაღიზიანებას იწვევს.

გადაწყვის სერიოზული გამოვლინებაა ქცევითი ცვლილებები და რიგიდულობა. თუ ადამიანი ჩვეულებრივ მოლაპარაკე და თავშეუკავებელია, ის შეიძლება გახდეს ჩუმი და განდგომილი, ან პირიქით, ადამიანი, რომელიც ჩვეულებრივ ჩუმი და თავშეუკავებელია, შეიძლება გახდეს საკმაოდ მოლაპარაკე, ისაუბროს ნებისმიერთან. გადაწყვის მსხვერპლი შეიძლება გახდეს უნეში და რეიგიდული აზროვნებაში. რეიგიდული და უდრეკი თანამშრომელი დახურულია ცვლილებების მიმართ, რადგან ეს მოითხოვს ენერჯიასა და რისკს, და წარმოადგენს დიდ საფრთხეს გამოფიტული პიროვნებისათვის.

გადაწვისადმი მიდრეკილი თანამშრომელი შეიძლება ეცადოს სიტუაციასთან გამკლავებას თანამშრომლებისა და კლიენტებისგან თავის არიდების, ფიზიკურად და აზრობრივად მათთან დისტანციის დაჭერის გზით. თავის არიდება და დისტანცირება შეიძლება გამოვლინდეს სხვადასხვაგვარად. მაგალითად, თანამშრომელი შეიძლება ხშირად აცდენდეს სამსახურს. ის შეიძლება პირადად არ ურთიერთობდეს კოლეგებთან და კლიენტებთან, და შეიძლება შეამციროს თავისი ჩართულობა მათთან კონტაქტში.

საბოლოო ჯამში, თანამშრომელი ვარდება დეპრესიაში და სიტუაციას აღიქვამს „უიმედოდ“. მან შეიძლება დატოვოს თანამდებობა ან შეიცვალოს პროფესია, ასევე შეიძლება მიექალოს ალკოჰოლს ან ნარკოტიკებს.

გადაწვა ორგანიზაციებში

გადაწვა გადამდებია და შეიძლება სწრაფად გავრცელდეს თანამშრომლებს შორის. ისევე, როგორც ინდივიდი, რომელიც იტანჯება გადაწვით, ორგანიზაციებში მჟღავნდება ამ მოვლენის შემდეგი სიმპტომები:

1. კადრების ხშირი გადინება (პერსონალის ხშირი ცვლა)
2. თანამშრომელთა ჩართულობის შემცირება სამუშაო პროცესში
3. „განტყვების ვაცის“ ძიება

4. ანტაგონისტური ჯგუფური პროცესი და წყვილ დაჯგუფებათა არსებობა
5. დამოკიდებულების რეჟიმი, რომელიც მჟღავნდება სელმძღვანელობის მიმართ მრისხანების გამოვლენაში, დაუცველობასა და უიმედობაში
6. თანამშრომლებისადმი კრიტიკული დამოკიდებულების განვითარება
7. პერსონალს შორის არასაკმარისი თანამშრომლობა
8. ინიციატივების პროგრესირებადი ვარდნა
9. დაუკმაყოფილებლობის გრძნობის ზრდა სამუშაოსგან
10. განყოფილების ფუნქციებსა და როლებთან მიმართებაში ნეგატივიზმის გამოვლენა

მიზნები:

- „გადაწვის“ სინდრომის პროფილაქტიკა
- პროფესიული ფორმის შენარჩუნება

სამარჯიშოები

1. „ვინ ვისთან?“

შესდეთ ჯგუფის მონაწილეებს და ყური დაუგდეთ თქვენს სურვილებს: ვისთან ერთად გსურთ წყვილად მუშაობა? დაიყავით წყვილებად, რათა ხელი არ შეუშალოთ ერთმანეთს. შემდეგ თითოეული დგება ცალ ფეხზე, სოლო მეორე ფეხს იჭერს საპირისპირო ხელით უკანა მხრიდან. მონაწილეები ერთმანეთის პირისპირ ხელჩაკიდებულები დგანან. ამოცანა: გაჩერდე რაც შეიძლება

დიდხანს: იმარჯვებს ის, ვინც პარტნიორზე დიდხანს გაძლებს.

საერთო განხილვა

2. „ბალანსირება“, 5-10 წუთი

მიზანი: გონების, გრძნობის, სხეულის გაერთიანება. ფიზიკური ძალისხმევა ააქტიურებს სუნთქვას და ხელს უწყობს ჟანგბადის შეთვისებას. სხეული ამ დროს იჭიმება.

„თავდაპირველად გთავაზობთ რომ დადგეთ ცალ ფეხზე, გაჭიმოთ ხელები სხვადასხვა მხარეს და მეორე ფეხი, ნელა და ფრთხილად, ისე, რომ იგრძნოთ წონასწორობის ზღვარი. შემდეგ გააკეთეთ ეს მეორე ფეხზე. განსაზღვრეთ რომელ ფეხზე დგომისას გრძნობთ თავს მყარად, სტაბილურად. განსაზღვრეთ დაჭიმულობის უკიდურესი წერტილი.“

ამ სავარჯიშოს შემდეგ გთავაზობთ მიიღოთ ასეთი პოზა: თქვენ დგებით ცალ ფეხზე და ხელების შემოჭიდობით იჭერთ და მაღლა სწევთ მეორე ფეხის მუსკლს. უცილებელია რაც შეიძლება მაღლა აჭიმოთ, მაგრამ მოერიდეთ მტკივნეულ შეგრძნებას. შემდეგ უშვებთ ხელს, მაგრამ აგრძელებთ მუსკლის მაღლა აჭიმვას, ხელები გაშალეთ სხვადასხვა მხარეს. გაძელოთ რაც შეიძლება დიდხანს, დაიცავით წონასწორობა, იგრძნოთ რა ესაჭიროება ამ პოზის შესანარჩუნებლად სხეულს, სხვა დანარჩენ კუნთს. იგივე გაიმეორეთ მეორე ფეხით.“

საერთო განხილვა

3. „სიმძიმის ძალა“

მიზანი: ამ სავარჯიშოს შესრულებისას მონაწილეებს შეუძლიათ იგრძნონ როგორ იცვლება დაღლილობა მსხეობით, თუ ჩვენ არ ვებრძვით მას, გარკვეული დროის შემდეგ უნებურად ვნებდებით.

აღჭურვილობა: ხალიჩა ან პლედი იატაკზე.

„ეს სავარჯიშო თქვენ შეგიძლიათ შეასრულოთ ფეხზე მდგარმა, მჯდომარემ, ან დაწოლილმა. სცადეთ ყველა მდგომარეობაში და თქვენ თვითონ გადაწყვიტეთ რომელი პოზა უფრო სასიამოვნოა თქვენთვის... იგრძნოთ თქვენი სხეულის ნაწილები, რომლითაც ეხებით მიწას. უსილაგი ძალა, რომელიც მიწაშია კონცენტრირებული, იზიდავს თქვენს სხეულს, ამ იდუმალ ძალას ჰქვია სიმძიმის ძალა.“

ახლა ცოტათი დანებდით ამ ძალას, რომელიც დაბლა გექაჩებათ, იგრძნობთ სიმძიმის ძალას. ეს არის არა მხოლოდ სიმძიმის შეგრძნება, არამედ მიზიდულობაც, თუ თქვენ დგახართ – სხეული მოადუნეთ, თუ ზინართ, მაშინ ნება მიეცით თქვენს მენჯს, რომ დაემორჩილოს სიმძიმის ძალას და დაეშვას მიწაზე... თუ თქვენ წევხართ, მაშინ შეიძლება სრულებით მოდუნდეთ და იგრძნოთ როგორ გიჭერთ მიწა...“

ყველა მდგომარეობაში – დაწოლილს, მჯდომარეს თუ ფეხზე მდგომს, თქვენ დაგიჭერთ მიწა, არ დაეცემით ძირს. თქვენ იგრძნობთ მიწას ფეხქვეშ, იგრძნობთ მიწის ცენტრს, იგრძნობთ მის უდიდეს ენერგიას.

მის ძალას. შეესეთ ენერჯის ამ წყაროს, რომელიც სათავეს ბუნებაში იღებს. გაის-სენეთ ზღაპრებში როგორ ეწაფებოდნენ დევემირები დედამიწის ძალას. თქვენც იგ-რძნობთ მიწის ამ ძალას. დაეწაფეთ მას. იგრძენით დედამიწის ძალა და მიზიდუ-ლობა მასთან. იგრძენით თავი მასთან ერ-თად. მას შემდეგ, რაც თქვენ მინებდით სიმძიმის ძალას, თქვენ შეგიძლიათ მასთან დამეგობრება. შეიგრძენით სიმძიმის ძალა, როგორც ენერჯია, რომელიც არა მხოლოდ გიზიდავთ, არამედ ფესზეც წამოგაყენებთ“. მონაწილეები ასრულებენ სავარჯიშოს უს-მოდ 2-3 წუთის განმავლობაში.

საერთო განხილვა

4. „წონასწორობის მოპოვება“. 5 წუთი

მიზანი: რიტმის გამოყენება სხეულისა და სულის ბალანსის მოსაპოვებლად

„ყოველ ჩვენგანს აქვს საკუთარი ცნოვრე-ბის რიტმი. თუმცა ყოველდღიურ ცნოვ-რებასა და სამსახურში ჩვენ ვემორჩილე-ბით ყველასთვის საერთო რიტმს, რომელიც თანხვედრილი არ არის ჩვენს საკუთარ რიტმთან. ამიტომ მნიშვნელოვანია დრო-დადრო დაუბრუნდეთ საკუთარ, ჩვენთვის უფრო მეტად შესაფერის რიტმს. თუ თქვენ მიეჩვევით თქვენს რიტმზე გადართვას, მა-შინ თავს იგრძნობთ გაცილებით უკეთ. ეს თქვენი რესურსია. თქვენი მუშაობის რიტ-მში გაცილებით მეტს მოახწრებთ, ვიდრე სხვის რიტმს შეწყობილი და გადატვირთუ-ლი. არ არის საჭირო ზედმეტი დაქიშუ-ლობა (მაგალითისთვის თვალების მოძრაო-ბა და თავის მობრუნება).

ასლა თქვენ გააკეთებთ სავარჯიშოს, რომ-ლის დროსაც იგრძნობთ, როგორ უნდა მართოთ თქვენი რიტმით და შეიგრძნოთ შინაგანი წონასწორობა.

დაჯექით სკამის კიდეში, რაც შეიძლება შორს საზურგედან, რათა გქონდეთ საკმა-რისი ადგილი სწვადასწვა მხარეს გადასას-რელად. ზურგი დაიჭირეთ პირდაპირ და დაიწყეთ მსუბუქად გადასრა ერთი მხრი-დან მეორე მხარეს (აქეთ-იქით), მარჯვნი-დან მარცხნივ და პირიქით... თუ გინდათ შეგიძლიათ მოძრაობას შეუსაბამოთ სუნ-თქვა.

თანდათანობით შეამცირეთ მოძრაობის ამ-პლიტუდა თქვენს „ცენტრალურ ღერძთან“ სულ უფრო ასლოს გადახრით. იგრძენით წონასწორობის შეგრძნება როგორ ხდება სულ უფრო აშკარა. როდესაც თქვენ მი-აღწევთ სრულ წონასწორობას გაჩერდით ამ მდგომარეობაში რაღაც დროის მანძილ-ზე და იგრძენით სრულყოფილი ბალანსის შეგრძნება. (1-2 წუთი).

ასლა დაიწყეთ ტანის ზედა ნაწილის რწე-ვა წინ და უკან და, როგორც წინა ჯერ-ზე, თანდათანობით შეამცირეთ მოძრაობის არეალი. რაც უფრო შეუმჩნეველია თქვე-ნი მოძრაობა, მით უფრო გამახვილებული ხდება თქვენი შეგრძნება. შეიგრძნეთ რო-გორ უახლოვდებით წონასწორობის მდგო-მარეობას, როდესაც მას მიაღწევთ დატ-კობით ბალანსისა და სიმშვიდის სასიამოვნო გრძნობით.“

საერთო განხილვა

5) ემოციები

მიზანი: სავარჯიშო ითვალისწინებს ასოციაციურ აზროვნებას, აუმჯობესებს გონებრივ საქმიანობას და წარმოადგენს ჩვენი ტვინის სწავდასწავა ნაწილის „საუბრის“ შესაძლებლობას. ამ სავარჯიშოში არის იმიტაცია იმის, რითაც ჩვენი აზროვნება მუდმივად დაკავებული – კავშირის დამყარება ემოციებსა და კონცეფციებს, მიზნებსა და დაბრკოლებებს, წარსულსა და აწმყოს, დაწესებულებასა და კლიენტს შორის.

სავარჯიშო „რუქა“:

აღჭურვილობა: ფლიპ-ჩარტის ფურცელი, სწავდასწავა ფერის ფლომასტერები.

„თითოეული ჩვენგანი ფლობს უდიდეს და სწავდასწავაგვარი ემოციების სამყაროს. რა იცით მის შესახებ? რომელი ემოციების ცნობა, იდენტიფიცირება შეგიძლიათ თქვენში? მე გთავაზობთ ყოველ თქვენგანს დასატოთ „თქვენი სულის რუქა“ მსოფლიო რუქის მსგავსად. დასატოთ სად და რა ემოციები ცხოვრობენ, დაარქვით სახელი, იფიქრეთ რა დამოკიდებულებაში არიან ისინი ერთმანეთთან (20 წუთი). ახლა კი, გთხოვთ, წარმოადგინოთ თქვენი სამყარო“.

საერთო განხილვა

დიდ ფორმატზე ჩამოწერეთ საერთო ემოციების სია

სინარული	დარდი	შიში	გალიზიანება
აღფრთოვანება	სევდა	საშინელება	ბოღმა
ნეტარება	მოწყენა	განგაში	მრისხანება
სიამოვნება	მწუსარება	პანიკა	გაშმაგება
გოცება	სასოწარკვეთა	ტკივილი	აღშფოთება
ინტერესი	სიმწარე	დაძაბულობა	პროტესტი
სიმშვიდე	სიცარიელე	დანაშაული	წყენა
სიწყნარე	უმწეობა	სირცხვილი	
სიყვარული	მარტოობა		
სინაზე	დაღლილობა		
სიბრაღული	სინანული		
	დაბნეულობა		
	იმედგაცრუება		

შემდეგ თითოეულ მონაწილეს შესთავაზეთ აღწეროს ემოციების ინდივიდუალური გამოვლენა შეგრძნების ტერმინებით.

მაგალითად:

სევდა: მსუბუქი ვიბრაცია სახესა და მხრებზე, მოდუნება მხრებსა და ხელებში, მზის სხივის მსგავსი სითბო, მსუბუქი წვა თვალის არეში.

სიმშვიდე: მწველი შეგრძნება კეფაში, პრესის არეში მოდუნება, სითბო თეძოების არეში...

ეცადეთ დაიცვათ მაქსიმალური სიზუსტე და აღნიშნეთ სუსტი შეგრძნებებიც კი. აღნიშნეთ თუკი შეგრძნება „გადაადგილდება“: ძალიან სშირად ჩნდება ერთ არეში, შემდეგ თითქოს „გადადის“ მეორე მხარეს, სადაც, როგორც წესი, ჩვენ ვაშჩნევთ.

.6) „ძალის წყარო“

ინტერვიუ: ჩვეულებრივ საიდან იღებთ ძალას? როგორ ივსებთ თქვენს ენერგიას?

„შეეცადეთ წარმოიდგინოთ ახლა ძალის რომელიმე წყარო, რომელსაც სედავს თქვენი წარმოსახვა“ (ყველაზე სშირად ეს არის წყალი). ისიამოვნეთ წყლით, შეიგრძენით ის სახეზე, პირში, მუცელში, სხეულის ყველა უჯრედში. შეიგრძნეთ როგორ ივსებით წყლის ენერგიით, მოჩუხჩუხე წყლის ენერგიით. დაყავით ცოტა ხანი ამ მდგომარეობაში. რისი გაკეთება გსურთ? გააკეთეთ ის. დაისვენეთ, იგრძენით მზის, წყლის ენერგია. შეიგრძენით როგორ ივსებით ენერგიით, დაეწაფეთ მას. უბრალოდ დაწექით, დატკბით. რისი გაკეთება გინდათ ახლა? გააკეთეთ ის. ისიამოვნეთ იმით რასაც აკეთებთ.

დაიმახსოვრეთ ეს მდგომარეობა და წაიღეთ ის თან“.

მხარდაჭერა კრიზისულ სიტუაციებში

შესავალი

ამ თემის მიზანია მონაწილეებამდე დაიყვანოს ის ფაქტი, რომ ძალადობის სფეროში საქმიანობის შედეგად მიღებულ გამოცდილებას მოყვავართ კრიზისულ სიტუაციასთან, რომელთან მუშაობაც მოითხოვს ძალიან დიდ გულისხმიერებას.

მუშაობის მთავარი მიზანი ამგვარ მდგომარეობებში არის დაზარალებული ქალისა და მისი ბავშვების უსაფრთხოების უზრუნველყოფა. ამ მომენტის გათვალისწინებით მონაწილეებმა უნდა შეაფასონ საფრთხე, ისწავლონ კრიზისულ სიტუაციებში პრაქტიკული დახმარების გაწევა და იურიდიული ინფორმაციის მიწოდება.

კრიზისულ სიტუაციებში დახმარების გაწევისას არსებობს განსხვავებები სხვადასხვა ტიპის პროფესიონალთა შორის რეგიონალურ დონეზე. ამიტომ ეს თავი გვაძლევს ზოგად ინფორმაციას აღნიშნულ თემაზე. მოცემულ სასელმძღვანელოში შესაძლებელი არ არის დაზარალებულებთან მუშაობისთვის იურიდიული ბაზის განხილვა ეროვნულ კანონმდებლობათა განსხვავებულობის გამო, მაგრამ უადრესად მნიშვნელოვანია ამ თავის, ან შესაბამისი მოდელის დახმარებით პროფესიონალებისათვის დაწვრილებით შეგჩერდეთ დაზარალებულთა უფლებებზე. მოძალადის სასლადან გაშორების შესაძლებლობებსა და სამოქალაქო ან სისსლის სამართლის საქმის აღძვრაზე. თუ ცალკეული ქვეყნის კანონები ადექვატურად არ იცავენ ძალადობის მსხვერპლთ და მათ ბავშვებს, მაშინ უნდა გამოვძებნოთ შესაძლებლობა, რათა მივმართოთ სხვა ქვეყნის კანონმდებლობის ეფექტურ მოდელს.

ბულთა უფლებებზე. მოძალადის სასლადან გაშორების შესაძლებლობებსა და სამოქალაქო ან სისსლის სამართლის საქმის აღძვრაზე. თუ ცალკეული ქვეყნის კანონები ადექვატურად არ იცავენ ძალადობის მსხვერპლთ და მათ ბავშვებს, მაშინ უნდა გამოვძებნოთ შესაძლებლობა, რათა მივმართოთ სხვა ქვეყნის კანონმდებლობის ეფექტურ მოდელს.

მიზნები:

- კრიზისულ მდგომარეობაში მუშაობის ძირითადი საშუალებების განხილვა;
- მოძალადის მსრიდან საფრთხის შეფასების წესების საგულდაგულო შესწავლა;
- იურიდიული ინფორმაციის წარდგენა;
- დაზარალებულისა და მისი ბავშვების უსაფრთხოების ეფექტური უზრუნველყოფის შესწავლა.

სამარჯიშოები

სამარჯიშო 1: ეფექტური დახმარება კრიზისულ სიტუაციებში („ინტერვენცია“)

მიზანი: ინტერვენციის სხვადასხვა საშუალების შესწავლა; თეორიული შესაძლებლობების შედარება საქმის რეალურ მდგომარეობასთან.

მეთოდი: კონკრეტული მაგალითი ტრენერის სამუშაო გამოცდილებიდან: დასარიგებელი მასალა - „ინტერვენციის ოთხი ეფექტური საშუალება ოჯახში ძალადობის მსხვერპლი პირებისგან“.

დრო: 30 წუთი

ტრენერი წარმოადგენს რეალური ქალის ოჯახში ძალადობის ისტორიას, ისე, რომ არ ანსენებს გამოსავალს. პროფესიონალები მსჯელობენ ამგვარ სიტუაციაში დასმარების შესაძლებლობაზე. ამის შემდეგ ტრენერი საუბრობს იმის შესახებ, თუ როგორი გამოსავალი იქნა მოძებნილი და ინტერვენციის რა საშუალებები იქნა გამოყენებული.

სამარჯშიშო 2: სიტუაციის საფრთხის ხარისხის შეფასება, რომელშიც იმყოფება დაზარალებული

მიზანი: განისაზღვროს ფაქტორები დაზარალებულის მდგომარეობის საფრთხის ხარისხის შესაფასებლად.

მეთოდი: „ტვინის შტურმი“, დისკუსია

აღჭურვილობა: ფლიპ-ჩარტი, ფლომასტერები, დასარიგებელი მასალა - „წინასწარი შეფასება და 26 შეკითხვა მოძალადის მხრიდან საფრთხის შესაფასებლად“.

დრო: 1 საათი

ტრენერი სთხოვს მონაწილეებს შეადგინონ კითხვები, რომლებსაც ისინი დაუსვამდნენ

დაზარალებულს საფრთხის ხარისხის შეფასებლად მოძალადის მხრიდან. ტრენერი იწერს დიდ ფორმატზე. შემდეგ მონაწილეებმა უნდა დაასახელონ ფაქტორები/მაჩვენებლები, რომელიც მოწმობს, რომ დაზარალებულისთვის საფრთხის ხარისხი მაღალია. ესეც იწერება ფლიპ-ჩარტის ფურცელზე.

ბოლოს, ტრენერი არიგებს მასალას - „წინასწარი შეფასება და 26 კითხვა მოძალადის მხრიდან საფრთხის ხარისხის შესაფასებლად“ და ჯგუფი მუშაობს ამ კითხვების პასუხებზე.

თუ დადებითი პასუხი გაუღერდა 13-ზე მეტჯერ, შეიძლება ითქვას, რომ საფრთხის ხარისხი მაღალია სიცოცხლისა და ჯანმრთელობისათვის.

სამარჯშიშო 3: უსაფრთხოების გეგმა.

მიზანი: უსაფრთხოების გეგმის შედგენა დაზარალებულისათვის

მეთოდი: ჯგუფებში მუშაობა, დისკუსია

აღჭურვილობა: ფლიპ-ჩარტი, ფლომასტერი, დასარიგებელი მასალა - „კითხვები დაზარალებულის უსაფრთხოებასთან დაკავშირებული საჭიროებებისა და სტრატეგიის გამოსავლენად“ და დასარიგებელი მასალა - „უსაფრთხოების გეგმა“.

დრო: 1 საათი (30 წუთი 2-3 ჯგუფად მუშაობისათვის)

ტრენერი სთხოვს მონაწილეებს განაწილდნენ პატარა ჯგუფებად შემდეგ საკითხებზე სამუშაოდ:

- როგორ ვაძგენ დაზარალებულის უსაფრთხოების გეგმას?
- რა კითხვებს დაუსვამ მას?
- როგორ შეიძლება გამოიყურებოდეს უსაფრთხოების გეგმა?

პატარ-პატარა ჯგუფების ანგარიში იწერება ფლიპ-ჩარტის ფურცელზე. ამის შემდეგ რიგდება მასალა – „კითხვები დაზარალებულის უსაფრთხოებასთან დაკავშირებული საჭიროებებისა და სტრატეგიის გამოსავლენად“, ან კეთდება დამატება ამ მასალაზე დაყრდნობით.

პითხვები უსაფრთხოების საჭიროებისა და უსაფრთხოების სტრატეგიის გაქმოსავლენად

- რა ზომებს იღებდით წინასწარ, რათა დაგეცვათ თავი და ბავშვები?
- გამოგადგათ თუ არა ეს?
- დაგექმარებათ თუ არა ანლა?
- როგორ ფიქრობთ, რა გექმარებათ ანლა უსაფრთხოებისათვის?
- როგორ შეიძლება დაგექმაროთ?
- კიდევ ვის შეუძლება თქვენი დაქმარება?
- კიდევ რა დაგექმარებათ? რა სახით?
- დაგექმარებათ თუ არა ამგვარი დაცვა, რათა აღარ შეეჭანოთ მოქალაქეს?

მას შემდეგ, რაც მომზადებულია ძირითადი კითხვები, მონაწილეები მსჯელობენ უსაფრთხოების გეგმის შემუშავების საშუალებებზე. შეძლებისდაგვარად გამოიყენება დასარიგებელი მასალა – „უსაფრთხოების გეგმა“. საჭიროა სიტუაციის განსწავვა, როდესაც ქალი წავიდა მოქალაქისგან, და როდესაც მოქალაქე იქნა გაშორებული სასლს.

კონსულტირების უნარ-ჩვევები

შესავალი

ეს ნაწილი ეძღვნება პრობლემას, რომელსაც პროფესიონალები ოჯახში ძალადობის მსხვერპლ ქალების კონსულტირებისას სვდებიან. ამგვარ შემთხვევებში დაზარალებულის მზობაზე, ისაუბროს თავის გამოცდილებაზე და მიიღოს დახმარება, გადამწყვეტ გავლენას ახდენს მისი ცხოვრების გარე ფაქტორები.

მოცემული დაყოფა გამიზნულია პროფესიონალთა აქტიური და პოზიტიური ქმედებების წასახალისებლად.

უპირველესად, მონაწილეებმა უნდა გაითვალისწინონ შემდეგი:

- ოჯახში ძალადობის შემთხვევისას არ არსებობს ერთადერთი ქეშმარიტი გადაწყვეტილება
- პროფესიონალები, მიუხედავად კომპეტენტურობისა თავის სფეროში, სრულყოფილი მანც არ არიან
- ყველა ქალს აქვს უსაფრთხო ცხოვრების უფლება
- საუბარი საკუთარი ცრურწმენის შესახებ შესაძლებელია გახდეს პირველი ნაბიჯი მის აღმოსაფხვრელად

მიზნები:

- განისაზღვროს ის დაბრკოლებები, რასთანაც პროფესიონალებს იძულებულნი არიან ჰქონდეთ საქმე დაზარალებულთან მუშაობისას
- შეირჩეს მიდგომები ამ დაბრკოლებების გადასაღასად
- განხილულ იქნას მხარდაჭერისა და ინფორმაციის სახეები ოჯახში ძალადობის მსხვერპლი ქალებისათვის, რომელიც შეიძლება მათ წარუდგინოს პროფესიონალთა გარკვეულმა ჯგუფმა.

სამარჯიშოები

სამარჯიშო 1. პოზიციის შეცვლა

მიზნები: მდგომარეობის დაზარალებულის თვალთ დანახვის უნარის განვითარება

მეთოდი: როლური თამაში წყვილებში დამკვირვებელთან ერთად

ატჭურვილობა: ფლიპჩარტი, ფლომასტერი

დრო: 1,5 საათი (30 წთ – თითოეულ როლის შესრულებისთვის, 30 წთ – დისკუსიისთვის)

„სამეულში“ მუშაობა. ერთი მონაწილე თამაშობს პროფესიონალის როლს, მეორე

– დაზარალებულის. ქალი პირველი მიმართავს დახმარებისთვის, პროფესიონალი ისმენს მის ისტორიას. ამის შემდეგ ისინი ცვლიან როლებს.

კითხვები „დაზარალებულთან“:

- როგორ გრძნობდით თავს ამ როლში?
- ადვილი იყო თუ არა ამგვარ გამოცდილებაზე საუბარი?
- რა დაგესმარათ, ან პირიქით, რამ შეგიშალათ ხელი?
- რას ისურვებდით?

კითხვები „პროფესიონალთან“:

- როგორ გრძნობდით თავს ამ როლში?
- რთული იყო თუ არა ამ ქალის ისტორიის მოსმენა?
- რა დასკვნები გააკეთეთ ამ ისტორიასთან დაკავშირებით?
- ამის შემდეგ საჭიროა საუბრის შედეგების განხილვა, დამკვირვებლები თავიანთ დასკვნებს უზიარებენ ერთმანეთს.

სამარჯიშო 2. პროფესიონალური გამოცდილების განხილვა

მიზნები: ძალადობის ნიშნების ფორმულირება მონაწილეთა პროფესიონალურ გამოცდილებაზე დაყრდნობით

მეთოდი: რეფლექსია წყვილებში/დისკუსია

აღჭურვილობა: ფლიპ-ჩარტი, ფლომასტერი

დრო: 1 საათი (30 წუთი – წყვილებში სამუშაოდ, 30 წუთი – დისკუსიისთვის)

თითოეული მონაწილე ირჩევს პარტნიორს ოჯახში ძალადობის მსხვერპლთან თავისი გამოცდილების შესახებ სასაუბროდ. მონაწილეები წყვილებში საუბრობენ თავიანთ გრძნობებზე, ასევე, ძალადობის იმ სიგნალების შესახებ, რომლისთვისაც მათ შეიძლება ადრე ყურადღება არ მიექციათ.

სამარჯიშო 3. ცარიელი სკამი

მიზნები: გულლიად გამოსატო შენი პირადი აზრი; ისაუბრო დაზარალებულისა და პროფესიონალის გრძნობებზე

მეთოდი: როლური თამაში, დისკუსია

აღჭურვილობა: სკამი

დრო: 45 წუთი (15 წუთი – თითოეულ როლზე, 15 წუთი – დისკუსიისთვის)

დადგით ოთახის შუაგულში ცარიელი სკამი.

პროფესიონალი საუბრობს დაზარალებულთან (=ცარიელი სკამი) თავის ემოციებზე ან პროფესიონალი თამაშობს დაზარალებულის როლს და საუბრობს პროფესიონალთან (=ცარიელი სკამი).

სამარჯიშო 4. სატელეფონო ზარი ან ოჯახში ძალადობის დაზარალებულის მონახულება

მიზნები: განისაზღვროს პირობები, რომელიც საჭიროა იმისათვის, რომ ადამიანმა ისაუბროს ტრამპულ გამოცდილებაზე.

მეთოდი: როლური თამაში დამკვირვებელთან წყვილში, დისკუსია

დრო: 1 საათი (თითოეულ როლის შესრულებაზე 30 წუთი)

მონაწილეები გაითამაშებენ სატელეფონო წარის ან დაწარალებულის მონახულების სცენას. საუბრის დასაწყისში ქალი თავს გრძნობს ძალზე არადამაჯერებლად; პროფესიონალი ცდილობს წახალისოს ის სასაუბროდ. მონაწილე, რომელიც თამაშობს დაწარალებულის როლს, ჩერდება იმ მომენტში, როდესაც საუბრის გასაგრძელებლად თავს გრძნობს საკმაოდ თვითდაჯერებულად.

ამის შემდეგ საჭიროა მსჯელობა შემდეგ საკითხებზე დაწარალებულის მისამართით:

- როგორ ვგრძნობდი თავს?
- რა დამენმარა მესაუბრა ჩემს გამოცდილებაზე?
- რომელი კითხვები დამენმარა და რომელი იყო არც ისე მნიშვნელოვანი?

სამარჯიშო 5. სექსუალურ ტერმინთა ლექსიკა და ემოციური ასოციაციები

მიზნები: სექსუალურ ტერმინთა ლექსიკის შედგენა და საკუთარი ემოციებისა და ასოციაციების გამოკვლევა.

მეთოდი: „ტვინის შტურმი“ მომდევნო დისკუსიისთვის

აღჭურვილობა: ფლიპ-ჩარტი, ფლომასტერები

დრო: 45 წუთი

„ტვინის შტურმის“ ჩატარება სექსუალურ ტერმინებზე და მათი განსაზღვრა იმგვარ კატეგორიებად, როგორცაა: „სამედიცინო ტერმინები“, „საბავშვო ენა“, „სასაცილო სიტყვები“, „შეურაცხმყოფელი სიტყვები“.

როგორ გრძნობდით თავს როდესაც ისმენდით ამ სიტყვებს? რომელი სიტყვები მოგწონთ/არ მოგწონთ?

სამარჯიშო 6. ინფორმაციის ნაბიჯ-ნაბიჯ მიწოდება

მიზანი: კორექტული კითხვების დასმის სწავლა (გაგება, როდის და როგორ უნდა გაკეთდეს ეს)

მეთოდი: კონკრეტული მაგალითის განხილვა ტრენერის სამუშაო გამოცდილებიდან.

დრო: 45 წუთი

ტრენერი წარმოადგენს კონკრეტულ მაგალითს თავისი გამოცდილებიდან, გარკვეული დროის შემდგომ ჩერდება და ნაბიჯ-ნაბიჯ სთავაზობს ინფორმაციას:

ნაბიჯი 1. მონაწილეებმა უნდა დასვან კითხვები, რათა მიიღონ მეტი ინფორმაცია:

ნაბიჯი 2. ტრენერი ყვება მეტ ინფორმაციას შემთხვევის შესახებ;

ნაბიჯი 3. მონაწილეები იკვლევენ ამ შემთხვევის მთავარ პრობლემას;

ნაბიჯი 4. მონაწილეები ცდილობენ დასმარება გაუწიონ დაზარალებულს, ან მსჯელობენ მხარდაჭერის შესაძლო საშუალებებზე.

საპარჯიშო 7. „მე – ოჯახში ძალადობის მსხვერპლი...“

მიზანი: მონაწილეებისთვის დასმარება, რათა შევიდნენ დაზარალებულის მდგომარეობაში და შეაფასონ მისი მდგომარეობის სიმძიმე.

მეთოდი: საპარჯიშო სრულდება ინდივიდუალურად მთელი ჯგუფის წინაშე

დრო: 20 წუთი

მონაწილეები პირველ პირში, სმამაღლა კითხულობენ ქალის ისტორიას („მე განვიცადე ძალადობა...“, „მე ვგრძნობდი...“). ამის შემდეგ ისინი საუბრობენ თავიანთ განცდილ გრძნობებზე.

შენიშვნა ტრენერისათვის:

აირჩიეთ რეალური ისტორია თქვენი პროფესიონალური პრაქტიკიდან.

დამატებითი მეთოდები: იმ ქალების მდგომარეობის ამსახველი ვიდეომასალა, რომლებმაც დასასმარებლად მიმართეს და სიძნელები, რომელიც წარმოიშვა პროფესიონალთან მიმართვისას.

დახმარების სამსახური

შესავალი

ძალზე იშვიათია კომპეტენტური და ყოველმხრივი დახმარების გაწევა შეძლოს რომელიმე სამსახურის/ორგანიზაციის ერთმა წარმომადგენელმა. მაშინაც კი, თუ ეს მაღალკვალიფიციური ორგანიზაციაა, სამსახურეობრივი მოვალეობების ჩარჩო და ყოველდღიური მუშაობის მოცულობა საშუალებას არ გვაძლევს ქალს გაუწიოთ ყოველმხრივი დახმარება. ნებისმიერ შემთხვევაში არაგონივრული იქნება თუკი რომელიმე პროფესიის წარმომადგენელი გამოვა თავისი კომპეტენციის ჩარჩოდან და შეეცდება ერთდროულად შეასრულოს მოსამართლის, იურისტის, სოცმუშაკის სამუშაო. თითოეული ამ პროფესიის წარმომადგენელს აქვს თავისი შესაძლებლობები ძალადობის მსხვერპლის დახმარებად და მნიშვნელოვანია, რომ ისინი ამით დაკავებულნი იყვნენ თავიანთ ადგილზე. მნიშვნელოვანი ფაქტორია თანამშრომლობა სხვა სამსახურებთან და ორგანიზაციებთან, რომლებიც ასევე ეხმარებიან ოჯახში ძალადობის მსხვერპლებს.

მოცემული თავი წარმოადგენს დახმარების სპეციალიზირებული სამსახურებისა და მათი თანამშრომლობის ძირითადი პრინციპების მიმოხილვას. განსაკუთრებული ყურადღება ექცევა ინფორმაციას თავშესაფრების

შესახებ ქალებისათვის და რეგიონალურ ორგანიზაციებს, რომლებიც მხარდაჭერას უწევენ ოჯახში ძალადობის მსხვერპლ ქალებს, იმდენად, რამდენადაც მნიშვნელოვანია, რომ ქალებს ჰქონდეთ შესაძლებლობა მიიღონ სწრაფი შესაბამისი მომსახურება. გარდა ამისა, ამ თავში დიდი ყურადღება ექცევა ამგვარი ორგანიზაციების მუშაობის შემდეგ პრინციპებს: დაწარალებული ქალი დარწმუნებული უნდა იყოს, რომ არცერთი ნაბიჯი არ იქნება გადადგმული თანამშრომლების მხრიდან მასთან წინასწარი განხილვის გარეშე.

მიზნები:

- თავშესაფრების მუშაობის პრინციპის გაგება
- ინფორმაციის მიღება იმ ორგანიზაციების შესახებ, სადაც შესაძლებელია ქალის და ბავშვების გაგზავნა
- შესაბამის შეზღუდვების შესახებ ინფორმირება
- თავშესაფართან დაკავშირებული წინასწარი ცუდი დამოკიდებულების შესახებ ინფორმირება
- დისციპლინათშორის თანამშრომლობისათვის მონაწილეთა წახალისება

სამარჯიშოები

სამარჯიშო 1.

პროფესიონალებმა უნდა შეისწავლონ დასმარების რა საშუალებებია ხელმისაწვდომი ძალადობის მსხვერპლისთვის მათ რეგიონში და რა სამსახურები არ არის ჯერ-ჯერობით. სთხოვეთ პროფესიონალებს ჩაატარონ ინტერვიუ მათთან, ვისაც აქვს დასმარების გაწევის განსხვავებული გამოცდილება ძალადობის მსხვერპლისთვის.

შენიშვნა ტრენერისათვის

რამდენიმე ქვეყანასა და რეგიონში არ არსებობს დასმარების სამსახური ოჯახში ძალადობის მსხვერპლისთვის. ტრენინგის მსვლელობისას თქვენ შეგიძლიათ შესთავაზოთ პროფესიონალებს იფიქრონ ამ თემაზე: როგორ შექმნან ახალი სამსახური და როგორ აღმოუჩინონ დასმარება საკუთარი ძალებით.

სამარჯიშო 2.

ტრენერის პრეზენტაცია: რეგიონალური კრიზისული ცენტრები ქალებისთვის (დასმარების სამსახური)

მიზნები: აუცილებელი ინფორმაციის წარმოდგენა: წახალისება თანამშრომლობასა და ქსელების შექმნაზე

მეთოდი: პრეზენტაცია/დისკუსია

აღჭურვილობა: დასარიგებელი მასალა „კრიზისული ცენტრების სია“

დრო: 30 წუთი

ტრენერი არიგებს კრიზისული ცენტრების შესახებ საინფორმაციო მასალებს. მონაწილეები სვამენ კითხვებს და განიხილავენ თანამშრომლობის პრობლემებს.

დამატებითი მეთოდები

მონაწილეებისთვის თავშესაფარის შენობის ჩვენება (ან ფოტოსურათი/ვიდეოჩანაწერი):

შესვედრის ორგანიზება დისციპლინათშორის თანამშრომლობისათვის.

ფსიქოლოგიისა და სოცმუშაკების მომზადება

პრაქტიკული მომზადება

შესავალი

პროფესიონალ ფსიქოლოგებსა და სოცმუშაკებს მიეკუთვნებიან სოცმუშაკები, ფსიქოლოგები, სოციალურ და პირად პრობლემათა კონსულტანტები, კონსულტანტები ოჯახურ პრობლემებზე და ფსიქოთერაპევტები.

რიგი მიზეზების გამო ფსიქოლოგიურ და სოციალური დახმარების მრავალ სფეროში მეტი წილი პაციენტი და პერსონალი ქალია. ამის ერთ-ერთი მიზეზი ისიცაა, რომ ქალები, როგორც სოციალურად მოწყვლადი ჯგუფი ფსიქოლოგიური და სოციალური პრობლემების უფრო მეტი რისკის ქვეშ არიან (კერძოდ, ქალს უფრო მეტად ემუქრება სიღარიბე), მეორე მიზეზი მდგომარეობს იმაში, რომ სოციალიზაციის შედეგად ქალები უფრო ხშირად იგებენ, რომ საჭიროებენ დახმარებას და მხარდაჭერას.

სოციალური სამუშაოს სფეროში ჩატარებული კვლევები გვაზარაუდებინებს, რომ ქალების სოციალიზაცია განსაკუთრებით კარგად ამზადებს მათ დახმარების გასაწევად (და მთლიანად პიროვნებათშორის ურ-

თიერთობებში), და ამით აისწნება მათ მიერ ამგვარი პროფესიების არჩევის ტენდენცია.

შეიძლება ქალთა მიმართ ძალადობის პრობლემის ფესვები საძებარი მაშაქაცებში, მაგრამ, როგორც უკვე აღვნიშნეთ, ფსიქოლოგიური დახმარებისთვის სოციალურ დაწესებულებებს, როგორც წესი, მიმართავენ ქალები. იმის გათვალისწინებით, რომ ქალები ხშირად არიან ძალადობის მსხვერპლი, დიდია ალბათობა, რომ პროფესიონალ ფსიქოლოგსა და სოციალურ მუშაკს მოუწევს ძალადობის გამოვლინებასთან შეჯახება.

სქესის ნიშნით ძალადობის ძირითადი მიზეზი მდგომარეობს ქალსა და მაშაქაცს შორის ძალთა არათანაბარ გადანაწილებაში. ამიტომ პროფესიონალებისთვის განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია სქესის ნიშნით ძალთა გადანაწილების თავისებურებების ცოდნა. ნაწილი კვლევებისა აჩვენებს, რომ, სოციალური სამუშაოს სფეროში მაინც, სოცმუშაკის ჩარევა ძალიან ხშირად სქესობრივი როლების ტრადიციულ გამყარებად მიდის (კერძოდ, ქალებს ძირითადად ეკისრებათ ბავშვების აღზრდაზე პასუხისმგებლობა).

ამიტომ პროფესიონალმა სოცმუშაკებმა უნდა გაანალიზონ და გადახედონ თავის

შესდგენილებებს სქესთა შორის როლების ტრადიციულ გადანაწილებაზე, რომელიც მრავალი სოციალური და ფსიქოლოგიური პრობლემის საფუძველია და რომელსაც ეჯახება როგორც ქალი, ისე მამაკაცი. ეს არის ყველაზე მნიშვნელოვანი ნაბიჯი, რომელიც უნდა გადადგას მოცემულმა პროფესიონალურმა ჯგუფმა ძალადობის აღმოსაფხვრელად.

ამოცანები

- მიიღო ინფორმაცია და შექმნა პირობები ქალის უსაფრთხოებისა და ნდობის უზრუნველსაყოფად, რომელსაც სამსახურში სასტიკად ეპყრობიან;
- ანლებურად გაიანორო სამსახური და სამუშაო ადგილი – მონაწილეებს უამბო ამბივალენტური ემოციების შესახებ;
- გაათავსო თანამშრომლობა სხვა პროფესიონალ ჯგუფებთან და დაწესებულებებთან.

განხილული თემები

თემა 1. ძირითადი ცნობები ძალადობის შესახებ ქალებთან მიმართებაში

თემა 2. მიგრანტთა მდგომარეობა, რომლებიც იძულებულნი არიან იცხოვრონ ძალადობრივ სიტუაციაში

თემა 3. იურიდიული ინფორმაცია

თემა 4. თანამშრომლობა

თემა 5. მოცემული პროფესიონალური ჯგუფის შესაძლებლობები და შესწორებები

ტრენერი ირჩევს თემას, რომელსაც ის განიხილავს სპეციალური მოდულით დროის რაოდენობიდან გამომდინარე.

თემა 6. ძირითადი ცოდნა ძალადობის შესახებ ქალებთან მიმართებაში

შესავალი

მრავალ ქვეყანაში ითვლება, რომ პროფესიონალმა სოცმუშაკებმა უფრო მეტი იციან ქალებთან და ბავშვებთან მიმართებაში სასტიკი მოპყრობის შესახებ, ვიდრე სხვა პროფესიულმა ჯგუფებმა. იმ შემთხვევაში, თუ ეს სინამდვილეს შეესაბამება, შეიძლება ძირითადი ცოდნის გაღრმავება და მონაწილეებთან მათი პროფესიული გამოცდილების განხილვა. წინააღმდეგ შემთხვევაში ტრენერი უნდა შეჩერდეს ძირითად მოდულზე, რომელიც შეიცავს დაწვრილებით საწყის ინფორმაციას და აღწერს მისი გადაცემის მეთოდებს.

1. ფიზიკური ძალადობის ფორმები და სახეობები

ამოცანა მდგომარეობს ფიზიკური ძალადობის სახეობების გაგებასა და მის ფსიქოლოგიურ შედეგებში. მონაწილეებმა უნდა გაიგონ, რომ ძალადობა შესაძლებელია იყოს არა მხოლოდ ფიზიკური ხასის და ის სწორად ძლიერდება ფსიქოლოგიური ძა-

ლადობის სწავდასწავა ფორმებით, რომელიც მიმართულია მამაკაცის ქალზე „ძალაუფლების“ შესანარჩუნებლად.

ფიზიკური ძალადობა სორციელდება იმისათვის, რომ ქალი დასუსტდეს და დაკარგოს საკუთარი თავის პატივისცემა, ამას კი მიყავს წინააღმდეგობის შესუსტებასა და საბოლოო დაუძლურებად.

სამარჯიშო: ამოსავალი სავარჯიშო

მოკლე შინაარსი: ქალის მიმართ განხორციელებული ძალადობის პრობლემის ჯგუფური გადაწყვეტა

ამოცანები:

- ისწავლო დაზარალებულის გრძნობების გაგება
- განიხილო ძალადობის სახეობები და მოძალადის სტრატეგია
- გაიფართოვო შენი თვალსაწიერი

მეთოდოლოგია: პრობლემის ჯგუფური გადაწყვეტა, განხილვა

ხანგრძლივობა: სწავდასწავა

ტრენერი ფლიპ-ჩარტს ყოფს ოთხ სვეტად, რათა განისაზღვროს ქალის მიმართ სასტიკ მოპყრობასთან დაკავშირებული პირობები:

სვეტი 1: პირობები, რომელიც უკავშირდება დაზარალებულს (ნაღველი, იმედგაცრუება, შიში...);

სვეტი 2. პირობები, რომელიც უკავშირდება მოძალადეს (აგრესიულობა...);

სვეტი 3. საქმროებებთან/რესურსებთან დაკავშირებული პირობები (უსაფრთხოება, მეგობრები, ბავშვის მოვლა, საცხოვრებელი პირობები, იურიდიული დახმარება, თავშესაფარი დაზარალებულისთვის);

სვეტი 4. პირობები, რომელიც დაკავშირებულია სწავა სფეროებთან / საზოგადოებასთან (კონტექსტი): დანაშაული, ადამიანის უფლებების შელახვა, საზოგადოების ცნობიერება, აღზრდა, კანონმდებლობა, მედიაცია.

შემდგომ მონაწილეები განიხილავენ ამ პირობებს. ტრენერმა უნდა მიუთითოს იმ სტერეოტიპებზე, რომელიც სწორად მოქმედებს დაზარალებულთან და მოძალადესთან დაკავშირებით. დაზარალებულთან დაკავშირებული პირობები მიუთითებს პასიურობასა და უსასობის გრძნობაზე. მოძალადესთან დაკავშირებული პირობები ასოცირდება აქტიურ როლთან.

შენიშვნა ტრენერისათვის

ის. ასევე ძირითადი მოდელი. სავარჯიშო 2 „ძალადობის სახეობათა გაგება“. ამ სავარჯიშოს გამოყენება შეიძლება მონაწილეებისთვის ფსიქოლოგიური ძალადობის მაგალითების მოყვანის თხოვნისას.

2. დაზარალებულის მდგომარეობა

მნიშვნელოვანია, რომ პროფესიონალმა სოცმუშაკებმა გააცნობიერონ ძალადობის მსხვერპლი ქალები რატომ რჩებიან მოძალადესთან და რა შედეგები მოაქვს ძალადობას ქალების ფსიქოლოგიური და ფიზიკური მდგომარეობისთვის.

ამასთანავე, განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიექცეს ორ თემას, რომელიც განისილება სსვა „სპეციალურ მოდელეებში... სტოქჰოლმის სინდრომის განმარტება და მაგალითები შესულია სპეციალურ მოდელეში „სამართალდამცავი სისტემის მუშაკთა მომზადება“. ტრამეებისა და თერაპიისგანმარტება და მაგალითები შესულია სპეციალურ მოდელეში „მედიცინის მუშაკთა მომზადება“.

სამარჯიშო: უფლების მინიჭება

მოკლე შინაარსი: სავარჯიშო სრულდება მონაღისეების ან მცირე ჯგუფების მიერ და მისი ამოცანაა უკეთესად იქნას გაგებული ძალადობის მსხვერპლისთვის მიყენებული ფსიქოლოგიური ზარალი.

ამოცანები:

- ილუსტრირება, თუ როგორ ანგრევს ქალის პიროვნებას ძალადობა
- მსჯელობა და პასუხების მოძებნა ტიპურ კითხვებზე, კერძოდ: „ქალები რატომ უთმობენ ძალადობას? რატომ არ ცავენ ქალები თავს?..“

პროფესიონალს ყოველთვის ესმის რა მნიშვნელოვანია ის მიზეზები, თუ რატომ იქცევა პაციენტი ასე და მის ადგილას საკუთარი თავის წამოდგენა. ზოგჯერ პროფესიონალებს ჰგონიათ, რომ იციან როგორ გადაწყვიტონ პრობლემა იქამდე, სანამ მოუსმენენ ამ ქალებს.

მეთოდია: მუშაობა ჯგუფებში ან მონაღისედ

სასწავლო სახელმძღვანელო: ქაღალდის სუფთა ფურცლები (ბარათები), კალმები

სანგრძლივობა: 30-45 წუთი

გამოარკვეით არიან თუ არა მონაღისეები. დაურიგეთ მათ სუთი ბარათი და სთხოვეთ დაწერონ სუთი თვისება, რომელიც მათ ყველაზე უფრო მეტად მოსწონთ საკუთარ თავში. შემდეგ სთხოვეთ აირჩიონ და ერთი მათგანი გადმოგცენ. გამოართვით კიდევ ორი ბარათი. ამის შემდგომ თქვენ შეგიძლიათ მოელაპარაკოთ იმაზე, თუ რას გადმოგცემენ, თუკი თქვენ დაუბრუნებთ ერთ „ბარათს... ჰკითხეთ, ამასთანავე რას განიცდიან და როგორ შეესაბამება ეს ძალადობის დინამიკას.

შენიშვნა ტრენერისათვის:

თუ ჯგუფი ძალიან პატარაა, მაშინ რიგდება ბარათები და სავარჯიშოში მონაწილეობს ჯგუფის ყველა წევრი; დიდ ჯგუფში თქვენ შეგიძლიათ აირჩიოთ რამდენიმე მონაღისე. არ აიძულეთ მონაწილეობა მათ, ვისაც ეს არ სურს. არ დაუშვათ, რომ სსვა

მონაწილეებმა დაინახონ რა წერია ბარათებზე. სავარჯიშოს შერულების შემდეგ დასიეთ და გადაყარეთ ბარათები.

თუ ჩვენ ძალადობის დამნაშავეთა სტრატეგიას დავიჭერთ, მაშინ შევძლებთ დავიკავოთ განსაზღვრული ადგილი სასტიკ მოპყრობასთან მიმართებაში, განვინილოთ ის როგორც დანაშაული და ვიმოქმედოთ ქალთა უფლებების დასაცავად.

3. კრიზისული მხარდაჭერა

მოცემულ შემთხვევაში საკვანძო ფაქტორს წარმოადგენს საუბარი განსხვავებულ სამუშაო სიტუაციებზე. ეს ნაწილი ეძღვნება იმის პრაქტიკულ და თეორიულ შეფასებას, თუ რა მიაჩნიათ პაციენტებს მხარდაჭერად, რაც ხელს უწყობს ნდობას. ამასთანავე, უნდა გვანსოვდეს, როგორია კომპეტენტურობის დონე. მუშაობის პრაქტიკული მოცულობა შესაბამისი პროფესიონალური ჯგუფებისა და დაწესებულების, და როგორია მათი საზღვრები.

რეკომენდირებულია როლური თამაშების ადაპტირება კონკრეტულ სიტუაციებთან, რომლებშიც მონაწილეებს უწევთ მუშაობა. ამასთანავე შეუძლიათ კრიზისული კონსულტაციის, სახლში ფსიქოლოგიური კონსულტაციის, ტელეფონით კონსულტაციის ან დაფარული ძალადობის სიტუაციის მოდელირება.

სამარჯიშო: ძალადობის ფორმების აღწერა

მოკლე შინაარსი: იმ საკითხის განხილვა, თუ რა ძნელია ზედმიწევნით აღწერო სხვადასხვა ძალადობის გამოვლინება.

ამოცანები: ქალისთვის ძალზე მძიმეა საუბარი იმ ძალადობის, სასტიკი მოპყრობისა და დამცირების შესახებ, რომელშიც ის იმყოფებოდა, განსაკუთრებით მაშინ, თუ სთხოვენ ზედმიწევნით აღწეროს მოვლენა. მოცემული სავარჯიშოს ამოცანაა – შეძლო გაიგო, რამდენად ძნელია ამგვარი აღწერა.

მეთოდია: ჯგუფებში მუშაობა, განხილვა

სასწავლო სახელმძღვანელო: ფლიპ-ჩარტი, საწერკალამი

ხანგრძლივობა: 45 წუთი

მოამზადეთ ქალადის ფურცლები, რომელზეც მითითებულია ძალადობის სხვადასხვა ფორმები. მოახდინეთ მცირე ჯგუფების ფორმულირება და სთხოვეთ მათ ყურადღების მიპყრობა ქმედებაზე, რომელიც შეესაბამება შეთავაზებულ თემას. 20 წუთის შემდეგ მათ უნდა შეატყობინონ ჯგუფს საკუთარი მოსაზრების შესახებ დაფაზე შედეგების დაწერით. შემდგომ მონაწილეებმა უნდა ახსნან რას ნიშნავს თითოეული სიტყვა.

სამარჯიშო: შრომის პირობების განხილვა:

მოკლე შინაარსი: სამუშაო პროცესისა და შრომის პირობების განხილვა

ამოცანები:

- საკუთარი შრომის პირობების განხილვა
- იმ მეთოდებისა და შეცდომების შეცნობის შესწავლა, რომელსაც ადგილი აქვს მუშაობისას ქალებთან სასტიკად მოპყრობის შემთხვევებში.

მეთოდია: განხილვა მცირე ჯგუფებში

სასწავლო სახელმძღვანელო: ფლიპ-ჩარტის 4 ფურცელი, ფლომასტერი

მცირე ჯგუფები განიხილავენ შემდეგ საკითხებს:

- როგორ უდგებიან პროფესიონალები დაზარალებულს?
- როგორი რეაქციაა სწორი/არასწორი?

განიხილეთ დროისა და ადგილის შერჩევა. სწორად გონივრულია საუბრის გადატანა, თუ თქვენ არასაკმარისი დრო გაქვთ, ან ადგილი, სადაც სართ, არ გაძლევთ უფლებას უზრუნველყოთ კონფიდენციალობა და უსაფრთხოება. გახსოვდეთ იმ რისკის შესახებ, რომელსაც სვდება ქალი (მოძალადეს შეუძლია უთვალთვალოს მას თქვენთან შესვედრის ადგილამდე)

შენიშვნა ტრენერისათვის:

მონაწილეებმა უნდა განიხილონ არა შეცდომები, არამედ მუშაობის წოგადი ნასიათი (ან სხვა პროფესიონალური ჯგუფების

მუშაობა, რომლებთანაც ისინი თანამშრომლობენ).

სამარჯშო: მოძალადის სტრატეგია

ამ შემთხვევაში ასევე რეკომენდირებულია წინასწარ მომზადებული მაგალითები და როლური თამაშები მოძალადესთან შეჯახების მოდელირებისათვის, რათა ასწავლო მონაწილეებს კონსულტირებისას გაერკვნენ მოძალადის სტრატეგიაში. როლური თამაშები უნდა შეიცავდეს ისეთ ასპექტებს, როგორიცაა „კონსულტაციები ერთად მცხოვრებ პირთათვის... „სახლში სტუმრობისას შესვედრა მოძალადესთან.. და „ინდივიდუალური საუბარი ძალადობისკენ მიდრეკილ მამაკაცებთან“. მონაწილეებისგან მაქსიმალური ინფორმაციის მისაღებად პროფესიული მუშაობისთვის მნიშვნელოვანია შემდგომი მსჯელობა.

თემა ბ. მოძალადეებთან მცხოვრებ მიგრანტთა მდგომარეობა

შესავალი

სოციალურად დაუცველი და დისკრიმინირებული საზოგადოებრივი ჯგუფები განსაკუთრებით სწორად ფრთხილიან. მნიშვნელოვანია იმის გაგება და გაცნობიერება, რამდენად რთულია აიძულო საკუთარი თავი და ისაუბრო სხვა კულტურისა და ენის გარემოცვაში, განსაკუთრებით თუ საუბარი ენება პირად პრობლემებს.

გარდა ამისა, უნდა განიხილო ცსოვრების შედეგები სხვა ქვეყანის უცნობი კანონებითა და ჩვეულებებით.

რეკომენდირებულია მომზადდეს დასარიგებელი მასალა მონაწილეებისთვის მიგრანტთა უფლებებისა და იურიდიული სტატუსის მსგავსი აღწერით, ან მიეცეთ მათი განმარტება. თქვენ უნდა განიხილოთ ისეთი თემები, როგორცაა ძალადობისგან დაცვა, იურიდიული დაცვის სელმისაწვდომობა, საკანონმდებლო ნორმები უცხოელ მოქალაქეებზე და ქორწინება უცხოელ მოქალაქეებთან, სამუშაო უფლება, კანონითა ვაშუსაფრის მიცემაზე, სოციალური უზრუნველყოფის უფლება და ა.შ.

კონკრეტული სიტუაციის ანალიზი

პასუხები ზოგიერთ კითხვაზე განსაკუთრებულ/დამატებით ბარიერებზე, რომელსაც ქალები აწყდებიან (დისკრიმინაცია რასობრივი და ეთნიკური ნიშნით, სარწმუნოების, სექსუალური ორიენტაციის, ფიზიკური ან ფსიქოლოგიური უმოქმედობა, სოციალური წარმოშობა და ა.შ.)

თემა 8. იურიდიული ინფორმაცია

ეს ნაწილი შეიცავს ძალადობისგან დაცვის იურიდიული ზომების, ძალადობის მსხვერპლი ქალებისა და ბავშვების მხარდაჭერის სხვა ფორმების შესახებ ძირითად ცოდნას.

რომელი უმნიშვნელოვანესი საკანონმდებლო აქტები იცავს დაზარალებულს?

- როგორია ჩემი უფლებები და მოვალეობები, როგორც აღნიშნული პროფესიონალური ჯგუფის წარმომადგენლის?
- როგორია მოვალეობა სხვა პროფესიონალური ჯგუფების, რომელთანაც მე ვთანამშრომლობ (პოლიცია, მედიცინის მუშაკებთან სავალდებულო მიმართვა და ა.შ.)
- ამ მეცადინეობაზე რეკომენდირებულია პროფესიონალი იურისტის მოწვევა, რომელიც შეძლებს არა მხოლოდ დაზარალებულის უფლებებზე, არამედ შესაბამის პროფესიონალურ ჯგუფებთან დაკავშირებულ სამართლებრივ სიტუაციაზეც საუბარს.

სამარჯშომო: კონსულტაცია

მოკლე შინაარსი: მოდელირებული კონსულტაცია

ამოცანები:

- კონსულტაციების ჩვევების განხილვა და გამომუშავება
- გარემოებებისა და უსაფრთხოების უზრუნველყოფის საკითხების განხილვა კონსულტაციების ადგილზე.

მეთოდია: როლური თამაში: 1 კონსულტაციის მსურველი პირი, 1 კონსულტანტი, მინიმუმ 1 დამკვირვებელი, შემდგომი განხილვა.

პუნქტიში/საკონსულტაციო ცენტრში მოდის ქალი და ამბობს, რომ ის ძალადობის მსხვერპლია. სოცმუშაკები ან ფსიქოლოგები კონსულტაციას უწევენ მას.

კითხვები კონსულტაციის მსურველისთვის:

- რას განვიცდიდი? საკმარისად ვენდობოდი თუ არა სპეციალისტებს, რათა მომეთხრო მათთვის თუ რა გადამხდა?
- რა იყო კარგი და რა ცუდი?
- კიდევ რა მესაჭიროებოდა?

მცირე ჯგუფი ადგენს საჭიროებების ნუსხას, შეგრძნებები და მოლოდინები ნაცვ-ში ქალის, რომელმაც მიმართა დასახმარებლად. შემდეგ მოუთხრობს დიდ ჯგუფს იმის შესახებ, როგორ შეუძლია კონსულტანტს ჩაუნერგოს უსაფრთხოების გრძნობა და თვითდაჯერება. შემდგომი მსჯელობის დროს ტრენერმა საწი უნდა გაუსვას უსაფრთხოების გეგმის აუცილებლობას.

შენიშვნა ტრენერისათვის:

როლური თამაშების ჩატარება უფრო ადვილია სტუდენტებთან; სწორად პროფესიონალები უსაღისოდ დემონსტრირებენ კონსულტირების უნარს. გარდა ამისა, როლური თამაშის ჩატარება უფრო ადვილია მცირე ჯგუფებში, რომლებიც ნაკლებ წინააღმდეგობას უწევენ. თუ ტრენერს უნდა მონაწილეები დაარწმუნოს როლური თამა-

შის აუცილებლობაში, მაშინ, პირველ რიგში, ის თვითონ მას უნდა მოსწონდეს! ამავე დროს როლური თამაში ძალიან კარგად ემხარება კონსულტაციის მსურველი პირის გრძნობის გაგებას.

საჭიროა:

- მოყოლისას, თუ რა შთაბეჭდილება მოახდინა თქვენზე როლურმა თამაშმა და რა როლი შეასრულეთ თქვენ მასში, ისაუბროთ მესამე პირის სახელით.
- როლური თამაშის დროს დააკვირდეთ თქვენს შეგრძნებებს
- როლური თამაშის შემდგომ თქვენი შთაბეჭდილება და მიღებული გამოცდილება აუცილებელია განისილოთ დიდ ჯგუფში

ვარიანტი:

როლური თამაში: 4 როლი და 1 დამკვირვებელი; სოცმუშაკი, პატრული, ექიმი და ა.შ. ტარდება კონფერენციის ფორმით: „როგორ იბრძვით ძალადობის წინააღმდეგ ქალებთან მიმართებაში?..“

ინტერვენცია (ჩარევა/რეაბილიტაცია)

პრევენტივის თემები:

- ეფექტური რეაგირების მიზნები ოჯახში ძალადობის შემთხვევებზე
- ინტერვენცია: საკვანძო ელემენტების მიმოხილვა
- ნაბიჯები შემდგომ დაკვირვებაზე

შესავალი

რეალურად როგორ დაეხმარებიან მედიცინის მუშაკები ოჯახში ძალადობის მსხვერპლებს? ნუთუ შესაძლებელია დახმარება იმ მცირე ჯგუფში, რომელიც შენ შეგიძლია დაუთმო პაციენტს? აღმოჩნდა, რომ შესაძლებელია. მთავარია იცოდეთ როგორ და ეფექტურად შეძლო ამ დახმარების გაწევა.

ოჯახში ძალადობის მსხვერპლი ქალის მხარდაჭერა მსოფლიო დისციპლინათშორისი მიდგომის გამოყენებით შეიძლება იყოს ეფექტური. ამ შემთხვევაში თვითონ ქალი იღებს გადაწყვეტილებას იმის შესახებ, მედიცინის რომელ მუშაკს ესაუბროს თავის მდგომარეობაზე. ასევე ქალი იღებს გადაწყვეტილებას იმის შესახებ, როდის გააკეთოს ეს. სწორედ ქალია პასუხისმგებელი ინტერვენციის პროცესზე და ამასთანავე სამედიცინო დაწესებულების თანამშრომლები პატივისცემით ეპყრობიან მის გადაწყვეტილებას.

ინტერვენციის საბოლოო შედეგი აუცილებელია განდეს ძალადობის სიტუაციიდან სასწრაფო გამოსვლა. აუცილებელია ინტერვენციის ახალი პროფილაქტიკური სახეობები, რომელიც გულისხმობს კონტროლისა და ძალადობრივი ქცევის შეცვლას არაძალადობრივი ქცევითა და მხარდაჭერით. ლიტერატურაში, რომელიც არსებობს ოჯახში ძალადობის შესახებ, შეიძლება სწორედ შეხვდეთ იმის მტკიცებას, რომ მდგომარეობიდან საუკეთესო გამოსავალი წასვლაა. ამასვე ამტკიცებენ ზოგიერთი იურისტებიც. აღნიშნული კვლევა ამტკიცებს, რომ ნაცემ ქალთა უმრავლესობა ბოლოსდაბოლოს თავს ანებებს იმ ურთიერთობებს, რომელშიც ისინი ძალადობის მსხვერპლნი იყვნენ. თუმცა წასვლა, – ეს არის პროცესი და სწორედ ქალები უბრუნდებიან თავიანთ მოძალადეს რამდენჯერმე. ეს ნორმალური, ამ პროცესისთვის დამახასიათებელი მოვლენაა და სწორედ ასე უნდა აღვიქვათ.

რისი გაკეთება შეუძლია მედიცინის მუშაკს? უპირველესად, თქვენ შეგიძლიათ დაეხმაროთ ქალს და შეამციროთ მისი იზოლირებულობის გრძნობა, – ეს სომ ყველაზე მთავარი შეგრძნებაა, რომელსაც ის განიცდის. თქვენ ასევე შეგიძლიათ მისი ცხოვრება გახადოთ უფრო უსაფრთხო (შეიმუშაოთ უსაფრთხოების გეგმა). თქვენ შეგიძლიათ

გამონათვით წუხილი, თანაგრძნობა და პატივისცემა, ასევე მისცეთ შესაძლებლობა თვითონ აირჩიოს როგორ მოიქცეს, როგორი დახმარებით ისარგებლოს და დამოუკიდებლად გადაწყვიტოს, როგორ შეცვალოს თავისი ცხოვრება უკეთესობისკენ.

ინტერვენცია სთავაზობს ქალს ფსიქოლოგიურ მხარდაჭერას, პირადი მხარდაჭერის სისტემის განსაზღვრში დახმარებას და ძალადობის გაძლიერების შემთხვევაში უსაფრთხოების გეგმას. გარდა ამისა, აუცილებელია ქალს მიაწოდო სრული ინფორმაცია კრინისულ ცენტრებზე, სოციალურ და იურიდიულ სამსახურებზე, სადაც მას შეუძლია მიმართოს დახმარებლად. უაღრესად მნიშვნელოვანია ძალადობის ისტორიის ზედმიწევნითი დოკუმენტაციის შედგენა: ძალადობის სახეობის განმარტება, ფიზიკური (ემოციონალური, სექსუალური) ძალადობის აღწერა. ეს დოკუმენტები შეიძლება გამოყენებულ იქნეს თუ ქალი მოისურვებს მოძალადის პასუხისმგებლობაში მიცემას.

ორი უმთავრესი პრინციპი, რომელიც უნდა დაიცვა პაციენტთან საუბრისას:

1. არ მისცეთ პირადი ნახიათის რჩევა მის მომავალ ცხოვრებასთან დაკავშირებით (მაგალითად, გაშორდით, ან დააშინეთ, რომ პოლიციაში უჩივლებთ);
2. არ დაკითხოთ ქალი ქმრის/პარტნიორის მხრიდან ძალადობის სიტუაციაში მის ქცევებთან დაკავშირებით, რამდენადაც ძალადობის სიტუაციაში პირველ ადგილზე უნდა იყოს ძალადობის ფაქტი და არა დაზარალებული მხარის ქცევა.

ყოველთვის უნდა გვასსოვდეს იმის შესახებ, რომ თქვენ მის მდგომარეობაში არ ყოფილხართ და ამიტომ არ შეგიძლიათ განსაჯოთ სწორად მოიქცა თუ არა ის.

რა უნდა გავაკეთოთ? მოდით განვიხილოთ დახმარების ძირითადი მომენტები, ანუ ინტერვენცია სიტუაციაში

ეფექტური რეაგირების მიზნები ოჯახში ძალადობის შემთხვევებზე:

- დაზარალებულის უსაფრთხოების უზრუნველყოფა
- მხარდაჭერა დაზარალებულისა და მისი ბავშვების დასაცავად
- ამის განსახორციელებლად სპეციალისტმა უნდა:
 - დააფასოს პაციენტის გამოცდილება
 - გაუწიოს მხარდაჭერა
 - მიაწოდოს ინფორმაცია რესურს-ცენტრების/შესაძლებლობების შესახებ

რეკომენდაციები ტრენერისათვის:

მონაწილეების ყურადღება განსაკუთრებულად მიაპყარით იმაზე, რომ ინტერვენციის მიზანი არ მდგომარეობს ოჯახში ძალადობის მსხვერპლის იძულებაში მიატოვოს თავისი მოძალადე, „გამოასწოროს“ სიტუაცია ან ჩაატაროს ფსიქოთერაპიის სიანსი, არამედ მისი მიზანია მიაწოდოს აუცილებელი ინფორმაცია და გაუწიოს მხარდაჭერა.

ინტერვენცია: საკვანძო ელემენტების განხილვა

- მოუსმინო, მიიღო მისი ინფორმაცია და შესვიდე კონტაქტში
- გამონატო მხარდაჭერა და პატივისცემა
- განისილო პაციენტის უსაფრთხოების საკითხები
- მიაწოდო ინფორმაცია ოჯახში ძალადობაზე
- ურჩიო, სად შეუძლია კიდევ მიმართოს
- პაციენტთან შედგომი ურთიერთობების ინიცირება

ინტერვენცია №1: პაციენტთან ურთიერთობა და თქვენი პოზიცია

- უჩვენეთ პაციენტს, რომ თქვენ ღელავთ მის უსაფრთხოებასა და ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე
- თქვენ გესმით, რომ ის რთულ სიტუაციაშია და გსურთ მის იდეას მხარი დაუჭიროთ
- ის მარტო არ არის და შეიძლება გამოსავლის პოვნა ამ სიტუაციიდან
- მიანიშნეთ, რომ ის არ არის დამნაშავე, ძალადობის პროვოცირება მას არ მოუხდენია: არავინ არ იმსახურებს სასტიკ მოპყრობას
- თქვენ აფასებთ მის ნდობას და გამოსავლის პოვნის სურვილს

რეკომენდაციები ტრენერისათვის:

წარმოუდგინეთ დაზარალებულს მხარდაჭერის გამომსატველი მაგალითები („თქვენ

ეს არ დაგიმსახურებიათ. ოჯახში ძალადობას გამართლება არ აქვს. თქვენ უკეთესს იმსახურებთ;“ „მე მოხარული ვარ, რომ მიაბზეთ ამის შესახებ. მინდა ვიცოდე ამ პრობლემის შესახებ, რათა ერთად შევძლოთ მუშაობა იმაზე, თუ როგორ შევინარჩუნოთ თქვენი უსაფრთხოება და ბედნიერება“; „მე ძალიან შეშფოთებული ვარ. ეს თქვენ გაზარალებთ (ასევე თქვენს ბავშვებს)“; ეს რთული პრობლემაა. ზოგჯერ დიდი დრო გადის იქამდე, სანამ გადაჭრი მას“; „თქვენ არ ხართ მარტო მდგომარეობაში გარკვევის მცდელობისას. არის ზოგიერთი შესაძლებლობა. მე მხარს ვუჭერ თქვენს არჩევანს“). თქვენ ასევე შეგიძლიათ სთხოვოთ მონაწილეებს მოიყვანონ თავიანთი მაგალითები.

ქალებთან ურთიერთობისათვის რეკომენდირებული ვარიანტები:

- რამდენადაც ძალადობის მსხვერპლი ქალები სწორად არიან იზოლაციაში, დაარწმუნეთ ისინი, რომ ისინი მარტო არ არიან, მათთვის აუცილებელია გაიგონ იმის შესახებ, რომ მრავალი ქალი განიცდის ძალადობას პარტნიორის მხრიდან. გარდა ამისა, მნიშვნელოვანი იქნება იმის შეტყობაც, რომ შესაძლებელია დახმარებისა და მხარდაჭერის მიღება და მედიცინის მუშაკები მზად არიან მიაწოდონ ინფორმაცია ამ მხარდაჭერის შესახებ. ასეთი საუბარი შეიძლება გახდეს პირველი ნაბიჯი არსებობისათვის ძალადობის გარეშე;
- უთხარით, რომ ძალადობა არავითარ შემთხვევაში არ წარმოადგენს ქცევის

მისაღებ ნორმას – ქალებს სომ სწირად ესმით იმის შესახებ, რომ ისინი დამნაშავეები არიან იმაში, რომ მოძალადე მიმართავს ძალადობას. ძალადობას გამართლება არ აქვს;

- უცილებელია ქალებს უთხრათ იმის შესახებ, რომ თქვენი საუბარი ყოველთვის იქნება უაღრესად კონფიდენციალური;
- მნიშვნელოვანია ძალადობის ფაქტების დაფიქსირება კონკრეტული ტერმინებით ავადმყოფობის ისტორიაში. ამასთანავე, საჭიროა უთხრათ ქალს იმის შესახებ, რომ ეს მტკიცებულებები იქნება გამოყენებული მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ის თვითონ მიიღებს გადაწყვეტილებას გამოიყენოს ის სასამართლოში თავის დასაცავად;
- უცილებელია მიაწოდოთ ქალს ინფორმაცია ძალადობის ციკლის დინამიკაზე;
- გარდა ამისა, მნიშვნელოვანია განისილთ სიტუაციიდან გამოსვლის შესაძლო ვარიანტები, მიაწოდოთ ინფორმაცია კრიზისული ცენტრების ან სხვა ორგანიზაციების შესახებ, სადაც შესაძლებელია დახმარების მიღება.

საუბრის დროს აუცილებელია გაარკვიოთ საფრთხის დონე, რომელიც ემუქრება ქალისა და მისი ბავშვების სიცოცხლეს. თუ ქმარი (პარტნიორი) მიმართავს ძალადობას იარაღის გამოყენებით ან მძიმე საგნით, თუ მან ეს ჩაიდინა ქალის დასრჩობის მიზნით, თუ ის დაემუქრა მას სიკვდილით, მაშინ, მოცემული სიტუაცია სერიოზულ საფრთხეს უქმნის თქვენი პაციენტის სიცოცხლეს. შესაძლებელია, ამ სიტუაციაში აუცილებელი იყოს უსაფრთხოების გეგმის მოფიქრება.

ინტერვენცია №2: მიაწოდეთ პაციენტს ინფორმაცია ოჯახში ძალადობაზე

- ოჯახში ძალადობა ძალიან გავრცელებულია. ოჯახში ძალადობა პრობლემაა, რომელიც უარყოფით ზემოქმედებას ახდენს პაციენტებისა და მათი ბავშვების ჯანმრთელობაზე. ძალადობა შეიძლება გაძლიერდეს; ასევე იზრდება მის მიერ მიყენებული ზიანი;
- ფიზიკური ძალადობა მხოლოდ ერთერთი შემადგენელი ნაწილია;
- ოჯახში ძალადობა განმეორებადია და მისი ინტენსივობა ნაწილობრივ იზრდება დროთა განმავლობაში;
- ბავშვები იტანჯებიან ოჯახში ძალადობის გამო: სასტიკი მოპყრობის და იმის გამოც, რომ ისინი სედავენ ძალადობას ან ისმენენ შეურაცხყოფას;
- ოჯახში ძალადობის აღკვეთა – მოძალადის, და არა დაზარალებულის პასუხისმგებლობა;
- გარემოცვის დახმარებითა და მხარდაჭერით დაზარალებულებმა შეიძლება უკეთესად დაიცვან საკუთარი თავისა და ბავშვების უსაფრთხოება;
- ჩამოთვალეთ თქვენთვის სელმისაწვდომი დახმარება: ჯანდაცვა, კრიზისული ცენტრები, იურიდიული ორგანიზაციები და ა.შ.

ინტერვენცია №3: დამატებითი მხარდაჭერის წყაროები

რეკომენდაციები ტრენერისათვის:

ტრენერმა აუცილებლად უნდა შეადგინოს საინფორმაციო დასარიგებელი ფურცელი.

სადაც მითითებული იქნება ოჯახში ძალადობის საკითხზე მომუშავე ადგილობრივი რესურს-ცენტრები, ორგანიზაციები, სადაც შეიძლება გაუშვა პაციენტი.

პაციენტის ყურადღება მიაქციეთ ადგილობრივი რესურსებისაკენ:

- იურიდიული და ფსიქოლოგიური მხარდაჭერა, რომელიც თქვენს სამედიცინო დაწესებულებაში არსებობს;
- სპეციალიზირებული იურიდიული მხარდაჭერა, კონსულტაციები, კრიზისული ცენტრები, თავშესაფარი, თუკი ასეთი არსებობს თქვენს რეგიონში;
- სპეციალური სამსახურები.

რეკომენდაციები ტრენერისათვის:

პრეზენტაციის ამ ნაწილის შევსება აუცილებელია ცალკეული სემინტებით ადგილობრივი ორგანიზაციების მუშაობის შესახებ, რომლებიც უწევენ დახმარებას ოჯახში ძალადობის მსხვერპლს: კერძოდ, რა სახის დახმარებას უწევენ კონკრეტულად, მაგალითად, კრიზისული ცენტრები, როგორია მისი მუშაობის პრინციპები და ა.შ. ჩვენ გირჩევთ მსგავსი ორგანიზაციიდან მოიწვიოთ სპეციალისტი (სოციალური მუშაკი, ფსიქოლოგი და ა.შ.) აღნიშნული პრეზენტაციის ჩასატარებლად.

ინტერვენცია №4: უსაფრთხოების გეგმა

თუ ქმარი (პარტნიორი) მიმართავს ძალადობას იარაღის ან მძიმე საგნის გამოყენე-

ბით, თუ ის ეცადა დაესრულო ქალი, თუ ის დაემაუქრა მას მოკვლით, მაშინ, მოცემული სიტუაცია წარმოადგენს სერიოზულ საფრთხეს თქვენი პაციენტის სიცოცხლისათვის. თქვენ შეგიძლიათ იხსნათ მისი სიცოცხლე, თუ მიახვედრებთ პაციენტს დაგვემოს საკუთარი უსაფრთხოება.

უსაფრთხოების გეგმის შედგენისას დაიცავით შემდეგი პრინციპები:

- პატივი ეცით მის არჩევანს და ნუ აიძულებთ
- ნუ მისცემთ რჩევებს (მაგალითად, მიატოვოს ქმარი), მან თვითონ უნდა გადაწყვიტოს
- შეიმუშავეთ უსაფრთხოების გეგმა, თუკი ის გადაწყვეტს დარჩეს მოძალადესთან. განსაკუთრებით მაშინ, თუკი მის სიცოცხლეს საფრთხე ემუქრება
- განიხილეთ მსხვერპლის მოძალადისგან წამოსვლის შესაძლებლობები სიცოცხლისათვის საშიშ სიტუაციებში
- დარწმუნდით, რომ შედგენილი უსაფრთხოების გეგმა არის მოქმედი და შესრულებადი

გეგმის შედგენა დაიწყეთ ფრაზით: „მოდი, მოვიფიქროთ, რის გაკეთება შეგიძლიათ თქვენ სასიფათო სიტუაციაში“.

წარმართეთ საუბარი პაციენტთან, მაგრამ თავი აარიდეთ რჩევების მიცემას! ისაუბრეთ ამგვარი ფრაზებით: „კიდევ რის გაკეთება შეგიძლიათ?, „კიდევ ვინ შეძლებდა თქვენს დახმარებას? და ა.შ.

თუ სიტუაცია პაციენტის სიცოცხლეს საფრთხეს უქმნის, მაშინ გულდასმით მოიფიქრეთ უსაფრთხოების გეგმა.

უსაფრთხოების გეგმა, რომელიც შეიძლება შესთავაზო პაციენტს:

- გათვალეთ თქვენი ქმედება იმ შემთხვევაზე, თუ ძალადობის აქტი კვლავ განმეორდება
- ისაუბრეთ ძალადობის შესახებ მასთან, ვისაც ენდობით (მეგობრები, ნათესავები)
- იპოვეთ ისეთი ადგილი, სადაც შეძლებდით წასვლას საფრთხის არსებობის შემთხვევაში

იმსჯელეთ უსაფრთხო გეგმაზე მასთან ერთად

- მოილაპარაკეთ მეზობლებთან, რომ მათ გამოიძახონ პატრული, თუკი გაიგონებენ სმაურს და ყვირილს თქვენი ბინიდან;
- დამალეთ სახლის (მანქანის) სათადარიგო გასაღები ისე, რომ საჭიროების შემთხვევაში სწრაფად დატოვოთ სახლი;
- უსაფრთხო, მაგრამ ხელმისაწვდომ ადგილას დამალეთ ფული, ტელეფონების წიგნი, პასპორტი, ბავშვების საბუთები და სხვა მნიშვნელოვანი საბუთები, ასევე, ზოგიერთი ტანსაცმელი და საჭირო წამალი;
- წინასწარ მოელაპარაკეთ მეგობარს, ნათესავებს საფრთხის შემთხვევაში შე-

საძლო დროებითი თავშესაფრის მოცემის შესახებ;

- ეცადეთ გაანადგუროთ ყველა საგანი, რომელიც დაესმარებოდა მოძალადეს თქვენს მოძებნაში (ჩანაწერთა წიგნაკი, კონვერტები მისამართებით და ა.შ.);
- წინასწარ შეიტყვეთ ადგილობრივ სამსახურთა ტელეფონის ნომრები, რომლებიც შეძლებენ თქვენს აუცილებელ მხარდაჭერას (კრიზისული ცენტრი ქალებისათვის, ნდობის ტელეფონი და ა.შ.);
- წინასწარ გადაწყვიტეთ, ძვირფასი ნივთებიდან (იუველური ნაწარმი და ა.შ.) რას წაიღებთ თან. აუცილებლობის შემთხვევაში ყოველთვის შესაძლებელია მისი გაყიდვა ან დაგირავება;
- თუ სიტუაცია კრიტიკულია, მაშინ დაუყონებლივ დატოვეთ სახლი, მაშინაც კი, თუკი ვერ შეძელით აუცილებელი ნივთების აღება. დაისსომეთ, რომ თქვენი სიცოცხლე საფრთხეშია.

ნაბიჯები მომავალი დაკვირვებისთვის:

1. დანიშნეთ შემდგომი მიღება. დარწმუნდით იმაში, რომ პაციენტს ხელი მიუწვდება მკურნალ ექიმთან. შემდგომ შესვედრაზე ჰკითხეთ პაციენტს იმის შესახებ, რა ხდებოდა წინა ვიზიტის შემდგომ;
2. გადახედეთ სამედიცინო დოკუმენტაციას. ჰკითხეთ პაციენტს ძალადობის წარსულ შემთხვევებზე, რომელიც ასახულია მისი ავადმყოფობის ისტორიაში. დაარწმუნეთ ის თქვენს შემოთვალისწინებულ პრობლემის განხილვის მზაობაში.

შეჯამება:

ოჯანში ძალადობა სსვა პრობლემების მსგავსად (მოწევა, მაღალი არტერიული წნევა და ა.შ.) სშირად თსოულობს არაერთგზის ჩარევას გარკვეული დროის განმავლობაში, სანამ ის გადაიჭრება.

რეკომენდაციები ტრენერისათვის

გაცით პასუხი 2-3 კითხვას ან განისილეთ მონაწილეთა გამოცდილება. ჩაატარეთ ერთი შემთხვევის მინი დემონსტრაცია, რომელიც აღწერილია ამ თავში.

დასარიგებელი მასალა

კალაძობის სახეობი ქალებთან მიმართებაში

1. ფიზიკური ძალადობა:

ხელის კვრა, დაჭერა, დატაცება, დაგდება, შეფურთხება, დარტყმა მუშტით ან ხელით, ან სხვა საგნით, დაკავება, დასრჩობა, ცემა, პანდურის ამორტყმა, იარაღის გამოყენება, დამწვრობა, მსხვერპლის სოციალურ და სამედიცინო დახმარების ხელმისაწვდომობის კონტროლი და ა.შ.

2. სექსუალური ძალადობა:

მუდმივი სექსუალური ზეწოლა, სექსუალური ურთიერთობის იძულება ძალის გამოყენებით, მუქარა ან შანტაჟი (გაუპატიურება; სექსუალური ურთიერთობის იძულება ქალისთვის მიუღებელი ფორმით; სექსუალური ურთიერთობის იძულება სხვა ადამიანების თანდასწრებით; სექსუალური ურთიერთობის იძულება ბავშვების ან მესამე პირის თანდასწრებით; ფიზიკური იძულება სექსზე ან ტკივილის მიყენება, მსხვერპლის ჯანმრთელობისათვის ზიანის მიყენება სექსუალური ნასიათის მოქმედების გამოყენებით და ა.შ.

3. ფსიქოლოგიური ძალადობა:

ვერბალური შეურაცხყოფა; შანტაჟი; ძალადობის აქტი ბავშვებთან ან სხვა პირებ-

თან მიმართებაში პარტნიორზე კონტროლის მოსაპოვებლად; მუქარა ძალადობის გამოყენებაზე საკუთარი თავის, მსხვერპლის ან სხვა პირებისადმი; დაშინება ძალადობის მუქარით შინაურ ცხოველებთან მიმართებაში ან პირადი ნივთების ხელყოფა; თვალთვალი; კონტროლი მსხვერპლის საქმიანობაზე; კონტროლი მსხვერპლის საურთიერთო წრეზე; კონტროლი მსხვერპლის ხელმისაწვდომობაზე სხვადასხვა რესურსებთან (სოციალური ან სამედიცინო დახმარების მიღება, მედიკამენტები, ავტოტრანსპორტი, მეგობრებთან ურთიერთობა, განათლების მიღება, სამუშაო და სხვა); ემოციური ძალადობა; მსხვერპლის იძულება მისთვის დამამცირებელი მოქმედების შესრულებაზე; კონტროლი მსხვერპლის დღის განრიგზე და სხვა.

4. ეკონომიური ძალადობა:

უარი ბავშვების რჩენაზე; შემოსავლის დამალვა; ოჯახური სახსრების სარჯვა; უმეტესი ფინანსური გადაწყვეტილების თვითნებური მიღება – ეს, შესაძლოა, გამოინატოს იმით, რომ პროდუქტების შექმნისას არ მოხდეს ბავშვებისა და ცოლის საქიროებების გათვალისწინება, და შედეგად, ბავშვებმა შესაძლოა ვერ მიიღონ მათი ასაკისთვის აუცილებელი საკვები;

ცოლს ავალდებულებს რაიმეს შექმნისას ანგარიში ჩააბაროს ქვითრებით და ა.შ.

5. ბავშვების გამოყენება ზრდასრულ მსწვერპლზე კონტროლის მოსაპოვებლად:

ფიზიკური ან სექსუალური ძალადობა ბავშვებზე; ბავშვების გამოყენება მძევლებად; ბავშვების იძულება ფიზიკური ან ფსიქოლოგიური ძალადობის შესასრულებლად ზრდასრულ მსწვერპლზე; მშობლის უფლებებისთვის ბრძოლა ბავშვებზე მუქარისა და მანიპულირების გზით. ბავშვების მონახულების გამოყენება ზრდასრულ მსწვერპლზე კონტროლის მოსაპოვებლად; საყვედურები, გამონატული ისეთი სიტყვებით, როგორიცაა „შენ ცუდი დედა ხარ, რადგან მუშაობა გინდა“, და ა.შ.

ბავშვებს და მოზარდებს შორის ქალების მიმართ არსებული ძალადობის

ბანსაზღვრად

მუხლი 1

არსებული დეკლარაციის ჩარჩოში ტერმინი „ძალადობა ქალებთან მიმართებაში“ ნიშნავს სექსუალური ნიშნის საფუძველზე ჩადენილ ნებისმიერ ძალადობის აქტს, რომელიც აყენებს ან შესაძლოა მიაყენოს ფიზიკური, სექსუალური ან ფსიქოლოგიური ზიანი ქალის ჯანმრთელობას, ან ტანჯვა, ასევე, ასეთი აქტის ჩადენით დაშინება, იძულება ან თავისუფლების თვითნებური აღკვეთა, იქნება ეს საზოგადოებრივი თუ პირადი ცნობრება.

მუხლი 2

ძალადობა ქალებთან მიმართებაში უნდა განიხილებოდეს ქვემოთმოყვანილის შესაბამისად, მგრამ არ უნდა იქნას შემოთავრებული ამით:

- ა) ფიზიკური, სექსუალური და ფსიქოლოგიური ძალადობა ოჯახში, მათ შორის ცემა, ოჯახში სექსუალური ძალადობა გოგონებთან მიმართებაში, გაუპატიურება ქორწინებაში, გენიტალური დაზიანებები ქალებში და სხვა ტრადიციული პრაქტიკა, რომელიც ქალს აყენებს ზიანს, ძალადობა ქორწინების გარეშე, რომელსაც მიჰყავს ექსპლუატაციამდე;
- ბ) ფიზიკური სექსუალური და ფსიქოლოგიური ძალადობა საზოგადოებაში, მათ შორის გაუპატიურება, სექსუალური ძალადობა, სექსუალური მედიცინა, სამუშაოზე და სასწავლო დაწესებულებებში, სექსუალური ვაჭრობა და პროსტიტუციის იძულება.
- გ) ფიზიკური სექსუალური და ფსიქოლოგიური ძალადობა სახელმწიფოს მხრიდან, იმის მიუხედავად სად სდება ეს.

ფსიქოლოგიური ძალადობის

სახეები

იზოლაცია

მაგალითები: ტელეფონის ჩაკეტვა სხვა ოთახში; შეურაცხყოფა ქალის მეგობრების მისამართით და ა.შ.

რეალობის დამახინჯებული აღქმა

მაგალითები: საყვედურები საკუთარი თავის მიმართ („მე – არაფრის მაქნისი ვარ“); გამართლების ძიება მოძალადის ქმედებებში („ექვიანობს – ესე იგი, ვუყვარვარ“).

უფლებების შეზღუდვა

მაგალითები: მუდმივი სატელეფონო ზარები ქმრისგან, რომლის მიზანია ქალის სახლში ყოფნის შემოწმება, ძილის შეზღუდვა.

დამცირება

მაგალითები: სიტყვიერი შეურაცხყოფა; მუდმივად გამეორება ისეთი ფრაზების, როგორიცაა – „შენ არაფრის მაქნისი ხარ“ და ა.შ.

უსარგებლო ქმედებების შესრულების იძულება

მაგალითები: კაცი აიძულებს, რომ პირსახოცი ჩამოიკიდოს მსოლოდ ერთგვარად; მოთხოვნა, რომ ფენსაცმლის ძირები ყოველთვის გაწმენდილი იყოს და ა.შ.

დაშინება

მაგალითები: საგნების დაზიანება; დაშინება იმ სახით, როგორიცაა: „მე ყველგან გიპოვნის“, და ა.შ.

ქალზე სრული კონტროლი

მაგალითები: საერთო საბანკო ანგარიშის მოხმარების დახურვა; აკრძალვა; ქალის იძულება მუდმივად სთხოვოს ფული მოძალადეს და ა.შ.

დამშვიდების იშვიათი პერიოდები

მაგალითები: მოულოდნელი საჩუქრები, ერთობლივი ოჯახური დასვენება.

სტრუქტურული კალაღობის

სახეები

ძალადობის სახეები წარმოადგენს საზოგადოების ანარეკლს, რომელშიც ადგილი აქვს სექსიზმსა და გენდერული პრინციპების სოციალიზაციას. ამას მიყვაროთ ძალადობის მოთმენამდე საზოგადოებაში და ძალადობის სახეები „ნორმალურ მოვლენად“ აღიქმება.

იზოლაცია

მაგალითად შეიძლება გამოდგეს ისეთი სტერეოტიპები, როგორიცაა - „ქალი უნდა იჯდეს სახლში“; „ექვიანობა – სიყვარულის მაჩვენებელია“, ასევე, ქალის თავისუფლების შეზღუდვა იმ საფუძველით, რომ ის უნდა დაკავდეს მსოლოდ ბავშვებით.

უფლებების შეზღუდვა

- ქალები, რომლებიც მუშაობენ, პაასუნისმგებელნი არიან სამუშაოზე, ოჯახზე, საოჯახო მეურნეობაზე
- ქალები მთელი დღე-ღამის განმავლობაში პაასუნისმგებელნი არიან ოჯახსა და სახლზე
- ქალებს არ სძინავთ საკმარისად, თუკი მათ პატარა ბავშვები ჰყავთ
- ქალები უნდა დასჯერდნენ ცნოვრებას, რომელიც მათი სახლით შემოიფარგლა

დამცირება

- ურთიერთობა ქალებთან საზოგადოებაში: ხუმრობა, ქალთა ხასის გამოყენება სავაჭრო საქონლის რეკლამაში
- ქალთა დასაქმება მცირეანაზღაურებად სამუშაოზე
- ქალთა არასაკმარისი წარმოდგენა ხელისუფლებაში, პოლიტიკურ პარტიებში, გადაწყვეტილების მიღების დონეზე

უსარგებლო ქმედებების შესრულების იძულება

- ივარაუდება, რომ სამსახურში ქალებმა უნდა მოადულონ ყავა მამაკაცებისათვის
- ქალებს ავალებენ შეასრულონ მეორეხარისისნოვანი ამოცანები
- ივარაუდება, რომ ოჯახური მეურნეობა და დალაგება – ქალების საქმეა; ამგვარი საქმიანობის დაუფასებლობა

დაშინება

ქალები, რომლებიც არ შეესაბამიან საზოგადოების გენდერულ მოლოდინს, რისკავენ რომ განდენ სოციალურად გარიყულნი.

სრული კონტროლი ქალზე

- მამაკაცი – ოჯახის თავი
- ქალის ეკონომიკური დამოკიდებულება მამაკაცზე
- რესტორანში ფულს ისდიან მამაკაცები
- მანქანას ყოველთვის ატარებენ მამაკაცები

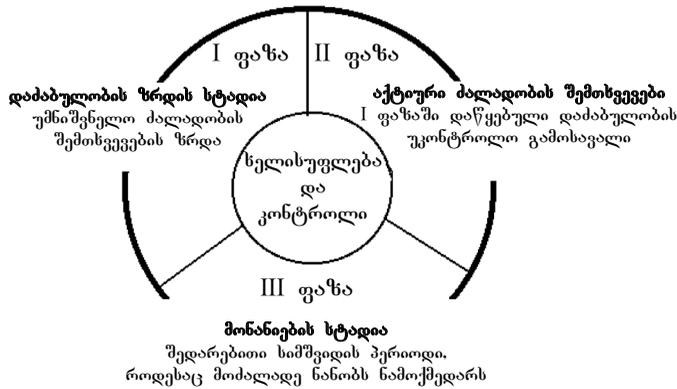
- მამაკაცები სარგებლობენ ყველა შესაძლო უპირატესობით, მათ ემსახურებიან ხასლში
- მამაკაცები პასუხისმგებელნი არ არიან საოჯახო მეურნეობაზე

ქალადროზის უემთხვევაში

- 18 წლის ანაღვანრდა თავს ესხმის ქალს, რომელიც მასზე უფროსია, აბამს სკამზე და პირში ალიკავს უდებს;
- დედა ბავშვს სილას აწნავს იმის გამო, რომ ბავშვი არ უსმენს მას გამუდმებით;
- ქმარი ემუქრება ცოლს ცემით, თუ ის უარს ეტყვის სექსუალურ ურთიერთობაზე;
- ქმარი იჭრება ხასლში ყოფილ ცოლთან და იმ ზომამდე ცემს, რომ ცოლს ესაჭიროება სამედიცინო დახმარება;
- ქმარი ყოველდღიურად შეურაცხყოფს ცოლს და უწოდებს „სულელ ქათამს, ძროხას“;
- ქმარი ურტყავს ფეხშიმე ცოლს მუცელში.
- მამა ხასტიკად ეპყრობა ძაღლს და გამეტებით სცემს ორ მტირალ ბავშვს;
- მამაკაცი ცოლს მერვე სართულის აივნიდან ემუქრება გადაგდებით;
- მამაკაცი ურტყამს ცოლს მუშტს ხასეში იმის გამო, რომ მას არ მოეწონა ცოლის მომზადებული საქმელი;
- მამაკაცი კეტავს ცოლს ბინაში მთელი დღით, რადგან ეჭვობს, რომ ცოლი ზედმეტად ხშირად უყურებს სხვა მამაკაცებს.

კალაძობის სტადიები და დინამიკა

ძალადობის სტადიები:



ბევრ შემთხვევაში ეს პროცესი ციკლის სა-
ნით მიმდინარეობს, „შერიგების“ ფაზას
ციკლის ძალადობის ფაზა. საქიროთა იმის
გაცნობიერება, რომ მოძალადეები „შერიგე-
ბის“ იშვიათ პერიოდს იყენებენ ქალის მას-
ზე დამოკიდებულების გაძლიერების სტრა-
ტეგიისათვის.

ძალადობის დინამიკა

- ურთიერთობის რომანტიკული იდეალი-
ზაცია
- დამალული წინათგრძნობა
- ქალი ცდილობს გამოსატოს თავისი
წარმოდგენა ურთიერთობებზე;
- მამაკაცი იწყებს მის გაკრიტიკებას ან
ქალის მიმართ სდება გაღიზიანებული,
მის მიმართ გრძნობს სიბრაზეს;
- ქალი გრძნობს პასუხისმგებლობას არ-
სებულ სიტუაციაზე და ცდილობს მის
„გადარჩენას“;

- მამაკაცი ღუნდება, სდება რომანტიკუ-
ლი მითის აღდგენა ურთიერთობებზე;
- ქალი იმყოფება ფრუსტრაციის მდგომარე-
ობაში;
- მამაკაცი იწყებს ძალადობას; იწყება
რეალურისა და იდეალურის განსხვავე-
ბა;
- ქალი იმყოფება იზოლაციის მდგომარე-
ობაში; ის გრძნობს რომ უღალატეს;
- მამაკაცი შიშობს კონტაქტის დაკარგვას
და ცდილობს მის აღდგენას ძალადობი-
სა და კონტროლის მეშვეობით;
- ქალი სდება უფრო მეტად პასიური და
იზოლირებული;
- მამაკაცი განიცდის კონტროლის დაკარ-
გვის უფრო დიდ შიშს; სდება ძალადო-
ბის ხარისხის გაძლიერება;
- სისტემის სრული დისფუნქცია ყველა
დონეზე.

ძალადობის ნიშნები

ფიზიკური სიმპტომები

- ჩალურჯებები
- დაჟეჟილობა
- სსეულის დაზიანება (დამწვრობა, ქრილობა, კბენის კვალი, ქრილობები თავზე)

- ჩამტვრეული კბილები
- მოტენილობა ნეკნების, ცხვირის და სხვა
- ყბის ან მსრის ამოვარდნა
- სმენის პრობლემა
- სასქესო ორგანოების დაზიანება
- თავის ქალის დაზიანება

ფსიქოლოგიური სიმპტომები

შიშის სიმპტომები:	უსასოობის სიმპტომები:	დაძაბულობის სიმპტომები:
გასშირებული გულისცემა ჰიპერვინტილაცია კანკალი გაძლიერებული ოფლიანობა თავბრუსხვევა ტკივილი მუცლის არეში ტკივილი გულის არეში საუნთქვის პრობლემები უძილობა	სისუსტე დეპრესია დამთრგუნველი მდგომარეობა დაღლილობა	თავის ტკივილი ძილის მოშლა ტკივილი მუცლის არეში მენსტრუალური ციკლის დარღვევა

ფსიქოსოციალური სიმპტომები

- დანაშაულის შეგრძნება
- სირცხვილი
- დაძაბულობა
- გაფანტულობა
- საკუთარი თავის ნეგატიური აღქმა
- სოციალური იზოლაცია
- პრობლემები ურთიერთობებში
- სექსუალური პრობლემები
- დათრგუნული ემოციები
- არეული ემოციები

ქცევის სიმპტომები

- დათრგუნული და/ან მორჩილი ქცევა
- აშკარა ნერვოზულობა
- დანიშნული შესვედრების სშირი გადადება
- მუდმივი, მჭიდრო კავშირი მოძალადესთან
- ისეთი ფრაზები, როგორცაა „ჩემი ქმარი (არ) დამრთავს ნებას“...

რატომ რჩებიან ქალები მოკლადესთან? რეალური ისტორიები

ტატიანა გათხოვილია უკვე 10 წელია. ის ცხოვრობს ქმართან და 5 და 11 წლის შვილთან ერთად ახალ ბინაში. ბინის შესაძენად ფულის ნაწილი მათ იშოვეს მეგობრებისა და ბანკიდან. ბინისა და ავეჯის ფულის გადასახდელად კიდევ რამდენიმე წელი დასჭირდებათ. ტატიანა მუშაობს უახლოეს სუპერმარკეტში. მისი ქმარი – რაიონული ადმინისტრაციის წვრილი მოხელეა. მათი გოგონა დადის დაწყებით სკოლაში, ბიჭი – საბავშვო ბაღში. როდესაც სრულდება გაკვეთილები, გოგონა მიდის საბავშვო ბაღში, იქიდან კი ორივე მამას გამოჰყავს, თვითონ ტატიანა 20 საათამდე მუშაობს. ტატიანა სწირად წუნს ამ საკითხზე, რადგან იყო შემთხვევები, როდესაც ქმარს არ გამოჰყავდა ბავშვები და ისინი სახლში ფეხით ბრუნდებოდნენ.

ტატიანას ქმარი ყოველთვის ექვიანი და ფეთქებადი ხასიათის იყო. მაგრამ იყო პერიოდები, როდესაც ის იყო ძალიან ყურადღებიანი და ჩუქნიდა საჩუქრებს. თავიდან ტატიანას ექვიანობა სიყვარულის გამო-ნატულებად მიაჩნდა, მაგრამ მალე მან დაიწყო ცემა. ტატიანას ყოველთვის იმის იმედი ჰქონდა, რომ სიტუაცია შეიცვლებოდა – როდესაც ახალ ბინაში გადავიდოდნენ, როდესაც გაჩნდებოდა მეორე შვილი

და ა.შ. მაგრამ სინამდვილეში სიტუაცია უარესდებოდა თანდათან. ორი თვის წინ ქმარმა ის ისე სასტიკად ცემა, რომ თვალი ჩაულურჯა და ტატიანა იძულებული გახდა არ წასულიყო სამსახურში რამდენიმე დღის განმავლობაში.

მარინა 25 წლის, ჩამოვიდა უკრაინიდან. ქმარი გაიცნო ორი წლის წინ, როდესაც ის იმყოფებოდა უკრაინაში (იალტაში) შვებულებით. რამდენიმე თვის შემდეგ მისი წასვლიდან სთხოვა ჩასულიყო მასთან და მათ გადაწყვიტეს დაქორწინება. სახლში მარინას ქმარი ძალიან თავაზიანია და მის სამშობლოში ოჯახის წევრებს მიაჩნიათ, რომ მას ძალიან გაუმართლა. მაგრამ სინამდვილეში მარინა განსაცდელშია. როდესაც ისინი სახლში ერთად არიან, ის გულგრილია მის მიმართ და ზოგჯერ აგრესიულიც. ის დიდ დროს ატარებს სიმარტოვეში, რადგანაც ქმარი სწირად მიემგზავრება მივლინებით, სოლო მარინა დიასახლისია. ის სწირად ურეკავს მარინას იქიდან, რათა შეამოწმოს სახლშია თუ არა და რითია დაკავებული. მარინა ექვსი თვის ფესმძიმეა. მის ქმარს არ უნდა ბავშვები – მას უკვე ჰყავს ორი შვილი პირველი ქორწინებიდან და ის ისდის ალიმენტს. მას უწოდებს ზარმაცს, რადგან ფესმძიმობის გამო მალე იღლება და ისვენებს. წინა კვირას მან მუშტი დაარტყა მუცელში იმის გამო, რომ მარინამ არ დააუთოვა მისი საყვარელი პერანგი.

ბავშვების მდგომარეობა

ოჯახში ძალადობის შედეგად გამოწვეული ასაკობრივი თავისებურებანი

	ემოციები	შეუმჯობესება	ქვევა
<p>სკოლაში ბავშვები ამა ან ამა უფრო მეტად მგრძობიანებიან და გულანვილები არიან და უფრო ნაკლებად ფლობენ შედეგებით და ყოფილიყო უნარჩვევებს სიტუაციასთან გასამკლავებლად.</p>	<p>ბავშვი, შფოთვა, შფოთვა მშობლების ურთიერთობებზე, განსაკუთრებით განსაკუთრებული გამოწვევა, გაღიზიანება.</p>	<p>მოვლენების მიმართ მოკლე მესხურება, ძალადობის შეზღუდული გაცემა, განსაკუთრებული მოვლენების ჩვეული მოვლენების აღრევების, ოჯახის გაერთიანების სერიოზული.</p>	<p>ტრილი, ჩივილი, გავიზიანება, აფეთქებები, თავის თავში ჩაქცევა, პასიურობა, განვითარების უნარჩვევების დაკარგვა (თავშეზღუდვებლობა, ექსპლუატივიზმი). სიტუაციების უახლოესი მკვლევარობა, ღამის კოშმარები, ძილის დარღვევა</p>
<p>სკოლის ასაკის ამ ასაკის ბავშვები ფლობენ შედეგებით, ემოციურ და ყოფილიყო უნარჩვევების უფრო ფართო სპექტრის მათთვის მატრამფირებელ სიტუაციასთან გასამკლავებლად. ისინი უფრო აქტიურად ცდილობენ შექმნიანადმოკონ ძალადობას, ცდილობენ დაიცვან მსხვერპლი და განსაზღვრონ სტრუქტურული სიტუაციის მნიშვნელობა. შედეგად, უმცროსი ასაკის ბავშვებთან შედარებით ეს ბავშვები განიცდიან დანაშაულისა და სირცხვილის გრძობას, მშობლებთან გაორებული დაძვირებისა და მუდმივ დეპრესიას.</p>	<p>დეპრესია, უხალისობა, შფოთვა, დანაშაულისა და სირცხვილის გრძობა, პასუხისმგებლობისა და დაუცველობის გრძობა, მოუხერხებლობა და მაღალი მგრძობიანობა სავსებით მიმართ უნდობლობა, ძალადობის ჩამდგენი მშობლებთან მიმართებაში გაორებული მშობლებთან და ექვი</p>	<p>კონცენტრირებისთვის არასაკმარისი უნარი, მიმბეჭდვებილი ფიქრები და ძალადობის მუგალითობა, ფანტაზიები ოჯახის ან მსხვერპლის გათავისუფლების მიზნით, ძალადობის გაცემის მხარე, ძალადობის გაცემის მხარე და მოკიდებულია განხორციელებაზე.</p>	<p>სასკოლო მოსწრების უმცირესი, მემკვიდრებითი, პასიური სიტუაციური ქვევა, ფიქსირებული სხვაობის ჩივილი (მტკიცე, თავი და ა.შ.) აგრესიულობა და სხვა-ტვიკ სხვეტთან მიმართებაში, დაუწყებელი და გამომწვევი ქვევა, აგვის, სავსების დამტყვევება, აგრესიული სიტუაციის გათავისუფლება სავსების ან თამაშის პროცესში, თანატოლებთან ურთიერთობების დევევა, ცუდი ჩვევების ჩამოყალიბება.</p>
<p>ახალგაზრდობის ასაკი ოჯახში ძალადობისა და შეუწყნარებლობის მუდმივ გამოვლენას მიყვარებ ბავშვებს ოჯახებთან დაშორებას ადრეული ასაკში, შედეგად, მოზარდებს შეიძლება მათთვის ოჯახები ადრეულ ასაკში და გამოავლინონ ანტი-სოციალური და თვითდამანგრეველი ქვევა, გაორება მშობლებთან დაძვირებული უბედობაში შეიძლება შეცვალოს კეთილგანწყობილი ერთ-ერთი მათგანის მიმართ.</p>	<p>თვითგვემა, დანაშაულისა და სირცხვილის გრძობა, თვით-მკვლელობაზე ფიქრი, განრისხება, ვაშაგება, ემოციური აფეთქება, აგრესიის გამოვლენა, დეპრესია და უიმედობის გრძობა, ერთ-ერთი მშობლის მიმართ ერთგულება, სხვის მიმართ თანაგრძობის არქონა, მშვიდობა და უნდობლობა დიდების მიმართ.</p>	<p>აბეზარი ფიქრები და ძალადობის სახეები, კონცენტრირების არასაკმარისი უნარი, სიყვარულისა და ძალადობის ცნებების არევა, რწმენა იმისა, რომ ძალადობა ნორმალური ქვევაა, დანაშაულის გადაბრალება სხვაზე</p>	<p>სასკოლო მოსწრების უმცირესი, მემკვიდრების გაცემა, სხვადასხვა ქვევა, მაღალი სექსუალური აქტიურობა, ანტი-სოციალური ქვევა, სამართალდარღვევა, ალკოჰოლის, ნარკოტიკებისადმი მიდრეკილება, უარი დიდობთან თანამშრომლობაზე, ფიქრები და ძალადობრივი სახითი პიროვნულ ურთიერთობებში, ძალადობა და შეუწყნარებელი სიყვარული ადამიანებს.</p>

რეალური ისტორიები

მიშა

თქვენ ხართ აღმზრდელი საბავშვო ბაღში. თქვენს ჯგუფშია 4 წლის მიშა. იცით რომ მისი დედა, რომელიც ჩამოვიდა კარპინსკიდან, ამჟამად ცხოვრობს ქალებისთვის განკუთვნილ თავშესაფარში, რადგან ის ცემა ქმარმა. დღეს დილით მამა უეცრად გამოჩნდა საბავშვო ბაღში და თქვა, რომ მას უნდა მიშას წაყვანა.

კითხვა: რას იზამთ?

მიზიუზი, რომლის ბავშვს პროფინდონა-ლავს შეუქლიათ „არ შენიშონ“ კალა-ფობა.

- მე მიჭირს ჩემს თავთან გამკლავება, როდესაც სხვები განიცდიან ძლიერ ემოციებს
- თუკი მე გამოვავლენ ძალადობას, მე დამჭირდება რომ თავად მოუხერსო რამე (მე კი არ ვიცი როგორ)
- მე მეშინია, რომ მომიწევს მოძალადესთან შეჯახება
- დარწმუნებული არ ვარ, რომ მე შემიძლია სხვა ადამიანის წაქეზება
- არ მინდა გამოვძალო მას, ამიტომ დავგელოდები, სანამ თვითონ არ დაიწყებს ამის შესახებ საუბარს
- რა იქნება, თუ მასზე არ ძალადობენ და მე შევეხე ამ თემას?
- მე არ ვიცი როგორ დავიწყო საუბარი ამ თემაზე
- მე არ ვარ დარწმუნებული მისი ნათქვამის სიმართლეში – საჭიროა თუ არა მე მჯეროდეს ყველაფრის?

- ეს პირადი საქმეა, მე არ უნდა ჩავერიო
- ქალებს არ უყვართ საუბარი ძალადობის შესახებ
- ქალს არ სურს მიიღოს რაიმე ზომა ძალადობის სიტუაციაში
- მე ძალზე დაკავებული ვარ: მე არ მაქვს დრო, რომ ამითაც დაგვაგდე
- ქალი იღებს ალკოჰოლს ან ნარკოტიკს
- უპირველესად მე უნდა ვიყო დარწმუნებული, რომ ეს მართლაც ძალადობის სიტუაციაა

მიზიუზი, რომლის ბავშვს ძაღვები კალა-ფობის მსხვერპლები ხდებიან და არ სურთ მიმართონ დასახმარებლად ვინმეს

- სირცხვილისა და დანაშაულის შეგრძნება
- შიში, რომ მას დაადანაშაულებენ
- ორგანიზაციების მიმართ უნდობლობა, რომელსაც აუცილებელია რომ მიმართო (ნეგატიური გამოცდილება)
- შიში შედეგების წინაშე („რა იქნება, თუკი მე მოვეყვები ამის შესახებ“) შიში შესაძლო განსმარების (როდესაც ქალი იძულებულია ეს აკეთოს მალულად)
- ოჯახის დაცვა (არ აქვს სურვილი ოჯახის ჩხუბი გარეთ გაიტანოს)
- მოთმინება პარტნიორთან/მოძალადესთან
- საკუთარი ემოციებისა და აგრესიის წინაშე შიში
- მდგომარეობის სერიოზულობის ხარისხის მინიმიზაცია („ყველაფერი უკანაა, არაფერი სერიოზული არ მომხდარა“), სიტუაციის სერიოზულობის უარყოფა

- საქიროა მდგომარეობიდან თვითონ გა-
მოსვლა, და არა დასასმარებლად ვინ-
მესთვის მიმართვა: „შენ თვითონ უნდა
მოძებნო გამოსავალი, არ არის საქირო
დასმარების ძიება სსვაგან!“

მომკლადის სტრატეგია

თემა 1. სტრატეგია სიმართლის დასამა-
ლად

საკუთარი ქცევის გასამართლებლად მიზე- ზების პოვნა:

- „მე ვბრაზობ, იმიტომ, რომ მიჯაჭვული
ვარ შენზე“
- „მე მგონი არ გიყვარვარ“
- „ეს ჩვენთან მიღებულია“
- „მე მიჩვეული ვარ ასეთ ქცევას ბავ-
შეობიდან“

პრობლემების უარყოფა:

- „უარესი მამაკაციც არსებობს; ყოველ
შემთხვევაში მე მას არ ვცემ!“
- „მე მოძალადე ვარ? რა თქმა უნდა
არა. მე არასოდეს გამოვიყენებ ძალას
ქალის მიმართ!“
- „არ მასსოვს, რომ ეს ჩამედინოს“
- „მედალს ყოველთვის ორი მხარე აქვს“

ძალადობის სერიოზულობის უარყოფა:

- „მე ის არ მიცემია“
- „ამის შემდეგ ჩვენ ერთმანეთს ვესიყვა-
რულებოდით“
- „ჩვენ სწორად ვჩნუბობთ, მაგრამ ყველ-
გან ასე ხდება“
- „მე ვერ ვაკონტროლებ თავს!“

პასუხისმგებლობის აცილება ამ პრობლე- მაზე

- „ჩვენ ორივემ დავლიეთ/ მივიღეთ ნარ-
კოტიკი“
- „მან თვითონ მთხოვა“
- „მან იცის, რომ არ მიყვარს, როდესაც
ასე მელაპარაკებიან“
- „მუდმივად რომ არ მითვათვალებდეს“

ძალადობის განმეორების შესაძლებლობის უარყოფა

- „ეს ჩემთვის იყო მაგალითი“
- „შევპირდი მას, რომ ეს აღარ განმე-
ორდება“
- „არ ვიცი რა დამემართა“.

თემა 2. დაბრკოლებები პასუხისმგებლობის
აღების დროს

- აღშფოთება ზეწოლის მიზეზით, რომე-
ლიც აუცილებელია, რათა შეცვალო
შენი თავი
- მამაკაცური სიამაყე ნებას არ რთავს
აღიაროს საკუთარი შეცდომები
- ახლო ურთიერთობების შიში მას ხდის
მოწყვლადს
- სიტუაციის მიზეზით შფოთვა; გაუგება-
რია როგორ დართავს ნებას
- ქცევის მოდელის ფორმირება მოხდა
წარსულში
- სწრაფვა იმისკენ, არ გახდეს ისეთი,
როგორც მამამისი იყო; დედა, რომე-
ლიც ცუდი მაგალითია
- სირცხვილი („მე ცუდი ვარ“) დანაშა-
ულის ნაცვლად („მე რაღაც ისე არ
გავაკეთე“)

- შეჯიბრი: აფასებენ მის წარმატებას, ყურადღებას არ აქცევენ მის შიშებს ან გრძნობებს
- შიში იმ შესაძლებლობის გამო, რათა დაინახო შენი პიროვნების უცნობი მხარეები
- მამაკაცისთვის ადვილი არაა გამოსატოს თავისი გრძნობა

ინტერვენციის ოთხი ეფექტური მეთოდი ქალთა მოთხოვნით, რომლებიც ოჯახური ძალადობის მსხვერპლნი არიან

- დაწარალებული ქალის გამოცდილების გაზიარება
- დაწარალებულის ძლიერ მხარეებზე ყურადღების გამახვილება
- დახმარება დაიბრუნოს კონტროლი საკუთარ ცხოვრებაზე
- ასწავლო სიტუაციიდან გამოსვლის შესაძლებლობა

საუბარი მოძალადესთან

კონსულტანტი: მითხარით, უკანასკნელად როდის დაარტყით ცოლს?

კლიენტი: ზუსტად არ მახსოვს. ჩვენ რაღაცაზე ვსაუბრობდით და წყობილებიდან გამოვედი.

კონსულტანტი: რამდენად ხშირად ცემთ?

კლიენტი: არ მახსოვს, როდესაც გონება მებინდება და საკუთარი თავის კონტროლს ვკარგავ.

კონსულტანტი: რატომ არ დაქვრით ის დანით?

კლიენტი (შოკში): მე ამას არასოდეს არ გავაკეთებდი – ის სომ ჩემი ცოლია.

კონსულტანტი: თუ მე სწორად მივხვდი, თქვენ თქვით, რომ დაკარგეთ კონტროლი საკუთარ თავზე. თუ ეს ასეა, მაშინ შეიძლება ყველაფერი მოხდეს.

კლიენტი: მე ბოლომდე არ დამიკარგავს კონტროლი.

კონსულტანტი: მოდით ვნახოთ კონტროლის რა ზომით დაკარგავაზე იყავით თანახმა. მიჩვენეთ როგორ დაარტყით ცოლს. (დგება). ახლა მე თქვენი ცოლი ვარ.

კლიენტი (ჭორჭიმანით, გაუბედავად): არ ვიცი. უბრალოდ დავარტყი. დაწვრილებით არ მახსოვს.

კონსულტანტი: მიჩვენეთ როგორ დაარტყით – მუშტით თუ ხელისგულით?

კლიენტი (შეძრწუნებული): მე გავარტყი მას. მე არასდროს დავარტყავდი მას ისე, როგორც კაცს.

კონსულტანტი: კარგი. მაშ ასე, თქვენ გადაწყვიტეთ გაგერტყათ მისთვის იმის მაგივრად, რომ გეცემათ. თქვენ მას რაიმე ესროლეთ?

კლიენტი: არა.

კონსულტანტი: კარგი. თქვენ მას გაარტყით, მაგრამ არაფერი არ ესროლეთ. სად გაარტყით?

კლიენტი: არ ვიცი. მე არ ვფიქრობ ამაზე.

კონსულტანტი: მოდით დავიწყოთ თავიდან. თქვენ მას დაარტყით, იმის მაგივრად, რომ დანით დაგეჭრათ ან მისთვის რაიმე გესროლათ. ამ მომენტში თქვენ კიდევ არ

გქონდათ დაკარგული კონტროლი საკუთარ თავზე. შემდეგ თქვენ გავარტყით მას იმის მაგივრად, რომ გეცემათ. თქვენ არ გინდოდათ მოქცეოდით მას, როგორც მამაკაცს. შემდეგ თქვენ გადაწყვიტეთ რომელ ადგილას დაგერტყათ. გამოდის, რომ თქვენ უფრო მეტად აკონტროლებდით საკუთარ თავს ვიდრე გეგონათ.

წინასწარი შეფასება

26 კითხვა მოძალადის მხრიდან საფრთხის ხარისხის შესაფასებლად

სსეულის დაზიანების წინასწარი გამოკვლევა

პროფესიონალს შეუძლია გაიაროს სიის ჩამონათვალი ქალთან ერთად

ვაფრთხილება:

ამასთანავე ყოველთვის იყავით მათ გვერდით

„გთხოვთ, აღნიშნეთ კალენდარზე სავარაუდო თარიღი, როდესაც თქვენმა პარტნიორმა ან ქმარმა გცემათ. ჩაწერეთ ამ გრაფაში ამ ინციდენტების სავარაუდო სანგრძლივობა და კლასიფიკაცია გაუკეთეთ მათ ქვემოთ მოყვანილი შკალის მისუდვით“:

1. მიტყეპვა, ხელის კვრა: დაზიანების არქონა და/ან სანგრძლივი ტკივილი;
2. დარტყმა, პანლური, დაღურჯება, ქრილობები და/ან სანგრძლივი ტკივილი;
3. „ცემა“; სერიოზული დაზიანება, დამწვრობა, მოტენილობა;
4. იარაღის გამოყენების მუქარა; თავის დაზიანება, შინაგანი ორგანოების დაზიანება, მუდმივი დაზიანებები;
5. იარაღის გამოყენება: დაჭრა.

26 შეპიითხვა მოძალადის მხრიდან საფრთხის ხარისხის შესაფასებლად შეკითხვა დაზარალებულისადმი:

ძალადობის რა ფორმებსა და სახეობას აწყდებით პარტნიორის/ქმრის მხრიდან?

	კი	არა	არ ვიცი	კითხვები
1				სდებოდა თუ არა ის აგრესიული ან საშიში?
2				გაყენებდათ თუ არა ისეთ სერიოზულ სსეულის დაზიანებას, რომ თქვენ გიწვევდათ მიგემართათ სამედიცინო დახმარებისთვის?
3				როდესმე გასრჩობდათ?
4				როდესმე დაუზიანებია თქვენი სსეული ან მოუყენებია შიანი/მოუკლავს შინაური ცხოველი?
5				დაგმუქრებიათ მოკვლით?

6				ძალადობდა სექსუალურად?
7				იყენებდა თუ არა იარაღს ან გემუქრებოდათ თუ არა მისი გამოყენებით? თუ კი, მაშინ რა იარაღი იყო ეს?
8				სომ არ მომხდარა, რომ ის გამოგდევნებით თქვენ, შეუმოწმებია თქვენი ადგილმდებარეობა, განიცდიდა პათოლოგიურ ეჭვიანობას?
9				გაიზარდა თუ არა თქვენთან მიმართებაში ძალადობის შემთხვევები?
10				სომ არ დაგმუქრებიათ იმით, რომ ჩაიდენდა თვითმკვლელობას? სომ არ ყოფილა მისი მხრიდან თვითმკვლელობის მცდელობა?
11				ფესმძიმობის დროს სომ არა განიცდიდით ძალადობას?
12				უკანასკნელი წლის განმავლობაში სომ არ წასულხართ პარტნიორისგან ან შესაძლოა გიცდიათ მასთან დაშორება?
13				მიგიმართავთ თუ არა ვინმესთვის დასასმარებლად (პატრული, თავშესაფარი, კრიზისული ცენტრის თანამშრომელი)?
14				იზოლირებული ხართ თუ არა დასმარების საშუალებებისგან (მანქანა, ტელეფონი, ოჯახი, მეგობრები და ა.შ.)
15				ყოფილა თუ არა მოძალადე სტრესულ სიტუაციაში უკანასკნელი წლის განმავლობაში (სამუშაოს დაკარგვა, ახლობელი ადამიანის დაკარგვა, ფინანსური კრიზისი)?
16				იყენებს თუ არა პარტნიორი/ქმარი ალკოჰოლს?
17				მკურნალობდა თუ არა ის ალკოჰოლის/ნარკოტიკების დამოკიდებულებისგან?
18				მიუწვდება თუ არა ხელი მოძალადეს იარაღზე?
19				როგორ ფიქრობთ შეუძლია სერიოზული ზიანის მოყენება?
20				გიცდიათ თუ არა თქვენ შეგეზღუდათ ის პასუხისმგებლობისგან? (პოლიციიდან განცხადების გამოტანა, დადგომისნარ თავდებად, და ა.შ.)
21				ბავშვობაში სომ არ აწყდებოდა ძალადობას?
22				სომ არ ყოფილა დედის მიმართ განსორციელებული ძალადობის მოწმე?
23				ძალადობის ჩადენის შემდეგ ნანობს თუ არა თავის საქციელს?
24				ჩადის თუ არა მოძალადე დანაშაულს, რომელიც არ უკავშირდება ძალადობას
25				ძალადობს თუ არა სხვა ადამიანებზე, რომლებიც არ არიან ოჯახის წევრები?
26				იყენებს თუ არა ნარკოტიკს?

**კითხვები საჭიროებების
გამოსავლენად
უსაფრთხოება და უსაფრთხოების
სტრატეგია**

- რა ზომები მიგიღიათ წინასწარ, რათა დაგეცვათ საკუთარი თავი და ბავშვები?
- დაგეხმარათ თუ არა ეს?
- დაგეხმარებათ თუ არა ახლა?
- როგორ ფიქრობთ რა გესაჭიროებათ ახლა უსაფრთხოებისათვის?
- როგორ შემიძლია დაგეხმაროთ?
- კიდევ რა დაგეხმარებათ? რა სახით?
- დაგეხმარებათ თუ არა ამგვარი დაცვა რომ არა შეეჩვენოთ მოძალადეს?

უსაფრთხოების გეგმა

უსაფრთხოების საერთო გეგმა:

- მოელაპარაკეთ თქვენს მეზობლებს, რომ მათ გამოიძახონ პატრული, თუკი გაიგონებენ სმაურს და ყვირილს თქვენი სახლიდან;
- დამალეთ სათადარიგო გასაღები სახლის (მანქანის) ისე, რომ მისი აღებისას სწრაფად დატოვოთ სახლი მოსალოდნელი საფრთხის შემთხვევაში;
- უსაფრთხო, მაგრამ ხელმისაწვდომ ადგილზე დამალეთ თქვენთვის აუცილებელი თანხა, ტელეფონების წიგნი, პასპორტი, ბავშვების საბუთები, სხვა საჭირო ქალღალდეები, ასევე ზოგიერთი ტანსაცმელი და საჭირო წამალი;

- წინასწარ მოელაპარაკეთ მეგობრებს, ნათესავებს, რათა საფრთხის შემთხვევაში მოგცენ დროებითი თავშესაფარი;
- ეცადეთ გაანადგუროთ ყველაფერი, რაც დაეხმარება მოძალადეს გიპოვოთ (ჩანაწერები, კონვერტები, რომელზეც მითითებულია მისამართები და ა.შ.);
- წინასწარ შეიტყვეთ ადგილობრივი სამსახურების შესახებ, რომელსაც შეუძლია დახმარება საჭიროების შემთხვევაში (კრიზისული ცენტრი ქალებისთვის, ნდობის ტელეფონი და ა.შ.);
- წინასწარ გადაწყვიტეთ რას წაიღებთ თან ღირებული საგნებიდან (საიუველიერო ნაწარმი და ა.შ.) განსაკუთრებული აუცილებლობის შემთხვევაში, რომლის დაგირავება ან გაყიდვა ყოველთვის შესაძლებელი იქნება.
- თუ სიტუაცია კრიტიკულია, სასწრაფოდ დატოვეთ სახლი მაშინაც კი, თუკი თქვენ ვერ მოახერხებთ აუცილებელი ნივთების აღებას. დაისსომეთ, რომ თქვენი სიცოცხლე საფრთხეშია!

თუ ქალი მიდის მოძალადისგან, იმჯერეთ მასთან შემდეგ საკითხებზე:

- როგორ და როდის შეუძლია წასვლა, რათა შეინარჩუნოს უსაფრთხოება? ჰყავს თუ არა ტრანსპორტი? ფული? ადგილი, სადაც მას შეუძლია წასვლა?
- ექნება თუ არა პატრულის გამოძახების საშუალება საჭიროების შემთხვევაში?
- ვის ეტყვის იმის შესახებ, რომ მიდის?
- რისი გაკეთება შეუძლიათ მას და მის ახლობლებს, რომ მისმა პარტნიორმა/ქმარმა ის ვერ იპოვნოს?

- რამდენად უსაფრთხოა მისი გზა სამსახურამდე, ბავშვებისა – სკოლამდე და უკან?
- რომელი სასოციალიზაციო/იურიდიული რესურსი დაეხმარება მას უსრუნველყოს უსაფრთხოება? ჩაიწერეთ მისამართი და ტელეფონის ნომრები:
- იცის თუ არა ქალებისათვის განკუთვნილი ადგილობრივი თავშესაფრის ტელეფონი?
- რომელი იურიდიული პროცედურები დაეხმარება მას უსრუნველყოს საკუთარი და ბავშვების უსაფრთხოება?
- რომელი სასამართლო გადაწყვეტილება იქნება უფრო მეტად ოპტიმალური?

თუ ქალი რჩება მოძალადესთან, იმსჯელეთ მასთან შემდეგ საკითხებზე:

- უსაფრთხოების რა ზომებია საჭირო განსაკუთრებულ სიტუაციაში უსაფრთხოების უსრუნველსაყოფად:
- ვის შეუძლია ამ შემთხვევაში მან დაურეკოს?
- ძალადობის შემთხვევაში დარეკავს თუ არა პატრულში? არის თუ არა ტელეფონი სახლში? თუ არა, არსებობს თუ არა სიგნალი, რომლის მეშვეობითაც პატრულს გამოიძახებს მეზობელი?
- თუ მას ესაჭიროება დროებითი თავშესაფარი, სად შეუძლია წავიდეს? დაეხმარეთ გაინსენოს ის ადგილები, სადაც მას შეუძლია წავიდეს ექსტრემალურ სიტუაციაში. ჩაიწერეთ მისამართი და ტელეფონის ნომრები:

- თუ მას ესაჭიროება წასვლა, როგორ უნდა გააკეთოს ეს, რომ მოძალადემ ის არ შენიშნოს?
- თუ სახლში იარაღია, იფიქრეთ როგორ მოიშოროთ ის თავიდან:
- შეასწავლეთ მას, რომ ძალადობის შემთხვევაში მისთვის უმჯობესია ენდოს საკუთარ ინტუიციას. ზოგჯერ საჭიროა გაქცევა, ზოგჯერ – მოძალადის დამშვიდება. საჭიროა ნებისმიერი ქმედება, რაც დაეხმარება თავის დასაცავად.

გაქცევის შემთხვევაში ურჩიეთ ქალს ისრუნოს შემდეგზე:

- მოამზადოს საბუთები – პასპორტი, დაბადების მოწმობა (დედანი ან ასლი), სამედიცინო დაზღვევის პოლისი, ქორწინების მოწმობა, ავტომობილის მართვის მოწმობა, მანქანის საბუთები, განქორწინების მოწმობა და სხვა სასამართლო საბუთი.
- მოამზადოს ფული, წამლები და რეცეპტები, ტანსაცმელი და აუცილებელი ნივთები, რომელიც საჭირო იქნება მისთვის და ბავშვებისთვის სხვაგან. (ნათესაებთან, მეგობრებთან)
- წინასწარ მოელაპარაკეთ მეგობრებს დროებით თავშესაფრის მიცემაზე.
- საბუთები, გასაღები, ფული იქონიეთ ხელმისაწვდომ ადგილას, რათა მისი ადების შემთხვევაში შეძლოთ სწრაფად დატოვოთ ბინა.
- გააკეთეთ ყველაფერი, რომ მოძალადემ ვერ გაპოვნოთ. დამალეთ ან გაანადგურეთ ყველა თქვენი ჩანაწერი, კონ-

ვერტი მისასმართებით, რომლიც დაესმარება მას თქვენს მოძებნაში.

- წინასწარ შეიტყვეთ ადგილობრივ სამსახურთა ტელეფონი, რომელიც შეძლებს გაგიწიოთ აუცილებელი მსარდაქერა (კრიზისული ცენტრი ქალებისთვის, ნდობის ტელეფონი, მედიცინის მუშაკები და ა.შ.)
- თუ სიტუაცია კრიტიკულია, მაშინ აუცილებელია დატოვოთ სახლი დაუყოვნებლივ, მაშინაც კი, თუ თქვენ ვერ შეძელით აგელოთ აუცილებელი ნივთები. დაიხსომეთ, თქვენი სიცოცხლე საფრთხეშია!

თუ ქალი მიმართავს პატრულს დასახმარებლად:

პატრულის მოხვლის შემდგომ „შემთხვევის ადგილზე“ იყავით რაც შეიძლება მშვიდი:

- მოითხოვეთ მიიღონ მისი განცხადება. თუ პატრულის მუშაკები უარს განაცხადებენ, მოითხოვეთ მის სელმძღვანელთან შესვედრა;
- ჩაიწერეთ პატრულის მუშაკთა სახელი, გვარი, სამსახურის ტელეფონი, ოქმის ნომერი;
- უჩვენეთ პატრულის მუშაკს ყველა სხულის დაზიანება და მატერიალური ზიანი;
- უამბეთ პატრულის მუშაკს ძალადობის სხვა შემთხვევებზე თქვენთან მიმართებაში;
- უამბეთ მოწმეებზე;
- სთხოვეთ გაგზავნოთ სასამართლო-სამედიცინო ექსპერტიზის ჩასატარებლად;

– *მეორე დღეს უმჯობესია სელასლა წახვიდეთ პოლიციაში და დატოვოთ კიდევ ერთი განცხადება მორიგე პოლიციელთან:*

– *განცხადება უნდა შეიცავდეს შეტყობინებას დანაშაულის ადგილის, დანაშაულის ჩადენის დროის, დამნაშავის პიროვნებისა და არსებული შედეგების შესახებ, თხოვნას, „აღიძრას სისხლის სამართლის საქმე და მიეცეს დამნაშავე პასუხისგებაში“.*

აუცილებლად მიაღვენეთ თვალყური, რომ განცხადება გატარდეს სარეგისტრაციო ყურნალში.

განცხადების შეტანის შემთხვევაში ვალდებულნი არიან ქალს მისცენ უწყების ქვითარი, სადაც მითითებული იქნება:

- ვისგან არის მიღებული განცხადება
- როდის არის მიღებული
- რა ნომრით არის დარეგისტრირებული

თუ ეს აუცილებელია, პოლიციის თანმშრომლებს მოსთხოვეთ სასამართლო-სამედიცინო ექსპერტიზის ჩატარება. წარმოადგინეთ შესაძლებლობის შემთხვევაში დამამტკიცებელი ბაზა: სამედიცინო საბუთი, რომელიც ამტკიცებს ქალის სხეულზე დაზიანებებს, დანაშაულის მოწმეთა სახელები, ცემის კვალის დამადასტურებელ ფოტოები, თუკი ასეთი იყო.

შემოსულ განცხადებაზე უნდა იქნას მიღებული შემდეგი გადაწყვეტილებებიდან ერთ-ერთი:

- აღძრულია სისხლის სამართლის საქმე

- გამოტანილია დადგენილება სისსლის სამართლის საქმის აღძვრის უარის შესახებ
- განცხადება შეიძლება გადაცემულ იქნას მიმღები პირის მიერ სასამართლოსთვის ან პროკურატურისთვის განსახილველად

თუ განცხადების შეტანიდან 3-10 დღის ვადაში არ იქნება მიღებული გადაწყვეტილება, ან ქალი არ ეთანხმება მას, მაშინ შეიძლება პოლიციის თანამშრომლის ქმედება გასაჩივრდეს ზემდგომ ინსტანციაში. მიმართო შინაგან საქმეთა რაიონული სამსახურის უფროსს ან პროკურატურას.

ქალს, ასევე, აქვს უფლება შეიტანოს საჩივარი პოლიციის განყოფილებაში განცხადების მიღებისა და რეგისტრაციაზე უარის შემთხვევაში, სასამართლო-სამედიცინო ექსპერტიზის ჩატარებაზე მიმართვის გაცემის თავის არიდების, სისსლის სამართლის საქმის აღძვრის და გამოძიების გაჭინაურების, სხვა არასამართლებრივი ქმედების და უკანონო მოქმედების ორგანოთა გამოძიების ან მოკვლევისას.

თავის საჩივარი ქალს შეუძლია გაგზავნოს პოლიციის აღნიშნულ განყოფილებაში, პროკურატურაში ან სასამართლოში.

რა დასმარება შეიძლება მიიღოს ქალმა ექიმისგან

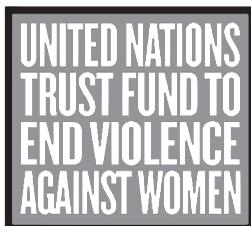
- საავადმყოფოში ან სამედიცინო პუნქტში ის ვალდებულია მოყვეს რა გარემოებებში განსორციელდა ცემა, ვისგან იქნა ის მიყენებული, სად და როდის;
- უჩვენოს ყველა მიყენებული სსეულის დაზიანება და შეატყობინოს ტკივილის შეგრძნებების შესახებ;
- ყველა ეს მონაცემი უნდა დაფიქსირდეს მორიგე ექიმის მიერ სამედიცინო ბარათზე. ამავე ბარათზე ექიმი აღწერს მიყენებული დაზიანების ხასიათს, და როგორი სამედიცინო დასმარება გაეწია ქალს.

აუცილებელია იმაში დარწმუნება, რომ ექიმი სწორად და თანმიმდევრულად აღწერს სსეულის დაზიანების ადგილმდებარეობას, მათ ზომას, განვითარების ვადას, მიყენების სერსს.

- აუცილებელია მიიღო ცნობა იმის შესახებ, რომ ქალმა მიმართა სამედიცინო დაწესებულებას სსეულის დაზიანების მიზეზით;
- ცნობაში უნდა იქნას მითითებული: ბარათის ნომერი, მიმართვის თარიღი, ექიმის სახელი და გვარი გასაგებად, სამედიცინო დაწესებულების ბეჭედი.

Практическое пособие для социальных работников в сфере домашнего насилия

Тбилиси
2009



Издание подготовлено в рамках проекта Трастового Фонда ООН по преодолению насилия в отношении женщин «Межведомственные и общественные меры по устранению домашнего насилия в Грузии: совместные усилия по исполнению законодательства в сфере борьбы с насилием в Грузии».

Проект осуществляют организации:



Международный женский центр просвещения и информации

Женский информационный центр



Динамическая психология для развития и демократии



Общество женщин-демократов Самцхе-Джавахети

Надежда женщин



В рамках проекта функционирует сайт www.nasilie.net

Электронную версию книги и контактную информацию организаций, работающих в сфере домашнего насилия в Грузии Вы можете найти на Портале: www.ginsc.net

Тренинговый модуль был подготовлен опираясь на украинский опыт и окончательная грузинская версия разработана в сотрудничестве с Ассоциацией социальных работников Грузии и Фондом развития медицины и общественного здравоохранения.

Тренинговый модуль прошел апробацию в Гори, на тренинге, 23-24 января 2009 года, с участием социальных работников, представляющих государственные структуры и неправительственные организации.

Над публикацией работали:

Олена Банас

Заместитель директора Фонда превенции зависимости
от химических веществ и ВИЧ/СПИДА

Елена Русецкая

Координатор женского информационного центра;
директор проекта

Редактор:

Нино Модебадзе

Дизайн обложки:

Елена Навериани

Верстка:

Паата Мампория



Издано в Женском Полиграфическом Сервисе
Тел: (995 32) 94 26 99
Эл-почта: wps@ginsc.net

ISBN 978-9941-0-1724-7

Содержание

Предисловие	64
План действий для специалистов по социальной работе.	65
Профилактика синдрома выгорания.	67
Поддержка в кризисных ситуациях	74
Навыки консультирования	77
Службы поддержки	81
Подготовка психологов и социальных работников	83
Интервенция (Вмешательство / реагирование)	90
Раздаточный материал.	96

Предисловие

Уважаемый читатель!

Вы держите в руках публикацию, содержащую описание тренингового модуля для социальных работников, подготовленную в рамках проекта «Межведомственные и общественные меры по устранению домашнего насилия в Грузии: совместные усилия по исполнению законодательства в сфере борьбы с насилием», осуществляемого пятью женскими неправительственными организациями Грузии, при поддержке Тростового Фонда ООН по преодолению насилия в отношении женщин.

Тренинговый модуль представленный Вам прошел апробацию во время двух циклов тренинга с участием социальных работников представляющих государственные структуры и НПО. Нашей целью было предоставить практикующим социальным работникам информацию о феномене домашнего насилия и специфике работы с его жертвами. Специальная подготовка соц. работников началась в Грузии не так давно. Поэтому исключительно важно объединить усилия формального и неформального образования для обеспечения повышения квалификации тех, кто зачастую первым вступает в контакт с жертвой или насильником. Издания содержат краткое и детальное описания тренингового модуля, раздаточные и учебные материалы. Мы надеемся, что вы сможете успешно применить тренинговый модуль в своей работе, а также обогатить его своими замечаниями и рекомендациями. Мы также надеемся, что проблематика домашнего насилия найдет свое отражение в государственных образовательных программах для социальных работников, а гражданское общество выступит ресурсом в подготовке подобных программ. Сегодня мы делаем первый шаг.

 Команда проекта

План действий для специалистов по социальной работе

Социальный работник может столкнуться с необходимостью работы со случаями насилия в семье:

Если пострадавшая сама обращается за помощью:

- Внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте пострадавшую. Важно дать человеку возможность выговориться, поплакать. Не перебивайте и не давайте советов. Она их не услышит из-за переполненности эмоциями.
- Старайтесь слушать без осуждения. Возможно, пострадавшая поставила себя в уязвимое положение, но не она совершила насильственные действия. Ответственность за акт насилия несет совершивший его, так как именно он принял решение ударить, оскорбить и т.д. Очень важно поговорить с пострадавшей о том, что она не виновата в совершенном над ней насилии.
- Верьте тому, что говорит пострадавшая. Она сделала, быть может, первый шаг из мира насилия, в котором ее удерживает насильник, и неверие может снова толкнуть ее в клетку изоляции. Иногда события, происходящие с обратившейся за помощью женщиной, могут всколыхнуть Ваши собственные болезненные переживания или Ваши страхи из этой области - это может вызвать большое желание не поверить тому, что Вам рассказывают.
- Не успокаивайте пострадавшую, дайте ей возможность прожить и отреагировать свою боль. В ситуации чужих душевных страданий хочется помочь человеку избавиться от них, как-то успокоить, утешить фразами: «все пройдет, не надо переживать, все образуется, и т.д.»; постарайтесь принять ее чувства и помочь их осознать.
- Не давайте советов и готовых решений. Целиком ситуацию может знать только сама пострадавшая. И только она сама может принять решение. Давая совет, Вы лишаете ее возможности вернуть контроль над своей жизнью и доказываете ее несостоятельность в принятии решений. В ее жизни уже есть человек (обидчик), который единолично распоряжается ее жизнью, говоря, что и как делать.
- Информируйте пострадавшую о ее правах. Обсудите вместе с пострадавшей возможность обращения в правоохранительные органы. Не оказывайте на нее давление. Не все женщины готовы сра-

зу радикально изменить ситуацию. Предоставьте ей самой выбирать, что делать. Помогите ей разработать план безопасности, если она решит вернуться к обидчику.

- Дайте ей информацию о всех существующих службах, в которые она может обратиться за помощью.

Если обращаются родственники или знакомые:

- Родственники или друзья могут быть свидетелями насилия или иметь косвенные сведения о нем. В любом случае следует убедить их в необходимости личной встречи с пострадавшей.
- Обратившиеся к Вам люди, являясь свидетелями домашнего насилия, испытывают также психологическую травму и сами нуждаются в помощи. Узнайте у них, чем их так сильно тревожит сложившаяся ситуация. Обсудите возможные действия.

Если социальный работник видит явные

последствия или признаки возможного насилия в семье:

- Необходимо информировать пострадавшую о ее правах, о возможности обращения в правоохранительные органы и о других возможностях получения помощи.
- В случае актуального насилия, в первую очередь, необходимо выяснить, в безопасности ли сейчас клиентка. И если ситуация опасная, срочно помогите сделать ее по возможности неопасной для жизни и здоровья. Если есть серьезные травмы (иногда в шоке клиентка неверно оценивает состояние своего здоровья), рекомендуйте вызвать скорую помощь и милицию.
- Если пострадавший - ребенок, то социальный работник обязан довести информацию о нарушении его прав и законных интересов в правоохранительные органы.

Профилактика синдрома выгорания

Синдром выгорания

Основоположник идеи выгорания С.Маслак определяет это понятие как "синдром физического и эмоционального истощения, включая развитие отрицательной самооценки, отрицательного отношения к работе и утрату понимания и сочувствия по отношению к клиентам". Выгорание - это не потеря творческого потенциала, не реакция на скуку, а скорее "эмоциональное истощение, возникающее на фоне стресса, вызванного межличностным общением".

Выгорание можно приравнять к дистрессу в его крайнем проявлении и к третьей стадии общего синдрома адаптации - стадии истощения. На стадии истощения индивидуум неспособен к какому-либо приспособлению или сопротивлению. Хотя стресс является одним из необходимых компонентов нашей обыденной жизни, без которых мы бы умерли, слишком сильный стресс токсичен. Оптимальное количество напряжения для каждого из нас высоко индивидуально, однако, каждому из нас требуется установить тот уровень напряжения, который необходим для благополучного существования.

Проявления выгорания свидетельствуют об утрате профессионалами позитивных чувств, сочувствия и уважения к клиентам или пациентам. Дальнейшее развитие син-

дрома кристаллизуется в циничное и антигуманное восприятие клиентов, которое характеризует их негативным образом. Теория "жертвы-преследователя" утверждает, что это во многих случаях приводит к ухудшению качества услуг, которые оказываются клиенту.

Эмоционально выгорающие профессионалы часто неспособны преодолевать эмоциональные стрессы, связанные с работой, и когда синдром развивается в достаточной степени, у них обнаруживаются и другие негативные проявления - например, прогулы и высокая текучесть кадров. Часто реакцией на выгорание является уход, смена работы, переход на административный вид деятельности, или окончательная смена профессии. Кроме того, люди, подверженные выгоранию, часто усиливают его действие, злоупотребляя алкоголем и другими наркотиками, как средством сокращения напряженности и избавления от чувства враждебности и депрессии. Они сообщают об увеличении душевных проблем; они говорят, что стали плохими людьми и им это не нравится; они становятся холодными и черствыми. Они часто ищут консультации или психиатрического лечения в связи с своей личной неполноценностью

Если эмоциональное напряжение не снимается во время работы, оно часто дает о себе знать дома. Растет количество супружеских и семейных конфликтов. После эмоционально насыщенного дня, проведенного с клиентами, профессионал испытывает потребность уйти на некоторое время от всех людей, и это желание одиночества обычно реализуется за счет семьи и друзей. Таким образом, семья может оказаться под угрозой быстрого распада.

Возвращение на работу, сверхурочная работа, работа дома, рабочие вечера и уикэнды, срочные вызовы - все это сигналы беды. Для психологического благополучия профессионалов абсолютно необходимо ограничивать их работу пределами разумного и не позволять им распространять ее на домашнюю жизнь.

Симптомы личностного выгорания:

Физические

- Усталость
- Чувство истощения
- Восприимчивость к изменениям показателей внешней среды
- Частые головные боли
- Расстройства желудочно-кишечного тракта
- Избыток или недостаток веса
- Одышка
- Бессонница

Поведенческие и психологические

- Работа становится все тяжелее и тяжелее, а способности выполнять ее - все меньше и меньше
- Рано приходит на работу и остается надолго
- Поздно появляется на работе, и рано уходит
- Берет работу домой
- Испытывает неопределенное чувство, будто что-то не так (чувство неосознанного беспокойства)
- Чувство скуки
- Снижение уровня энтузиазма
- Чувство обиды
- Чувство разочарования
- Неуверенность
- Чувство вины
- Чувство не востребованности
- Легко возникающее чувство гнева
- Раздражительность
- Обращает внимание на детали
- Подозрительность
- Ригидность
- Неспособность принимать решения
- Растущее избегание
- Общая негативная установка на жизненные перспективы
- Злоупотребления алкоголем и (или) наркотиками

Симптомы личностного выгорания

Симптомы выгорания, перечисленные выше, можно произвольно разделить на физические, поведенческие, и психологические. Как будет объяснено далее, некоторые из признаков и симптомов являются

бессознательной попыткой получить облегчение без идентификации проблемы.

Выгорание - это синдром, группа симптомов, появляющихся вместе. Однако, все симптомы ни у кого не проявляются одновременно, потому что выгорание - процесс сугубо индивидуальный.

Среди первых симптомов - общее чувство усталости, неприязни к работе, общего неопределенного чувства беспокойства, все более и более тяжелая работа, приводящая ко все меньшим и меньшим результатам. Сотрудник со свободным графиком работы может приходить рано и уходить поздно, приходить поздно и уходить рано, или брать работу домой.

Сотрудник может легко впасть в гнев, раздражаться и чувствовать себя разбитым, уделять много внимания деталям, и быть настроенным чрезвычайно негативно. Будучи слишком перегруженным, чтобы ограничить свои чувства, он может испытывать чрезвычайные трудности с контролем или выражением их в адекватной форме.

Гнев, который чувствует индивидуум, может вести к развитию подозрительности. Сотрудник может полагать, что сослуживцы и клиенты хотят от него избавиться. Это состояние может быть усилено чувством невовлеченности, - особенно если раньше сотрудник участвовал во всех событиях. Кроме того, любой, кто спрашивает совета, включая других сотрудников, вызывает у него раздражение.

Серьезными проявлениями выгорания являются поведенческие изменения и ригидность. Если человек обычно болтлив и несдержан, он может стать тихим и отчужденным. Или, наоборот, человек, который обычно тих и сдержан, может стать очень разговорчивым, вступать в беседу с любым и каждым. Жертва выгорания может стать жесткой и ригидной в мышлении. Ригидный и негибкий сотрудник закрыт к изменениям, потому что это требует энергии и риска, являясь большой угрозой для истощенной личности.

Сотрудник, подверженный выгоранию, может пытаться справиться с ситуацией, избегая сослуживцев и клиентов, физически и мысленно дистанцируясь от них. Избегание и дистанцирование могут проявляться многими способами. Например, сотрудник может часто отсутствовать на работе. Он может общаться безличными способами с коллегами и клиентами и может снижать свою вовлеченность в контактах с ними.

В конечном счете, сотрудник впадает в депрессию и начинает воспринимать ситуацию как "безнадежную". Он может оставить свою настоящую должность или сменить профессию, а также может даже пристраститься к алкоголю и наркотикам.

Выгорание в организациях

Выгорание очень заразительно и может быстро распространяться среди сотрудников. Так же, как и у индивидуума, страдающего от выгорания, в организациях проявляются различные симптомы этого явления; они следующие:

1. Высокая текучесть кадров (частая смена персонала)
2. Снижение вовлеченности сотрудников в работу
3. Поиск «козла отпущения»
4. Антагонистический групповой процесс и наличие парных группировок
5. Режим зависимости, проявляющийся в виде гнева на руководство и проявлении беспомощности и безнадежности
6. Развитие критического отношения к сотрудникам
7. Недостаток сотрудничества среди персонала
8. Прогрессирующее падение инициативы
9. Рост чувства неудовлетворенности от работы
10. Проявления негативизма относительно роли или функции отделения

Цели:

- Профилактика синдрома «выгорания»
- Поддержание профессиональной формы

Упражнения

1. «Кто кого?»

Посмотрите на участников группы и прислушайтесь к своим желаниям: с кем вам хочется поработать в паре? Разделитесь на пары, чтобы не мешать друг другу. Затем каждый встает на одну ногу, а вторую берет противоположной рукой сзади. Участники берут партнера свободной рукой, стоя лицом друг к другу. Задача: устоять как можно

дольше. Выигрывает тот, кто простоит дольше партнера.

Обсуждение в кругу

2. «Балансирование». 5-10 мин.

Цель: объединить ум, чувства, тело. Физическое усилие активизирует дыхание и способствует усвоению кислорода. Тело при этом растягивается.

«Сначала я предлагаю вам, стоя на одной ноге, вытягивать в разные стороны обе руки и другую ногу - медленно и осторожно, чтобы почувствовать границы равновесия.

Затем проделать это на другой ноге. Определите какая нога дает ощущение большей устойчивости, стабильности. Насколько вы можете растянуться? Определите крайние точки растяжения.

После этой разминки я предлагаю вам принять такую позу: вы встаете на одну ногу и высоко поднимаете колено другой ноги прижимая его руками. Необходимо тянуть его как можно выше, но избегать болезненных ощущений. Затем вы отпускаете руки, продолжая держать колено как можно высоко, руки раскидываете в стороны.

Продержитесь как можно дольше. Найдите баланс равновесия, почувствуйте, что необходимо сделать телу, остальным группам мышц, чтобы сохранялась эта поза.

Повторите на другой ноге.»

Обсуждение в кругу

3. «Сила тяжести»

Цель: в этом упражнении участники могут почувствовать, как утомление сменяется бодростью, если мы не боремся с ним, а намеренно на какое-то время уступаем ему.

Оборудование: ковер или пледы на полу.

«Это упражнение вы можете делать стоя, сидя, лежа. Попробуйте все эти позы, и решите которая вам наиболее приятна... Почувствуйте части вашего тела, которые находятся в контакте с Землей. Невидимая сила, что сконцентрирована в центре Земли, притягивает ваше тело. Эта таинственная сила называется силой тяжести.

Теперь немного поддайтесь этой силе, тянущей вас вниз, почувствуйте действие силы тяжести. Это не только ощущение тяжести, это притяжение.

Если вы стоите, пусть ваше тело свободно «свисает» с костей. Если вы сидите, то позвольте вашему тазу поддаться силе тяжести и опуститься на Землю...

Если вы лежите на полу, то можно полностью расслабиться и почувствовать, как вас держит Земля...

Во всех положениях - сидя, стоя, лежа - вас будет поддерживать Земля, вы не упадете вниз. Почувствуйте Землю под собой, почувствуйте центр Земли, почувствуйте его огромную энергию, ее силу. Прикоснитесь к этому источнику энергии, который берет свое начало в природе. Вспомните, как в сказках русские богатыри питывались силой земли-матушки. Почувствуйте и вы эту

силу Земли. Напитайтесь ею. Почувствуйте поддержку Земли-матушки и притяжение к ней. Почувствуйте себя рядом с ней. После того как вы уступили силе тяжести, вы можете подружиться с ней. Почувствуйте силу тяжести как энергию, которая не только притягивает вас, но и поднимает». Участники выполняют упражнение молча в течение 2-3 минут.

Обсуждение в кругу

4. «Обретение равновесия». 5 минут

Цель: используем ритм, чтобы найти баланс души и тела.

«У каждого из нас есть свой ритм жизни. Хотя в повседневной жизни и на работе мы подчиняемся какому-то общему для всех ритму, не всегда согласуемому с собственным ритмом. Поэтому важно время от времени возвращаться к своему, наиболее подходящему для вас ритму. Если вы научитесь переключаться на свой ритм, то будете чувствовать себя намного лучше. Это ваш ресурс. В своем ритме работы вы будете успевать намного больше, нежели подстраиваясь под чей-то чужой ритм, и перегружая себя. Не нужно создавать излишнего напряжения. (пример с движением глаз и поворотом головы.)

Сейчас вы проделаете упражнение, во время которого вы сможете почувствовать, как можно управлять своим ритмом и ощутить внутреннее равновесие.

Сядьте на самый край стула, как можно дальше от спинки, чтобы у вас было достаточно

места для раскачивания в разные стороны. Держите спину прямо и начните мягко покачиваться из стороны в сторону, слева направо и наоборот... Если хотите, можете синхронизировать свои движения с дыханием.

Постепенно уменьшайте амплитуду своих движений, раскачиваясь все ближе к своей «центральной оси». Почувствуйте как ощущение равновесия становится все отчетливей. Когда вы достигнете полного равновесия, останьтесь в такой позе на некоторое время и почувствуйте это ощущение совершенного баланса (1-2 минуты).

Теперь начните раскачиваться верхней половиной туловища вперед и назад, и, как в прошлый раз, постепенно сокращайте амплитуду движений. Чем незаметнее ваши движения, тем тоньше становятся ваши ощущения. Почувствуйте, как вы приближаетесь к состоянию равновесия. Когда вы его достигнете, понаслаждайтесь приятным чувством спокойствия и баланса.»

Обсуждение в кругу

5. Эмоции

Цель: упражнение учитывает ассоциативное мышление, стимулирует умственную деятельность и предоставляет возможность «разговора» различных частей нашего мозга. В этом упражнении есть имитация того, чем постоянно занято наше мышление - установление связей между концепциями и эмоциями, целями и препятствиями, прошлым и настоящим, предприятием и клиентом.

Упражнение «КАРТА»:

Оборудование: лист ватмана или флип-чат, разноцветные фломастеры.

«Каждый из нас обладает огромным и разнообразным миром эмоций. Что вы знаете о них? Какие эмоции вы умеете в себе идентифицировать, узнавать их в «лицо»? Я предлагаю каждому из вас нарисовать «карту своей души», по типу карты мира. Нарисуйте где и какие эмоции у вас живут, дайте им название, подумайте в каких отношениях они друг с другом. (20 минут.) А теперь представьте, пожалуйста, свой мир».

Обсуждение в кругу.

На большом листе ватмана составляется общий список эмоций

Радость	Горе	Страх	Раздражение
Восторг	Печаль	Ужас	Злость
Блаженство	Грусть	Тревога	Гнев
Удовольствие	Тоска	Паника	Ярость
Удивление	Отчаяние	Боль	Возмущение
Интерес	Горечь	Напряжение	Протест
Спокойствие	Опустошенность	Вина	Обида
Умиротворение	Беспомощность	Стыд	
Любовь	Одиночество		
Нежность	Усталость		
Жалость	Сожаление		
	Растерянность		
	Разочарование		

Затем каждому участнику предлагается описать индивидуальное проявление эмоций в терминах ощущений.

Например:

грусть: легкая вибрация в лице и плечах, расслабление в плечах, и руках, тепло в области солнечного сплетения, легкое жжение в области глаз.

спокойствие: тянущее ощущение в затылке, расслабление в области пресса, тепло снаружи бедер...

Старайтесь быть максимально точными и отмечайте даже слабые ощущения. Отметьте, если ощущения "передвигаются": очень часто они зарождаются в одной области, потом как бы "перетекают" в другую, где мы их обычно и замечаем.

6. Образ «Источник сил»

Интервью: где вы обычно черпаете силы? Как вы пополняете свою энергию?

«Попробуйте представить сейчас какой-нибудь источник сил, который рисует ваше воображение или какой-нибудь другой образ» (чаще всего это бывает водный источник). Насладитесь водой, почувствуйте эту воду на лице, во рту, в животе, в каждой клеточке вашего тела. Почувствуйте, как вы заряжаетесь энергией источника, энергией струящейся воды. Побудьте в этом состоянии. Что сейчас хочется сделать? Сделайте это. Отдохните, почувствуйте энергию солнца, воды. Почувствуйте, как вы заряжаетесь энергией, подпитываетесь ею. Просто полежите, понаслаждайтесь. Что сейчас хочется сделать? Сделайте это. Понаслаждайтесь тем, что вы делаете.

Запомните это состояние и возьмите его с собой».

Поддержка в кризисных ситуациях

Введение

Цель темы 6 заключается в том, чтобы довести до сведения участников тот факт, что опыт насилия приводит к кризисному состоянию, работа с которым требует высокой степени чуткости.

Главная цель работы с такими состояниями – обеспечение безопасности пострадавшей женщины и ее детей. С учетом этого момента участники должны выполнить задание по оцениванию опасности и научиться практическому оказанию помощи в кризисной ситуации и предоставлению юридической информации.

Существуют различия в оказании помощи в кризисных ситуациях среди профессионалов разного типа на региональном уровне. Поэтому эта глава дает общую информацию по данной теме. В данном пособии не представляется возможным обсуждать юридическую базу для работы с пострадавшими в связи с различиями национальных законодательств.

Однако крайне важно подробно остановиться на правах пострадавшей, возможностях удаления обидчика из дома и возбуждения гражданского или уголовного дела с помощью данной главы или соответствующей модели для профессионалов. Если законы от-

дельной страны не предоставляют адекватной защиты пострадавшим от насилия и их детям, то следует найти возможность обратиться к эффективным моделям законодательства других стран.

Цели:

- Рассмотреть основные способы работы с кризисными состояниями
- Тщательно изучить способы оценки опасности со стороны обидчика
- Представить юридическую информацию
- Научиться эффективному обеспечению безопасности пострадавшей и ее детей

Упражнения

Упражнение 1: Эффективная помощь в кризисном состоянии («интервенция»)

Цель: изучить разные способы интервенции; сравнить теоретические возможности с реальным положением дел

Метод: конкретный пример из опыта работы тренера; раздаточный материал 18 «Четыре эффективных способа интервенции от лица пострадавших от домашнего насилия»

Время: 30 минут

Тренер представляет историю домашнего насилия реальной женщины, не упоминая об ее исходе. Профессионалы обсуждают возможности оказания помощи в такой ситуации. После этого тренер рассказывает о том, какие выходы были найдены и какие способы интервенции применялись.

Упражнение 2: Оценивание степени опасности ситуации, в которой находится пострадавшая

Цель: определить факторы, необходимые для оценивания степени опасности положения пострадавшей

Метод: «мозговой штурм», дискуссия

Оборудование: флип-чарт, фломастеры, раздаточный материал 19 «Предварительная оценка и 26 вопросов для оценивания опасности со стороны обидчика»

Время: 1 час

Тренер просит участников составить список вопросов, которые они задали бы пострадавшей с целью оценивания степени опасности со стороны обидчика. Тренер записывает их на большом листе. Затем участники должны назвать факторы / показатели, которые могут свидетельствовать об очень высокой степени опасности для пострадавшей. Это тоже записывается на листе флип-чарта.

Наконец, тренер раздает материал 19 «Предварительная оценка и 26 вопросов для оценивания степени опасности со стороны обидчика», и группа работает над ответами на эти вопросы.

Если положительный ответ прозвучал более 13 раз, можно говорить о высокой степени опасности для жизни и для здоровья.

Упражнение 3: План безопасности

Цель: составить план безопасности для пострадавшей

Метод: работа в группах, дискуссия

Оборудование: флип-чарт, фломастеры, раздаточный материал 20 «Вопросы для выявления потребностей и стратегий, связанных с безопасностью пострадавшей» и раздаточный материал 21 «План безопасности».

Время: 1 час (30 минут на работу в 2-3 группах)

Тренер просит участников распределиться в малые группы для работы над следующими вопросами:

- Каким образом я составлю план безопасности для пострадавшей?
- Какие вопросы я задам ей?
- Как может выглядеть план безопасности?

Отчеты малых групп записываются на листе флип-чарта. После этого тренер раздает материал 20 «Вопросы для выявления потребностей и стратегий, связанных с безопасностью пострадавшей» или делает дополнения на основе этого материала.

Вопросы для выявления потребностей безопасности и стратегий безопасности

- Что Вы предпринимали ранее, чтобы защитить себя и детей?
- Помогло ли Вам это?
- Поможет ли это сейчас?
- Как Вы думаете, что Вам нужно сейчас для безопасности?
- Как я могу Вам помочь?
- Что еще может помочь Вам? Каким образом?

- Поможет ли такой способ защиты не сталкиваться с обидчиком?

После того как подготовлены основные вопросы, участники обсуждают способы разработки плана безопасности, по возможности используя раздаточный материал 21 «План безопасности». Следует различать ситуации, в которых женщина ушла от обидчика, и те, в которых обидчик был удален из дома.

Навыки консультирования

Введение

Этот раздел посвящен проблемам, с которыми профессионалы сталкиваются, консультируя женщин, подвергшихся домашнему насилию. В таких случаях на готовность пострадавшей говорить о своем опыте и принимать помощь решающее влияние оказывают внешние обстоятельства ее жизни.

Настоящий раздел нацелен на поощрение профессионалов к активным и позитивным действиям.

Прежде всего, участники должны учитывать следующее:

- не существует единственно правильного решения в случаях домашнего насилия
- профессионалы уже компетентны в своей области, но, тем не менее, нет предела совершенству
- каждая женщина имеет право на безопасность
- разговор о собственных предубеждениях может стать первым шагом к их искоренению

Цели:

- Определить препятствия, с которыми профессионалы вынуждены иметь дело, работая с пострадавшими

- Наметить подходы к преодолению этих препятствий
- Сделать обзор видов поддержки и информации для женщин, подвергшихся насилию, который может им предоставить определенная группа профессионалов

Упражнения

Упражнение 1. Изменение позиции.

Цели: развить умение видеть положение пострадавшей ее глазами

Метод: ролевая игра в парах с наблюдателем, дискуссия

Оборудование: флип-чарт, фломастеры

Время: 1,5 часа (30 мин – на каждую ролевою игру, 30 минут - на дискуссию)

Работа в «тройках». Один участник играет роль профессионала, другой - пострадавшей.

Женщина обращается за помощью впервые, профессионал слушает ее историю. После этого они меняются ролями.

Вопросы к «пострадавшей»:

- Как Вы себя чувствовали в этой роли?
- Было трудно или легко говорить о таком опыте?
- Что помогало Вам? Что, наоборот, мешало?
- Чего бы Вы хотели?

Вопросы к «профессионалу»:

- Как Вы себя чувствовали в этой роли?
- Было трудно или легко слушать историю женщины?
- Какие выводы Вы сделали по поводу этой истории?

После этого следует обсудить результаты беседы, наблюдатели делятся своими выводами.

Упражнение 2. Обсуждение профессионального опыта.

Цели: сформулировать признаки насилия на основе профессионального опыта участников

Метод: рефлексия в парах / дискуссия

Оборудование: флип-чарт, фломастеры

Время: 1 час (30 минут – на работу в парах, 30 минут – на дискуссию)

Каждый участник выбирает партнера для беседы о своем опыте работы с пострадав-

шими от насилия. Участники в парах говорят о своих чувствах, а также о тех сигналах насилия, на которые они в то время могли не обратить внимание.

Упражнение 3: Пустой стул.

Цели: открыто выразить свое личное мнение; поговорить о чувствах пострадавшей и профессионала

Метод: ролевая игра, дискуссия

Оборудование: стул

Время: 45 минут (15 минут – на каждую роль, 15 минут – на дискуссию)

Поставьте в центр комнаты пустой стул.

Профессионал говорит с пострадавшей (=пустой стул) о своих эмоциях или

Профессионал играет роль пострадавшей и говорит с профессионалом (= пустой стул)

Упражнение 4. Телефонный звонок или посещение пострадавшей от домашнего насилия.

Цель: определить условия, которые нужны для того, чтобы человек смог рассказать о травмирующем опыте

Метод: ролевая игра в парах с наблюдателем, дискуссия

Время: 1 час (по 30 минут на каждую ролевую игру)

Участники разыгрывают телефонный звонок или посещение пострадавшей. В начале беседы женщина чувствует себя очень неуверенно; профессионал старается поощрить ее к рассказу. Участница, играющая роль пострадавшей, останавливается в тот момент, когда чувствует себя достаточно уверенно для продолжения беседы.

После этого следует провести обсуждение по следующим вопросам, адресованным пострадавшей:

- Как я себя чувствовала?
- Что помогло мне рассказать о моем опыте?
- Какие вопросы помогли мне, а какие были не очень полезны?

Упражнение 5. Словарь сексуальных терминов и эмоциональные ассоциации.

Цель: составить словарь сексуальных терминов и исследовать собственные эмоции и ассоциации

Метод: «мозговой штурм» с последующей дискуссией

Оборудование: флип-чарт, фломастеры

Время: 45 минут

Провести «мозговой штурм» по сексуальным терминам и распределите их по таким категориям как «Медицинские термины»,

«Детский язык», «Смешные слова», «Оскорбительные слова».

Как вы себя чувствовали, слыша эти слова?
Какие слова вам нравятся / не нравятся?

Упражнение 6: Постепенное (пошаговое) предоставление информации.

Цель: научиться задавать корректные вопросы (узнать, когда и как это делать)

Метод: рассмотрение конкретного примера из опыта работы тренера

Время: 45 минут

Тренер представляет конкретный пример из своего опыта, останавливается через некоторое время и постепенно (по шагам) предлагает информацию:

Шаг 1. Участники должны задать вопросы, чтобы получить больше информации

Шаг 2. Тренер раскрывает больше информации о случае

Шаг 3. Участники исследуют главную проблему этого случая.

Шаг 4. Участники пытаются оказать поддержку пострадавшей, или обсуждают возможные способы оказания поддержки.

Упражнение 7. «Я – пострадавшая от домашнего насилия...»

Цели: помочь участникам войти в положение пострадавшей и оценить тяжесть ее состояния

Метод: упражнение выполняется индивидуально перед всей группой

Время: 20 минут

Участники читают вслух реальную историю женщины в первом лице («Я пережила насилие...», «Я чувствовала...»). После этого они говорят о чувствах, которые испытывали.

Примечание для тренера

Выберите реальную историю из своей профессиональной практики.

Дополнительные методы: видеоматериалы, иллюстрирующие ситуации женщины, обратившейся за помощью, и трудности, которые возникли при обращении к профессионалам.

Службы поддержки

Введение

Крайне редко компетентную и всестороннюю поддержку может оказать один представитель какой-либо службы / организации. Даже если это высокопрофессиональная организация, рамки служебных обязанностей и объем повседневной работы не позволяют предоставить женщине всестороннюю поддержку. В любом случае, вряд ли будет разумно, если представитель какой-либо профессии выйдет за рамки своей компетентности и попытается одновременно выполнять работу судьи, юриста, социального работника. Представители каждой из этих профессий имеют свои возможности для поддержки пострадавших от насилия, и важно, чтобы они этим занимались на своем месте. Важным фактором является сотрудничество с другими службами и организациями, которые также призваны оказывать помощь пережившим насилие.

Данный раздел представляет собой обзор специализированных служб поддержки и основных принципов их сотрудничества.

Особое внимание уделяется информации об убежищах для женщин и региональных организациях, оказывающих поддержку пострадавшим от насилия, так как важно, чтобы женщины имели возможность получать немедленный доступ к соответствующим

услугам. Кроме того, в этом разделе большое внимание уделено следующему принципу работы таких организаций: пострадавшая женщина должна быть уверена, что ни один шаг со стороны сотрудников не будет сделан без предварительного обсуждения с ней.

Цели:

- Узнать о принципах работы убежищ
- Получить информацию об организациях, в которые можно направить женщину и детей
- Узнать о соответствующих ограничениях
- Узнать о предубеждениях, связанных с убежищами
- Поощрить участников к междисциплинарному сотрудничеству

Упражнения

Упражнение 1

Профессионалы должны изучить, какие виды помощи доступны для пострадавших от насилия в их регионах, а каких служб пока нет. Попросите профессионалов провести интервью с теми, кто имеет разнообразный опыт оказания помощи пережившим насилие.

Примечания для тренеров

В нескольких странах и регионах не существует служб поддержки для пострадавших от насилия. В ходе тренинга вы можете предложить профессионалам подумать на эту тему: как создать новую службу, и как они могут оказать помощь своими силами.

Упражнение 2

Презентация тренера: региональные кризисные центры для женщин (службы поддержки).

Цели: представить необходимую информацию; поощрить сотрудничество и создание сетей

Метод: презентация / дискуссия

Оборудование: раздаточный материал «Список кризисных центров»

Время: 30 минут

Тренер раздает материалы с информацией о кризисных службах. Участники задают вопросы и обсуждают проблемы сотрудничества.

Дополнительные методы

Показать участникам помещение убежища (или фотографии / видеозапись)

Организовать встречи по междисциплинарному сотрудничеству

Подготовка психологов и социальных работников

Практическая подготовка

Введение

К профессиональным психологам и социальным работникам относятся социальные работники, психологи, консультанты по социальным и личным проблемам, консультанты по проблемам семьи и психотерапевты.

По ряду причин на долю женщин приходится большинство пациентов и персонала во многих областях психологической и социальной помощи. Одна из причин состоит в том, что женщины как социально уязвимая группа в большей степени подвержены риску возникновения психических или социальных проблем (в частности, женщинам значительно чаще угрожает бедность). Другая причина заключается в том, что в результате социализации женщины чаще способны понять, что нуждаются в помощи, и обратиться за поддержкой.

Исследования в области социальной работы заставляют предположить, что социализация женщин особенно хорошо готовит их к оказанию поддержки (и межличностному общению в целом), и этим объясняется тенденция выбора ими таких профессий.

Возможно, корни проблемы насилия в отношении женщин следует искать в мужчи-

нах, но, как мы уже отмечали выше, в социальные учреждения и за психологической поддержкой, как правило, обращаются женщины. Учитывая, что женщины часто подвергаются насилию, высока вероятность того, что профессиональным психологам и социальным работникам придется столкнуться с проявлениями насилия.

Основная причина насилия по половому признаку заключается в **неравном распределении власти между мужчинами и женщинами**. Поэтому профессионалам особенно важно знать об особенностях распределения власти по половому признаку. Ряд исследований показывает что, по крайней мере, в области социальной работы, вмешательство социальных работников очень часто приводит к закреплению традиционных половых ролей (в частности, на женщин в основном возлагается ответственность за воспитание детей).

Поэтому профессиональные социальные работники должны анализировать и пересматривать свои взгляды на традиционное распределение ролей между полами, лежащее в основе многих социальных и психологических проблем, с которыми сталкиваются как женщины, так и мужчины. Это самый важный шаг, который данная профессиональная группа может сделать для предотвращения насилия.

Задачи

- Получить информацию и создать условия, обеспечивающие безопасность и доверие женщин, подвергающихся жестокому обращению на работе
- Переосмыслить работу и рабочее место – рассказать участникам об амбивалентных эмоциях
- Расширить сотрудничество с другими профессиональными группами и учреждениями

Рассматриваемые темы

- Тема А. Основные сведения о насилии в отношении женщин
- Тема В. Ситуация мигранток, вынужденных жить в ситуации насилия
- Тема С. Юридическая информация
- Тема D. Сотрудничество
- Тема Е. Возможности и ограничения данной профессиональной группы

Тренер выбирает темы, которые он будет рассматривать в составе специального модуля, в зависимости от количества времени.

Тема А. Основные знания о насилии в отношении женщин

Введение

Во многих странах считается, что профессиональные социальные работники больше

знают о жестоком обращении в отношении женщин и детей, чем другие профессиональные группы. В том случае, когда это соответствует действительности, можно углублять основные знания о предмете и обсуждать с участниками их профессиональный опыт. В противном случае тренеру следует сосредоточиться на Основном модуле, который содержит подробную исходную информацию и описывает методы ее передачи.

1. Формы и виды физического насилия

Задача состоит в понимании видов физического насилия и его психологических последствий. Участники должны понять, что насилие может быть не только физическим и часто усугубляется различными формами психологического насилия, направленного на то, чтобы мужчина мог сохранить «свою власть» над женщиной.

Физическое насилие применяется для того, чтобы сделать женщину слабой и подавить ее самоуважение, и это приводит к ослаблению ее сопротивления и, в конечном счете, к истощению.

Упражнение 1: Исходное упражнение.

Краткое содержание: групповое решение проблем, связанных с применением насилия против женщин.

Задачи:

- Научиться понимать чувства пострадавших
- Обсудить виды насилия и стратегию обидчиков
- Расширить свой кругозор

Методика: групповое решение проблем, обсуждение

Продолжительность: различная

Тренер делит лист флип-чарта на четыре колонки для определения условий, связанных с применением жестокого обращения против женщин:

Колонка 1: условия, связанные с пострадавшей (уныние, разочарование, страх ...)

Колонка 2: условия, связанные с обидчиком (агрессивность ...)

Колонка 3: условия, связанные с потребностями / ресурсами (безопасность, друзья, уход за ребенком, жилищные условия, юридическая помощь, убежища для пострадавших)

Колонка 4: Условия, связанные с другими сферами / обществом (контекст):

преступность, нарушения прав человека, осведомленность общества, воспитание, законодательство, медиация

Затем участники обсуждают эти условия. Тренер должен указать на стереотипы, которые часто действуют в связи с пострадавшей и обидчиком. Условия, связанные с пострадавшей, указывают на пассивность и чувство бессилия. Условия, связанные с обидчиком, ассоциируются с активной ролью.

Примечание для тренера:

см. также Основную модель. Упражнение 2 «Понимание видов насилия». Это упражнение можно использовать, попросив участников привести примеры чисто психологического насилия.

2. Состояние пострадавшей

Важно, чтобы профессиональные социальные работники понимали, почему женщины, подвергшиеся насилию, остаются с обидчиками, и какие последствия имеет насилие для психологической и физической устойчивости женщин.

При этом особое внимание следует уделить двум темам, которые рассмотрены в других «Специальных моделях». Объяснения и примеры стокгольмского синдрома содержатся в Специальной модели «Подготовка работников правоохранительной системы». Объяснения и примеры Травмы и терапии содержатся в Специальной модели «Подготовка медицинских работников».

Упражнение 2: Предоставление прав.

Краткое содержание: упражнение выполняется добровольцами или в малых группах, и его задача состоит в том, чтобы лучше понять психологический ущерб, причиняемый пострадавшим от насилия.

Задачи:

- Проиллюстрировать, как применение насилия разрушает личность женщины.

- Обсудить и найти ответы на типичные вопросы, в частности «Почему женщины уступают насилию? Почему женщины не защищают себя?»
- Профессионал всегда понимает, как важно понять причины действий пациентки и представить себя на ее месте. Иногда профессионалам кажется, что им известно, как решить проблему, еще до того как они выслушали женщину.

Методика: работа в группах или работа добровольцев.

Учебные пособия: чистые листки бумаги (карточки), ручки

Продолжительность: 30-45 минут

Выясните, есть ли добровольцы. Раздайте им пять листов бумаги (карточек) и попросите написать на них пять качеств, которые им больше всего нравятся в них самих. Затем попросите выбрать и отдать одну карточку. Заберите у них еще две карточки. После этого вы можете договориться с ними о том, что они будут готовы вам отдать, если вы вернете им одну «карточку». Спросите, что они при этом испытывают и как это соотносится с динамикой насилия.

Примечание для тренера:

Если группа очень маленькая, то карточки раздаются, и в упражнении участвуют все члены группы; в группах большего размера вы выбираете нескольких добровольцев; не принуждайте участвовать в упражнении тех, кто этого не хочет. Не допускайте, что-

бы другие участники видели, что написано на карточках. После выполнения упражнения порвите и выбросьте карточки.

Если мы поймем стратегию виновников насилия, то сможем занять определенную позицию по отношению к жестокому обращению, рассматривать его как преступление и действовать в защиту прав женщин.

3. Кризисная поддержка

В данном случае ключевым фактором является проведение беседы в различных рабочих ситуациях. Этот раздел посвящен практической и теоретической оценке того, что пациенты считают поддержкой, способствующей созданию доверия. При этом следует помнить, каковы уровень компетентности и практическое содержание работы соответствующей профессиональной группы или учреждения, и каковы их границы.

Рекомендуется адаптировать ролевые игры к конкретной ситуации, в которой приходится работать участникам. При этом могут моделироваться ситуации кризисной консультации, психологической консультации на дому, консультации по телефону, или скрытого насилия.

Упражнение 3: Описание форм насилия.

Краткое содержание: обсуждение вопроса о том, как трудно подробно описать различные проявления насилия.

Задачи: женщине чрезвычайно трудно говорить о насилии, жестоком обращении и уни-

жении, которым она подверглась, особенно если ее просят подробно описать их проявления. Задача данного упражнения – суметь понять, насколько трудно дать такое описание.

Методика: работа в группах, обсуждение

Учебные пособия: флип-чарт, ручки

Продолжительность: 45 минут

Подготовьте листки бумаги, на которых указаны различные формы насилия. Сформируйте небольшие группы и попросите их сосредоточиться на действиях, соответствующих предложенной теме. Через 20 минут они должны сообщить группе о своих сообщениях, написав результаты на доске. Затем участники должны объяснить, что означает каждое слово.

Упражнение 4: Обсуждение условий труда.

Краткое содержание: обсуждение рабочих процессов и условий труда

Задачи:

- Обсудить условия своего труда
- Научиться распознавать методы и ошибки, которые имеют место при работе с женщинами, подвергшимися жестокому обращению.

Методика: обсуждение в малых группах.

Учебные пособия: 4 листа флип-чарта, фломастеры

Малые группы обсуждают следующие вопросы:

- Как профессионалы относятся к пострадавшим?
- Какая реакция правильна / неправильна?

Обсудите выбор времени и места. Часто разумнее перенести беседу, если у вас недостаточно времени, или если место, где вы находитесь, не позволяет обеспечить конфиденциальность и безопасность. Помните о риске, которому подвергается женщина (обидчик может следовать за ней до места встречи с вами).

Примечание для тренера:

участники должны обсуждать не свои ошибки, а общий характер своей работы (или работы других профессиональных групп, с которыми они сотрудничают).

5. Стратегии обидчиков

В этом случае также рекомендуется использовать заранее подготовленные примеры и ролевые игры, моделирующие столкновение с обидчиком, чтобы научить участников разбираться в стратегии обидчиков при консультировании. Ролевые игры должны включать такие аспекты как «консультации для совместно проживающих лиц», «столкновение с обидчиком при посещении на дому» и «индивидуальная беседа с мужчи-

ной, склонным к насилию». Для получения участниками максимума полезной информации для своей профессиональной работы большое значение имеет последующее обсуждение.

Тема В. Положение мигранток, которые живут с обидчиками

Введение

Социально ущемленные и дискриминируемые общественные группы особенно часто подвергаются запугиванию. Важно понять и осознать, насколько трудно заставить себя высказаться, находясь в условиях чужих культуры и языка, особенно когда речь идет о личных проблемах.

Кроме того, следует обсудить последствия жизни в чужой стране с неизвестными законами и обычаями.

Рекомендуется подготовить для раздачи участникам материал с подробным описанием юридического статуса и прав мигранток, или дать их объяснение. Вы должны рассмотреть такие темы, как защита от насилия, доступность юридической защиты, нормы законодательства об иностранных гражданах и браках с иностранными гражданами, разрешения на работу, законы о предоставлении убежища, прав на социальное обеспечение и т.п.

Анализ конкретных ситуаций

Ответы на ряд вопросов об особых / дополнительных барьерах, с которыми сталкива-

ются женщины (дискриминация по расовому и этническому признаку, вероисповеданию, сексуальной ориентации, физической или психической недееспособности, социальному происхождению и т.п.).

Тема С. Юридическая информация

Этот раздел содержит основные знания о юридических мерах защиты от насилия и о других формах поддержки женщин и их детей, подвергающихся насилию.

- Какие важнейшие законодательные акты защищают пострадавших?
- Каковы мои права и обязанности, как представителя данной профессиональной группы?
- Каковы обязанности других профессиональных групп, с которыми я сотрудничаю (милиция, обязательные обращения к медицинским работникам и т.п.)?

Рекомендуется пригласить на это занятие профессионального юриста, который мог бы рассказать не только о правах пострадавших, но и правовой ситуации, связанной с соответствующей профессиональной группой

Упражнение 7: Консультация

Краткое содержание: Моделирование консультации

Задачи:

- Обсудить и отработать навыки консультирования

- Обсудить вопросы обеспечения безопасности и обстановку на месте консультации

Методика: ролевая игра: 1 посетитель, 1 консультант, как минимум 1 наблюдатель, последующее обсуждение

В пункт / консультативный центр приходит женщина и рассказывает, что она подверглась насилию. Социальные работники или психолог консультируют ее.

Вопросы для посетительницы.

- Что я испытывала? Достаточно ли доверяла специалистам, чтобы рассказать о том, что со мной случилось?
- Что было хорошо, а что плохо?
- В чем еще я нуждалась?

Малая группа составляет список потребностей, ожиданий и ощущений избитой женщины, которая обратилась за помощью. Затем малая группа рассказывает большой группе о том, каким образом консультант может вселить в женщину чувство безопасности и уверенности. Во время последующего обсуждения тренер должен подчеркнуть необходимость плана безопасности.

Примечание для тренера:

Ролевую игру проще проводить со студентами; профессионалы часто неохотно демонстрируют свое умение консультировать. Кроме того, ролевую игру проще проводить в небольших группах, которые меньше ей сопротивляются. Если тренер хочет убедить участников в необходимости ролевой игры, то она должна нравиться ему самому! В то же время ролевая игра очень хорошо помогает понять чувства посетителя.

Важно:

- Рассказывая о том, какое впечатление произвела на Вас ролевая игра, и какую роль Вы в ней сыграли, говорите от третьего лица.
- Во время ролевой игры следите за своими ощущениями.
- После ролевой игры свои впечатления и полученный опыт необходимо обсудить в большой группе.

Вариант:

Ролевая игра: 4 роли и 1 наблюдатель: социальный работник, милиционер, врач и т.п.

Проводится в форме конференции: «Как вы боретесь с насилием в отношении женщин?»

Интервенция (Вмешательство / реагирование)

Темы презентаций:

- Цели эффективного реагирования на случаи ДН:
- Интервенция: обзор ключевых элементов
- Шаги для дальнейшего наблюдения

Введение.

Как реально медработники могут помочь жертве домашнего насилия? Разве можно оказать помощь за те несколько минут, которые Вы можете уделить пациентке? Оказывается, что можно. Главное - знать как правильно и эффективно оказать эту помощь.

Поддержка женщин, оказавшихся в ситуации домашнего насилия, может стать эффективной только при применении междисциплинарного подхода. В этом случае сама женщина принимает решение о том, кому из медицинских работников рассказать о своей ситуации. Женщина также принимает решение о том, когда она это сделает. Именно сама женщина должна нести ответственность за процесс интервенции, и при этом сотрудники медицинских учреждений с уважением относятся к ее решениям.

Окончательным результатом интервенции необязательно должен стать немедленный уход из ситуации насилия. Необходимы новые профилактические виды интервенций, предполагающие изменение контролирующего и насильственного поведения на ненасильственное и поддерживающее. В литературе о домашнем насилии часто можно встретить утверждение о том, что уход является лучшим выходом из положения. То же самое утверждают некоторые юристы. Данные исследований доказывают, что большинство избиваемых женщин, в конце концов, уходят из отношений, в которых они подвергались насилию. Однако уход - это процесс, и часто женщины возвращаются к своему обидчику несколько раз. Это нормальное явление, свойственное этому процессу, и именно так его и следует воспринимать.

Что может сделать медицинский работник? Прежде всего, Вы можете помочь женщине снизить ее чувство изолированности, - ведь это самое главное чувство, которое она испытывает. Вы также можете сделать ее жизнь более безопасной (разработать план безопасности). Вы можете выразить ей свою озабоченность, сочувствие и уважение, а также дать ей возможность самой выбрать, как поступить, какой помощью воспользо-

ваться и самостоятельно решить, как изменить свою жизнь в лучшую сторону.

Интервенция предполагает оказание психологической поддержки женщине, помощь в определении системы личной поддержки и плана безопасности на случай усиления насилия. Кроме того, необходимо предоставить женщине всю информацию о кризисных центрах, социальных и юридических службах, куда она может обратиться за помощью. Чрезвычайно важно составить подробную документацию истории насилия: определение вида насилия; описание физического (эмоционального, сексуального) насилия. Эти документы можно будет использовать, если женщина захочет привлечь обидчика к ответственности.

Два самых важных принципа, которых нужно придерживаться в беседе с пациенткой:

1. не давать никаких советов личного характера относительно ее дальнейшей жизни (например, развестись с мужем или напугать его подачей заявления в милицию)
2. не расспрашивать женщину об ее собственном поведении в ситуации насилия со стороны мужа/партнера, так как в ситуации насилия на первом месте должен находиться факт насилия, а не поведение пострадавшей стороны. Нужно всегда помнить о том, что Вы не находились в ее ситуации и поэтому не можете судить о том, правильно или нет она поступала.

Что нужно делать? Давайте рассмотрим основные моменты оказания помощи, то есть интервенции в ситуацию.

Цели эффективного реагирования на случаи ДН:

- Обеспечение безопасности пострадавших
- Оказание поддержки пострадавшим в защите себя и своих детей.
- Для того чтобы осуществить это, специалист должен:
 - Ценить опыт пациента
 - Оказывать поддержку
 - Предоставлять информацию о ресурсных центрах/возможностях.

Рекомендации тренеру: Обратите особое внимание участников на то, что цель интервенции не заключается в том, чтобы заставить жертв ДН покинуть своих обидчиков, «исправить» ситуацию или провести сеанс психотерапии, а предоставить необходимую поддержку и информацию.

Интервенция: обзор ключевых элементов

1. Выслушать, принять ее информацию и вступить в общение
2. Выразить поддержку и уважение
3. Обсудить вопросы безопасности пациентки
4. Дать информацию о домашнем насилии
5. Подсказать, куда еще можно обратиться
6. Инициировать последующее общение с пациенткой

Интервенция №1: Общение с пациенткой и Ваша позиция

- Покажите пациентке, что Вы беспокоитесь о ее безопасности и состоянии ее здоровья
- Вы понимаете, что она в сложной ситуации и хотите поддержать ее идеи
- Она не одинока и можно найти пути выхода из этой ситуации
- Дайте ей знать, что она не виновата в насилии, не провоцировала его: никто не заслуживает жестокого обращения
- Вы цените ее доверие и желание найти выход из этой ситуации

Рекомендации тренеру: предоставьте примеры выражения поддержки пострадавшей («Вы не заслуживаете этого. Домашнему насилию оправданий нет. Вы заслуживаете лучшего»; «Я рад(а), что вы рассказали мне об этом. Я хочу знать об этой проблеме, чтобы мы вместе могли работать на то, чтобы сохранить вашу безопасность и счастье»; «Я очень обеспокоен (а) Это причиняет вам вред (а также вашим детям)»; «Это сложная проблема. Иногда уходит много времени на то, чтобы решить ее»; «Вы не одна в попытке разобраться с этим. Есть некоторые возможности. Я поддерживаю вас в вашем выборе».) Вы также можете попросить участников привести свои примеры.

Рекомендуемые варианты общения с женщиной:

А. Убедите женщину в том, что она не одна, поскольку такие женщины часто находятся в изоляции. Им необходимо услышать о том,

что многие женщины подвергаются насилию со стороны партнеров. Кроме того, важно будет услышать о том, что есть возможность получить помощь и поддержку, и медицинские работники готовы предоставить информацию об этом. Такая беседа может стать первым шагом к жизни без насилия.

Б. Скажите, что Вы убеждены в том, что насилие ни в коем случае не является приемлемым типом поведения - ведь женщины часто слышат о том, что они виноваты в том, что обидчик прибегает к насилию. Насилию нет оправданий.

В. Женщинам необходимо сообщить о том, что Ваша беседа будет сугубо конфиденциальной.

Г. Важно зафиксировать факты насилия в конкретных терминах в истории болезни. При этом нужно сказать женщине о том, что эти сведения будут использованы только в том случае, если она сама примет решение воспользоваться ими для своей защиты в суде.

Д. Необходимо предоставить женщине информацию о динамике и цикле насилия. Кроме того, важно обсудить возможные варианты выхода из ситуации, предоставить информацию о кризисных центрах или других организациях, где можно получить помощь.

В ходе разговора необходимо выяснить уровень опасности, который угрожает жизни женщины и ее детям:

Если муж (партнер) прибегает в ситуации насилия к использованию оружия или тя-

желых предметов, если он совершал попытки удушить женщину, если он угрожал ей смертью, то данная ситуация представляет серьезную угрозу жизни Вашей пациентки. Возможно, в этой ситуации необходимо продумать план безопасности.

Интервенция №2: дайте пациентке информацию о ДН

- Домашнее насилие очень распространено. ДН - проблема, воздействующая на здоровье пациентов и их детей. Насилие может усиливаться; вред, наносимый им, также увеличивается со временем.
- Физическое насилие является лишь одной его составляющей
- Домашнее насилие повторяется, и его интенсивность зачастую увеличивается с течением времени
- Дети могут также страдать от домашнего насилия: от жестокого обращения и от того, что они видят насилие или слышат оскорбления
- Прекращение ДН - ответственность обидчика, а не пострадавшей.
- С помощью и поддержкой окружающих пострадавшие могут повысить свою безопасность и безопасность своих детей.
- Перечислите доступную помощь: здравоохранение, кризисные центры, юридические организации и т.п.

Интервенция №3: источники дополнительной поддержки

Рекомендации тренеру:

Тренеру необходимо составить раздаточный лист, перечисляющий все местные ресурсные центры по ДН: те организации, куда можно направить пациентку.

Обратите внимание пациентки на местные ресурсы:

- Юридическая и психологическая поддержка, существующая внутри Вашего медучреждения
- Специализированная юридическая поддержка, консультации, кризисный центр, убежище, если таковые существуют в Вашем регионе
- Специальные службы

Рекомендации тренеру:

Эту часть презентации необходимо дополнить отдельным сегментом о работе местных организаций, оказывающих помощь пострадавшим от домашнего насилия: какие именно виды помощи оказывает, например, кризисный центр; каковы его принципы работы и т.п. Мы рекомендуем пригласить специалиста (социального работника, психолога и т.п.) из подобной организации для проведения данной презентации.

Интервенция №4: план безопасности

Если муж (партнер) прибегает в ситуации насилия к использованию оружия или тяжелых предметов, если он совершал попытки удушить женщину, если он угрожал ей смертью, то данная ситуация представляет серьезную угрозу жизни Вашей пациентки. Вы можете спасти ей жизнь, если привлечете пациентку к планированию ее собственной безопасности

При составлении плана безопасности, придерживайтесь следующих принципов:

- Уважайте ее выбор и не настаивайте
- Не давайте ей советов (например, уйти от мужа). Она должна сама принять решение
- Разработайте план безопасности в случае, если она остается с обидчиком. Особенно если существуют признаки угрозы ее жизни.
- Рассмотрите возможности ее ухода от обидчика в ситуации, угрожающей ее жизни
- Убедитесь, что составленный план безопасности является действенным и выполнимым

Начните составление плана с фразы:
“Давайте подумаем, что Вы можете предпринять в опасной ситуации”.

Направляйте беседу с пациенткой, но избегайте давать советы! Стройте разговор с помощью фраз: *“А что еще Вы могли бы предпринять?”*, *“Кто еще мог бы помочь Вам?”* и т.п.

Если ситуация представляет опасность для жизни пациентки, то тщательно продумайте план безопасности

Пути безопасности, которые можно предложить пациентке:

- Продумайте свои действия на тот случай, если акт насилия повторится опять.
- Расскажите о насилии тем, кому Вы доверяете (друзья, родственники).
- Найдите такое место, куда Вы смогли бы уйти в случае опасности.

Обсудите с ней план безопасности:

- Договоритесь со своими соседями, чтобы они вызвали милицию, если услышат шум и крики из Вашей квартиры.
- Спрячьте запасные ключи от дома (машины) так, чтобы, взяв их, Вы могли бы быстро покинуть дом в случае опасности.
- В безопасном, но доступном для Вас месте, спрячьте необходимую сумму денег, книжку с номерами телефонов, паспорт, документы на детей, другие важные бумаги, а также некоторую одежду и нужные лекарства.
- Заранее договоритесь с друзьями, родственниками о возможности предоставления Вам временного убежища в случае опасности.
- Постарайтесь уничтожить все вещи, которые помогли бы Вашему обидчику найти Вас (записные книжки, конверты с адресами и т. п.).

- Заранее узнайте телефоны местных служб, которые смогут оказать Вам необходимую поддержку (кризисный центр для женщин, телефон доверия и т. п.).
- Заранее решите, что из ценных вещей (ювелирные изделия и т. п.) Вы возьмёте с собой. В случае острой необходимости их всегда можно будет продать или отдать в залог.
- Если ситуация критическая, то покидайте дом незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи. Помните, что под угрозой находится Ваша жизнь!

Шаги для дальнейшего наблюдения:

1. Назначьте следующий прием. Удостоверьтесь в том, что пациент будет иметь доступ к лечащему врачу. На последующем приеме расспросите пациентку о том, что происходило после предыдущего визита.

2. Пересмотрите медицинскую документацию. Расспросите пациентку о прошлых случаях насилия, отраженных в ее истории болезни. Убедите ее в вашей безопасности и готовности обсудить проблему.

Подведение итога:

ДН, подобно другим проблемам (курение, высокое кровяное давление и т.п.), часто требует неоднократного вмешательств на протяжении определенного периода времени прежде чем оно может быть разрешено.

Рекомендации тренеру:

Ответьте на 2-3 вопроса или обсудите опыт участников. Проведите мини-демонстрацию одного случая, как это описано в начале этой части.

Раздаточный материал

Виды насилия в отношении женщин

1. Физическое насилие:

толчки; хватания; бросание; плевки; нанесение ударов ладонью и/или кулаком и/или посторонними предметами; удерживание; удушение; избиение; пинки; использование оружия; причинение ожогов; контроль над доступом жертвы к социальной или медицинской помощи и т.п.

2. Сексуальное насилие:

постоянное сексуальное давление, принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование; принуждение к половым отношениям в неприемлемой для женщины форме; принуждение к половым отношениям в присутствии других людей; принуждение к половым отношениям с детьми или третьими лицами; физическое принуждение к сексу или причинение боли и вреда здоровью жертвы посредством действий сексуального характера, и т.п...

3. Психологическое насилие:

вербальные оскорбления; шантаж; акты насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнером; угрозы насилия по отношению к себе, жертве или другим лицам; запугивание посредством насилия по отношению к домашним животным или разрушение предметов собственности; преследование; контроль над деятельностью жертвы; контроль над кругом общения жертвы; контроль над доступом жертвы к различным ресурсам (получению социальной и медицинской помощи, медикаментам, автотранспорту, общению с друзьями, получению образования, работе и т.п.); эмоциональное насилие; принуждение жертвы к исполнению унижающих ее действий; контроль над распорядком дня жертвы и т.п.

4. Экономическое насилие:

отказ от содержания детей; утаивание доходов; трата семейных денег; самостоятельное принятие большинства финансовых решений - это, например, может проявляться в том, что при покупке продуктов не учитываются потребности детей или жены, и в результате дети могут не получать необходимое для их возраста питание; жена, совершая покупки, должна отчитываться чеками, и т.п.

5. Использование детей для установления контроля над взрослой жертвой:

физическое или сексуальное насилие над детьми; использование детей как заложников; принуждение детей к совершению физического и психологического насилия над взрослой жертвой; борьба за родительские права с использованием манипуляции над детьми и угроз; использование посещения детей для контроля над взрослой жертвой; упреки, выражающиеся в таких словах как «ты плохая мать, так как хочешь работать», и т.п.

Определение насилия в отношении женщин в документах ООН

Статья 1

В рамках настоящей Декларации термин «насилие в отношении женщин» означает любой совершенный на основании полового признака акт насилия, который причиняет или может причинить вред физическому, сексуальному или психологическому здоровью женщины или страдания, а также угрозы совершения таких актов, принуждение или произвольное лишение свободы, будь то в общественной или личной жизни.

Статья 2

Насилие в отношении женщин должно рассматриваться в соответствии с нижеизложенным, но не ограничиваться этим:

а) физическое, сексуальное и психологическое насилие в семье, в том числе побои, сексуальное насилие в отношении девочек в семье, изнасилование в браке, генитальные увечья у женщин и другие традиционные практики, приносящие вред женщинам, насилие вне брака, которое ведет к эксплуатации;

б) физическое, сексуальное и психологическое насилие в обществе, в том числе изнасилование, сексуальное насилие, сексуальное домогательство на рабочем месте и в учебных заведениях, сексуальная торговля и принуждение к проституции;

в) физическое, сексуальное и психологическое насилие со стороны государства, независимо от того, где оно происходит.

Виды психологического насилия

Изоляция

Примеры: запираание телефона в другой комнате; оскорбление в адрес друзей женщины и т.д.

Искаженное восприятие реальности

Примеры: упреки в свой адрес («Я - ничемная»); поиски оправданий поведению обидчика («Ревнует - значит, любит»)

Ограничение в правах

Примеры: постоянные телефонные звонки от мужа, цель которых - проверить присутствие женщины дома; лишение сна

Унижение

Примеры: вербальные (словесные) оскорбления; постоянное повторение таких фраз, как «Ты никчемная», и т.д.

Принуждение к выполнению ненужных требований

Примеры: мужчина настаивает на том, чтобы полотенца складывались только одним способом; требования к тому, чтобы подошвы обуви всегда были вычищены, и т.д.

Угрозы

Примеры: повреждение вещей; такие угрозы как «Я везде тебя найду», и т.д.

Полный контроль над женщиной

Примеры: закрытие доступа к общему банковскому счету; запреты; принуждение женщины к тому, чтобы она постоянно была вынуждена просить у обидчика деньги, и т.д.

Редкие периоды затишья

Примеры: неожиданные подарки, совместный семейный отдых

Виды структурного насилия

Виды насилия являются отражением общества, в котором имеют место сексизм и социализация по гендерному принципу. Это приводит к терпимости в отношении насилия в обществе и позволяет видам насилия казаться «нормальными».

Изоляция

Примерами могут служить такие стереотипы как «Женщина должна сидеть дома»; «Ревность - показатель любви», а также ограничение свободы женщины на основании того, что она должна заниматься только детьми.

Искаженная картина реальности

Выбор образа жизни, системы ценности, законы и ход истории, прежде всего, определяются мужчинами.

Ограничение в правах

- работающие женщины несут ответственность за работу, семью, домашнее хозяйство
- женщины круглосуточно несут ответственность за семью и дом
- женщины не досыпают по ночам, если у них маленькие дети
- женщины должны довольствоваться жизнью, ограниченной их домом

Унижение

- отношение к женщине в обществе: шутки, использование образа женщины в рекламе товаров
- занятость женщин на низкооплачиваемых рабочих местах
- недостаточное количество женщин представлено в правительстве, политических партиях, на уровне принятия решений

Принуждение к выполнению ненужных требований

- предполагается, что на рабочем месте женщины должны готовить кофе для мужчин
- женщинам поручают вспомогательные задачи
- предполагается, что домашнее хозяйство и уборка - женские дела; недооценка этого труда

Угрозы

- Женщины, которые не соответствуют гендерным ожиданиям общества, рискуют стать социальными изгоями.

Полный контроль над женщиной

- мужчина - глава семьи
- экономическая зависимость женщин от мужчин
- мужчины оплачивают счет в ресторанах
- мужчины всегда водят машину
- мужчины пользуются всеми возможными привилегиями; их обслуживают дома
- мужчины не несут ответственности за домашнее хозяйство

Ситуации насилия

- 18-летний юноша нападает на женщину, которая старше него, привязывает ее к стулу и вставляет ей в рот кляп.
- Мать дает ребенку пощечину, потому что он постоянно отказывается ее слушать.
- Муж угрожает жене побоями, если она откажет ему в сексуальном контакте.
- Мужчина врывается в дом к бывшей жене и избивает ее до такой степени, что она нуждается в госпитализации.
- Муж ежедневно оскорбляет жену, оскорбляет ее, называя «глупой курицей, коровой».
- Муж бьет беременную жену по животу.
- Отец жестоко обращается со скулящей собакой и жестоко избивает двоих плачущих детей.
- Мужчина держит жену над балконом 8-го этажа и угрожает ее сбросить.
- Мужчина бьет жену кулаком по лицу из-за того, что ему не понравилась еда, которую она приготовила.
- Мужчина запирает жену в квартире на целый день, так как подозревает ее в том, что она слишком часто смотрит на других мужчин.

Стадии и динамика насилия



1. Стадия нарастания напряжения
2. Случай активного насилия
3. Стадия раскаяния и «любви»

Во многих случаях этот процесс идет циклично, фазы «примирения» сменяются фазами насилия. Важно осознавать, что обидчики используют редкие периоды «примирения» в качестве стратегии усиления зависимости женщины.

Динамика насилия

1. Романтическая идеализация отношений
2. Скрытые предчувствия
3. Женщина пытается выразить свои представления об отношениях
4. Мужчина начинает критиковать ее или становится раздражительным по отношению к женщине / испытывает гнев по отношению к ней
5. Женщина чувствует ответственность за происходящее и «спасает» ситуацию
6. Мужчина расслабляется; восстановление романтического мифа об отношениях

7. Женщина находится в состоянии фрустрации
8. Мужчина начинает прибегать к насилию; начинается осознание отличия идеала от реальности
9. Женщина находится в состоянии изоляции; она чувствует, что ее предали
10. Мужчина боится потери контакта и пытается установить его с помощью контроля и насилия
11. Женщина становится еще более пассивной и изолированной
12. Мужчина испытывает еще больший страх потери контроля; усиление степени насилия
13. Полная дисфункция системы на всех уровнях

Признаки насилия

Физические симптомы

- синяки
- ушибы
- телесные повреждения (ожоги, порезы, следы укусов, раны на голове)
- выбитые зубы
- переломы ребер, носа и др.
- вывихи челюсти или плеча
- проблемы со слухом
- проблемы с гениталиями
- повреждение черепа

Психосоматические симптомы

Симптомы страха:	Симптомы беспомощности:	Симптомы напряжения:
учащенное сердцебиение гипервентиляция дрожь усиленное потоотделение головокружение боли в животе боли в области сердца проблемы с дыханием бессонница	слабость депрессия угнетенное состояние усталость	головные боли расстройства сна боли в животе нарушения менструального цикла

Психосоциальные симптомы:

- чувство вины
- стыд
- настороженность
- рассеянность
- негативное восприятие себя
- социальная изоляция
- проблемы с отношениями
- проблемы с сексуальностью
- подавленные эмоции
- смешанные эмоции

Поведенческие симптомы:

- подавленное и / или подчиненное поведение
- очевидная нервозность
- частая отмена назначенных встреч
- постоянный, тесный контакт с обидчиком
- такие фразы как «Мой муж (не) разрешит мне... .»

Почему женщины остаются?

Реальные истории

Татьяна замужем уже 10 лет. Она живет вместе с мужем и двумя детьми 5 и 11 лет в новой квартире. Часть денег они заняли у друзей и в банке. Эти деньги за квартиру и мебель предстоит выплачивать еще несколько лет. Татьяна работает в ближайшем супермаркете; ее муж - мелкий чиновник в районной администрации. Их дочь ходит в начальную школу, сын - в детский сад. Когда заканчиваются уроки, дочь идет в детский сад, откуда их с сыном забирает отец - Татьяна работает до 20.00. Татьяна часто беспокоится по этому поводу, так как бывали случаи, когда муж не забирал детей, и они шли домой пешком одни.

Муж Татьяны всегда был ревнив и вспыльчив. Но также бывали периоды, когда он был очень внимателен к ней и дарил подарки. Вначале Татьяна расценивала его ревность как признак любви. Но вскоре он начал ее бить. Она все время надеялась на то, что ситуация изменится - когда появится новая квартира, когда появится второй ребенок, и т. д. Но на самом деле положение ста-

новились только хуже. Две недели назад он избил ее так жестоко, что у нее был синяк под глазом, и она вынуждена была не выходить на работу в течение нескольких дней.

Марина, 25 года, приехала с Украины. Она познакомилась с мужем два года назад, когда он был в отпуске в Ялте на Украине. Несколько месяцев спустя после его отъезда он попросил ее приехать к нему, и они решили пожениться. На людях муж Марины очень обаятелен, и ее семья на родине считает, что ей очень повезло. Но на самом деле Марина в беде. Когда они дома вдво-

ем, он равнодушен к ней, а иногда и агрессивен. Она проводит много времени в одиночестве, так как он часто уезжает в командировки, а Марина - домохозяйка. Он часто звонит ей оттуда, чтобы проверить, дома ли она и чем она занимается. Марина находится на шестом месяце беременности. Ее муж не хочет детей - у него уже есть двое детей от первого брака, и он платит алименты. Он называет ее ленивой, когда из-за беременности она быстро утомляется и ложится отдохнуть. На прошлой неделе он ударил ее кулаком в живот, потому что она не погладила его любимую рубашку.

Положение детей

Возрастные особенности последствий домашнего насилия

	ЭМОЦИИ	СОЗНАНИЕ	ПОВЕДЕНИЕ
ДОШКОЛЬНИКИ Дети в этом возрасте наиболее беспомощны и ранимы и обладают в наименьшей степени познавательными и поведенческими навыками для того, чтобы справиться с ситуацией.	Паника, беспокойство. Беспокойство в отношениях с обоими родителями. Тревога о разводе. Эмоциональное оцепенение, раздражительность	Короткая память на события. Ограниченное понимание насилия. Тревога за нарушение привычного хода событий. Хочет воссоединения семьи.	Плачет, жалуется, вспышки раздражения, уход в себя, пассивность. Потеря развивающих навыков (несдержанность, эгоизм) Неразговорчивость, безответственность. Ночные кошмары, нарушения сна
ШКОЛЬНИКИ Дети этого возраста обладают более широким спектром познавательных, эмоциональных и поведенческих навыков для того, чтобы справиться с ситуацией, которая их травмирует. Они делают более активные попытки сопротивления насилию, стремятся защитить жертву и определить значение стрессовых ситуаций. В результате, по сравнению с детьми более младшего возраста, эти дети испытывают чувство вины и стыда, двойственное отношение к родителям и постоянную депрессию.	Депрессия, унылое состояние, беспокойство, чувство вины и стыда. Чувствует ответственность и беспомощность, беспокойство и повышенная чувствительность к сигналам об опасности, недоверие ко взрослым. Двойственные чувства по отношению к родителю, совершающему насилие (одновременно привязанность и сомнение)	Недостаточная способность сконцентрироваться, назойливые мысли и образы насилия. Фантазии по поводу освобождения жертвы или семьи. Попытки понять насилие. Двойственное отношение к вступлению о разводе.	Снижение школьной успеваемости. Унаследованное, пассивное социальное поведение. Жалобы психосоматического характера (болит живот, голова и т.д.) Агрессивность и жестокость по отношению к другим. Непослушание и вызывающее поведение, разрушение мебели, вещей. Проигрывание травматической ситуации в процессе разговора и игры. Нарушение отношений со сверстниками. Формирование вредных привычек.

<p>ЮНОШЕСКИЙ ВОЗРАСТ Постоянное проявление нетерпимости и насилия в семье приводит к отчуждению детей юношеского возраста от их семей. В результате подростки могут покидать семьи в раннем возрасте и вызывать антисоциальное и саморазрушающее поведение. Двойственность в отношении родителей может смениться благожелательностью к одному из них.</p>	<p>Самобичевание, чувство вины и стыда, идеи о самоубийстве. Гнев, ярость, взрыв эмоций, проявление агрессии. Депрессия и чувство безнадежности. Преданность одному из родителей. Отсутствие сочувствия к другим, подозрительность и недоверие взрослым</p>	<p>Назойливые мысли и образы насилия. Недостаточная способность концентрироваться. Смещение понятий любви и насилия. Вера в то, что насилие нормально. Перекалывают вину за свои действия на других.</p>	<p>Снижение школьной успеваемости, прогулы занятий, побеги из дома. Повышенная сексуальная активность Антисоциальное поведение, правонарушения, пристрастие к алкоголю, наркотикам. Отказ от сотрудничества со взрослыми, взрывной и насильственный характер в межличностном общении. Насилие и оскорбление любимых.</p>
---	---	--	--

Реальные истории

Миша

Вы - воспитатель в детском саду. В вашей группе 4-летний Миша. Вы знаете, что его мать, приехавшая из Карпинска, сейчас живет в убежище для женщин, потому что ее избивал муж. Сегодня днем отец неожиданно появился в детском саду и сказал, что он хочет забрать Мишу.

Вопрос: Что Вы будете делать?

Причины, из-за которых профессионалы могут «не замечать» насилия

- Мне трудно справляться с собой, когда другие испытывают сильные эмоции
 - Если я выявлю насилие, мне нужно будет что-то делать с этим (а я не знаю, как)
 - Я боюсь, что мне придется столкнуться с обидчиком
 - Я не уверена, что я (не) могу к чему-то побудить другого человека
 - Я не хочу вытягивать это из нее, я подожду, пока она сама не начнет об этом рассказывать
 - Что, если она не подвергается насилию, а я затронула эту тему?
 - Я не знаю, как заговорить на эту тему
 - Я не уверена в правдивости ее рассказа - должна ли я верить всему?
 - Это личное дело, я не должна в это вмешиваться
- Женщины не любят говорить о насилии
 - Женщина не хочет ничего предпринимать в ситуации насилия
 - Я слишком занят (а); у меня нет времени, чтобы заниматься еще и этим.
 - Женщина принимает алкоголь или наркотики.
 - Прежде всего я должна быть уверена в том, что это действительно ситуация насилия

Причины, из-за которых женщины, подвергающиеся насилию, не хотят прибегать к помощи

- Чувства вины и стыда
- Страх перед обвинением в свой адрес
- Недоверие к организациям, в которые необходимо обратиться (негативный опыт)
- Страх перед последствиями («Что будет, если я расскажу об этом»), страх возможного разглашения (когда женщина вынуждена это делать втайне)
- Защита семьи (нежелание «выносить сор из избы»)
- Терпимость по отношению к партнеру / обидчику
- Страх перед собственными эмоциями и агрессией
- Минимизация степени серьезности положения («Все уже позади, ничего серьезного не произошло»), отрицание серьезности ситуации
- Надо выходить из положения самой, а не ждать помощи со стороны: «Ты долж-

на сама найти выход, не надо искать помощи на стороне!»

Стратегии обидчика

Тема 1. Стратегии для скрытия правды

Нахождение причин для оправдания своего поведения:

- «Я злюсь, потому что я привязан к тебе»
- «По-моему, ты меня не любишь»
- «Это у нас принято»
- «Я привык к такому поведению с детства»

Отрицание проблемы:

- «Некоторые мужчины бывают еще хуже; по крайней мере, я не бью ее»
- «Я обидчик? Конечно, нет. Я никогда не буду применять насилие по отношению к женщине»
- «Не помню, чтобы я делал это»
- «У медали всегда две стороны»

Отрицание серьезности насилия:

- «Я ее не бил»
- «После этого мы занимались любовью»
- «Мы часто ссоримся, но это у всех происходит»
- «Я не могу себя контролировать!»

Отрицание ответственности за эту проблему:

- «Мы оба выпили / приняли наркотики»
- «Она сама напросилась»

- «Она знает, что я не люблю, когда со мной так разговаривают»
- «Если бы она не следила за мной все время ...»

Отрицание возможности повторения насилия

- «Это было для меня уроком»
- «Я пообещал ей, что это больше не повторится»
- «Не знаю, что на меня нашло»

Тема 2. Препятствия к принятию ответственности

- Возмущение по поводу давления, которое необходимо, чтобы изменить себя
- Мужская гордость не позволяет сознаться в собственных ошибках
- Боязнь близких отношений - они делают его уязвимым
- Чувство смятения по поводу ситуации - непонятно, как ее разрешить
- Поведенческие модели сформировались в прошлом
- Стремление не стать таким, как отец / мать, которые служили плохим примером
- Стыд («Я - плохой») вместо вины («Я сделал что-то не так»)
- Соревнование: оценивают его успехи, не принимая во внимание его чувства или страхи
- Страх перед возможностью увидеть неизвестные стороны своей личности
- Мужчине нелегко выражать свои чувства

Четыре эффективных метода интервенции по запросу женщины, подвергающейся домашнему насилию

- Принять опыт пострадавшей женщины
- Сосредоточиться на сильных сторонах пострадавшей
- Помочь вернуть контроль над собственной жизнью
- Изучить возможности выхода из ситуации

Беседа с обидчиком

Консультант: Скажите, когда Вы в последний раз ударили жену?

Клиент: Точно не помню. Мы о чем-то говорили, и я вышел из себя.

Консультант: Как часто Вы ее бьете?

Клиент: Не помню. На меня нашло затмение; я потерял контроль над собой.

Консультант: Почему Вы не ранили ее ножом?

Клиент (в шоке): Я никогда не сделал бы этого - она же моя жена.

Консультант: Если я правильно поняла, Вы сказали, что потеряли контроль над собой. Если это так, тогда могло произойти что угодно?

Клиент: Я не совсем его потерял.

Консультант: Давайте посмотрим, какую часть контроля Вы были готовы потерять.

Покажите мне, каким образом Вы ударили жену. (Встает). Сейчас я - Ваша жена.

Клиент (нерешительно): Не знаю. Просто ударил. Не помню подробностей.

Консультант: Покажите, как Вы ее ударили - кулаком или ладонью?

Клиент (в ужасе): Я шлепнул ее. Я никогда не ударю ее, как ударил бы мужчину.

Консультант: Ладно. Итак, Вы решили шлепнуть ее вместо того, чтобы побить. Вы что-нибудь бросали в нее?

Клиент: Нет.

Консультант: Ладно, Вы шлепнули ее и ничего в нее не бросали. Куда вы ее ударили?

Клиент: Не знаю. Я не думаю об этом.

Консультант: Давайте начнем сначала. Вы ударили ее вместо того, чтобы ранить ножом или что-то бросить в нее. В этот момент Вы еще не потеряли контроль над собой. Потом Вы шлепнули ее вместо того, чтобы избить. Вы не хотели обращаться с ней, как обошлись бы с мужчиной. Затем Вы решили, в какое место ее ударить. Похоже, у Вас было больше контроля над собой, чем вы думали.

Предварительная оценка

26 вопросов для оценивания степени опасности со стороны обидчика

Предварительное обследование телесных повреждений

Профессионал может пройти по списку вместе с женщиной.

Предупреждение:

Всегда будьте при этом рядом

«Пожалуйста, отметьте на календаре примерные даты прошлого года, когда Ваш партнер или муж избил Вас. Запишите в этой графе примерную длительность этих инци-

дентов и классифицируйте их согласно шкале, приведенной ниже»:

1. Шлепки, толчки: отсутствие повреждений и / или продолжительная боль.
2. Удары, пинания, синяки, порезы и / или продолжительная боль.
3. «Побои»; серьезные ушибы, ожоги, переломы.
4. Угрозы применить оружие; повреждения головы, повреждения внутренних органов, постоянные повреждения.
5. Применение оружия: ранения.

26 вопросов для оценивания степени опасности со стороны обидчика

Вопрос к пострадавшей:

Каким формам и видам насилия со стороны партнера / мужа Вы подвергались?

	Да	Нет	Не знаю	Вопросы
1				Становился ли он агрессивным или опасным?
2				Наносил ли он такие серьезные телесные повреждения, что Вам приходилось обращаться за медицинской помощью?
3				Он когда-нибудь душил Вас?
4				Он когда-либо наносил телесные повреждения или причинил вред / убил домашнее животное?
5				Он угрожал убить Вас?
6				Вы подвергались сексуальному насилию?
7				Применял ли он оружие или угрожал его применить? Если да, какое это было оружие?
8				Случалось ли, что он преследовал Вас, проверял Ваше местонахождение, испытывал патологическую ревность?
9				Возросло ли количество случаев насилия по отношению к Вам?

10				Угрожал ли он тем, что совершит самоубийство? Были ли попытки самоубийства с его стороны?
11				Подвергались ли Вы насилию во время беременности?
12				В течение последнего года уходили ли Вы от партнера или, возможно, предпринимали попытки расстаться с ним?
13				Прибегали ли Вы к помощи со стороны (милиция, убежище, сотрудник кризисного центра)?
14				Чувствуете ли Вы себя изолированной от источников помощи (автомобиль, телефон, семья, друзья, и т.д.)?
15				Находился ли обидчик в стрессовой ситуации в течение последнего года (потеря работы, смерть близкого человека, финансовый кризис)?
16				Употребляет ли партнер / муж алкоголь?
17				Лечился ли он от алкогольной / наркотической зависимости?
18				Имеет ли обидчик доступ к оружию?
19				Как Вы думаете, может ли он причинить Вам серьезный вред?
20				Пытались ли Вы когда-либо оградить его от ответственности (забрать заявление из милиции, брали его на поруки, и т.д.)
21				Подвергался ли он жестокому обращению в детстве?
22				Был ли он свидетелем физического насилия в отношении матери?
23				Раскаивается ли он после совершенного насилия?
24				Совершает ли обидчик преступления, не связанные с насилием?
25				Применял ли он насилие к другим людям, которые не являются членами семьи?
26				Употребляет ли он наркотики?

Вопросы для выявления потребностей

Безопасность и стратегии безопасности

- Что Вы предпринимали ранее, чтобы защитить себя и детей?
 - Помогло ли Вам это?
 - Поможет ли это сейчас?
 - Как Вы думаете, что Вам нужно сейчас для безопасности?
 - Как я могу Вам помочь?
 - Что еще может помочь Вам? Каким образом?
 - Поможет ли такой способ защиты не сталкиваться с обидчиком?
- Постарайтесь уничтожить все вещи, которые помогли бы Вашему обидчику найти Вас (записные книжки, конверты с адресами и т. п.).
 - Заранее узнайте телефоны местных служб, которые смогут оказать Вам необходимую поддержку (кризисный центр для женщин, телефон доверия и т. п.).
 - Заранее решите, что из ценных вещей (ювелирные изделия и т. п.) Вы возьмете с собой. В случае острой необходимости их всегда можно будет продать или отдать в залог.
 - Если ситуация критическая, то покидайте дом незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи. Помните, что под угрозой находится Ваша жизнь!

План безопасности

Общий план безопасности:

- Договоритесь со своими соседями, чтобы они вызвали милицию, если услышат шум и крики из Вашей квартиры.
 - Спрячьте запасные ключи от дома (машины) так, чтобы, взяв их, Вы могли бы быстро покинуть дом в случае опасности.
 - В безопасном, но доступном для Вас месте, спрячьте необходимую сумму денег, книжку с номерами телефонов, паспорт, документы на детей, другие важные бумаги, а также некоторую одежду и нужные лекарства.
 - Заранее договоритесь с друзьями, родственниками о возможности предоставления Вам временного убежища в случае опасности.
- #### Если женщина уходит от обидчика, обсудите с ней следующие вопросы:
- Как и когда она может уйти, чтобы сохранить безопасность? Есть ли у нее транспорт? Деньги? Место, куда она может уйти?
 - Будет ли у нее возможность вызвать милицию, если нужно?
 - Кому она скажет о том, что она уходит?
 - Что она и ее близкие могут сделать, чтобы ее партнер / муж ее не нашел?
 - Насколько безопасным будет ее путь до работы и путь ее детей до школы и обратно?
 - Какие общественные / юридические ресурсы помогут ей обеспечить безопасность? Запишите адреса и номера телефонов.

- Знает ли она номер телефона местного убежища для женщин?
- Какие юридические процедуры помогут ей обеспечить свою безопасность и безопасность детей?
- Какое судебное решение будет наиболее оптимальным?

Если женщина остается с обидчиком, обсудите с ней следующие вопросы:

- Какая мера безопасности необходима для обеспечения безопасности в чрезвычайной ситуации?
- Кому она может позвонить в этом случае?
- Позвонит ли она в милицию, если насилие возобновится? Есть ли в доме телефон? Если нет, существует ли сигнал, по которому полицию могут вызвать соседи?
- Если ей нужно временное убежище, куда она может уйти? Помогите ей вспомнить места, куда она может уйти в экстренной ситуации. Запишите адреса и номера телефонов.
- Если ей нужно уйти, каким образом она может это сделать, чтобы обидчик ее не заметил?
- Если в доме есть оружие, подумайте, как избавиться от него.
- Напомните ей, что во время насилия ей лучше всего довериться собственной интуиции - иногда надо убежать, иногда - попытаться успокоить обидчика. Возможны любые действия, если они могут помочь защититься.

В случае побега посоветуйте женщине позаботиться о следующем:

- Приготовьте документы - паспорт, свидетельство о рождении (оригинал или копии), полис медицинского страхования, свидетельство о браке, водительские права, документы на автомобиль, свидетельство о разводе и другие судебные документы
- Приготовьте деньги, лекарства и рецепты, одежду и предметы необходимости для себя и детей где-нибудь вне дома (у родственников, друзей)
- Заранее договоритесь с друзьями о предоставлении временного убежища
- Держите документы, ключи, деньги в доступном месте, для того, чтобы, взяв их, можно было быстро покинуть квартиру
- Сделайте все возможное, чтобы обидчик не нашел Вас. Спрячьте или уничтожьте все свои записные книжки, конверты с адресами, которые могли бы помочь ему найти Вас.
- Заранее узнайте телефоны местных служб, которые смогут оказать Вам необходимую поддержку (кризисный центр для женщин, телефон доверия, медики и т.д.)
- Если ситуация критическая, то необходимо покинуть дом незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи. Помните, под угрозой Ваша жизнь!

Если женщина обращается за помощью в милицию:

После прибытия милиции на «место происшествия» вести себя как можно более спокойно.

- Обязательно потребовать, чтобы у нее приняли заявление. Если работники милиции откажутся сделать это, потребовать встречи с их руководством.
- Записать ФИО милиционеров, служебные телефоны, номер протокола.
- Показать милиционерам все телесные повреждения и материальный ущерб.
- Рассказать работникам милиции о других случаях применения насилия по отношению к себе.
- Рассказать о свидетелях.
- Попросить направление на судебно-медицинскую экспертизу.
- На следующий день лучше всего снова пойти в милицию и оставить еще одно заявление дежурному милиционеру.
- Заявление должно содержать сведения о месте преступления, сведения о времени совершения преступления, сведения о личности виновного, данные о наступивших последствиях, просьбу «возбудить уголовное дело и привлечь виновное лицо к ответственности».

Обязательно проследить, чтобы заявление было внесено в регистрационный журнал.

При подаче заявления женщине обязаны выдать талон-уведомление, где должно быть указано:

- от кого принято заявление
- когда оно принято
- под каким номером оно зарегистрировано

Если это необходимо, потребовать у работников милиции, направление на судебно-медицинскую экспертизу. Предоставить по возможности доказательную базу: медицинский документ, подтверждающий у женщины наличие телесных повреждений, имена свидетелей преступления, фотографии нанесенных побоев, если они были.

По поступившему заявлению должно быть принято одно из следующих решений:

- возбуждено уголовное дело
- вынесено постановление об отказе в возбуждении уголовного дела
- заявление может быть передано лицом, его получившим, для рассмотрения в суд или прокуратуру

Если в срок от 3 до 10 суток со дня подачи заявления не было принято решение, либо женщина не согласна с ним, то можно обжаловать действия сотрудника милиции в вышестоящих инстанциях. Обратиться к начальнику районного управления внутренних дел или в прокуратуру.

Женщина также имеет право подать жалобу на отказ в приеме и регистрации заявления в отделении милиции, уклонение от выдачи направления на судебно-медицинскую экспертизу, волокиту с возбуждением уголовного дела и его расследованием, другие неправомерные и незаконные действия органа следствия или дознания.

Свою жалобу женщина может направить начальнику данного отделения милиции, прокурору или в суд.

Какую помощь женщина может получить от врачей

- В больнице или травмпункте обязательно рассказать, при каких обстоятельствах получены побои, кем они нанесены, когда, где.
- Показать все телесные повреждения и сообщить о болевых ощущениях.
- Все эти данные должны быть зафиксированы дежурным врачом в медицинской карте. В этой же карте врач опишет характер полученных поврежде-

ний, и какая медицинская помощь оказана женщине.

Обязательно убедиться в том, что врач правильно и подробно описал место расположения телесных повреждений, их размер, срок образования, способ их получения.

- Обязательно получить справку о том, что женщина обращалась в медицинское учреждение по поводу телесных повреждений.

В справке должно быть указано: номер карты, дата обращения, разборчиво ФИО врача, штамп медицинского учреждения.

