

Попередження насильства в сім'ї



Діти, постраждалі від жорстокості та зневаги, мають низку специфічних психологічних рис, головною особливістю яких є амбівалентність (різнополюсність) – як реакція на суперечливі вимоги батьків.

Підлітки, які зазнали насилля, поєднують в собі імпульсивність та довготерпіння, підозрілість з ірраціональною вірою в можливість покращення внутрішньосімейної ситуації. Вони відзначаються низькою самооцінкою, є емоційно залежними, відчувають самотність, ізольованість, страх перед майбутнім, впевненість у безперспективності, провину за випадки насильства.

Діти, що живуть в умовах сімейного насильства, демонструють схильність до депресій, високий рівень стресу, явні істеричні та/або депресивні симптоми. Вони часто пропускають шкільні заняття (в тому числі через нездужання). Такі діти та підлітки відзначаються високим рівнем ризику алкоголізації та наркотизації, пределінквентною та делінквентною поведінкою, зухвалою сексуальною поведінкою, дромоманією (патологічною схильністю до мандрів, втеч із дому).

Найтиповішими наслідками насильства в сім'ї стають такі поведінкові прояви в дітей (і саме на них найчастіше скаржаться вчителі та батьки): бійки, конфлікти з оточенням, низка шкільна успішність, пропуски уроків без поважних причин, незвичайна замкнутість. До емоційних проблем таких дітей можна віднести підвищену агресивність, переважно знижений настрій, високу тривожність та наявність страхів, нестійкість почуттєвої сфери, легке коливання емоцій та їхня надмірна сила, часто неадекватна ситуації (лють або істеричні ридання у відповідь на незначні зовнішні подразники).

Сімейні лікарі повинні бути інформовані про проблему психологічного і фізичного насильства в сім'ї, виявляти таких осіб і надавати необхідну медико-психологічну допомогу.

Запропонувавши анкетування, можна виявляти осіб, що потребують медико-психологічної допомоги.

Перевірте себе, чи відчували ви щось з нижче перерахованого?

- дитячі психологічні травми: розлучення батьків, приниження в школі, сексуальне розбещення (насильство), психологічне насильство з боку родичів
- втрата близьких людей
- конфлікти в родині (з чоловіком / дружиною, батьками, дітьми) і в суспільстві (на роботі, в інших колективах)
- самотність (відсутність партнерських відносин), складності в побудові відносин з протилежною статтю
- образа (коли людина роками не може пробачити і продовжує думати про це і, що найголовніше, – витрачає на це енергію)

Якщо, хоча б на одне з питань ви відповіли “так”, і при цьому, ви виявляєте в собі щось з наступних симптомів:

1. Тривожність (постійні, іноді, нав’язливі думки день у день про одне й те ж).
2. Почуття невизначеності (складно прийняти рішення, неможливо зрозуміти, куди рухатися і хто ви в цьому житті).
3. «Безпричинно» поганий настрій, сприйняття подій в негативному світлі.
4. Часті хвороби «незрозумілого характеру, погане самопочуття, постійна втома ...

У таких випадках найкраще може допомогти лікар-психолог, психіатр, психотерапевт, до якого варто направити пацієнта, пояснивши йому, що саме цей фахівець найкраще зможе допомогти у вирішенні проблемних питань його особистого життя і здоров’я.

Для попередження насилля в сім’ї необхідно регулярно проводити бесіди, які б мали змогу виховати у майбутніх батьків почуття поваги до людей різного віку, в тому числі й маленьких дітей. Таким чином, це забезпечить зменшення домашнього насильства у майбутньому і його повне викорінення.

Ефективними шляхами подолання насильства в сім’ї є досягнення рівності жінок і чоловіків та подолання гендерних стереотипів.

Дітей необхідно виховувати в дусі усвідомлення їх власної гідності, особливо дівчат. Другий важливий фактор – гласність. Необхідна повнота інформації, щоб люди знали суть терміну «насильство в сім’ї» і успішно йому протидіяли.