

**Раннее выявление;
психологическое и
психотерапевтическое
сопровождение детей –
жертв сексуального насилия**

**Маринчева Л.П.
К.м.н., врач-психотерапевт ПДС ОДН**

Насилие в отношении ребенка

- Насилие, осуществляемое в отношении ребенка, может носить комплексный характер или проявляться в определенных разновидностях. В целом выделяются четыре основные вида насилия:
- Физическое насилие Преднамеренное нанесение физических повреждений ребенку родителями или лицами, их заменяющими, в результате которых физическое здоровье ребенка находится под угрозой. Избиения, истязания, сотрясения, удары, пощечины и прочее.
- Сексуализированное насилие Это вовлечение ребенка (с его согласия или без такового) в осознаваемые им, или, в силу функциональной незрелости, неосознаваемые сексуальные действия со взрослыми, целью которых является получение сексуального удовлетворения или выгоды.

Насилие в отношении ребенка

- Пренебрежение основными нуждами ребенка. Заключается в нежелании или неспособности родителей, или лиц, их заменяющих, удовлетворять основные нужды ребенка, необходимые для развития физических, эмоциональных и интеллектуальных способностей. Неадекватное возрасту питание или его недостаточное количество приводят не только к задержке развития, но и являются потенциальной угрозой для жизни.
- Психологическое (эмоциональное) насилие. Периодическое, длительное или постоянное воздействие, вызывающее формирование патологических черт характера и нарушение социализации. Открытая травля, манипуляции, унижения, оскорбления, сравнения, или гиперопека. Психологическое насилие порой трудно распознать, однако последствия этого явления серьезны – зачастую приводят к психологической «блокировке» и препятствуют дальнейшему установлению здоровых межличностных связей.

Распространенность

- Каждый несовершеннолетний должен знать о своей сексуальной неприкосновенности. Это очень важно. Статистика показывает: - около 9 из 100 юношей подвергаются изнасилованию. Обычно насилуют именно знакомые подростка; - 20 из 100 девочек старших классов школы пострадали от физического или сексуального насилия со стороны также знакомых партнеров.

Последствия сексуализированного насилия

- Ситуации насилия в отношении ребенка имеют серьезные последствия для его психики, которые оставляют непоправимый след. Насильственные действия в отношении детей затрагивают все стороны их жизни: познавательную сферу, физиологические процессы, соматическое здоровье. У ребенка, пережившего насилие, наблюдаются стойкие изменения личности, которые препятствуют его полноценному развитию и социализации в обществе. Сексуализированное насилие может иметь разрушительные последствия как для физического, так и для психического здоровья ребёнка. Такие дети вырастают тревожными, мнительными, ранимыми, у них искажено отношение к себе и к другим, они недоверчивы, им трудно выстраивать здоровые отношения с противоположным полом и заводить собственную семью, воспитывать детей.

Что входит в понятие сексуального насилия

- • Насильственные действия сексуального характера • Преступления против половой неприкосновенности • Сексуальная эксплуатация • Развратные действия с использованием сети интернет • Демонстрация ребёнку порнографии, отправка ему сообщений сексуализированного содержания • Инцест • Половое сношение и иные действия сексуального характера с лицом, не достигшим шестнадцатилетнего возраста • Вовлечение в занятие проституцией • Изнасилование • Принуждение к действиям сексуального характера • Использование несовершеннолетнего в целях изготовления порнографических материалов или предметов • Сексуализированные прикосновения руками к половым органам и к телу ребёнка

Сексуальные действия в отношении ребенка

- Сексуальные действия без прямого физического контакта • эксгибиционизм • вуайеризм • разговоры или телефонные звонки сексуального характера • демонстрация эротической продукции • эксплуатация ребенка для порнографических целей
- Сексуальные действия с прямым физическим контактом • оральная, анальная, генитальная стимуляция • ласки эрогенных зон • принуждение к касанию половых органов взрослого человека • половой акт • изнасилование

Сексуальные действия в отношении ребенка

- Согласие ребенка на сексуальный контакт не дает оснований считать его ненасильственным, поскольку ребенок: • не обладает свободой воли, находясь в зависимости от взрослого, опирающегося на авторитет или силу; • не может полностью понимать, в силу своей функциональной незрелости, на что подталкивает его психологическому и социальному здоровью.
- По статистике Всемирной организации здравоохранения, каждая пятая девочка и каждый тринадцатый мальчик считает, что он «взрослый», и поэтому его «согласие» на сексуальные отношения носит условный характер; • не может предвидеть все негативные последствия сексуальных действий и тот вред, который будет причинен его физическому, переживают сексуализированное насилие в детстве.

Почему дети молчат?

- 1. «На меня будут кричать» Дети думают: «если меня ругают за разную ерунду (разбитая чашка, двойка по математике), то за такое меня точно убьют!» Вспомните себя в детстве и подростковом возрасте – было ли безопасно во всем признаваться взрослым? А сейчас Вы являетесь взрослым, к которому можно прийти со всем, чем угодно? Найдете ли Вы правильные слова? Сумеете ли справиться с собственными эмоциями?
- 2. «Не хочу их расстраивать», «Мама будет плакать» Дети прекрасно чувствуют тот факт, что близкие взрослые, возможно, не настолько сильные, что опереться на них нельзя. И в сложных ситуациях, вместо того, чтобы получить помощь, ребенку придется спасать еще и родителей, давать им поддержку, успокаивать. Тогда ребенок молчит, чтобы сэкономить силы: проще самому/самой пережить то, что случилось, чем переживать еще и за родителей.

Почему дети молчат?

- 3. «Мне скажут, что «сам виноват/сама виновата» Наши дети читают те же соцсети, смотрят и слушают те же новости, что и мы. Они активно мотают на ус, как близкие и родные рассуждают, когда с кем-то случается беда. И если становятся объектом травли/буллинга/домогательств, прекрасно понимают: бессмысленно ждать поддержки от взрослых, которые всегда обвиняют жертву, ведь «я сам виноват/сама виновата».
- 4. «Они мне не поверят» Взрослых часто мучают вопросы: «А вдруг ребенок фантазирует?», «Вдруг он/она все придумал(а)?». Давайте на минуту представим, что ребенок обманывает, а Вы встали на его сторону. Вероятно, он почувствует стыд, вину за обман. Тем не менее, подумает – «Мама и папа мне поверили, и, если со мной что-то случится по-настоящему, они будут на моей стороне, за меня!». А теперь представим другую ситуацию: ребенок Вам рассказал о какой-то ситуации, которая с ним произошла, но Вы не поверили... Будет ли он и впредь делиться с Вами своими переживаниями?

Основные признаки и психологические особенности, указывающие на травматичный опыт пережитого сексуализированного насилия

Сексуализированное насилие – это крайне травматичный, тяжелый опыт для ребёнка, в результате которого обостряется чувство вины, стыда. Всё это сеет сомнения и страх о том, что не поверят, будут ругать и обвинят в этом именно его, поэтому многие дети предпочитают умалчивать о проблеме. Но если вы заметили странности в поведении ребёнка, следует обратить внимание на следующие признаки, которые могут указывать на то, что в отношении ребёнка всё же было совершено насилие сексуализированного характера.

Признаки, которые могут служить «сигналами» в поведении детей до 12 лет

- У ребенка есть визуальные изменения в области гениталий: покраснения, зуд, повреждение кожных покровов;
- Ребенок навязчиво и часто стимулирует свои гениталии, его невозможно или трудно отвлечь от этого занятия;
- Рисунки на явно сексуальные темы;
- Ребенок сообщает о наличии секрета с каким-либо взрослым или наличия секретного друга, в том числе в интернете;

Признаки, которые могут служить «сигналами» в поведении детей до 12 лет

- • У ребенка появляются новые игрушки, вещи или деньги, наличие которых он не может объяснить;
- • Ребенок проявляет сексуализированное или агрессивно-сексуализированное поведение в отношении других детей, игрушек, животных, имитирует половой акт;
- • Знания о сексе и сексуальности не соответствуют возрасту ребенка, либо же у ребенка есть повышенный интерес к этим темам;
- • Любое резкое изменение в поведении, или в эмоциях ребенка. Например, ребенок был активным и открытым, стал закрытым и безразличным. Дети по-разному реагируют на стресс: может наблюдаться апатия, нарушения сна, аппетита, страхи тревожность

Реакции на сексуальное насилие в подростковом возрасте

У некоторых подростков вообще невозможно заметить какие-то внешние изменения в поведении.

Тем не менее, кроме признаков, перечисленных выше, насторожить должны следующие изменения:

- Угрозы или попытки самоубийства;
- Отказ посещать школу, общаться с друзьями;
- Злоупотребление алкоголем и наркотиками;
- Предложение сексуальных услуг за деньги;
- Побег из дома или из учреждения;
- Самоповреждающее поведение;
- Отказ или нежелание возвращаться домой из школы;
- Резкое снижение школьной успеваемости.

Кроме этого у детей, переживших сексуализированное насилие, встречается комплекс эмоциональных, поведенческих и психосоматических проявлений.

Эмоциональные проявления у перенесших сексуальное насилие

- Эмоциональная отстраненность.
- Молчаливость, уход в себя (либо чрезмерная навязчивость).
- Эмоциональные нарушения (тревога, боязливость, спутанность чувств, вина, стыд, отвращение).
- Наличие противоречивых чувств у ребенка по отношению к взрослым («люблю и ненавижу»).
- Ощущение себя не такими, как другие, не достойными любви, бесполезным.
- Страх перед чужими людьми.
- Внезапный страх при уходе кого-либо из родителей/законных представителей из дома (либо, наоборот, при их внезапном проявлении дома или иных местах).

Эмоциональные проявления у перенесших сексуальное насилие

- Чувство собственной ненужности. • Отсутствие или размытость личных границ.
- Неуверенность, бессилие и беспомощность (позиция жертвы). Представление о себе как о маленьком, слабом и не способном изменить свою жизненную ситуацию.
- Подавление своих чувств, сложность в описании своего эмоционального состояния и телесных ощущений, безразличие («мне все равно», «нормально», «не знаю»).
- Эмоциональная лабильность (то смеюсь, то плачу).

Особенности поведения детей, перенесших сексуальное насилие

- Нарушение коммуникативности, избегание сверстников или определенных людей.
- Необоснованный отказ от посещения детского сада или школы.
- Трудности концентрации внимания, задержка развития познавательных функций, сложности в обучении и резкое снижение школьной успеваемости.
- Избегание телесной и эмоциональной близости (либо, наоборот, потребность в чрезмерных ласках).
- Внезапный испуг при резких движениях или звуках.
- Побег из дома или учреждения.

Особенности поведения детей, перенесших сексуальное насилие

- Самоповреждающее поведение, угрозы или попытки самоубийства.
- Ребенок никому не доверяет, боится других людей, считает их опасными.
- Отрицает саму возможность или не владеет информацией, куда обратиться за помощью.
- Нарушение границ личного пространства.
- Излишняя жёсткость по отношению к окружающим.
- Употребление запрещенных и психоактивных веществ.
- Демонстративное поведение, например, «сильный парень», «крутая девчонка».

Психосоматические нарушения

- постоянная усталость, сонливость, нарушение сна, страшные сны.
- регулярные жалобы на головные боли или боли в животе.
- периодический энурез и энкопрез (недержание мочи и кала), удерживание стула (запор), диарея.
- нарушение пищевого поведения.
- появление регрессивных симптомов (сосание пальца, обкусывание ногтей).
- неврозоподобные проявления (расчесывание частей тела, выдергивание волос, ресниц бровей)

Специфика сексуализированного насилия в семье: насилие со стороны родственника

По данным ЮНИСЕФ, от 40 до 60% фактов насилия совершается в семье.

Поскольку дети часто страдают от сексуализированного насилия со стороны своих родственников, это может означать, что насильственные действия происходят прямо дома у ребенка, то есть там, где должно быть безопаснее всего. Это могут быть отчимы и старшие братья, дяди и дедушки, друзья родителей, родители друзей, соседи. Часто это люди, наделенные авторитетом в семье. Они проявляют искреннее расположение к ребенку, способны обаять и усыпить бдительность всех окружающих. Меньше всего они похожи на развратников или насильников, как мы их себе представляем. Наоборот, как правило, о них никто и никогда не мог бы подумать плохого. Дети, подвергающиеся насилию внутри семьи или в близком кругу, могут испытывать по отношению к агрессорам амбивалентные чувства: «это же «свой», я его знаю и люблю, но он делает мне неприятно, больно». Сексуальное насилие в таких ситуациях выявить очень сложно, поскольку ребенок боится и молчит, а родители могут не замечать тревожных симптомов или предпочитают считать, что он «все выдумал».

Практический опыт работы специалистов и статистические данные показывают, что до 90% пострадавших от сексуализированного насилия – это девочки в возрасте от 9 до 12 лет и от 15 до 16 лет, воспитывающиеся в семье, где мать находится в повторном браке или сожительстве. Насилие совершается отчимом или сожителем матери.

Характеристики семьи, которые стоит учитывать при подозрении на сексуализированное насилие в отношении ребенка

- Неполная семья, повторный брак, сожительство;
- Несформированность родительских чувств;
- Замкнутость или длительная социальная изоляция семьи;
- Наличие извращенных или перевернутых ролей в семье;
- Конфликты в семье (развод, драки, бытовое насилие и пр.);
- Психические и личностные отклонения у родителей/законных представителей;
 - Неравномерность в привилегиях отдельных членов семьи;
- Жесткие моральные нормы;
- Эмоциональная холодность, равнодушие родителей;
- Злоупотребление алкоголем или ПАВ;
- Низкий уровень материальной обеспеченности
- Низкая социальная ответственность;
- Нарушение семейных ценностей и приоритетов в семейной системе.

Специфика сексуализированного насилия в сети Интернет

В практике наиболее часто встречается такое явление как груминг.

Груминг – установление дружеских отношений с ребенком с целью сексуальной эксплуатации. Нередко злоумышленник, общаясь с ребенком в интернете, выдает себя за ровесника. Он знакомится в чате, на форуме или в социальной сети с жертвой, пытается установить с ней/ним дружеские отношения и перейти на личную переписку. Общаясь лично, входит в доверие к ребенку, пытается узнать номер мобильного телефона и договориться о встрече. Но современные педофилы далеко не всегда хотят лично встретиться с ребенком, сегодня они гораздо чаще хотят получить от него порнографический контент – фотографии интимного содержания, это называется секстинг.

Секстинг – обмен сообщениями сексуального характера. Никто из детей не задумывается, что в случае разрыва отношений или, если переписка попадет к третьему лицу, последствия могут быть самыми различными, начиная от вымогательств и шантажа, заканчивая распространением этой информации в сети Интернет, в том числе в ближайшем окружении ребенка.

Специфика сексуализированного насилия в сети Интернет

- Фотографии и видео, отправленные в частном порядке, имеют риск стать доступными и другим людям, даже если используются приложения, которые обещают конфиденциальность и гарантируют, что изображения будут удалены через некоторое время.
- Как только картинки отправляются, они оставляют цифровой след, особенно в Интернете. Их невозможно вернуть. Удаление сообщения не является гарантией того, что оно уже не получено, скопировано и отправлено другим пользователям
- Фото-видео контент, полученный от ребенка, продают на сайтах детской порнографии, а в дальнейшем в качестве дополнительного заработка вымогают деньги у детей, шантажируя тем, что эти фото попадут на просторы интернета, либо напрямую его друзьям, родителям и одноклассникам

Специфика сексуализированного насилия в сети Интернет

- **Кибермоббинг** – это форма групповой травли через интернет, включающий тактику слухов, дискредитации и запугивания. Он подразумевает под собой выкладывание в сеть фотографий, видео с унижениями и издевательствами над непопулярными сверстниками.
- **Кибербуллинг** – преследование пользователя сообщениями, содержащими сексуальные домогательства, оскорбления, агрессию, с помощью различных интернет-сервисов.
- Кибермоббинг отличается от кибербуллинга участием нескольких агрессоров, действующих сообща и целенаправленно, ради достижения конкретного результата.

«Тревожные звоночки» сексуализированного насилия в Интернете

Ребенок проводит много времени в интернете. особенно в чатах, закрывают дверь в свою комнату и скрывают, чем они занимаются во время работы на компьютере.

- • В содержимом компьютера/телефона появились порнографические материалы
- . Преступники нередко используют материалы откровенного содержания. В качестве предлога для начала сексуальных обсуждений преступники могут снабжать детей фотографиями, ссылками на соответствующие сайты и присылать сообщения эротической окраски. Для того чтобы внушить ребенку мысль о естественности сексуальных отношений между взрослыми и детьми, преступники могут использовать фотографии с
- Установив в интернете контакт с ребенком, некоторые злоумышленники могут попытаться вовлечь детей в секс по телефону или попытаться встретиться в реальной жизни. Если дети не решаются дать номер телефона, интернет-маньяк может сообщить им свой.
- • Ребенок использует чью-то чужую учетную запись для выхода в интернет. Даже дети, не имеющие доступа в Сеть дома, могут встретить преследователя, выйдя в интернет у друзей или в каком-нибудь общественном месте. Иногда преступники предоставляют своим жертвам учетную запись,

Профилактика

Обязательно нужно объяснить ребенку, что никогда не следует:

- подходить к незнакомому взрослому ближе, чем на метр, особенно если он находится в автомобиле; - входить в лифт с незнакомым взрослым или заходить одновременно с ним в подъезд;
- в одиночку идти со взрослым – как незнакомым, так и малознакомым, как в знакомое, так и в незнакомое место под любым предлогом: посмотреть/взять в подарок/помочь вылечить щенка или котенка, взять пакет для папы, помочь в какой-то хозяйственной мелочи, проводить и показать улицу или дом;
- садиться в машину со знакомыми и тем более незнакомыми, даже если они сообщают, что «папа/мама в больнице и тебе срочно нужно приехать» (надо объяснить ребенку, что сначала нужно папе/маме позвонить и выяснить, все ли с ними в порядке, а если дозвониться не удастся – поехать с хорошо знакомым взрослым, лучше – женщиной, к примеру, с соседкой или мамой школьного друга).
- НИКОМУ, кроме доктора на приеме (с согл

Информируем незамедлительно:

Кировские областные государственные медицинские организации информируют незамедлительно:

- территориальные органы Министерства внутренних дел Российской Федерации на районном уровне по месту нахождения медицинской организации – о поступлении (обращении) несовершеннолетних пациентов, в отношении которых имеются достаточные основания полагать, что вред их здоровью причинен в результате противоправных действий;
- территориальный орган опеки и попечительства по месту нахождения медицинской организации – о выявлении несовершеннолетних, оставшихся без попечения родителей или иных законных представителей, либо находящихся в обстановке, представляющей угрозу их жизни, здоровью или препятствующей их воспитанию.

Органы, осуществляющие управление в сфере образования, и образовательные организации Кировской области:

Информируют незамедлительно:

- территориальные органы Министерства внутренних дел Российской Федерации на районном уровне – о фактах жестокого обращения с несовершеннолетними, о получении данных, свидетельствующих о вступлении с ними в половую связь либо совершения действий сексуального характера;
- медицинские организации – о фактах выявления несовершеннолетних, подвергшихся насилию, нуждающихся в обследовании, наблюдении, лечении;
- - центры социального обслуживания населения – о выявлении фактов жестокого обращения с несовершеннолетними и асоциальных явлений в семье.

При беседе с детьми о сексуализированном насилии следует учитывать

1. Отдельный кабинет или уединенное место, желательно за закрытыми дверями. Необходимо исключить присутствие посторонних людей, отвести ребенка в отдельную комнату/кабинет и прикрыть дверь. Разговор в открытом пространстве может вызвать у ребенка страх, что его могут услышать или увидеть посторонние сверстники или взрослые, а также вызвать желание быстрее завершить разговор и уйти. Желательно во время доверительного разговора посадить ребенка спиной к двери и расположиться с ним на одном уровне.
2. Особое время. Разговор о сексуализированном насилии может занять достаточно много времени. Поэтому данный разговор важно запланировать так, чтобы взрослому самому не нужно было торопиться. Желательно иметь под рукой бумагу и ручку, чтобы записать важную информацию.
3. Располагающая к беседе поза, не вызывающая чувства угрозы, установление контакта глазами. Достаточно сказать ребенку: «Сейчас я хочу поговорить с тобой о том, что приятного и неприятного происходит в твоей жизни. Мне важно, чтобы ты чувствовал себя комфортно и безопасно». Крайне осторожно с тактильностью.

При беседе с детьми о сексуализированном насилии следует учитывать

- 4. Стабильное состояние самого специалиста. Быть спокойным и уверенным в том, что вы сами можете поговорить с ребенком на эту тему. Можно прямо спросить ребенка о насилии. Многие дети сначала все отрицают. Это не значит, что ребенок вам не доверяет, просто стараниями насильника он может быть убежден в том, что ему не поверят, или в том, что он сам виноват. Дайте ему понять, что вы рядом и поверите каждому слову, что с вами можно поговорить на эту тему в любой момент.
- 5. Спокойный и серьезный настрой. Важно объяснить ребенку, о чем будет беседа,
- 6. Примерное начало беседы – представиться, объяснить цель беседы и обозначить, сколько времени это займет:
 - «Нам нужно пообщаться с тобой на тему..., чтобы совместно с тобой, твоими родителями принять решение, что с этим делать дальше».
 - «В первую очередь, нам необходимо разобраться в ситуации. Как тебе кажется, с чего все началось?»
- 7. Выслушайте ребенка. Старайтесь не перебивать, пусть ребенок выскажет все, чем готов поделиться. Если что-то неясно, попросите объяснить:
 - «Ты можешь об этом поподробнее рассказать?»

При беседе с детьми о сексуализированном насилии следует учитывать

Во время первой беседы не расспрашивайте обо всех сексуальных подробностях, но спросите о том, когда это началось, сколько раз это происходило. Используйте различные вопросы для того, чтобы дать возможность ребенку самому рассказать о случившемся и не влиять на его рассказ, додумывая за него.

8. Ребенку важно ваше доверие. Дети часто испытывают чувство вины за то, что с ними произошло, поэтому важно отдельно подчеркнуть: «Ты не виноват (а)». В насилии над ребенком всегда виноват взрослый. Дети могут винить себя за то, что нарушили правила, не рассказали сразу о случившемся родителям или близким, за то, что не сумели защитить себя. Важно поговорить и об этом, прояснить ситуацию и чувства ребенка.

9. Не обвиняйте, а поддерживайте. Вред могут нанести любые обвинения, прямые или косвенные: • «Зачем ты поехала с ним?», • «Почему сразу не рассказала?»

10. Позаботьтесь о безопасности ребенка. Важно, чтобы у обидчика больше не было прямого доступа к ребенку, чтобы они физически не находились на одной территории.

При беседе с детьми о сексуализированном насилии следует учитывать

11. Будьте честны. Объясните ребенку, что Вы собираетесь делать дальше: «Мне надо сообщить специалистам (психологу, врачу или сотруднику органов внутренних дел) о том, что случилось. Они захотят задать тебе несколько вопросов и помогут сделать так, чтобы ты почувствовал(а) себя в безопасности».

12. Передайте информацию. Сексуализированное насилие – это преступление. У ребенка есть право на защиту и безопасность. Специалист, которому стало известно о сексуализированном насилии в отношении несовершеннолетнего, должен передать информацию в правоохранительные органы, полицию или в следственный комитет. Необязательно иметь неопровержимые доказательства насилия. Достаточно заявить о тех фактах, которые вам известны. При необходимости оставить свои контакты или дать контакты, куда ребенок или семья могут обратиться в своей ситуации

Блоки реабилитационной работы психолога

1 блок: работа с эмоциональным состоянием.

Задачи: обучить клиента способам снижения психоэмоционального напряжения, содействовать формированию основ эмоционального интеллекта, освоению безопасных социально-приемлемых способов «разрядки», учить безопасному проживанию негативных эмоций, определению своего эмоционального состояния и эмоционального состояния других.

2 блок: проработка личностных и поведенческих трудностей, возникших на фоне травматической ситуации.

Задачи: способствовать формированию новых «здоровых» моделей поведения и способов реагирования в сложных ситуациях, содействовать проработке травматического опыта, формированию основ безопасного поведения, в том числе профилактики преступлений против половой неприкосновенности.

3 блок: поиск внутренних опор и ресурсов, завершение работы.

Задачи: помочь клиенту в поиске внутренних ресурсов и овладении психологическими приемами саморегуляции своего эмоционального состояния.

Этапы медико-психологической реабилитации

- 1 этап** • создать атмосферу доверия к специалисту и предстоящим встречам с ним; • оказать ребенку помощь в раскрытии его мыслей и чувств, связанных с пережитым опытом;
 - обсудить тему безопасности ребенка и доверия к другим людям (кто является значимым взрослым, место, где он чувствует себя в безопасности, правила безопасности и пр.)
- 2 этап** • с учетом возраста ребенка обсудить темы взросления, полового развития, любви и сексуальных отношений;
 - помочь ребенку понять разницу между интимными отношениями по взаимному согласию и сексуализированным насилием.
- 3 этап** • создать условия для проработки пережитого ребенком травматичного опыта (обсудить, что напоминает ему о пережитых событиях, какие негативные чувства он испытывает при воспоминаниях об этом и пр.);
 - обсудить с ребенком его опыт (как он пережил данные события) и познакомить его со способами самозащиты, самопомощи и пр.
 - способствовать формированию новых поведенческих моделей, осознанности, самооценности и поиску ресурсов.

Мишени психотерапии у детей и подростков

- **Проявления эмоциональных нарушений: тревожность, депрессивные проявления**
- **Личностные особенности: ригидность, сенситивность, узость спектра адаптивных реакций**
- **Особенности детско-родительских отношений и неконструктивные стили воспитания в семье**
- **Патологизирующие модели поведения (запрет на выражение чувств)**
- **Наиболее характерные неконструктивные особенности реагирования**

Методы психотерапии ПСР и СВД

- **Гештальттерапия**
- **Арттерапия**
- **ДПДГ**
- **Когнитивная терапия**
- **Телесноориентированная (дыхательные техники, релаксация)**
- **Метод прогрессивной мышечной релаксации по Джекобсону**
- **Гипнотерапия**
- **Нейролингвистическое программирование**
- **Кататимно-имагинативная терапия**

Оценка эффективности реабилитационного процесса

- ослабление или исчезновение телесного напряжения (ощущение тела как свободного, летящего);
 - расширение спектра эмоциональных проявлений (наряду с чувствами тревоги и обиды появление таких чувств как любовь, интерес, радость и пр.);
 - появление внутренних ресурсов в повседневной жизни (возможность обращения к ним в ситуации усиления напряжения как способ релаксации);
 - постепенное вовлечение в активную социальную жизнь, появление интересов и желания что-то делать;
 - планирование будущего (человек видит себя в будущем, строит планы и пр.);
 - переосмысление существующих социальных стереотипов по отношению к людям, пострадавшим от насилия; появление внутренней опоры (со слов клиента).
- 65 Со слов детей и родителей

