

Утверждаю:

Директор МБОУ гимназии № 4  
им. Героя Советского Союза Кибизова А. Н.  
С.Ю. Цуциев



**Программа и сценарий**  
**индивидуальной психологической работы**  
**с детьми младшего школьного и подросткового**  
**возраста,**  
**пережившими сексуальное насилие.**

Исполнитель:

педагог-психолог Паркаули А.С.

г. Владикавказ

2022-2023 учебный год

## Программа состоит из 8-ми занятий.

### Цели 1-2-го занятий:

- создать атмосферу доверия подростка к психологу и предстоящим занятиям;
- помочь ребенку раскрыть свои мысли и чувства, связанные с насилием;
- снизить тревожность подростка, ослабить его самопорицание, повысить самооценку.

**1-е занятие.** На 1-ом занятии психолог стремится расположить ребенка к себе, снять у него напряжение, вызванное ожиданием неизвестного. Для этого используется любой прием, любая отвлеченная деятельность, позволяющая ребенку проявить себя, а терапевту поддержать, похвалить его. Можно предложить нарисовать ему то, что он любит, сложить из бумаги какую-нибудь фигуру, можно поработать с тестом Люшера. При этом психолог подчеркивает, что он покажет сделанное ребенком только с его разрешения. Последнее утверждение очень важно в терапии изнасилованных детей. Когда какой-либо человек физической силой или угрозами овладел его телом, ребенку становится трудно оказывать сопротивление и в других жизненных ситуациях. Он как бы утрачивает способность к самозащите своей личностной суверенности. Ему нужно помогать восстановить эту способность. Иначе он потом может снова попасть в ситуацию, когда объективно мог бы сопротивляться насилию, но у него не хватает внутренней силы для этого. Надо помогать ему осознавать свое право на личностный суверенитет.

На этом этапе полезно задавать подростку вопросы, позволяющие психологу лучше его узнать: Любишь ли ты рисовать? Делать какие-то вещи? Кто тебя этому научил? и т.д.

Важно дать ребенку представление о его уникальности, личностной ценности, а также общности его со сверстниками. Напр., сказать, что у ребенка очень интересное имя, фамилия, или что он замечательно рисует. У всех детей, переживших сексуальное насилие, возникает чувство непохожести на своих сверстников, с которыми таких вещей не происходило. Чтобы вернуть им чувство уверенности в общении со сверстниками, им надо постоянно подчеркивать их сходство с детьми этого возраста. Например, сказать: "О, ты любишь фиолетовый цвет. Большинство девочек и мальчиков твоего возраста тоже любят этот цвет".

Второй этап занятия посвящается обсуждению истории, связанной с насилием (20-30 минут). На этом этапе решаются следующие задачи:

- помочь ребенку актуализировать чувства, связанные с насилием, и вынести их наружу;
- способствовать преодолению болезненного чувства непохожести на других детей и восстановить уверенность в обратном.

К этому занятию психолог готовит описание двух историй о насилии над девочкой или мальчиком. Одна история касается ребенка, который неоднократно подвергался сексуальным домогательствам со стороны знакомых людей (отца, отчима, родственников, знакомых). Другая история связана с ребенком (девочкой, мальчиком), который однажды был изнасилован незнакомым или малознакомым человеком с использованием физической силы. Зачитывать следует ту историю, которая больше подходит к реальной ситуации. В тексте рассказа будут неоднократно появляться вопросы, на которые,

желательно, чтобы ребенок дал ответ. Этот прием используется потому, что иногда затруднительно начинать терапевтическую работу с разбора собственной истории изнасилованного ребенка, особенно если это касается детей младшего школьного возраста. Прикасаясь к истории сверстника, ребенок опосредованно выносит наружу те переживания, которые терзают его самого.

Текст письма-исповеди:

"Меня зовут Света. Мне 12 лет. У меня есть брат и сестра. Я самая старшая, поэтому много домашней работы ложится на меня. Мой отчим - это тот человек, который совершил "это" со мной.

Я не люблю говорить об этом, но могу написать об этом. Когда я пишу об этом, я чувствую после этого себя лучше.

Возможно, ты тоже перенесла нечто подобное. Я оставляю тебе вопросы, чтобы ты могла закончить их. Таким образом, это может быть и твоя история тоже. В первый раз это произошло так. Я наводила порядок в кухне: вымыла посуду, подмела пол, а потом пошла принять душ. Он вошел в ванную, когда я уже разделась, и сказал, что хочет меня помыть. А потом он засунул палец в то, что находится между ногами. Я стала вырываться, но он удержал меня. А потом пригрозил, что избьет, если я попытаюсь кому-нибудь рассказать об этом.

Я чувствовала себя.....

Я ушла в свою комнату и закрыла дверь. Я думала: ПОЧЕМУ ЭТО СЛУЧИЛОСЬ СО МНОЙ? Почему он сделал это со мной? Может быть он сделал это, потому что я.....

Может быть он сделал это, потому что я была.....

Или, может быть он сделал это, потому что я в тот день плохо убрала кухню.

Я чувствовала себя очень смущенно, потому, что отчим стал проявлять большое внимание и заботу обо мне. Он стал брать меня гулять в парк, на речку, дома играть со мной в карты и все говорил мне, какая я симпатичная. Я не могла понять, почему он это делает. Ты думаешь, это он делал потому, что он .....

Это случилось снова в субботу, после того, как я вернулась со дня рождения моей подруги.

Отчим стал делать это все чаще и чаще. Однажды он пришел в мою комнату ночью, и в этот раз уже не использовал, как раньше, палец.

Самое странное было то....., что хотя я ненавидела моего отчима, боялась его, мне нравилось то, что он делает со мной. Иногда, когда он прикасался ко мне, мне было приятно. Это странно ?.....

Когда я играла с подругами, я думала о том, что вряд ли их отцы делали с ними то, что совершал мой отчим. Я думала, что если бы они узнали, что он делал, они перестали бы со мной дружить. Иногда мне казалось, что они могут догадаться, что он со мной делает. И я

боялась этого. Но мне хотелось узнать, а что бы они сделали, если бы узнали, и я рассказала одной подружке, что знаю одну девочку и что ее отец совершает с ней такие действия. Я со страхом ждала, что же Маша скажет. Она сказала, что этой девочке следует рассказать все это своей маме или кому-нибудь из взрослых. Когда она все это сказала, я почувствовала.....

После этого я рассказала все маме, и это было очень тяжело делать. Она заплакала и спросила, почему я ей не рассказала это все сразу же, после первого случая. Затем она попросила, чтобы я пошла в свою комнату и не выходила, пока она не поговорит с отцом.

Когда пришел мой отчим, я услышала, как они с мамой долго скандалили, кричали друг на друга, обвиняли. Затем я услышала хлопанье дверью. Когда я вошла в мамину комнату, она плакала.

Я чувствовала.....

Потом мама сказала, что отчим решил пожить какое-то время у своих родителей. Она выглядела очень печальной. Она не улыбалась целую неделю. Я хотела, чтобы она была счастлива. Я хотела, чтобы он вернулся, если не будет больше так со мной делать."

После прочтения истории психолог беседует с девочкой. Можно задать такие вопросы: Чем, ты думаешь, ты похожа на Свету? У тебя были такие же чувства, как у Светы? Или другие? В чем то, что случилось с тобой, похоже на ситуацию Светы? Чем ее ситуация отличается от твоей?

**2-е занятие.** Во время второй встречи можно попросить ребенка нарисовать картину насилия. это не обязательно должна быть копия события. Пусть ребенок представит насилие так, как он захочет и сможет. Если насилие совершалось неоднократно, лучше изобразить последнее событие или наиболее неприятное для него. А потом поговорить на тему рисунка, пытаясь выяснить : Как воздействовал насильник? Подкупал? Угрожал? Что он говорил? Пыталась ли жертва сопротивляться? Что для ребенка было самым неприятным? Почему ребенку тяжело об этом рассказывать? Некоторым детям очень трудно рассказывать о насилии, поэтому не обязательно строго придерживаться предлагаемого плана занятий. Это ориентир, который в соответствии с ситуацией может быть подвергнут корректировке.

Еще одна методика: "Деление круга на части" (15-20 минут). Ребенку предлагается раскрасить круг, чтобы показать, что он думает о том, что с ним случилось. Задание дается так: "Раздели круг на части - одну часть ты можешь оставить для себя, другую - для человека, который совершил насилие, остальные части можешь отдать тем людям, которые, как ты думаешь, отвечают за то, что с тобой произошло. Делай эти части большими или маленькими, какими ты захочешь: чем больше человек виноват в случившемся, тем больше ему достается часть. Каждую часть круга раскрась цветом, каким захочешь".

Большинство детей считают, что они сами виноваты в случившемся. Они могут сами объяснить, в чем они виноваты. Как правило, много причин для объяснения находится у подростков, а детям младшего школьного возраста лучше предложить список возможных причин для самообвинения и попросить их выбрать из этого списка 3 наиболее подходящие для них ситуации. (Это могут быть такие утверждения: "Потому, что я не сопротивлялась", "Потому, что мне хотелось, чтобы этот человек любил меня" и т.п.). После того, как ребенок выбрал 3 основных аргумента для самообвинения, можно осторожно обсудить эти аргументы и предложить другие варианты объяснения для

ребенка ситуации насилия.

### **3-4-е занятие. Цели:**

- Дать возможность ребенку говорить об отношении к насильнику.
- Обсудить с ребенком проблему нарушения доверия к другим людям.
- Помочь понять, каким людям можно доверять, а каким нет.

Для решения этих задач можно использовать метод обсуждения "Обсуждение спорных вопросов" (15-20 минут).

### **5-6-е занятие. Цели:**

- Дать ребенку общую информацию о сексуальных отношениях, о любви.
- Помочь ребенку понять разницу между сексуальными отношениями по взаимному согласию и сексуальному насилию.
- Помочь ребенку понять, почему некоторые люди совершают насилие по отношению к детям

### **7-8-е занятие. Цели:**

- Помочь ребенку понять, то какие-то определенные вещи могут напоминать ему о насилии и вызвать страх, и научить его преодолевать негативные чувства, вызванные этими воспоминаниями.
- Показать ребенку, как он может противостоять насилию.
- Помочь детям меньше чувствовать себя одинокими в их беде.
- Показать детям, что в их личностном развитии есть прогресс.

При психологической реабилитации детей, пострадавших от сексуального насилия возможны определенные отступления от этой схемы, использование других психотерапевтических приемов, однако во всех случаях главное суметь правильно определить реальное психическое состояние ребенка, выделить главные факторы, определяющие его характеристики в каждом конкретном случае, и помнить, что ему можно и нужно помочь.