



საერთაშორისო  
სამშობლოებრივი  
ანდრესის  
ფონდი



# პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარება ძალადობის მსხვერპლი შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისა და მათი მშობლებისთვის

სახელმძღვანელო ბავშვთა დაცვის პროფესიონალებისთვის



# პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარება ძალადობის მსხვერპლი შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისა და მათი მშობლებისთვის

სახელმძღვანელო ბავშვთა დაცვის პროფესიონალებისთვის

## შესავალი

შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე პირები განსაკუთრებით დაუცველები არიან ძალადობის, მათ შორის სექსუალური ძალადობის მიმართ და მათთვის, რაც შეიძლება ადრეულ მომენტში, ფსიქოლოგიური დახმარების შეთავაზება მნიშვნელოვნად ზრდის მათ უნარს გაუმკლავდნენ ტრავმულ მოვლენას და დაუბრუნდნენ ყოველდღიურ ცხოვრებას.

ეს სახელმძღვანელო გთავაზობთ სრულ, სტრუქტურირებულ, მტკიცებულებებზე დაფუძნებულ პროგრამას, რომელიც ამ დახმარებას უწევს სექსუალურ ძალადობაგანცდილ, განვითარების შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებს, როგორც მოზრდილებს, ასევე ბავშვებს.

ნაბიჯ-ნაბიჯ სესიის გეგმები, ისევე როგორც ფონური ინფორმაცია, უზრუნველყოფენ ბავშვებისთვის ეფექტური დახმარების მიწოდებას, მათი უსაფრთხოებისა და ნდობის გრძნობის აღდგენას. სახელმძღვანელოში აღწერილია ის სესიებიც, რომლებიც ეხმარებიან მშობლებსა და აღმზრდელებს, გაუმკლავდნენ საკუთარ რეაქციებსა და ემოციებს ბავშვზე ძალადობის შემთხვევის აღმოჩენისას. ამ პროგრამის განხორციელება შეუძლიათ ფსიქოლოგებს, სოციალურ მუშაკებს და სათანადო მომზადების შემდეგ, ბავშვთა დაცვის სფეროში მომუშავე პროფესიონალებს.

თითოეული სესია ადაპტირებადია მძიმე, ზომიერი და მსუბუქი ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ადამიანების საჭიროებებზე, რათა უზრუნველყოს განსაკუთრებული ზრუნვა ყველა ინდივიდზე, ვისაც ეს სჭირდება.

ეს პუბლიკაცია მომზადებულია სახელმძღვანელოს - „პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარება ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირთათვის, რომლებმაც განიცადეს სექსუალური ძალადობა“<sup>1</sup> - მიხედვით, რომელის ავტორებიც არიან ააფკე სხარლო, სიმონე ებერსი და მარტინ სპიკერი და იგი ეფუძნება სექსუალურ ძალადობა განცდილ ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვებთან და მათი ოჯახის წევრებთან მუშაობის მრავალწლიან გამოცდილებას.

<sup>1</sup> Psychological First Aid for People with Intellectual Disabilities Who Have Experienced Sexual Abuse by Aafke Scharloo, Simone Ebbers and Martine Spijker

წინამდებარე პუბლიკაცია განკუთვნილია ბავშვთა დაცვის სფეროში მომუშავე პროფესიონალებისთვის და მომზადებულია საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდის მიერ, პროექტის: „გადავლახოთ ბარიერები - შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისა და ახალგაზრდების დაცვა ძალადობისგან და მათი სოციალური და პროფესიული ინტეგრაციის ხელშეწყობა“, ფარგლებში. ქალბატონი ააფკე სხარლო არის პროექტის კონსულტანტი.

ჩვენს მიერ შემუშავებული სახელმძღვანელო ორ ძირითად საკითხს მოიცავს. პირველი ნაწილი ყურადღებას ამახვილებს სექსუალური ძალადობის მსხვერპლი ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვების მხარდაჭერაზე. განხილულია ბავშვთან მუშაობის ძირითადი პრინციპები, თერაპიული სესიების სტრუქტურა და მათ წარმართვასთან დაკავშირებული დეტალური ინფორმაცია.

სახელმძღვანელოს მეორე ნაწილი კი მოიცავს მსხვერპლი ბავშვების მშობლებისა და ახლო ნათესავების მხარდაჭერის საკითხებს. ყურადღება გამახვილებულია იმ განსაკუთრებულ კავშირზე, რომელიც ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვებს აქვთ მშობლებთან; საუბრობს, ამ კავშირის გავლენის მნიშვნელობაზე ძალადობის შემდგომი სტრესის დაძლევის პროცესში, როგორც მშობლებისთვის, ასევე ბავშვებისთვის. აღწერილია მშობლის მიერ შვილის მხარდაჭერის საუკეთესო გზები და ასევე, თავად მშობლების ტრავმის დაძლევის პროცესი. სახელმძღვანელოს ამ ნაწილშიც აღწერილია მშობლების პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარების სესიები, მათი სტრუქტურა და წარმართვასთან დაკავშირებული დეტალური რეკომენდაციები.

პუბლიკაციის შინაარსზე სრულად პასუხისმგებელია საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდი და არ ნიშნავს რომ იგი ასახავს პროექტის დონორი ორგანიზაციების შეხედულებებს.

პროექტი „გადავლახოთ ბარიერები - შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისა და ახალგაზრდების დაცვა ძალადობისგან და მათი სოციალური და პროფესიული ინტეგრაციის ხელშეწყობა“ დაფინანსებულია საფრანგეთის განვითარების სააგენტოს და ლორდ მიშელ ჰელინგლის ფონდის მიერ. იგი პროექტი ხორციელდება ბავშვის საერთაშორისო კათოლიკურ ბიუროს, საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდის და კავშირი „რეა“-ს მიერ.

# სარჩევი

<b>ნაწილი I .....</b>	<b>5</b>
<b>ძალადობის მსხვერპლი შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვების პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარება .....</b>	<b>5</b>
1.1 მხარდაჭერის ძირითადი ასპექტები .....	6
1.2. ბენეფიციართა მხარდაჭერის პროგრამა - SOS პროგრამა .....	11
1.3. ბენეფიციარის სესიები .....	17
<b>ნაწილი II .....</b>	<b>28</b>
<b>შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე სექსუალური ძალადობის მსხვერპლი ბავშვების მშობლების მხარდაჭერა .....</b>	<b>28</b>
2.1 მშობლების მხარდაჭერის ძირითადი ასპექტები .....	29
2.2. მშობლების მხარდაჭერის პროგრამა - SOS პროგრამა .....	38
2.3 სესიები მშობლებისთვის .....	40
<b>დანართები .....</b>	<b>49</b>

## ნაწილი I

### ძალადობის მსხვერპლი შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვების პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარება

#### შესავალი

სექსუალური ძალადობის გამჟღავნება წინასწარ თითქმის არასოდეს არის გაცხადებული და უმეტესად, ყველასთვის მოულოდნელი მოვლენაა. ეს ბავშვები ხშირად დიდი ხნის განმავლობაში ცხოვრობენ ამ საიდუმლოებით და ეს საიდუმლოება მოულოდნელად იხსნება. მათი სამყარო თავდაყირა დგება და მათ გარშემო მყოფი ყველა ადამიანი ერთვება ამ პროცესში. ძალადობის გამჟღავნების შედეგად ძალიან სწრაფად იცვლება ყოველდღიური ცხოვრების წესი. ასეთი ცვლილება ადამიანს აკარგვინებს ფუნდამენტური უსაფრთხოების განცდას. ეს არის მნიშვნელოვანი ფაქტორი შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე პირთა მხარდაჭერისთვის, რომელთაც განიცადეს სექსუალური ძალადობა.

ამ თავში ჩვენ აღვწერთ პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარების ძირითად ასპექტებს შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისთვის. დაეხმარო ბენეფიციარს, თავი უსაფრთხოდ იგრძნოს, მთავარი პრიორიტეტია. მათი ცხოვრებისეული ისტორიიდან გამომდინარე, შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანები სხვადასხვაგვარად რეაგირებენ სექსუალურ ძალადობაზე. მნიშვნელოვანია, რომ პროფესიონალმა და მზრუნველებმა ყურადღება მიაქციოს ბენეფიციარის მრავალ შესაძლო რეაქციას. ასევე მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებმა, მზრუნველებმა და პროფესიონალებმა შეინარჩუნონ სიმშვიდე ბავშვის რთული ქცევის გამოვლენისას.

ამ თავში მოცემულია პირველადი დახმარების სესიების აღწერა. თითოეული სესიის აღწერასთან ერთად, დეტალურად არის განხილული ბენეფიციარის ყოველდღიური საჭიროებები. ეს სესიები განკუთვნილია ზომიერი ან მსუბუქი ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვების მხარდასაჭერად.

პროგრამის გახორციელება შეუძლიათ შეზღუდული შესაძლებლობების მქონე ბავშვებთან მუშაობის გამოცდილების მქონე ფსიქოლოგებს და სოციალურ მუშაკებს, სათანადო მომზადების შემდეგ. ტექსტში გამოყენებული სიტყვა „კონსულტანტი“ იმ პროფესიონალს გულისხმობს, რომელსაც გააჩნია პროგრამის წარმართვის ცოდნა და უნარი.

## 1.1 მხარდაჭერის ძირითადი ასპექტები

სექსუალური ძალადობის შემთხვევები შეიძლება იყოს ძალიან მრავალფეროვანი. დიდი განსხვავებაა იმაში, იყო თუ არა ბენეფიციარზე განხორციელებული ძალადობა დიდი ხნის განმავლობაში ოჯახის წევრის მიერ, თუ სექსუალური ძალადობა მოხდა ერთხელ, ადამიანის მიერ, რომელიც მას თითქმის არ იცნობდა. ასევე, მნიშვნელოვანი ფაქტორებია, რამდენად არასასურველი იყო სექსუალური აქტები და მოხდა თუ არა სექსუალური ძალადობა სანდო ადგილას. თუმცა, არ შეიძლება ითქვას, რომ სექსუალური ძალადობის შედეგები პირდაპირ დამოკიდებულია ძალადობის დეტალებზე. არა მხოლოდ ძალადობის დეტალები, არამედ ბენეფიციარის მახასიათებლები და გამოცდილებები გავლენას ახდენს ძალადობის შედეგებზე. გარდა ამისა, ძალიან დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ბავშვის უშუალო გარემოცვის ადეკვატური მხარდაჭერის გავლენას, განსაკუთრებით შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვებთან მიმართებაში.

განვითარების პერსპექტივიდან თუ შევხედავთ, ბავშვის ძირითადი განვითარება ან განვითარების დონე არის დამცავი ან რისკის მზარდი ფაქტორი სექსუალური ძალადობის შედეგებისთვის. ლიტერატურა ამ თემაზე აცხადებს, რომ რაც უფრო ახალგაზრდაა ბავშვი ძალადობის ან არასათანადო მოპყრობის დროს, მით უფრო დიდია მძიმე შედეგების რისკი.

როდესაც განვიხილავთ შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე პირთა პიროვნულ განვითარებას, ეს თითქმის ყოველთვის უკიდურესად მოწყვლადი მდგომარეობაა. პიროვნული განვითარების დონე არა მხოლოდ ზრდის ძალადობის რისკს, არამედ ზრდის მძიმე შედეგების რისკსაც. შემეცნებითი უნარებიდან გამომდინარე, შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებს აქვთ სტრესულ მოვლენებთან გამკლავების მწირი მექანიზმები.

გარდა ამისა, არსებობს რისკი იმისა, რომ ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ადამიანები ცხოვრებაში არაერთხელ აღმოჩნდებიან სექსუალური ძალადობის მსხვერპლნი. შესაბამისად, შესაძლოა მათ უკვე აქვთ მძიმე გამოცდილებები, როდესაც ძალადობის ახალი ინციდენტი ემატება. ამიტომ მნიშვნელოვანია ბენეფიციარის პირადი ისტორიის გათვალისწინება. გამოცდილებების აკუმულაცია მნიშვნელოვნად ამცირებს მედეგობას. შეიძლება ზოგჯერ ბენეფიციარმა მინიმალურ სექსუალურ სტრესორზე უკიდურესი რეაგირება მოახდინოს (სხვების თვალში). ეს რეაქცია შეიძლება გამოწვეული იყოს ძალადობის წინა ინციდენტებით (რომელიც ყოველთვის არ არის ცნობილი პროფესიონალი მომვლელებისა და ახლობლებისთვის).

### 1.1.1. უსაფრთხოების შექმნა

სექსუალური ძალადობის გამქლავების შემდეგ, უპირველესი პრიორიტეტი, პროცესში ჩართული ყველა ადამიანის უსაფრთხოების უზრუნველყოფაა. პრაქტიკული თვალსაზრისით, ეს ნიშნავს, რომ (ექვმიტანილი) დამნაშავე და მსხვერპლი არ შეხვდებიან ერთმანეთს. ხშირად ფიქრობენ, რომ ექვმიტანილის და მსხვერპლის გამიჯვნა ხდება დანაშაულებრივი ქცევის თავიდან ასაცილებლად. ეს მნიშვნელოვანი ფაქტორია, მაგრამ დამატებით, მოძალადის ყოფნა მსხვერპლის ყოველდღიურ ცხოვრებაში – მათი მზერა, ქცევა და სხვა არავერბალური და შესაძლო ვერბალური კომუნიკაცია – მსხვერპლს გამუდმებით ახსენებს მომხდარს. შეუძლებელია ასეთ სიტუაციაში მსხვერპლმა იგრძნოს თავი უსაფრთხოდ და ასევე, არც სტრესზე რეაგირების სისტემა დამშვიდდება. შიდა განგაშის სისტემა მუდმივად "ჩართულია" დამნაშავის თანდასწრებით. ეს შეუძლებელს ხდის სიტუაციასთან გამკლავებას. ამ ადამიანების განცალკევებისა და უსაფრთხო გარემოს შექმნისას ყურადღება უნდა მიექცეს სკოლასა და სამუშაო ადგილზე უსაფრთხოების შექმნას, თავისუფალ დროს აქტივობებს, ტრანსპორტს და ასევე სოციალური მედიის გამოყენებას!

უსაფრთხოების შექმნის მიზნით, ასევე დიდი მნიშვნელობა აქვს ყოველდღიურ ცხოვრებაში სტრუქტურის, კანონზომიერების და პროგნოზირებადობის გაგრძელებას ან, საჭიროების შემთხვევაში, აღდგენას. ამის თქმა უფრო ადვილია, ვიდრე გაკეთება ისეთ სიტუაციაში, რომელშიც ყველა მონაწილე აღშფოთებული და წალეკილია იმით, რაც გაცხადდა. არსებობს საზღვრების გაქრობისკენ მიდრეკილება, მაშინ როდესაც ფიქრობენ, რომ "მათ უკვე ამდენი გადაიტანეს". მიუხედავად იმისა, რომ ეს დამოკიდებულება გასაგებია, ის მაინც კონტრ პროდუქტიულია (სასურველი ეფექტის საპირისპირო). ბენეფიციარმა უნდა იგრძნოს თავი დაცულად და ჰყავდეს მზრუნველები, რომლებიც აჩვენებენ, როგორ მიაღწიოს ამას, განსაკუთრებით სირთულის დროს. თუ ბავშვი ცხოვრობს ჯგუფურ სახლში, ეს ეხება არა მხოლოდ თავად ბავშვს, არამედ ჯგუფის სხვა წევრებსაც.

უსაფრთხოება არ ეხება მხოლოდ ფიზიკურ უსაფრთხოებას; ბავშვმა, ასევე, უნდა იგრძნოს თავი დაცულად. ყოველდღიური რუტინის სტაბილურობის გარდა, მნიშვნელოვანია უსაფრთხოების შეტყობინებების ხშირი გაგზავნა. უსაფრთხოების შეტყობინება არის ფრაზა ან განცხადება, რომელშიც ხაზგასმულია სიტუაციის უსაფრთხოება, მაგალითად, "აქ უსაფრთხოა", "მე დავრწმუნდი, რომ ყველაფერი კარგად არის. აქ", "აქ არაფერი მოხდება".

**სხვების ინფორმირება** - უსაფრთხოება ასევე ნიშნავს, რომ სხვა მნიშვნელოვანმა პირებმა იმ ადგილებში, სადაც ბენეფიციარი რეგულარულად იმყოფება, იცოდნენ ძალადობის შესახებ, რათა მათაც შეძლონ ბავშვზე ზრუნვა და შესაბამისი მხარდაჭერა. ინფორმირების ადგილებია, მაგალითად: სკოლა, დღის აქტივობები, სამუშაო, თავისუფალი დროის კლუბები და ის ადგილები სადაც ბავშვი დამით რჩება. ასევე მნიშვნელოვანია ჯგუფის წევრების, ბავშვის მეგობრებისა და ნათესავების ინფორმირება.

შესაძლებელია, ბენეფიციარებს კრიზისული პერიოდის დროს, არ ქონდეთ სურვილი ახლობლებისთვის ძალადობის შესახებ ინფორმაციის გაზიარების. ამ შემთხვევაში მნიშვნელოვანია მას ავუხსნათ, რომ ის არ არის დამნაშავე იმაში რაც თავს გადახდა და რომ აუცილებელია მის გარშემო მყოფებმა იცოდნენ ამის შესახებ, რათა შეძლონ დახმარება.

განვითარების დაბალი დონის მქონე ბავშვების შემთხვევაში, გასათვალისწინებელი ის, რომ მათ უჭირთ მიზეზ-შედეგობრივი კავშირის დანახვა და მათთვის ბოლომდე ნათელი არ არის, თუ რა როლი აქვთ ძალადობის პროცესში. მოძალადეები ხშირად მოქმედებენ გამიზნულად და პასუხისმგებლობას აკისრებენ მსხვერპლს („ჩვენ გვაქვს საიღუმლო თამაში“ ან „ესეც გინდათ, არა?“) ან, მაგალითად, აძლევენ მათ რაიმეს ქმედებების სანაცვლოდ, მაგალითად: საჩუქრებს, ფულს, ტელეფონის ანგარიშს. ამის გამო, ბავშვს შეიძლება არ სურდეს, რომ სხვები იყვნენ ინფორმირებული ძალადობის შესახებ. მათ არ სურთ ამის გამო პრობლემები შეექმნათ, გაეხვნენ უსიამოვნებაში. ბავშვებს, ასევე, ხშირად უჭირთ ფიქრი იმაზე, თუ რა და როგორ უთხრან სხვებს. აუცილებელია მათ დავეხმაროთ ამ საკითხის მოგვარებაში და, საჭიროების შემთხვევაში, შესთავაზოთ ამის გაკეთება მათ მაგიერ ან მათთან ერთად. ძირითადი საკითხები, რომლებიც ხელს უწყობენ ამგვარი საუბრების დაწყებას, შედის SOS პროგრამაში.

### **1.1.2 სტრესის რეაქციებთან გამკლავება**

ტრავმულ გამოცდილებასთან გამკლავება არის პროცესი, სადაც თავს იჩენს სტრესზე რეაქცია. მნიშვნელოვანია ხაზგასმით აღვნიშნოთ, რომ ეს რეაქციები ეხება ნორმალურ სტრესულ რეაქციებს ექსტრემალურ მოვლენებზე. ეს რეაქციები ჩვეულებრივ მცირდება რამდენიმე კვირის შემდეგ და საბოლოოდ შეწყვეტს გამოვლინებას. თუ ეს ასე არ არის და/ან შედეგები იწვევს მნიშვნელოვან დისტრესს, მაშინ საჭირო ხდება თერაპიული დახმარება/ჩარევა.

როდესაც სექსუალური ძალადობა გამჟღავნდება, ბავშვის რეაქციები შეიძლება იყოს ძალიან მრავალფეროვანი. სტრესული რეაქციები შეიძლება დაიყოს სამ კატეგორიად: თავის არიდება ან გათიშვა, გაღიზიანებადობის მომატება და შემოჭრები.

**თავის არიდება ან გათიშვა** - ზოგიერთი ბავშვი ჩვეულ რიტმში აგრძელებს ცხოვრებას და ისე ჩანს, რომ არ აწუხებს მომხდარი. ეს შეიძლება მიუთითებდეს სტრესზე რეაქციაზე, რომლის დროსაც, ბავშვი უბრალოდ განაგრძობს ყოველდღიურ ცხოვრებას და თავს არიდებს რეალურ გრძნობებს და იმას, რაც მოხდა. ეს ბენეფიციარები არ საუბრობენ იმაზე, რაც განიცადეს და, როგორც ჩანს, არ იტანჯებიან.

თუმცა, ასეთ შემთხვევებში, ხშირად ვხვდებით მოულოდნელ ქცევით ცვლილებებს ან ემოციების რეგულაციის სირთულეებს. უმეტესად ეს ეხება ტრავმულ რეაქციას ტრიგერზე, რომელიც შეუმჩნეველია მშობლებისა და პროფესიონალი მომვლელებისთვის. ასეთი შემთხვევების დროს, რეკომენდირებულია, რომ პროფესიონალებმა მხარდამჭერ სესიებთან ერთად, მარტივი ენით წამოიწყონ საუბარი



ძალადობის შესახებ. შედეგად, გამოცდილებები, რომლებიც დამალული იყო, შეიძლება ნელ-ნელა და უსაფრთხოდ „დაბრუნდეს“ ყოველდღიურ ცხოვრებაში. მნიშვნელოვანია ამ ინიციატივების კომუნიკაცია, როგორც „უსაფრთხოების მესიჯები“. უსაფრთხოების შეტყობინებები არის დამამშვიდებელი ფრაზები, რომლებშიც მშობლები და მომვლელები გამოხატავენ, რომ სიტუაცია უსაფრთხოა, რომ ბავშვს აკვირდებიან, რომ არაფერი შეიძლება მოხდეს, რომ ძალადობა აღარ ხდება და ა.შ.

**გაზრდილი გაღიზიანებადობა** - ასევე არიან ბენეფიციარები, რომლებიც ძალიან ნერვიულობენ, ბევრს ტირიან ან ავლენენ სხვა მძაფრ რეაქციებს. ასეთ სიტუაციებში მნიშვნელოვანია ბავშვს და მათ გარშემო მყოფებს აუხსნათ, რომ ეს არ არის უჩვეულო, რომ აღამიანებს, რომლებსაც რაღაც საშინელება აქვთ განცდილი, ძალიან ძლიერი გრძნობები აწუხებთ. ამ გრძნობებმა შეიძლება ტალღებივით დაგფაროს და გაართულოს ყურადღების კონცენტრირება იმაზე, რაც ხდება თქვენს ირგვლივ სახლში, ჯგუფში, სკოლაში ან დღის აქტივობის ცენტრში. ლოგიკურია, რომ ეს მოხდეს, რადგან ასეთ მომენტებში ბავშვის ორგანიზმი ისევ (ან ჯერ კიდევ) აღმოჩნდება განგაშის მდგომარეობაში. მსგავს სიტუაციებში მნიშვნელოვანია, რომ ბავშვმა მიიღოს დახმარება ისეთი ადამიანისგან ვინც მას დაეხმარება დამშვიდებაში.

დამშვიდებაში დახმარება სხვადასხვა გზით არის შესაძლებელი. ზოგადი პრინციპი მდგომარეობს შემდეგში: ასეთ დროს ბავშვის ყურადღება უნდა იყოს მიმართული საკუთარი თავის გარეთ და უნდა მოხდეს გარე სამყაროსთან კონტაქტის დამყარება. თუ ბავშვი ღიაა ვერბალური კომუნიკაციისთვის, მას შეუძლია გააცნობიეროს გარე სამყარო უბრალოდ ისეთი სიტყვების თქმით, როგორცაა: „შენ აქ ხარ აქ (მაგ. სახლში, ჯგუფში) და ყველაფერი უსაფრთხოა. მიმოიხედე გარშემო, რას ხედავ?“ სთხოვეთ ბავშვს აღწეროს ის, რისი დანახვაც შეუძლია ოთახში: „რა არის ჩვენს წინ? ეს არის სკამი, რა არის მის გვერდით? ამგვარად, ყურადღება შინაგანი და ფიზიკური შეგრძნებებიდან გადაგაქვთ გარეთ, რომ მან შეძლოს აწმყოში დაბრუნება.

ბავშვს ასევე შეიძლება დაეხმაროს თვლა 1-დან 10-მდე და, თუ ეს ძალიან მარტივია, უკუთვლა 10-დან 1-მდე. ასევე დამხმარე შეიძლება იყოს ერთად ღრმა სუნთქვა - ამოსუნთქვა უფრო დიდხანს უნდა გაგრძელდეს, ვიდრე ჩასუნთქვა. ეს ავტომატურად აძლევს პარასიმპათიკურ ნერვულ სისტემას მოდუნების სიგნალს. მნიშვნელოვანია ერთად სუნთქვა და მისთვის თვალსაჩინო მისაბაძი მაგალითის მიცემა. მისაბაძი ქცევის დემონსტრირება აუცილებელია, რადგან ბენეფიციარები ქვეცნობიერად აირეკლავენ მათთვის მნიშვნელოვანი ადამიანის ქცევას. სარკისებრი ნეირონები მნიშვნელოვან როლს თამაშობენ ამ პროცესში.

ბენეფიციარები, ზოგჯერ, იმდენად დეზორიენტირებული არიან, რომ მათთან საუბრით ვერაფერს გავაწყობთ. განგაშის ფაზის შედეგად ტვინში ენობრივი სისტემა იხურება. ასეთ მომენტებში აუცილებელია მათთან კომუნიკაციის გზა შეგრძნებებით ვიპოვოთ. მაგალითად, ეს შეიძლება გაკეთდეს ძლიერი სურნელის გამოყენებით, როგორცაა ლავანდა ან ევკალიპტი, ან ძლიერი საღებავი რეზინის გამოყენებით. კიდევ ერთი შესაძლებლობა არის ყინულის კუბის მიცემა ხელში. მოძრაობები (ხტუნვა, ქანაობა და

სხვა) ასევე შეიძლება გამოყენებულ იქნას ვინმეს გარე სამყაროსთან კონტაქტის დამყარებაში. ამ შემთხვევაშიც პროფესიონალი უნდა იყოს როლური მოდელი.

მნიშვნელოვანია, რომ პროფესიონალი, რომელიც დახმარებას სთავაზობს, იყოს მშვიდად ყველა სიტუაციაში, "მშვიდი ტვინით". ისევ, აქაც სარკისებური ნეირონები დიდ როლს ასრულებენ. დანიელ სიგელი, კლინიკური ფსიქიატრი, მკვლევარი და ნეირობიოლოგიის პროფესორი, განიხილავს ამ კონტექსტს და საუბრობს "ინტერპერსონალურ ნეირობიოლოგიაზე", სადაც ის მიუთითებს იმაზე, თუ როგორ გრძნობენ ადამიანები ერთმანეთს ქვეცნობიერად, აკოპირებენ და არეგულირებენ ერთმანეთის ბიოლოგიურ მდგომარეობას. როდესაც ძალადობა ახლახან გამჟღავნდა, „მშვიდი ტვინის“ შენარჩუნება არ არის მარტივი ამოცანა თვით პროფესიონალებისთვის.

**დამოუკიდებლად მოქმედება** - ბავშვის რეაქცია, რომელმაც განიცადა სექსუალური ძალადობა, დიდწილად დამოკიდებულია მათ წარსულ გამოცდილებაზე. ბავშვებს, რომლებსაც ჰქონდათ პრობლემური წარსული და განუცდიათ ურთიერთობის სხვა ტრავმები, არ შეუძლიათ დაიბრუნონ ბაზისური უსაფრთხოების განცდა იმის გამო, რომ ეს გამოცდილება დაზიანებულია. მათ აქვთ არასაკმარისად სტაბილური უსაფრთხო ურთიერთობების ხატი და არ აქვთ ნდობა (არც გამოცდილება!) სხვა ადამიანების მიმართ და არ სჯერათ, რომ ისინი არიან იქ, რათა დაეხმარონ მათ მრავალი აუტანელი ემოციის გადასატანად.

იმის შიშით, რომ მათ მარტო მოუწევთ გამკლავება, ზოგიერთი ბავშვი სულ უფრო დიდ ყურადღებას აქცევს პროფესიონალის ემოციურ ხელმისაწვდომობას. ეს ბავშვები, შიშის გამო, მიეჯაჭვებიან სხვებს და ზოგჯერ ავლენენ ბრაზს და მწუხარებას, თუ ეს ადამიანი არ არის მათ სიახლოვეს. ასეთ სიტუაციებში მნიშვნელოვანია ბენეფიციარის მიჯაჭვულობის პრიმიტიული მოთხოვნილების აღიარება და მასზე ჯანსაღი რეაგირება. თუმცა, თუ ეს ქცევა გაგრძელდება, ეს არის ნიშანი თერაპიული დახმარების საჭიროებისა, რომელიც იმუშავებს მიჯაჭვულობის და ნდობის საკითხებზე. გამოცდილება გვასწავლის, რომ წარმატებული თერაპიული პროცესის დროს ასეთი ქცევა თანდათან მცირდება და იცვლება ქცევით, რომელიც უფრო შეესაბამება (განვითარების) ასაკს.

**ჩაკეტვა** - ასევე არიან ბენეფიციარები, რომლებიც შორდებიან სანდო უფროსებს და ამჯობინებენ საკუთარი გზით იარონ. ისინი ხშირად, განურჩევლად, უკავშირდებიან (კომუნიკაციას ამყარებენ) სხვა ზრდასრულებს, ცდილობენ დააკმაყოფილონ მათი ძირითადი საჭიროებები, იმ პირობით, რომ სხვა ზრდასრულები შეასრულებენ მათ სურვილებს. ესეც, ასევე, ითვლება თერაპიული დახმარების ჩვენებად.

**შემოჭრა** (ინტრუზია) - სხვადასხვა რეაქციების გარდა, არის სიმპტომები, რომლებიც ხშირად ვლინდება სექსუალური ძალადობის შემდეგ. ბავშვები, რომლებსაც აქვთ სექსუალური ძალადობას გამოცდილება, ხშირად ავლენენ ძილის სირთულეებს. ამას

სხვადასხვა მიზეზი აქვს. პირველი, ბევრს ეშინია სიბნელის. არსებობს ბუნებრივი მიდრეკილება, როდესაც ადამიანები თავს უფრო დაუცველად გრძნობენ სიბნელეში.

გარდა ამისა, სექსუალური ძალადობის გამოცდილების მქონე ადამიანებისთვის, ძილი ემოციურად დატვირთული მოვლენაა რადგან, ძალადობა ხშირად სალამოს ან ღამით ხდება - და შესაძლოა იმავე ოთახში, სადაც ბენეფიციარს ჯერ კიდევ სძინავს. დაბოლოს, მსხვერპლებს ხშირად აქვთ ინტრუზიები ძილში ან გაღვიძებასა და დაძინებას შორის ფაზაში, ფლეშბექების (უკან დაბრუნება) ან კომმარების სახით.

ამ პრობლემების გადასაჭრელად, მნიშვნელოვანია ბენეფიციართან ერთად გამოიკვლიოთ გზები, რომლითაც შეიძლება გაძლიერდეს უსაფრთხოების განცდა ღამით. ხშირად ამას ხელს უწყობს საძინებლის გარემოს შეცვლა და, მაგალითად, ღამის ტანსაცმლის არჩევას, რომელიც განსხვავდება იმისგან, რაც მსხვერპლს ეცვა ძალადობის დროს. ასევე დაგეხმარებათ ღამის განათების, დამატებითი მოსმენის სისტემის ან ბავშვის მონიტორის შექმნა. ყველა შემთხვევაში ძალიან მნიშვნელოვანია ძილის ფიქსირებული რუტინის ჩამოყალიბება, რათა დაეხმაროს ბავშვს ამ კუთხით ჯანსაღი ჩვევების გამომუშავებაში.

## **1.2. ბენეფიციართა მხარდაჭერის პროგრამა - SOS პროგრამა**

ამ პარაგრაფში ჩვენ აღვწერთ პირველად ფსიქოლოგიურ დახმარებას შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე მსხვერპლ ბენეფიციარ ბავშვთათვის. პირველადი დახმარება არ ხდება მხოლოდ იმ ოთხ სესიაზე, რომლებიც ქვემოთ არის აღწერილი. უმეტესი ნაწილი ხდება დღის დანარჩენ 23 საათში, რომლის დროსაც ბავშვი რჩება ჩვეულ გარემოში. ამ მიზეზით, მნიშვნელოვანია, რომ მშობლები, ნათესავები და პროფესიონალი აღმზრდელები კარგად იყვნენ მომზადებულნი ამ პროცესში თავიანთი როლისთვის. ამ ადამიანების მომზადება ამ ამოცანისთვის ხდება სესიებში, რომლებიც შედის ამ პროგრამაში და იწყება თავად ამ ადამიანების მხარდაჭერით. როდესაც ბენეფიციარისთვის მნიშვნელოვანი ადამიანები გრძნობენ მხარდაჭერას, აქვთ ნდობა და სტრატეგიები საკუთარი და ბავშვის რეაქციებთან გასამკლავებლად, მაშინ ბევრი რამ უკვე მიღწეულია.

SOS პროგრამის პირველი მიზანია ბენეფიციარები დახმარება პირველადი სირთულეებისა და სტრესთან გამკლავებაში. ბოლო წლების განმავლობაში ბევრი კვლევა ჩატარდა იმის შესახებ, თუ როგორ შეიძლება ოპტიმალურად დაუჭირეთ მხარი ადამიანის ბუნებრივი დაძლევის მექანიზმებს სექსუალური ძალადობის გამოცდილებასთან გამკლავების მიზნით, როგორც მოკლევადიან, ისე გრძელვადიან პერსპექტივაში. აქ ერთ-ერთი ყველაზე მნიშვნელოვანი ფაქტორია კონტაქტის დამყარება და საიმედო და უსაფრთხო ურთიერთობის გამოცდილება.

სექსუალური ძალადობა არის ინტერპერსონალური ძალადობის ფორმა - ერთი პირის მიერ მეორე პირის მიმართ ჩადენილი ძალადობა. აშკარაა, რომ ეს გავლენას მოახდენს სხვა ურთიერთობებზე, არა მხოლოდ თავად მსხვერპლის, არამედ მის გარშემო მყოფებზეც. ეს იწვევს უნდობლობას და შიშს, იმავდროულად, ადამიანები, როგორც სოციალური არსებები, ყოველთვის ერთმანეთზე არიან დამოკიდებული, რაც დამაბნეველ დილემას ქმნის. ეს კიდევ უფრო დიდ გავლენას ახდენს ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ადამიანებზე იმიტომ, რომ ისინი ურთიერთობებში დამოკიდებულნი არიან (ბევრ) სხვებზე თავიანთ მდგომარეობის გამო. ამის გათვალისწინებით, სესიების ძირითად შინაარსთან ერთად, უსაფრთხო და ჯანსაღი ურთიერთობის ჩამოყალიბება შეიძლება იყოს თავისთავად მაკორექტირებელი გამოცდილება.

### **1.2.1 დამოკიდებულებების ასპექტები**

მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტმა სესიების დროს გამოიჩინოს პირდაპირი, მგრძობიარე და ღია დამოკიდებულება. ის არის მისაბაძი მაგალითი ყველა მონაწილისთვის, თუ როგორ უნდა მოიქცნენ და ამავე დროს, საკუთარი ქცევით, უსაფრთხო ურთიერთობის მაგალითს იძლევა. ამისათვის მნიშვნელოვანია შეინარჩუნოთ სიმშვიდე და თავშეკავება.

გაითვალისწინეთ, „ინტერპერსონალური ტრავმების“ გამო, ადამიანები კომუნიკაციის დროს შეიძლება იყვნენ თავდაცვის პოზიციაში ან მოიქცნენ სრულიად საპირისპიროდ. მნიშვნელოვანია ორივე რეაქციის აღიარება და განხილვა, როგორც შიშის რეაქცია.

სესიებზე მნიშვნელოვანია ბენეფიციარის სტიმულირება, რათა, რამდენადაც შესაძლებელია, ფოკუსირდეს საკუთარ თავზე, გამოხატოს საკუთარი თავი და იფიქროს მოგვარების გზებზე. სექსუალური ძალადობის მსხვერპლთა ნება ხშირად ირღვევა. მსხვერპლს აქვს მიდრეკილება, აღარ ენდოს საკუთარ აზრებს, არამედ მოძალადის აზრებს. ამის ინიციატორია დამნაშავე. საკუთარ თავზე ფოკუსირებით და ამ პროცესში ნდობის გამოვლენით, კონსულტანტი ხელს უწყობს ბენეფიციარს დაუბრუნდეს საკუთარ სურვილებს და ეს სურვილები (ნება) გახდეს აღქმადი.

კონსულტანტის ამოცანაა ბავშვის ოპტიმალურად მხარდაჭერა და ამ გზით ბენეფიციართან ერთად „ძლიერი მომენტების“ მოძიება. ეს ის მომენტებია, როდესაც ბავშვს მოუწია რაიმე სირთულის გადალახვა და მან ეს წარმატებით მოახერხა. ეს შეიძლება იყოს სპორტულ შეჯიბრში მოგება, საჭმლის მომზადება ან ველოსიპედის ტარების სწავლა. საქმიანობას არ აქვს მნიშვნელობა. რაც მთავარია, როცა ბენეფიციარი ასეთ გამოცდილებას იხსენებს, ივსება სიამაყისა და ძალაუფლების განცდით. ეს განცდა შეიძლება გამოვიყენოთ იმისთვის, რომ მივცეს მას გამბედაობა, რათა შეძლოს ამ უსიამოვნო, რთულ პერიოდთან გამკლავება.

### 1.2.2. კონსულტანტის მომზადება

პირველი სესიის დაწყებამდე მიზანშეწონილია შეგროვდეს რაც შეიძლება მეტი ინფორმაცია ბავშვის და მომხდარი მოვლენების შესახებ. მიღებული ინფორმაციის დახმარებით მნიშვნელოვანია ბავშვის განვითარების დონის შეფასება სხვადასხვა სფეროსთან დაკავშირებით (კოგნიტური, სოციალური და ემოციური). გარდა ამისა, საჭიროა ვიცოდეთ მეტყველების განვითარების და შესაძლო დამატებითი პრობლემების შესახებ (ფსიქოლოგიური დარღვევები, სინდრომები ან სხვა შეზღუდული შესაძლებლობები). ყველა ეს ასპექტი საჭიროა სესიების ტემპის დასადგენად და შესაბამისი სამუშაო ფურცლების შესარჩევად. ასევე, ძალიან მნიშვნელოვანია გვეჩვენოს ინფორმაცია ადრინდელი ტრავმებისა და შესაძლო მიჯაჭვულობის პრობლემების შესახებ

თუ ბავშვს წარსულში ჰქონია სექსუალური ძალადობის გამოცდილება, მნიშვნელოვანია მოიპოვოთ ინფორმაცია ძალადობის ფორმის, გავრცელებისა და შემთხვევების დეტალების შესახებ. ასეთი ინფორმაცია აქტუალურია იმის გამო, რომ ეს მოვლენები შეიძლება აირიოს ბენეფიციარის აღქმაში. შესაბამისად, სხვადასხვა გამოცდილების დიფერენციაცია შესაძლებელია „წარსულში“ და „აწმყოში“. ეს დაგეხმარებათ გაადვილოთ გამოცდილების ინტენსივობასთან გამკლავება.

**სიმპტომების ჩამონათვალის გაკეთება** - ჩამონათვალი მზადდება ბენეფიციარის (ტრავმასთან დაკავშირებული) სიმპტომების შესახებ. ამის გაკეთებისას არ კმარა მხოლოდ ბავშვისგან მიღებული ინფორმაცია. შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანებისთვის უკიდურესად რთულია საკუთარი თავის შესახებ საუბარი, გარდა აქ და ახლა. ეს გამოწვეულია იმით, ეს პროცესი მოითხოვს, რომ ადამიანები ხელაძვენენ საკუთარ თავს შორიდან, როგორც ცალკე არსება, გააკეთონ დასკვნები და გამოხატონ ეს სიტყვებით. ამ პროცესს სჭირდება აბსტრაქტული აზროვნება. შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე პირთა აზროვნების პროცესის ერთ-ერთი სირთულე არის ის, რომ მათ აკლიათ ამ ტიპის აზროვნება ან უკიდურესად შეზღუდულია.

სესიების დაწყებამდე უნდა მოიძიოთ ინფორმაცია მშობლებისგან/ნათესავებისგან, ბენეფიციარის კეთილდღეობის შესახებ და რომელი თემები თამაშობენ როლს. კარგია იმის გაცნობიერება, რომ შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე პირები უფრო მეტად არიან დამოკიდებულნი თავიანთ გარემოზე, ვიდრე სხვები და რომ ადამიანებს სხვადასხვა გარემოში (სახლი, საცხოვრებელი სახლი, დღის ცენტრები ან სკოლა) შესაძლოა ქონდეთ ძალიან განსხვავებული დაკვირვებები. შეიძლება ღირებული იყოს იმაზე დაკვირვება, თუ რომელი ფაქტორები აძლიერებენ სიმპტომებს და რომელი ხელს უწყობს ძლიერ მხარეებს.

### **1.2.3. ბენეფიციართან შეხვედრების დრო და ადგილი**

შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე პირებისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია ჩვევები და არ უყვართ მათი დარღვევა. ასეთი რამ ხდება მაშინ, როდესაც არსებობს დამატებითი გარემოებები, როგორცაა აუტისტური სპექტრის დარღვევები და/ან რთული და ქრონიკული ტრავმა. ფიქსირებული და პროგნოზირებადი ყოველდღიური რუტინული პროგრამა ხელს უწყობს უსაფრთხოების განცდას და ეხმარება ბენეფიციარს იგრძნოს კონტროლი საკუთარ ცხოვრებაზე. ეს ჩვევები ქმნიან კონტროლის პირველ შესაძლებლობას, განსაკუთრებით იმ სიტუაციების შემდეგ, როდესაც მათ სრულიად დაკარგეს ცხოვრებაზე კონტროლი, როგორც ეს სექსუალური ძალადობის შემთხვევაში ხდება. ამ სტრუქტურის ცვლილებები იწვევს გაურკვევლობას.

იმ შემთხვევაში, თუ ცვალებადია სესიის ჩატარების ადგილი, ამ საკითხთან ძლიან ფრთხილად უნდა ვიყოთ, რადგან ეს ცვლილება ბავშვმა შეიძლება საფრთხედ აღიქვას. ამრიგად, თქვენ უნდა იფიქროთ იმაზე, თუ როგორ შეიძლება სესიების ორგანიზება ასეთ დროს, მათი ჩვევების გათვალისწინებით. ეს განსხვავებულია თითოეული ბენეფიციარისთვის და მოითხოვს ბენეფიციარის შესახებ ცოდნას.

არ არის რეკომენდებული ბავშვებისთვის სესიების საღამოს დაგეგმვა. ამის მიზეზი მდგომარეობს იმაში, რომ მათ უნდა ჰქონდეთ დრო ინფორმაციის გადასამუშავებლად. ასევე, დამხმარეა, თუ სესია არ არის ბავშვისთვის ბოლო აქტივობა და სესიის შემდეგ ყოველდღიური რუტინა გრძელდება. გამოცდილება გვასწავლის, რომ ინფორმაციის გაცნობიერება ძნელია საღამოს (გვიან), ძილის წინ.

მსუბუქი და საშუალო სიმძიმის შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანებისთვის, სესიის ჩასატარებლად უპირატესობა ენიჭება ნეიტრალურ ადგილს, სადაც ისინი არ შეწუხდებიან და არ იქნება ძალიან ბევრი სტიმული. ლოკაცია ირჩევა სახლის გარეთ, რადგან იქ უნდა იყოს მეტი სიმშვიდე და კონფიდენციალურობა, ასევე, უფრო ადვილია ახალ სიტუაციაში ურთიერთქმედების ახალი ფორმების რეალიზება. თუ ძალადობა მოხდა სახლის გარეთ, სესიების სხვა ადგილას ჩატარება თავიდან აიცილებს ემოციურად დატვირთული მოგონებების უნებლიედ დაკავშირებას სახლის სიტუაციასთან.

შეიძლება წარმოიშვას სიტუაციები, როდესაც სასურველია სესიების ჩატარება სახლში, მაგალითად, როდესაც ბენეფიციარს უჭირს სესიებზე ნასწავლის გადატანა საშინაო სიტუაციაში. ასევე, შეიძლება იყოს სხვა მიზეზებიც, მაგალითად გარკვეული ტექნიკების გამოყენება ლოკაციებზე, როგორცაა რელაქსაციის ტექნიკა.

### **1.2.4. მარტო თუ ერთად**

ისმის კითხვა: ბენეფიციართან სესიები უნდა ჩატარდეს მარტო, თუ სანდო პირთან ერთად? გადაწყვეტილების მიღება ხდება ინდივიდუალურად, ბენეფიციარის საჭიროებიდან გამომდინარე. ზოგიერთი ადამიანისთვის ინდივიდუალური საუბარი

კონსულტანტთან შეიძლება იყოს მომგებიანი, რადგან ეს აღიარებს მათ ავტონომიას და უფრო მეტად მიმართავს მათ პიროვნულ აზროვნების პროცესს. სხვებისთვის, სხვა სანდო პირის ყოფნა აუცილებელია. როგორც წესი, როდესაც ბენეფიციარის განვითარების დონე იკლებს, არჩევანი სულ უფრო მეტად კეთდება სესიების დროს სხვა სანდო პირის არსებობაზე.

### **1.2.5. ბენეფიციარის მომზადება**

არა მხოლოდ კონსულტანტი უნდა იყოს მომზადებული, ყურადღება უნდა მიექცეს ბენეფიციარის მომზადებასაც. მათ (საშუალო ან მსუბუქი ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე) უნდა ჰქონდეთ ინფორმაცია იმის შესახებ, რომ სესიებზე შეეძლებათ ისაუბროს იმაზე, თუ როგორ გრძნობენ თავს და გაიგონ, თუ როგორ შეუძლიათ გააუმჯობესონ საკუთარი მდგომარეობა. ბენეფიციარებს შეიძლება ვუთხრათ, რომ სესიების განმავლობაში მათ შეეძლებათ გამოთქვან ყველა შეკითხვა და შეშფოთება და რომ ჩვენი მიზანია მაქსიმალურად დავეხმაროთ მათ.

მნიშვნელოვანია, რომ ადამიანი, რომელიც ამზადებს ბავშვს, შეეძლოს უპასუხოს კითხვებს სესიების პრაქტიკული ასპექტების შესახებ, მაგალითად; როდის ჩატარდება სესიები, სად იქნებიან ისინი, რამდენ ხანს გაგრძელდება, ვინ წავა მათთან და ა.შ. თუ ბენეფიციარი ჯერ არ შეხვედრია კონსულტანტს, მისი ფოტოს ჩვენებამ შესაძლოა პოზიტიურად იმოქმედოს პროცესზე.

### **1.2.6. წინააღმდეგობა ბენეფიციარისგან**

ზოგიერთი ბენეფიციარი წინააღმდეგობას ავლენს შეთავაზებული დახმარების მიმართ. ეს ხშირად გამომდინარეობს შიშისგან, გაურკვევლობისა და უნდობლობისგან, რომელიც გამოწვეულია მათი ისტორიით და/ან იმით, რაც მათ ახლახან განიცადეს. ამ შემთხვევაში კარგი ახსნა და დარწმუნება დაგეხმარებათ.

### **1.2.7. სესიების სტრუქტურა**

SOS პროგრამის განხორციელებისას კონსულტანტმა უნდა გააცნობიეროს, რომ არ არსებობს სტანდარტული პროცედურა, რომელითაც ყველა ბენეფიციართან წარმართავს საუბარს. იმისათვის, რომ გაიზარდოს უსაფრთხოების განცდა და ბენეფიციარმა შეძლოს მომხდართან გამკლავება, სესიების დროს რეკომენდებულია ფიქსირებული თანმიმდევრობა.

დაიწყეთ პირველი სესია „წესების“ დადგენით და სესიების შინაარსის გაცნობით, და გააგრძელეთ იგივე თანმიმდევრობის დაცვა. სესიის მიმდინარეობის აღსაწერად შესაძლებელია ვიზუალური მასალის გამოყენება, მაგალითად: კომიქსების სიუჟეტის ან პიქტოგრამების გამოყენება, იმისდა მიხედვით, თუ რომელი ფორმა შეეფერება ბენეფიციარს საუკეთესოდ.

რომელ საკითხს რომელ მომენტში განიხილავთ, დამოკიდებულია ინდივიდუალურ სიტუაციაზე. საკითხები შეიძლება დაიყოს სამ ძირითად თემას, რომლებიც თითოეული სესიის ნაწილია:

- სექსუალურ ძალადობაზე საუბარი
- მშობლების ემოციური მხარდაჭერა
- ფსიქო-განათლების უზრუნველყოფა

სექსუალურ ძალადობაზე საუბრისას, კონსულტანტი ბენეფიციარს აძლევს შესაძლებლობას აღიდგინოს და გადმოსცეს თავისი გამოცდილება. ემოციური მხარდაჭერა მოიცავს ყურადღებით მოსმენას და გამწვავების პერიოდში მათთან ერთად ყოფნას. აზრებისა და გრძნობების სახელდება, განხილვა და ვალიდიზაცია აუცილებელია. ფსიქო-განათლების უზრუნველყოფა SOS პროგრამის ცენტრალური ნაწილია. ტრავმის, სტრესული რეაქციების და მათთან გამკლავების შესახებ ინფორმაციის მიწოდებით (განვითარების დონის შესაბამისად), ბენეფიციარები უკეთ შეძლებენ საკუთარი მდგომარეობის ახსნას, რაც მათ მისცემთ კონტროლის და თავდაჯერებულობის განცდას და დაეხმარებათ სიტუაციასთან გამკლავებაში.

### **1.2.8 დახმარების წიგნის გამოყენება**

SOS პროგრამის დაწყებისას, დამხმარე წიგნი მზადდება ბენეფიციარისთვის და მასთან ერთად. ეს წიგნი შედგება ფაილების მქონე საქაღალდისგან. ეს საქაღალდე შეიძლება მოერგოს ფუნქციურ დონეს, პრობლემურ სფეროებს და თემებს, რომლებიც ეხება კონკრეტულ ბავშვს. ამ პუნქტებიდან გამომდინარე, კონსულტანტი ირჩევს სამუშაო ფორმებს, რომლებიც შეესაბამება ბავშვს.

სამუშაო ფორმები დაყოფილია ტრავმასთან დაკავშირებულ თემებად: უსაფრთხოება, შეშფოთება, ტკივილი, შიში, რისხვა, რელაქსაცია და პერსპექტივა. თითოეული თემისთვის მოცემულია სამუშაო ფორმები კოგნიტური ფუნქციონირების სხვადასხვა დონისთვის: მსუბუქი, საშუალო და მძიმე ინტელექტუალური უნარშეზღუდულობა.

სამუშაო ფორმებთან ერთად მოცემულია საინფორმაციო ფურცლები ფსიქო განათლებისთვის. ნახატები, რომლებსაც ბენეფიციარი აკეთებს სესიების დროს, ასევე შედის დახმარების წიგნში.

გარდა ამისა, დახმარების წიგნი შეიძლება გამოვიყენოთ, როგორც ერთგვარი დღიური, რომელშიც ბენეფიციარი და პროფესიონალი აღმზრდელები და მშობლები/ნათესავები აკეთებენ ჩანაწერებს დადებითი და ნაკლებად დადებითი გამოცდილებების შესახებ. გარდა ამისა, დახმარების წიგნი გამოიყენება, როგორც ბენეფიციარს, კონსულტანტს, პროფესიონალ მომვლელებსა და მშობლებს/ნათესავებს შორის კომუნიკაციის ფორმა.



### 1.3. ბენეფიციარის სესიები

კონსულტანტი ბენეფიციარისთვის აწყობს ოთხ სესიას. პირველი კონტაქტის მომენტი არის რაც შეიძლება მალე, სასურველია გამყდავნებიდან ერთი კვირის განმავლობაში. მეორე სესია ტარდება დაახლოებით ერთი კვირის შემდეგ. მესამე სესია არის კომბინირებული სესია, რომელშიც ბავშვთან ერთად, მათი ოჯახის სისტემა და ჩართული პროფესიონალები მონაწილეობენ და უზიარებენ თავიანთ გამოცდილებას მომხდარის შესახებ. ეს კომბინირებული სესია დაგეგმილია პროგრამის დაწყებიდან დაახლოებით ერთი თვის შემდეგ. რვა კვირის შემდეგ იმართება შემაჯამებელი სესია ბავშვთა დაცვის სხვადასხვა პროფესიონალისთვის.

ამ პარაგრაფში ზოგადად აღწერილია როგორ შეიძლება ჩატარდეს ბენეფიციარის მხარდაჭერის ოთხი სესია. სესიების აღწერა არ არის გათვლილი, როგორც ფიქსირებული მეთოდი, არამედ მიზნად ისახავს იყოს მაგალითი და შთაგონება. მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტმატმა წინასწარ მოახდინოს სესიის ბენეფიციარზე ადაპტირება.

#### 1.3.1. სესია 1 - რაც შეიძლება მალე

**შესავალი** - მოკლედ გაიცანით ბავშვი და აუხსენით რა მოხდება: რამდენად ხშირად, სად და როდის შეხვდებით და როგორ აპირებთ შეხვედრას? მიეცით დამხმარე წიგნი და განუმარტეთ, რომ თქვენ დაწერთ და დახატავთ წიგნში იმაზე, რაზეც ერთად საუბრობთ, რათა ბენეფიციარმა შეძლოს სახლში ყველაფრის გადახედვა და გახსენება, თუ ეს დასჭირდა.

##### ა. საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე

„ჩვენ აქ ერთად ვართ, რადგან შენ განიცადეთ ძალიან უსიამოვნო რამ. ყველა განსხვავებულად რეაგირებს მომხდარ მოვლენებზე. ზოგს ეშინია, ზოგი ბრაზდება ან ბევრს ტირის. როგორ გრძნობ თავს? მოდიტ დავხატოთ რა მოხდა.“ (დანართი 1)

##### ბ. ფსიქო-განათლება სტრესის რეაქციებზე და ტრავმასთან გამკლავებაზე

„თუ შენ განიცადე უსიამოვნო რამ, შესაძლოა ხშირად თავს ცუდად გრძნობდე. ხანდახან იქნები სევდიანი, გაბრაზებული, შეშინებული, დანაშაულის გრძნობით აღსავსე, შერცხვენილი ან შეიძლება სხვა გრძნობებიც გქონდეთ. შესაძლოა იმდენი გრძნობა გქონდეთ ერთდროულად, რომ აღარ იცოდეთ რას გრძნობთ“.

„როგორ გრძნობ თავს? დახატე როგორ გამოიყურები ყველა განსხვავებული გრძნობით. რაზე ფიქრობ, როცა ამას (მიუთითეთ) გრძნობ?“

„თუ უსიამოვნო რამ განიცადე, შესაძლოა მასზე ბევრს ფიქრობდე. ეს ხშირად ხდება, როცა სიჩუმეა და არაფერს აკეთებთ. მაგალითად, სკოლაში ან სამუშაო ადგილზე, როცა

სიჩუმეა, როცა უყურებ ტელევიზორს ან ძილის დროს. დრო და დრო შენს თავში ხედავ რა მოხდა, როგორც ფილმი. ხანდახან გესიზმრებათ საშინელი სიზმრები ან კომმარები“.

„შესაძლოა ხედავდე, გესმოდეს ან გრძნობდე იმას, რაც განიცადე. ეს შოკის მომგვრელია და შესაძლოა განმეორდეს. ზოგჯერ, ვერ ხვდები განსხვავებას რა არის რეალური და რა წარმოსახვითი. ეს გაშინებს! ასეთ შემთხვევებში დაგეხმარება, ჰკითხოთ აღმზრდელებს ან თქვენს მშობლებს, არის თუ არა ის, რასაც გრძნობთ რეალური, თუ ასე გრძნობთ იმის გამო რაც შენ განიცადე“.

„ზოგიერთ ადამიანს არ სურს მომხდარი მოვლენაზე საუბარი ან ფიქრიც კი. მათ არ სურთ ამის შესახებ რაიმეს გაკეთება. ეს თითქმის შეუძლებელია, რადგან თქვენ ავტომატურად განაგრძობთ ამაზე ფიქრს. შესაძლოა გქონდეს ძილის სირთულეებიც. შეიძლება გტკიოდეთ კუჭი, ან თავი, ან გქნოდეს დაღლილობის შეგრძნება და გეზარებოდეს ყველაფრის კეთება. ზოგიერთ ადამიანს ჰგონია, რომ უცნაური გახდა და ეშინია, რომ გაგიჟდება. მაგრამ ეს ასე არ არის. ნორმალური და ჩვეულებრივია, ის რომ ასე გრძნობ თავს. ეს იმის გამოა, რაც შენ განიცადე. ნახავ, რომ ასეთი მდგომარეობა სრულდება გარკვეული პერიოდის შემდეგ და ისევ ნორმალურად იგრძნობ თავს.“

### **გ. მხარდაჭერა და სიმპტომების ინვენტარიზაციის გაკეთება**

„შეიძლება თქვენც ძალიან შეშინებული ხართ, ან ხედავთ მომხდარის სურათებს, ან ცუდი სიზმრები გაქვთ. ასეთი ნიშნები ყველასთვის განსხვავებულია. შეიძლება ვნახოთ, რა გაწუხებთ და რა არა?“ (დანართი 2)

შეავსეთ სამუშაო ფურცელი „რა გაწუხებთ?“ ერთად (ან გააკეთეთ ნახატი) და საჭიროების შემთხვევაში დაეხმარეთ ბავშვს ფორმის შევსებაში. გამოიყენეთ ის ინფორმაციაც, რომელიც მიიღეთ მშობლებისგან და/ან პროფესიონალი აღმზრდელებისგან.

სამუშაო ფურცლის დანიშნულებაა, რომ თქვენ და ბავშვმა ნათლად დაინახოთ რა შეიძლება დაეხმაროს მას მომავალში პრობლემასთან გამკლავებაში. ერთი იდეაა აიღოთ ფურცელი თითო სიმპტომზე და დაწეროთ მასზე სიმპტომი. კიდევ ერთი იდეა არის სიმპტომის ნახატი (არც ისე დიდი) და მის ქვეშ დაწეროთ რა ეხმარება. ეს ასევე შეიძლება გაკეთდეს პიქტოგრამების/სურათების სახით.

თუ სიმპტომების დიდი რაოდენობაა, ზოგჯერ შესაძლებელია რამდენიმე სიმპტომის გაერთიანება, ან ბენეფიციარს ჰკითხოთ, რა არის ყველაზე მნიშვნელოვანი/უარესი და საიდან უნდა დაიწყოთ.

„რაც შეიძლება დაგვეხმაროს არის, მაგალითად, ამის შესახებ მომვლელთან საუბარი, რადაცის პოვნა, რომელიც გონებას გადართავს (კომპიუტერული თამაში, მუსიკის მოსმენა, ტელევიზორის ყურება, ხატვა, სპორტი, ვინმესთან საუბარი და ა.შ). და, რა თქმა უნდა, თავის მოვლა; ცოტათი საკუთარი თავის განებივრებაც კარგი იდეაა.“

რაც არ დაგეხმარება, არის ის რომ ჩამოშორდე აქტივობებს, როგორცაა მაგალითად მუშაობა ან თამაში რადგან თავს ცუდად გრძნობ და დაღლილი ხარ. რეალურად მნიშვნელოვანია ამ საქმეების გაკეთება. ბევრი ლუდის დალევა და ნარკოტიკების მიღება არ არის კარგი იდეა. შეიძლება ცოტა ხნით მოგეჩვენოთ, რომ ეს გეხმარებათ, მაგრამ მოგვიანებით თავს კიდევ უარესად იგრძნობთ“.

**რელაქსაციის ტექნიკა** - „რელაქსაციის ტექნიკა დაგეხმარებათ, როცა თავს ცუდად გრძნობთ. ვცადოთ ეს?“ (დანართი 3)

გააკეთეთ რელაქსაციის ტექნიკა ერთად და აუხსენით, რომ რაც უფრო ხშირად გააკეთებთ მას, მით უკეთესი იქნება. სთხოვეთ მშობლებს/მზრუნველებს, რომ ისინი დაეხმარონ ბავშვს ყოველდღიურ პრაქტიკაში.

#### **დ. სესიის დასასრული**

ვისთან გსურს საუბარი და რა შეგიძლიათ თქვა?

„ზოგჯერ რთულია იფიქრო იმაზე, თუ რა უნდა უთხრა ვინმეს მომხდარზე. მაგრამ მაინც კარგია ამაზე საუბარი. თქვენ არაფერი დაგიბავებიათ და თუ თავს კარგად არ გრძნობთ, მნიშვნელოვანია, რომ ადამიანებმა იცოდნენ, რატომ გრძნობთ თავს ასე. მაშინ ისინი უკეთ გაიგებენ და დაგეხმარებიან. რა შეგიძლიათ უთხრათ მათ?“

დაეხმარეთ ბავშვს იფიქროს სხვადასხვა ადამიანებისთვის შესაფერის პასუხზე. სამსახურში, სკოლაში და კონკრეტული ჯგუფის შესაძლო წევრებთან მას შეუძლია თქვას, რომ რაღაც საშინელება განიცადა და ამიტომაც თავს კარგად არ გრძნობს. კარგი მეგობრებისთვის, ოდნავ უფრო ვრცელი ტექსტი შეიძლება იყოს შესაბამისი. ამ მიზნით შეგიძლიათ გამოიყენოთ სამუშაო ფურცელი: „როგორ უთხრა სხვებს ამის შესახებ?“. (დანართი 4)

ჰკითხეთ ბავშვს, ამჯობინებს თუ არა ამის შესახებ სხვა ადამიანებს თავად უთხრას, ან ურჩევნიათ ამის გაკეთება სხვასთან ერთად. ასევე შესაძლებელია, რომ ბავშვს ურჩევნია სხვამ ისაუბროს ამაზე.

სესიის ბოლოს ნება მიეცით ბავშვს აღწეროს რა გაკეთდა და რა აღმოჩნდა ყველაზე სახალისო და ყველაზე ნაკლებად სახალისო დღეს, და რა მიაჩნდათ საუკეთესოდ. ეს საშუალებას გაძლევთ გაიგოთ, რა დაამახსოვრდა მას. ჩაწერეთ რვეულში (ან მიეცით ბავშვს დაწეროს) რა განიხილეს.

დარწმუნდით, რომ ყველა სამუშაო ფურცელი, რომელზეც სესიაზე იმუშავეთ შედის დახმარების წიგნში და მიეცით ეს წიგნი ბავშვს. დაამატეთ ცარიელი გვერდები, რომლებზეც ბავშვი და/ან მზრუნველი შეძლებს დაწეროს ან დახატოს თავიანთი მოქმედებები, გრძნობები და/ან კითხვები. შეათანხმეთ წიგნის შესანახად საუკეთესო ადგილი, რათა საჭიროების შემთხვევაში სწრაფად მოძებნოს იგი. შეათანხმდით, რომ ბავშვი შემდეგ შეხვედრალზე წიგნს ისევ მოიტანს.

იმსჯელეთ ბავშვთან ერთად, რა უნდა გაუზიაროს აღმზრდელი/მშობელს, რომელიც მოდის მის წასაყვანად. ჩართეთ აღმზრდელი/მშობელი სესიის ბოლო ხუთ წუთში და მოკლედ განიხილეთ რა მოხდა სესიის განმავლობაში. სთხოვეთ ამ ადამიანს დაეხმაროს ბენეფიციარს წიგნის გამოყენებაში და, შესაძლოა, ერთად გააკეთონ რელაქსაციის ტექნიკაც.

შეაქეთ ბავშვი და კიდევ ერთხელ უთხარით მას, როდის გაიმართება შემდეგი სესია.

## **სესიის ხანგრძლივობა: 45 წუთი**

### **1.3.2. სესია 2 – ერთი კვირის შემდეგ**

#### **ა. საუბარია სექსუალურ ძალადობაზე**

დაიწყეთ სესია გასული კვირის განხილვით, ჰკითხეთ როგორ ჩაიარა კვირამ, როგორ გრძნობდა თავს კვირის განმავლობაში? ისაუბრეთ უარყოფით ასპექტებზე და ასევე ჰკითხეთ სასიამოვნო, დადებითი გამოცდილებები. რამე ხომ არ მოხდა, რაც რაიმე კავშირშია ძალადობასთან? როგორ რეაგირებდნენ სხვები ძალადობის შესახებ მოსმენაზე? რა თქვეს სხვა ბავშვებმა, მშობლებმა, ოჯახმა და მომვლელებმა? რა იყო კარგი და რა იყო ნაკლებად სასიამოვნო? შესაძლოა შეავსოთ სამუშაო ფურცელი: „რა მოხდა?“ (დანართი 1).

#### **ბ. ფსიქო-განათლება სტრესული რეაქციების და მხარდაჭერის საჭიროებებზე**

გამოიყენეთ დახმარების წიგნი და განიხილეთ ძალადობის შემდგომი შედეგები, მაგალითად, გამოიყენეთ სამუშაო ფურცელი „როგორ ვგრძნობ თავს?“ (დანართი 5). რა სიმპტომებს განიცდის ბავშვი ახლა? ბავშვი ხედავს ძალადობის სურათებს? არის რაღაცეები, რაც მას ამის შესახებ ახსენებს? ჰკითხეთ სიმპტომების შესახებ, სათითაოდ. განიხილეთ ბენეფიციართან ერთად, შეასრულეს თუ არა პირველ სესიაზე განხილული და ჩაწერილი საკითხები სათაურით „რა მეხმარება?“ .

ჰკითხეთ, რომელი აქტივობები სცადა მანს, რომელი დაეხმარა და რომელი არა. თუ რამე არ დაეხმარა, ჰკითხეთ, როგორ შესრულდა აქტივობა. დაფიქრდით, საჭიროა თუ არა ინსტრუქციების ხელახლა ახსნა. ასევე დააზუსტეთ არის თუ არა მცირე დადებითი ცვლილებები? რა არის უკეთესი გასულ კვირასთან შედარებით?

ხაზი გაუსვით აქტივობებს, რომლებიც იყო ჯანსაღი და დაეხმარა ბავშვს. წაახალისეთ იგი უფრო ხშირად გააკეთოს ეს აქტივობები. როდესაც დაძლევის სტრატეგიები ნაკლებად ეფექტურია (მაგალითად, თუ ადამიანი მთელი დამე ფხიზლობს და თამაშობს კომპიუტერულ თამაშებს, რათა თავიდან აიცილოს კომმარები), მაშინ მოძებნეთ სხვა გზები, რათა გაუმკლავდეთ უარყოფით გრძნობებსა და სტრესს. მაგალითად, რელაქსაციის ტექნიკა.

## რელაქსაციის ტექნიკა

„რელაქსაციის სავარჯიშო დაგეხმარებათ მაშინ, როცა თავს ცუდად გრძნობთ. ვცადოთ ეს?“ (დანართი 3)

გააკეთეთ რელაქსაციის ტექნიკა ერთად და აუხსენით, რომ რაც უფრო ხშირად გააკეთებთ მას, მით უკეთესი იქნება. თხოვეთ მზრუნველებს, რომ დაეხმარონ ბავშვს ყოველდღიურ პრაქტიკაში.

## გ. ერთობლივი სესიის მომზადება

მეორე სესიაზე ხდება ბენეფიციარის მომზადება ერთობლივი სესიისთვის. უთხარით ბავშვს, რომ შემდეგი სესია ჩატარდება მშობლებთან/ოჯახთან ერთად:

„შემდეგ ჯერზე ყველა ერთად ვისაუბრებთ მომხდარზე. ეს მნიშვნელოვანია, რადგან მომხდარმა ფაქტმა ყველაზე იქონია გავლენა. ამაზე ერთად საუბრით შეგვიძლია დავეხმაროთ ერთმანეთს. ჩვენ ასევე შეგვიძლია ვუთხრათ თქვენს მშობლებსა და ოჯახს, როგორ შეძლებენ საუკეთესო გზით თქვენს დახმარებას“.

დეტალურად აუხსენით შემდეგი სესიის სტრუქტურა:

„ჩვენ შევხვდებით...-ზე...ერთად ოთახში... დავლევთ ფინჯან ყავას ან ჩაის და მივირთმევთ ბისკვიტს. მე (ან სხვისი სახელი) გავუძღვები სესია და დავრწმუნდები, რომ სასარგებლო საუბარი იქნება“.

მომზადეთ მესამე სესია შემდეგი კითხვების გამოყენებით: „ვინ დაესწრება შემდეგ სესიას? რომელი მშობელი/ოჯახის წევრი, აღმზრდელი? ვინ გეხმარებათ ხოლმე ყველაზე უკეთ? და რატომ? რა შეგიძლიათ თქვით იმაზე, რაც მოხდა? რა არის თქვენთვის მნიშვნელოვანი? რისი მოსმენა გსურთ მშობლებისგან, მომვლელისგან და თქვენი ოჯახისგან?“

ასევე: "არის სხვა რამ, რაზეც მნიშვნელოვანია საუბარი?"

მნიშვნელოვანია ბენეფიციართან ერთად აქტიურად ვიფიქროთ საკითხებზე და შევთავაზოთ რამე. შესაძლებელია, რომ ბავშვმა მოისურვოს მშობლებისა და აღმზრდელებისგან გაიგოს, რომ ისინიც ძალიან შოკირებული არიან და არ ფიქრობენ, რომ ეს ბავშვის ბრალია. ასევე, არ არის გამორიცხული, აღმზრდელი/ოჯახის წევრი თავს ცუდად გრძნობდეს და ფიქრობდნენ, რომ მეტი ყურადღება უნდა გამოეჩინათ. შესაძლოა, ბავშვი ცდილობდა მათ გაფრთხილებას სიგნალების გაგზავნით, ან თავისებურად ცდილობდა ეთქვა ამის შესახებ, მაგრამ ეს შეტყობინებები ვერ მივიდა ადრესატამდე. ბავშვს შეუძლია ისაუბროს ამის შესახებ, მშობლებსა და მომვლელებს შეუძლიათ უთხრან მას, რომ ისინი ამას ძალიან სერიოზულად აღიქვამენ და რომ მომავალში სხვანაირად მოიქცევიან.

შესაძლოა, იყოს პრაქტიკული საკითხები, რომლებიც ბავშვს სურს რომ შეცვალოს. მაგალითად, ოთახის გამოცვლა, ან არსებულის ისე მოწყობა, რომ მას მუდმივად არ

ახსოვდეს მომხდარი. ასევე ბავშვს შეიძლება სურდეს ისაუბროს სხვა საკითხებზე, რაც დაეხმარება მას თავი უსაფრთხოდ იგრძნოს.

„მნიშვნელოვანია ამ შეხვედრაზე განვიხილოთ ძალადობის შედეგები და როგორ შეუძლიათ მშობლებს ან პროფესიონალებს დაეხმარონ შენ ამ პრობლემის მოგვარებაში.

საუბრის ბოლოს ერთმანეთს გავუზიარებთ, რას ვფიქრობდით სესიაზე და თუ გვჭირდება ცალკე საუბარი. შემდეგ ჩვენ ერთად შევჭამთ და/ან დავლევთ რამეს და შემდეგ გავაგრძელებთ იმ დღის ჩვეულ აქტივობებს“.

#### **დ. სესიის დასასრული**

მკაფიოდ თქვით, რომ სესია დასრულდა და ჰკითხეთ, როგორ გრძნობს ბავშვი თავს. ნება მიეცით აღწეროს რა გაკეთდა და რა აღმოჩნდა ყველაზე სახალისო და ყველაზე ნაკლებად სახალისო დღეს, და რა მიაჩნდათ საუკეთესოდ. ჩაწერეთ რვეულში (ან მიეცით ბავშვს დაწეროს) რა განიხილეთ. ასევე ჩაწერეთ წიგნში კომბინირებული სესიისთვის მზადება.

დახმარების წიგნი ეძლევა ბავშვს, რომ წაიღოს სახლში. შევთანხმდეთ, რომ ბავშვი წიგნს თან მოიტანს სესიაზე მომავალ კვირას და მას შეუძლია ის შეუძლია გამოიყენოს ერთობლივი საუბრის დროს.

იმსჯელეთ ბავშვთან ერთად, რა უნდა გაუზიაროს აღმზრდელი/მშობელს, რომელიც მოდის მის წასაყვანად. ჩართეთ აღმზრდელი/მშობელი სესიის ბოლო ხუთ წუთში და მოკლედ განიხილეთ რა მოხდა სესიის განმავლობაში. შეაქეთ ბავშვი და სთხოვეთ ამ ადამიანს დაეხმაროს ბავშვს წიგნის გამოყენებაში და, შესაძლოა, ერთად გააკეთონ რელაქსაციის ტექნიკაც.

კიდევ ერთხელ უთხარით მას, როდის გაიმართება შემდეგი სესია.

#### **სესიის ხანგრძლივობა: 45 წუთი**

##### **1.3.3. სესია 3 – ერთობლივი სესია – სამი კვირის შემდეგ**

სესიის ხანგრძლივობა: დაახლოებით 2 საათი

ერთობლივი დისკუსია: 1 საათი. ამის შემდეგ იმართება არაფორმალური სესია ყველა დამსწრესთან, რომლის მიზანია შექმნას ერთიანობის განცდა, მკაფიო კომუნიკაცია და ისევ ნორმალურ ცხოვრებას დაუბრუნდეს.

##### **ა. საუბარია სექსუალურ ძალადობაზე**

გააცანით სესიის მონაწილეების შეხვედრის გეგმა.

„დღეს ჩვენ ვისაუბრებთ იმაზე, რაც მოხდა. ეს მნიშვნელოვანია, რადგან ყველა შოკირებულია მომხდარით. ამაზე ერთად საუბრით ჩვენ შეგვიძლია დავეხმაროთ ერთმანეთს“.

ნათლად აღწერეთ სესიის სტრუქტურა: „ჩვენ აქ ერთად ვართ... ოთახში. დავიწყებთ ფინჯანი ჩაის ან ყავის დალევით ბისკვიტთან ერთად. მე (ან სხვისი სახელი) გავუძღვები დისკუსიას და ვიზრუნებ, რომ ყველაფერმა კარგად ჩაიაროს. საუბარს, დასრულების შემდეგ გავაკეთებთ ერთობლივ აქტივობას. ამის შემდეგ კიდევ ვისაუბრებთ და ერთად დავასრულებთ სესიას“.

#### **ა. საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე**

დაიწყეთ მომხდარის მოკლე აღწერით. თუ პოლიციაში გამოკითხვა უკვე ჩატარდა, მაშინ უფრო მეტის თქმა იქნება შესაძლებელი.

#### **ბ. ფსიქო-განათლება სტრესული რეაქციების და მხარდაჭერის საჭიროებებზე**

გააგრძელეთ სესია ფსიქო-განათლებით: „ყველა ძალიან შოკირებული ხართ მომხდარით და თითოეული ადამიანი თავისებურად რეაგირებს. შეიძლება იყოთ გაბრაზებული, შეშინებული ან მოწყენილი. გთხოვთ გაგვიზიაროთ, თქვენი რეაქციები.“

წამყვანი ყველა დამსწრე პირს აძლევს აზრის გამოთქმის საშუალებას და ამ ყველაფერს წერს დაფაზე. ბენეფიციარებს, რომლებსაც არ შეუძლიათ წერა-კითხვა, შეგიძლიათ იმუშაოთ „სმაილიკებით“, რათა დაუკავშირდეთ მონაწილეთა რეაქციებს.

მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებისა და აღმზრდელების პასუხი დაგეგმილი და მომზადებული იყოს წინა სესიაზე. ერთობლივი სესია გამიზნულია ბავშვისთვის დამხმარე სესიად. უნდა აღინიშნოს მისი დადებითი ქმედებები და მახასიათებლები, მაგალითად, რამდენად კარგად უმკლავდება ბავშვი, მიუხედავად იმისა, რომ რაღაც საშინელება მოხდა.

მაგალითად: „ჩემი რეაქცია იყო ბრაზი და შიში“ და შემდეგ უთხარი ბავშვს: „ძალიან კარგი ქენი, რომ უთხარი სხვებს ამის შესახებ (თუ ეს ასე აღმოაჩინეს) და როგორ უმკლავდები ახლა? შენი ბრალი არ არის, რომ მე ასე ვგრძნობ თავს. ეს მოძალადეების ბრალია, ისინი იყვნენ დამნაშავეები. შენ არა.“

მნიშვნელოვანია დისკუსიის შინაარსი ამ მიმართულებით წარმართოთ და საჭიროების შემთხვევაში, თავად დაამატოთ ეს ინფორმაცია. ბავშვი უნდა გათავისუფლდეს დანაშაულის განცდისგან და უნდა გაძლიერდეს! თუ დისკუსიის სხვა მონაწილეები საჭიროებენ დამატებით მხარდაჭერას, ეს უნდა მოხდეს სხვა მომენტში.

#### **გ. ჩვენ მტკიცედ ვდგავართ ერთად!**

ბენეფიციარს ჰკითხეთ, როგორ გრძნობს თავს ახლა და კიდევ ხომ არ სურს რამის დამატება. კონსულტანტი ეხმარება ბავშვს (საჭიროების შემთხვევაში დახმარების წიგნის გამოყენებით) გამოხატოს ის, რასაც ფიქრობს. ყურადღება ექცევა პრაქტიკულ

საკითხებს, უსაფრთხოებას და რეაქციას მშობლებისა და პროფესიონალების ნათქვამზე. გარდა ამისა, ყურადღება ექცევა ბავშვის სურვილებს მხარდაჭერის ტიპთან დაკავშირებით მომღვენო რამდენიმე კვირის განმავლობაში. რა არის მის დასახმარებლად საუკეთესო გზა და როგორ? რისი კეთება უყვარს ბავშვს და რა ეხმარება ყველაზე უკეთ?

აქტივობა „ერთად ძლიერები ვართ“ მიზნად ისახავს გაარღვიოს იზოლაცია, რომელსაც ადამიანები გრძნობენ ტრავმული გამოცდილების შემდეგ. უპირველეს ყოვლისა, ის მიზნად ისახავს ბავშვმა იგრძნოს, რომ ყველა ერთად მუშაობს და ეს პროცესი დამხმარეა ძალადობასთან გამკლავებისათვის.

სავარჯიშო „ერთად ძლიერები ვართ“ SOS პროგრამის მესამე, ერთობლივ სესიაზე ტარდება. სავარჯიშოსთვის „ერთად ჩვენ ძლიერები ვართ“ დაგჭირდებათ დიდი ფურცელი და მობილური ტელეფონი (ან კომპიუტერი დიდი ეკრანით). თქვენ წარადგენთ სავარჯიშოს და განმარტავთ, რომ სექსუალური ძალადობის შემდეგ, მნიშვნელოვანია იცოდეთ, რომ ყველა აქ მყოფი ადამიანის მიზანია დაგეხმაროთ.

"თქვენ მარტო არ ხართ. ადამიანებმა, რომლებსაც საშინელი რამ განიცადეთ, ხანდახან ავიწყდებათ ეს. და ავიწყდებათ დახმარების თხოვნა, როდესაც თავს ცუდად გრძნობენ. ამის გასახსენებლად, ჩვენ ერთად ვიფიქრებთ მესიჯებზე, რომლებიც დაგეხმარებათ. თითოეული ჩვენგანი მოიფიქრებს ერთ სტრიქონს, რომელიც დაგეხმარებათ და ერთად შევქმნით ლამაზ ისტორიას. ჩვენ დავიწყებთ რამდენიმე წინადადების დაწერით და შემდეგ თქვენთვის წავიკითხავთ მათ. თქვენ შეგიძლიათ თქვათ, უნდა იყოს ეს წინადადება მოთხრობაში თუ არა“.

ამ სავარჯიშოს ვარიანტია სიმღერის ტექსტის დაწერა დახმარების მიღების შესახებ.

მოთხრობის დასრულების შემდეგ იგი იწერება ცალკე ფურცელზე და საჭიროების შემთხვევაში ხდება ამ ფურცლის გაფორმება. ამის შემდეგ შესაძლებელია ფოტოს გადაღება ბენეფიციარის მობილური ტელეფონით, რათა ყოველთვის ქონდეთ მათი ნახვის შესაძლებლობა.

## **დ. სესიის დასასრული – საუბარი იმაზე, თუ რას ვფიქრობდით დისკუსიაზე**

აქ შეგიძლიათ აირჩიოთ ამას გაკეთებთ ყველასთან თუ მხოლოდ ბავშვთან ერთად. არჩევანი დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორა სესიების დინამიკა, ბავშვისა და მშობლების მახასიათებლები (არის თუ არა მშობლებთან დაკავშირებული პრობლემები, არის თუ არა მძაფრი ემოციები და ა.შ.) შეუძლია თუ არა ბენეფიციარს ამაზე ისაუბროს სხვა დამსწრე ადამიანებთან, თუ მისთვის უფრო მეტ სარგებელს მოიტანს თქვენთან ინდივიდუალურად საუბარი?

ჩაწერეთ დახმარების წიგნში (ან მიეცით ბავშვს დაწეროს) სესიის შესახებ და ასევე, რას ფიქრობენ მონაწილე პირები მთლიანი პროცესის შესახებ. განათავსეთ ერთობლივი აქტივობა, ან მისი ფოტო, დახმარების წიგნში და გაატანეთ მას სახლში.



## **რა არის შემდეგი?**

შეთანხმდით და დაწერეთ ვინ და რა დროს დაეხმარება ბავშვს მომდევნო კვირებში. უთხარით, რომ ამ ადამიანების მიზანია მისი მხარდაჭერა და რომ არ მოუწევს თქვენთან ვიზიტი მომდევნო რამდენიმე კვირის განმავლობაში. თქვით, რომ გარკვეული პერიოდის შემდეგ დაინიშნება შეხვედრა, რათა ნახოთ, როგორ გრძნობს თავს ბავშვი და როგორ უჭერენ მხარს მას. დაინიშნეთ შემდეგი შეხვედრის თარიღი და ჩაწერეთ ეს დახმარების წიგნში.

### **1.3.4. სესია 4: შემდგომი დაკვირვება - ორი თვის შემდეგ**

ორი თვის შემდეგ ბენეფიციარი კვლავ ეწვევა კონსულტანტს პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარების სესიებზე. ეს არის ბოლო სესია. მას თან მოაქვს დახმარების წიგნი, რომელშიც თვითონ, მშობლებმა და აღმზრდელებმა გააკეთეს ჩანაწერი იმის შესახებ, თუ როგორ იყო ბავშვი ერთობლივი სესიისა და შემდეგ.

#### **ა. საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე**

ესაუბრეთ ბავშვს რა მოხდა ერთობლივი სესიის შემდეგ. თუ ამ დროის განმავლობაში ჩატარდა საგამოძიებო აქტივობები, ყურადღება მიაქციეთ ამ გამოცდილებებს და საჭიროების შემთხვევაში, გამოიყენეთ სამუშაო ფურცელი „რა მოხდა?“ (დანართი1).

#### **ბ. ფსიქო-განათლება სტრესული რეაქციების და მხარდაჭერის საჭიროებებზე**

"ვისაუბროთ იმაზე, თუ როგორ გრძნობდით თავს?"

ერთად შეავსეთ სამუშაო ფურცელი „როგორ ვგრძნობ თავს?“ (დანართი 5) და საჭიროების შემთხვევაში, დაეხმარეთ ბავშვს შესაბამისი ინფორმაციის მიწოდებით.

დახმარების წიგნის გამოყენებით, გადახედეთ იმას, თუ როგორ გრძნობდა თავს ბავშვი პირველი სესიის დროს. შეადარეთ განცდილი გრძნობები მაშინ და ახლა, და ხაზგასმით აღნიშნეთ გაუმჯობესება, თუ ახლა რეალურად ყველაფერი უკეთ არის. აღნიშნეთ, რომ ეს კარგი ამბავია და რაც დრო გავა, მით უფრო უკეთ იგრძნობს თავს. ხაზი გაუსვით, რომ ბენეფიციარმა ბევრი იშრომა ამის მისაღწევად, რომ ის იმსახურებენ პატივისცემას და შეუძლიათ იამაყონ საკუთარი თავით.

იმ შემთხვევაში თუ ბავშვის მდგომარეობა არ არის გაუმჯობესებული, ესაუბრეთ მას ამის შესახებ, ეცადეთ გაიგოთ მიზეზები. აღწერეთ, როგორ მიდის ასეთ გამოცდილებასთან გამკლავება აღმა-დაღმავლობით, და რომ ბავშვი გააგრძელებს მხარდაჭერის მიღებას სიტუაციასთან გამკლავებისთვის. შეადარეთ ეს გამოცდილება, მაგალითად, ველოსიპედის ტარების სწავლას: „გახსოვს როგორ ისწავლე ველოსიპედის ტარება? როგორ მოხდა ეს პირველად?“. ბავშვი, ალბათ, იტყვის, რომ თავიდან არც ისე კარგად გამოვიდა და რომ გაუჭირდა პედლების ტრიალი, ან გადავარდა, ან მსგავსი რამ. ჰკითხეთ, როგორ ატარებს ველოსიპედს ახლა. ბენეფიციარი ალბათ იტყვის, რომ დახმარება აღარ სჭირდება. ამის მსგავსად, შეიძლება ითქვას, რომ სექსუალურ

ძალადობასთან გამკლავებაც ანალოგიურად მუშაობს. უნდა ივარჯიშოთ და ამას გარკვეული დრო სჭირდება, შედეგად შესაძლებელია ვისწავლოთ მასთან გამკლავება.

### **გ. საჭიროა თუ არა დამატებითი დახმარება?**

საჭიროა თუ არა დამატებითი დახმარება, განიხილება. ეს დამოკიდებულია იმაზე, თუ რას ამბობს ბენეფიციარი და როგორი უკუკავშირი აქვთ მშობლებს/ოჯახის წევრებს და მომვლელებს. დამატებითი დახმარება შეიძლება საჭირო გახდეს, თუ სიმპტომები არ შემცირდება (საკმარისად) და ბავშვი განაგრძობს ტანჯვას. უკიდურესად შეშინებული ბენეფიციარების შემთხვევაში, რომლებიც ავლენენ პირველადი მიჯაჭვულობის ქცევას, საჭიროა პროფესიონალური დახმარება მიჯაჭვულობასთან და ნდობასთან დაკავშირებით. გამოცდილება გვასწავლის, რომ წარმატებული თერაპიული პროცესის დროს, ასეთი ქცევა თანდათან შემცირდება და შეიცვლება ქცევით, რომელიც უფრო შესაფერისია (განვითარების) ასაკისთვის.

გარდა ამისა, მნიშვნელოვანია თერაპიული მხარდაჭერის შეთავაზება ბენეფიციარებისთვის, რომლებიც, მათი ძირითადი საჭიროებების დაკმაყოფილების მიზნით, მუდმივად და განუჩევლად ფოკუსირდებიან სხვებზე, რაც მათ მომავალში ახალი ძალადობის სიტუაციების მიმართ უკიდურესად დაუცველს ხდის.

თუ მომავალში საჭირო იქნება დამატებითი დახმარება, მნიშვნელოვანია, კონსულტანტმა შეძლოს ბენეფიციარს უთხრას, როგორ მოხდება ეს და რას უნდა მოელოდეს ამ პროცესისგან.

### **დ. სესიის დასასრული და შეფასება**

და ბოლოს, დახმარების წიგნის გამოყენებით, ბავშვი და კონსულტანტი ერთად იხსენებენ სესიების მსვლელობას და საუბრობენ იმაზე, თუ რისი გაკეთება შეძლეს და რისი ვერა. ბენეფიციარებს ხშირად შეუძლიათ საკუთარი გზით გამოხატონ რა იყო მათთვის სასარგებლო და რა არა. მნიშვნელოვანია დახმარების წიგნში ჩაწეროთ ის, რასაც ბავშვი აღწერს. მას ასევე შეუძლია გააკეთოს ეს, როგორც ნახატი. ეს ჩანაწერები და ნახატები განკუთვნილია თავად ბავშვისთვის, რათა მან მოგვიანებით გადახედოს დახმარების წიგნს და ეს ნამდვილად კარგია იმ მომენტებში, როდესაც ბავშვი თავს კარგად არ გრძნობს.

სესია მთავრდება იმით, რომ მზრუნველთან ერთად ისაუბრეთ იმაზე, რაც დაეხმარა ბავშვს და დააფიქსიროთ, რომ მათ შეუძლიათ თავად გაუმკლავდნენ სიტუაციას. მაღლობა გადაუხადეთ ბავშვს ნდობისთვის და უსურვეთ მას ყოველივე საუკეთესოს მომავალში.

#### **1.3.4. შეჯამება**

სექსუალურ ძალადობას აქვს შედეგები თავად ბენეფიციარისთვის და მათ გარშემო მყოფი ადამიანებისთვის. ამ თავში, პირველადი ფსიქოლოგიური დახმარება ბენეფიციარისთვის, აღწერილია, როგორც SOS პროგრამის მნიშვნელოვანი ნაწილი,

ასევე საუბარია სხვადასხვა ძირითად ასპექტებზე. უსაფრთხოებაზე კონცენტრირება პირველი მიზანია.

შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანები, მათი ისტორიიდან გამომდინარე, სექსუალურ ძალადობაზე რეაგირებენ ძალიან განსხვავებულად. მნიშვნელოვანია, რომ მზრუნველებმა იცოდნენ, თუ რას შეიძლება მოჰყვეს მრავალფეროვანი რეაქციები ძალადობის ფონზე და დაიცვან სიმშვიდე რთული ქცევის შემთხვევაში. ასევე. აღნიშნულია სხვა ბენეფიციარების ინფორმირების მნიშვნელობაც.

გარდა ამისა, საუბარია ზოგად ასპექტებზე, რომლებიც შეიძლება მნიშვნელოვანი იყოს კონსულტანტისთვის სესიების დროს. აღწერილია ოთხი სესია, სადაც დეტალურად არის აღწერილი სამი მნიშვნელოვანი თემა: საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე, ემოციური მხარდაჭერა და ფსიქო-განათლება. ეს სესიები განკუთვნილია ზომიერი და მსუბუქი ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ადამიანებისთვის.

## ნაწილი II

### შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე სექსუალური ძალადობის მსხვერპლი ბავშვების მშობლების მხარდაჭერა

#### შესავალი

ამ თავის ძირითადი თემაა მშობლების მხარდაჭერა, რომელთაც შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე სექსუალური ძალადობის მსხვერპლი ბავშვები ჰყავთ. მშობლებისა და ნათესავების მხარდაჭერა პროგრამის მნიშვნელოვანი ნაწილია.

შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანები ხშირად ძალიან მჭიდროდ არიან დაკავშირებული თავიანთ ოჯახებთან და ოჯახები კი მათთან, ეს კავშირი მყარია ბავშვობიდან სიბერემდე, მაშინაც კი, როცა ერთი შეხედვით ეს ასე არ ჩანს. ეს კი ნაწილობრივ განპირობებულია იმით, რომ შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირებს ხშირად სხვადასხვა პროფესიონალთან და მომვლელთან უწევს ურთიერთობა, ოჯახი კი ცხოვრებაში ერთადერთი მუდმივი ფაქტორია.

ხშირია შემთხვევა, როდესაც ოჯახი, შვილის შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის გამო, ჭარბი ზრუნვის მოთხოვნილებას განიცდის და შვილზე უფრო დიდი ხნის განმავლობაში ზრუნავს, ვიდრე შეზღუდული შესაძლებლობის არ მქონე გაზრდილი ბავშვის მიმართ. უფრო მეტიც, შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანები, სხვებთან შედარებით, მათ გარემოცვაზე დიდწილად არიან დამოკიდებულნი და გარემოცვის ზეგავლენის ქვეშ იმყოფებიან. ეს ნიშნავს, რომ გარემომცოფების რეაქციები და გადარჩენის სტრატეგიები იმის გადამწყვეტი ფაქტორია, თუ როგორ გაუმკლავდება ბავშვი სიტუაციას.

ხშირად მშობლებში და ნათესავებში, იგივე სიმპტომებს და შედეგებს ვხვდებით, როგორსაც თავად ბავშვ ბენეფიციარში. თუ ძალადობა ხდებოდა ბავშვის ზრუნვაზე პასუხისმგებელ ორგანიზაციაში, მაშინ მშობელს ორგანიზაციის მიმართ ბრაზის და უნდობლობის გრძნობა უჩნდება, რომელმაც, მშობლების აზრით, ვერ მოახერხა მისი შვილის დაცვა. ამავდროულად, ამ ორგანიზაციას და სამართალდამცავ ორგანოებს აქვთ მოლოდინი, რომ მშობლები შეძლებენ ამ გრძნობების შეკავებას გარკვეული ხნით, რათა შეძლონ ერთად მუშაობა, როგორც პარტნიორებმა, ბენეფიციარის საუკეთესო ინტერესების მხარდასაჭერად. ასეთ დროს, ბავშვის ცხოვრებაში ყველაზე მნიშვნელოვან მხარეებს შორის კავშირის გათიშვის რისკი არსებობს, რაც ქმნის დამატებით დაბრკოლებას იმისთვის, თუ როგორ გაუმკლავდებიან სიტუაციას ჩართულები მხარეები. მშობლებისა და ოჯახისთვის ამ რთულ ვითარებაში აუცილებელია პროფესიული მხარდაჭერა!

ამ თავში აღწერილია ძირითადი ასპექტები, რომელთა გათვალისწინება მნიშვნელოვანია მშობლებთან საუბრის დროს. ასევე, დეტალურად არის აღწერილი

ოთხი სესია, რომლებშიც საუბრებისთვის წარმართვის კონკრეტული გაიდლაინებია მოცემულია.

პროგრამის გახორციელება შეუძლიათ ფსიქოლოგებს, და სოციალურ მუშაკებს სათანადო მომზადების შემდეგ. ტექსტში გამოყენებული სიტყვა „კონსულტანტი“ იმ პროფესიონალს გულისხმობს, რომელსაც გააჩნია პროგრამის წარმართვის ცოდნა და უნარი.

## **2.1 მშობლების მხარდაჭერის ძირითადი ასპექტები**

უპირველეს ყოვლისა, მნიშვნელოვანია კონსულტანტმა ოჯახში, რომლის შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ბავშვი ძალადობის მსხვერპლი გახდა, სიტუაციის რთული დინამიკა განიხილოს. ბავშვის დაუცველობა მშობლების მხრიდან დამცავი რეაქციებს წარმოქმნის მიზეზი ხდება და ამ დროს მშობლების შეშფოთება შეიძლება უსამართლოდ განიხილებოდეს, როგორც პრობლემური და მშობლებს შეიძლება “პრობლემური მშობლები“-ის იარლიყი მიაკრან. ისიც გასათვალისწინებელია, რომ ბევრი მშობელი განიცდის გრძობას, რომ მთელი ცხოვრების განმავლობაში შვილის კეთილდღეობისთვის უნდა იბრძოდოს.

ზოგადად, უძღურების განცდა დამახასიათებელია შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვთა მშობლებისთვის - უძღურება ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვის ყოლის გამო, უძღურება ბავშვის აღზრდასთან დაკავშირებული სირთულეების და ბავშვის დამოუკიდებლად აღზრდის უუნარობის გამო, უძღურება ბავშვის სახლიდან გაყვანასთან დაკავშირებით და სხვა. მშობლებმა შვილზე ძალადობა შეიძლება ისე განიცადონ, თითქოს თავად გადაიტანეს ის და მათი რეაქციები შეიძლება იყოს ისეთივე ძლიერი, როგორც მსხვერპლის რეაქციები. ასევე, ბავშვზე ძალადობის, განსაკუთრებით სექსუალური ძალადობის შემთხვევაში, მშობლები თავს იდანაშაულებენ იმაში, რომ ვერ დაინახეს რამდენად დაუცველი იყო მათი შვილი.

### **2.1.1 ოჯახის სისტემა და კულტურა**

მშობლებთან საუბრის წინ, კონსულტანტმა უნდა ჩაატაროს ოჯახის კულტურის, სისტემების, ჩვეულებების და ღირებულებების გამოკვლევა. ოჯახური სისტემის იდენტიფიცირებისთვის, კონსულტანტს შეუძლია შეადგინოს იმ ბენეფიციარის სოციოგრამა, რომელმაც ძალადობა განიცადა. ეს მნიშვნელოვანია იმის გასარკვევად, თუ ოჯახის სისტემაში რომელ ადამიანებს სჭირდებათ მხარდაჭერა და ვინ უნდა იყოს ინფორმირებული. ზოგადად, მშობლებს ყოველთვის სჭირდებათ მხარდაჭერა. მათთან საუბრები ტარდება ისე, როგორც ეს აღწერილია ქვემოთ. განქორწინებული მშობლების, ან შერეული ოჯახის შემთხვევაში, მნიშვნელოვანია დედისა და მამის მხარდაჭერა.

კონსულტანტმა მშობლებთან ასევე უნდა გაარკვიოს, ადრეც ხომ არ ჰქონდა ადგილი ბავშვზე ძალადობას.

მსხვერპლი ბავშვის სოციოგრამაში მნიშვნელოვანი ადამიანების მხარდაჭერის საჭიროების შეფასებაც უნდა მოხდეს. ზოგჯერ ბენეფიციარს ხანდაზმული მშობლები ჰყავს, ამ შემთხვევაში შესაძლოა საკონტაქტო პირი ძმა ან და ძმა იყოს. შესაბამისად, ამ დროს მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებთან ერთად ძმას ან დას შევთავაზოთ დახმარება. ზოგიერთ ოჯახურ კულტურაში მშობლები კი არა, არამედ ოჯახის სხვა წევრი არიან ის ადამიანი, რომელიც რეალურად იღებს მნიშვნელოვან გადაწყვეტილებებს და ოჯახურ საკითხებზე ყველაზე დიდი გავლენა აქვს. ამ შემთხვევაში ეს ადამიანიც უნდა იყოს ჩართული მხარდაჭერის პროგრამაში. თუ თავად მშობლებს აქვთ ინტელექტუალური შეზღუდულობა, მაშინ მნიშვნელოვანია ინფორმაციისა და საუბრების მორგება მათი განვითარების დონეზე. მხარდაჭერის პროგრამაში თქვენ ასევე შეგიძლიათ გაითვალისწინოთ პროფესიონალი მზრუნველის ჩართვა.

შესაძლოა, ბენეფიციარი ახლა არის ან ადრე იყო მიმღები ოჯახის წევრი და მიმღები მშობლები მჭიდროდ არიან ჩართული ბენეფიციარის ცხოვრებაში. მნიშვნელოვანია გადაწყდეს აღმოუჩინენ თუ არა მხარდაჭერა როგორც ბიოლოგიურ მშობლებს, ასევე მინდობით აღმზრდელებს და როგორ მოხდება მიმღებ ოჯახსა და მზრუნველ ორგანიზაციას შორის ამოცანების გაზიარება და შეთანხმება. მხარდაჭერის სესიების დროს ჩართულ პირთა სხვადასხვა ურთიერთობებისა და წარსული ისტორიიდან გამომდინარე მნიშვნელოვანია ყურადღება მიექცეს მედეგობასა და აღქმაში არსებულ განსხვავებებს.

და ბოლოს, მნიშვნელოვანია ვიცოდეთ, აქვთ თუ არა მშობლებს საკუთარი (ფსიქოლოგიური) პრობლემები, რაც ქცევის კონსულტანტმა საუბრის დროს უნდა გაითვალისწინოს. ასევე, კარგია იმის ცოდნა, მშობელმა წარსულში განიცადა თუ არა ტრავმული სიტუაცია. ასეთ შემთხვევაში, შესაძლებელია, ბავშვის მიმართ ძალადობამ გამოიწვიოს მათი პირადი შემთხვევის და ტრავმასთან დაკავშირებული რეაქციების გახსენება.

### **2.1.2 სექსუალური ძალადობის სახეები**

შესაძლებელია, რომ ბავშვმა სხვადასხვა მოძალადის მხრიდან განიცადა სხვადასხვა სახის სექსუალური ძალადობა. ბავშვს შეიძლება ძალადობა მიაყენეს მშობლებმა, მზრუნველებმა, ოჯახის წევრმა, ოჯახის მეგობარმა, მზრუნველობის ორგანიზაციის თანამშრომლებმა, სხვა ბენეფიციარმა ან უცხო პირმა. მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტმა გააცნობიეროს, რომ ამ სხვადასხვა ტიპის ძალადობამ შეიძლება გავლენა მოახდინოს საუბრის მიმდინარეობაზე. თუ სექსუალური ძალადობა ინიცირებული იყო ოჯახურ გარემოში, მაშინ შედეგები შეიძლება გასცდეს ბენეფიციარს და თავად მშობლებს. ეს ასევე გავლენას მოახდენს ოჯახის სტაბილურობაზე: ოჯახთან

და მეგობრებთან ურთიერთობა ზეწოლის ქვეშ შეიძლება აღმოჩნდეს. როდესაც ძალადობა განხორციელდა ერთ-ერთი მშობლის მიერ, მაშინ საუბარი მიმდინარეობს მხოლოდ იმ მშობელთან, რომელიც არ არის მოძალადე და ოჯახის წევრებთან, რომლებსაც არ ჩაუდენიათ ძალადობა. მოძალადე არ შეიძლება ჩართული მხარდაჭერის პროგრამაში!

კვლევები აჩვენებენ, რომ სექსუალური ძალადობა თითქმის ყოველთვის მსხვერპლისთვის კარგად ნაცნობი ადამიანის მიერ ხორციელდება. დიდია შანსი, რომ შეზღუდული ინტელექტუალური შესაძლებლობის მქონე ადამიანების მიმართ დამოკიდებულების გამო, ეს იყოს მშობლებისთვის ნაცნობი ადამიანი. შეიძლება ამან მშობლების დაბნეულობა გამოიწვიოს იმის გამო, რომ ისინი თავად შეცდნენ იმ ადამიანების ამოცნობაში, რომლებსაც იცნობენ და ენდობიან. მშობლების საკუთარ თავში გაურკვევლობა და ეჭვებმა შეიძლება ის გამოიწვიოს, რაც გავლენას მოახდენს არა მხოლოდ ოჯახში არსებულ გარემოზე, არამედ სამეგობრო წრეზე და სამუშაო გარემოზე.

### **2.1.3 უსაფრთხოების უზრუნველყოფა**

კონსულტანტი ესაუბრება მშობლებს როგორ შეიძლება იყოს უზრუნველყოფილი მათი შვილის უსაფრთხოება. თუ ძალადობაში ეჭვმიტანილი პირი ნაცნობი ან ოჯახის წევრია, უსაფრთხოების ზომების მიღება რთულია. კონსულტანტმა მკაფიოდ უნდა გაუსვას ხაზი, რომ ბავშვის სტრესზე რეაგირების სისტემა მხოლოდ მოძალადესთან კონტაქტის თავიდან აცილების შემდეგ იწყებს დამშვიდებას და ეს მნიშვნელოვანია იმისათვის, რომ ბავშვმა შეძლოს სიტუაციასთან გამკლავება.

ყურადღება უნდა მიექცეს უსაფრთხოების ზომების დაცვას სკოლაში, ტრანსპორტში, თავისუფალი დროს აქტივობების და სოციალური მედიის გამოყენებისას!

კონსულტანტი ასევე ხაზს უსვამს, რომ მნიშვნელოვანია, რომ ბავშვმა განაახლოს ჩვეულებრივი, ყოველდღიური რუტინა, როგორცაა, მაგალითად, კითხვა ან ვარჯიშზე წასვლა. ბავშვის უსაფრთხოების განცდას აძლიერებს სტრუქტურა, კანონზომიერება და პროგნოზირებადობა და კვლავ კონტროლის განცდა, რაც ხელს უწყობს შიშის შემცირებას. თუმცა სიტუაციაში, როდესაც მშობლები დაბნეულები და მძიმე ემოციურ მდგომარეობაში არიან ამის თქმა უფრო ადვილია, ვიდრე ამის გაკეთება.

კონსულტანტი მშობლებთან ერთად განიხილავს იმ გზებს, რომლითაც, ფიზიკური უსაფრთხოების გარდა, ზოგადად უსაფრთხოების განცდა შეიძლება იყოს უზრუნველყოფილი. მნიშვნელოვანია, უსაფრთხოების შესახებ ინფორმაციის მიწოდებასთან ერთად დღის რეჟიმის სტრუქტურის შენარჩუნება. უსაფრთხოების გზავნილი არის ფრაზა ან განცხადება, რომელშიც ხაზგასმულია სიტუაციის უსაფრთხოება, როგორცაა: "აქ უსაფრთხოა", "მე ვიზრუნებ, რომ აქ ყველაფერი კარგად იყოს.", „აქ არაფერი შეიძლება მოხდეს“ და ა.შ.

#### 2.1.4 მშობლების რეაქცია

მშობლებთან სესიების დროს მთავარი აქცენტი კეთდება მშობლების რეაქციაზე, რომელსაც ისინი შვილზე განხორციელებული ძალადობის მიმართ ავლენენ. მშობლები მოწვეულნი არიან სესიაზე იმისთვის, რომ ისაუბრონ საკუთარ რეაქციაზე. ფსიქო-განათლება უზრუნველყოფს იმის ხაზგასმას, რომ მას შემდეგ რაც მოხდა ძალადობა, მას მოჰყვება ემოციები, მათ შორის ბრაზი, სევდა და ურწმუნობა.

რეაქცია, რომელიც მშობლებთან ხშირად ჩნდება, არის ის, რომ მშობლები თავს დამნაშავედ გრძნობენ იმის გამო, რომ მათ შვილზე სექსუალური ძალადობა განხორციელდა. მათ შეიძლება იფიქრონ: „მე უნდა ვყოფილიყავი ჩემს შვილთან ერთად“ ან „უნდა აღმეკვეთა ეს“. ისინი ფიქრობენ, რომ მათ უნდა შეძლებოდათ იმის ამოცნობა, რომ მათი შვილის მიმართ ძალადობა ხდებოდა და დანაშაულის ამ გრძნობამ შეიძლება გამოიწვიოს რწმენა, რომ ისინი არ არიან კარგი დედა ან მამა. მშობლებს, განსაკუთრებით მამებს, შეუძლიათ დამალონ ან გამონატონ თავიანთი მწუხარება და შესაძლო დანაშაულის გრძნობა ბრაზით. ასეთი რეაქცია ხშირად ჩნდება და სათანადოდ უნდა იყოს შეფასებული.

ძალადობის შემთხვევაზე მშობლების რეაქციაში, დანაშაულის გრძნობის გარდა, შეიძლება მნიშვნელოვანი როლი უარყოფამ შეასრულოს. მათ შეუძლიათ ეჭვი შეიტანონ შვილის მონათხრობში თვითდაცვის გრძნობის გამო. მნიშვნელოვანია მშობლების ინფორმირება, რომ ბავშვები იშვიათად იტყუებიან სექსუალური ძალადობის შესახებ. მშობლებს ასევე შეუძლიათ უარყონ, რომ ძალადობა მოხდა, ან სიტუაცია ტრივიალურად წარმოაჩინონ იმით, რომ ზიანი მინიმალურია. „წარსულში ჩემზე ძალადობდნენ და ეს არ მაწუხებდა, რატომ უნდა აწუხებდეს ეს ჩემს შვილს?“ კონსულტანტს შეუძლია რეაგირება და თქვას, რომ ეს ყველასთვის განსხვავებულია და შეუძლია იკითხოს, როგორ მოახერხა მშობელმა ამ ტვირთის შემცირება. ეს ხშირად იძლევა მომავალი საუბრისთვის გახსნის საშუალებას.

თუ ბავშვზე ძალადობა განხორციელდა ოჯახის წევრის ან პარტნიორის მიერ, ამ შემთხვევაში დალატისა და ეჭვიანობის გრძნობებმაც თავისი როლი შეიძლება შეასრულოს. მშობელი შეიძლება განაწყენდეს, იმით, რომ მის ზურგს უკან მან „შეაცდინა“ სხვა ადამიანი. ურთიერთ-დამოკიდებულების მხრივ უფრო ადვილია მშობლის გაბრაზება შვილზე, ვიდრე მოძალადეზე. მშობელი (ძირითადად ქვეცნობიერად) თვლის, რომ შვილის სიყვარული უპირობოა, ხოლო პარტნიორის სიყვარულის მოპოვება გაცილებით რთულია. გარდა ამისა, განცალკევების შეიძლება გარკვეული როლი შეასრულოს, როდესაც ოჯახში ძალადობა მოხდა. „ჩემი შვილი მალე გადავა საცხოვრებლად, და თუ მე არ ავირჩიე მოძალადის მხარე, მარტო დავრჩები“.

მშობლებთან საუბრისას კონსულტანტმა ყურადღება უნდა მიაქციოს იმ ფაქტს, რომ მშობლისთვის, რომელიც თავად იყო სექსუალური ძალადობის მსხვერპლი, ბავშვზე სექსუალური ძალადობა მოქმედებს, როგორც ტრავმა-შეხსენება. ბავშვის მიმართ



ძალადობა მშობელს ახსენებს მის პირად ტრავმულ გამოცდილებას, რამაც შეიძლება მშობლებში უზომო სტრესული რეაქციები გამოიწვიოს. მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტი აქტიურად ინტერესდებოდეს ამ საკითხით, დაადასტუროს და მხარი დაუჭიროს მშობლებს და, საჭიროების შემთხვევაში, მშობლებს საკუთარ სტაბილიზაციაზე მუშაობაში დაეხმაროს.

მშობლები ასევე შეიძლება შემფოთებულები იყვნენ ძალადობის სურათების წარმოსახვით ან ხელახლა განიცდით, განსაკუთრებით პარტნიორთან ინტიმური მომენტების დროს. არც თუ იშვიათად ეს პარტნიორებს შორის განცალკევებას და საყვედურს იწვევს. ეს მშობლებს შორის ურთიერთობაზე დატვირთვას ზრდის, რომელიც ხშირად უკვე ზეწოლის ქვეშ იმყოფება, იმ სერიოზული ინციდენტის შედეგად, რომელიც მათმა შვილმა განიცადა. მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტმა მშობლებთან ამაზე ისაუბროს და უთხრას მათ, რომ ეს არის რეაქცია, რომელიც ხშირად ხდება, რომელიც თავისთავად გაქრება. ამაზე საუბარი მშობლების დაძაბულობას შეამცირებს და გასაგებს გახდის დამაბნეველ და შიშისმომგვრელ რეაქციებს. ამ გზით წარმოქმნილი დისტანცირების გადასალახად სივრცე იქმნება.

### **2.1.5 ბავშვის რეაქციები**

მშობლებს შვილის ქცევის გაცნობიერებაში დაეხმარება ბავშვებში (და მათ მშობლებში) ტრავმისა და სტრესის რეაქციებთან გამკლავების შესახებ ფსიქო-განათლების მიწოდება. ის, ასევე, დაეხმარება მათ აუხსნან ბავშვის სტრესულ სიტუაციებზე გავრცელებული რეაქციები და შეძლონ ბავშვის უფრო ადეკვატურად მხარდაჭერა. სტრესულ რეაქციებთან გამკლავების სასარგებლო პრაქტიკული ცოდნა ნიშნავს, რომ მშობლებს და ბავშვებს (კიდევ ერთხელ) სიტუაციის კონტროლის განცდა ექნებათ. ეს ხელს შეუწყობს შიშის გრძნობის შემცირებას და თავდაჯერებულობის გაზრდას.

**კითხვები** - ბევრი მშობელი საკუთარ თავს უსვამს კითხვას, რატომ არ გაუმხილა შვილმა მას (აღრე) ძალადობის ფაქტი. მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტმა განიხილოს ეს კითხვა მშობლებთან და ხაზი გაუსვას სხვადასხვა მიზეზებს, რის გამოც ბავშვმა შეიძლება არ უთხრას მშობლებს ამის შესახებ. ბავშვები ხშირად არ საუბრობენ განცდილი ძალადობის შესახებ, რადგან მათ ეშინიათ მშობლების რეაქციის. ზოგჯერ ბავშვებს სჯერათ, რომ სექსუალური ძალადობა მათივე ბრალია და წუხან, რომ მათ არ დაუჯერებენ, რომ დაადანაშაულებენ და დასჯიან, ან მოუწევთ სახლიდან წასვლა. მცირეწლოვან ბავშვებსა და დაბალი დონის ფუნქციონირების მქონე ბავშვებს ესმით, რომ ქცევა არასწორია, მაგრამ ხშირად არ იციან ვისი ბრალია. მათ ეშინიათ, რომ ისინი თავად არიან დამნაშავენი მომხდარში და ეშინიათ, რომ არ გაეხვნიან უბედურებაში. სექსუალური ძალადობის ჩამდენი ხშირად ბოროტად იყენებს ამ გაურკვევლობას.

ასევე, შესაძლებელია, რომ ბავშვს ან მათ ოჯახს მოძალადე დაემუქრა, ამაზე არავის დაელაპარაკოს. შეიძლება რომ დაზარალებულები სირცხვილის გამო ვერ ბედავენ ვინმესთან ამის თქმას. თუ დამნაშავე მშობლების, ოჯახის ან ნაცნობების წრეშია, მაშინ

ბავშვს შეიძლება შეეშინდეს, რომ ამ ადამიანს პრობლემები შეექმნება. ბავშვები ასევე ამბობენ, რომ მათ არავისთვის უთქვამთ ამის შესახებ, რადგან არ სურდათ მშობლების დამწუხრება ან ტკივილის მიყენება.

**ბიჭები** - თუ ძალადობის მსხვერპლი ბავშვი არის ბიჭი, რომელმაც ძალადობა განიცადა ბიჭის ან მამაკაცის მხრიდან, ამ შემთხვევაში შეიძლება გაჩნდეს კითხვები და შეშფოთება ბიჭის სექსუალურ იდენტობასთან დაკავშირებით. ეს კითხვები შეიძლება გაუჩნდეს, როგორც მშობლებს, ასევე თავად ბავშვს. ამ შემთხვევაში ფსიქოგანათლების სახით ინფორმაციის მიწოდება მნიშვნელოვანია. ბიჭებს უნდა ვუთხრათ, რომ ზოგჯერ სხვა ბიჭებიც ხდებიან ძალადობის მსხვერპლი ბიჭების ან მამაკაცების მხრიდან, და რომ მართო ისინი არ არიან ძალადობის მსხვერპლი. ასევე, მნიშვნელოვანია იმის თქმა, რომ ფიზიკური აღგზნება, რომელსაც შეიგრძნობს ძალადობის მომენტებში, არ არის სიამოვნების ნიშნები, არამედ ის არის ავტონომიური რეაქციები სხეულის შეგრძნებებზე. მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებმა და მათმა ვაჟებმა იცოდნენ, რომ ძალადობა უფრო მეტად არის დაკავშირებული ძალაუფლებასთან და კონტროლის განხორციელებასთან, ვიდრე სექსთან. მშობლებს შეუძლიათ შვილს უთხრან, რომ ის, რაც მას შეემთხვა, ავტომატურად არ ნიშნავს, რომ ის ჰომოსექსუალია და ეს არ უნდა იყოს ჰომოსექსუალი მამაკაცების მიმართ შეშის მიზეზი.

ასევე არის შემთხვევები, როდესაც ქალები ძალადობენ ბიჭებზე. ეს ხშირად იწვევს ბიჭებში სირცხვილის გრძნობას. მათ რცხვენიათ, რომ ვერ შეძლეს თავის დაცვა ქალისგან. გარდა ამისა, გაურკვევლობის გრძნობამ შესაძლოა თავისი როლი შეასრულოს: „მე ამით სიამოვნება უნდა მიმეღო. რატომ მაწუხებს ეს ასე?“ ფსიქოგანათლება დამოკიდებულების, ემოციური და ფიზიკური ზეწოლის საკითხების შესახებ მნიშვნელოვანია, იმისთვის, რათა მსხვერპლმა გააცნობიეროს, რომ ის თავად უდანაშაულო არის.

**გოგონები** - გოგონებზე სექსუალური ძალადობის შემთხვევაში, შესაძლოა, ბავშვს გარშემომყოფებმა უთხრან, რომ ძალადობაზე პასუხისმგებელი თავად იყო, რადგან სექსუალურად იყო ჩაცმული ან პროვოკაციულად, გამომწვევად იქცეოდა. ამან შეიძლება გამოიწვიოს გოგონებში დანაშაულის გრძნობა. იმ ფაქტმა, რომ გოგონამ დაკარგა ქალიშვილობა და თუ ამას გარშემომყოფებიც ხაზს უსვამენ, შეიძლება გააძლიეროს დანაშაულის, უწმინდურებისა და ზიანის გრძნობა.

გოგონებს, რომლებზეც სხვა გოგონები ან ხანდაზმული ქალები ძალადობდნენ, შეუძლიათ თავიანთი სექსუალური იდენტობის ეჭვქვეშ დაყენება. ისევე, როგორც ბიჭების შემთხვევაში, მნიშვნელოვანია ხაზგასმით აღინიშნოს, რომ ეს სულაც არ ნიშნავს იმას, რომ ისინი ახლა ლესბოსელები არიან.

**სექსუალური ძალადობის შედეგები** - მშობლებს სურთ იცოდნენ, რამდენად სერიოზული შედეგები შეიძლება მოყვეს მათი შვილზე ძალადობას. კონსულტანტს შეუძლია მშობლებთან განიხილოს, თუ რომელი ფაქტორები ახდენს გავლენას

შედეგების სიმძიმეზე. პირველ რიგში, მნიშვნელოვანია მსხვერპლსა და მოძალადეს შორის ურთიერთობა. რაც უფრო ძლიერია მათ შორის მიჯაჭვულობა, მით მაღალია ტრავმის რისკი და ბავშვის ნდობის უნარის დაზიანების ალბათობა. ასევე, მნიშვნელოვანი ფაქტორებია ბავშვის ასაკი და ძალადობის ხანგრძლიობა. რაც უფრო უმცროსი ასაკისაა ბავშვი და რაც უფრო ხანგრძლივი პერიოდი გრძელდებოდა ძალადობის, მით უფრო საზიანო იქნება იგი ბავშვისთვის.

კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი ფაქტორია სექსუალური ძალადობის შემთხვევების რაოდენობა. რაც უფრო მეტია ძალადობის შემთხვევები, მით უფრო სერიოზული იქნება ბავშვის ტრავმა. ბავშვებისთვის ნაკლებად ტრავმულია სექსუალური აქტივობა, რომელიც არ მოიცავდა ფიზიკურ კონტაქტს. ასევე, მნიშვნელოვანია კონტექსტი, რომელშიც მოხდა ძალადობა. თუ ბავშვი სახლში გახდა ძალადობის მსხვერპლი, შედეგები განსხვავებული იქნება, ვიდრე მაშინ, როდესაც ბავშვი მსხვერპლი სანდო კონტექსტის მიღმა გახდა.

სხვათა რეაქციები და ზრდასრული ადამიანის არსებობა, რომელსაც შეუძლია ბავშვის დამშვიდება, საბოლოოდ ასევე გავლენას ახდენს ტრავმის სერიოზულობაზე, განსაკუთრებით ინტელექტუალური შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მსხვერპლთა შემთხვევაში. თუ ბავშვს არ დაუჯერებენ, ან თუ ადანაშაულებენ ან უგულებელყოფენ, ეს გაზრდის ტრავმას. მხარდაჭერი ზრდასრული ადამიანის ნაკლებობა გაზრდის მართობის, უმწეობისა და უღირსობის განცდას და ტრავმის სიმძიმეზე ნეგატიურ გავლენას მოახდენს.

მშობლებს ხშირად ებადებათ კითხვა: „ჩემი შვილი გახდება მოძალადე?“ ან: „ჩემი შვილი თავადაც ძალადობს სხვა ბავშვებზე?“ კონსულტანტს შეუძლია აუხსნას მას, რომ ეს ნამდვილად არ არის ასე და რომ და მათი შვილის სექსუალური განვითარება მხარდაჭერა და ნორმალიზება ამ საკითხში მნიშვნელოვან როლს ითამაშებს.

### **2.1.6 სტრესულ რეაქციებთან გამკლავება**

მშობლებთან საუბრის მნიშვნელოვანი ნაწილია მშობლების რეაქცია შვილზე. მშობლებს ამის შესახებ ბევრი კითხვა აქვთ. ყველაზე მნიშვნელოვანი, რაც მშობლებმა უნდა გააკეთონ, როდესაც ბავშვზე ძალადობა განხორციელდა, არის შვილის გვერდით ყოფნა, მხარდაჭერა და ვარაუდი, რომ ბავშვი სიმართლეს ამბობს. კარგად გამიზნული რჩევები, როგორიცაა „შეეცადე არ იფიქრო ამაზე“ ან „შეეცადე დაივიწყო ეს“ ხშირად გავლენას ახდენს ბავშვის უნარზე, გაუმკლავდეს კონტრ პროდუქტიულ გზას. ასევე, თავიდან უნდა იქნას აცილებული უარყოფითი და ტრივიალიზაციის რეაქციები ძალადობაზე. ისეთი რეაქციები, როგორიცაა „რატომ არ ცდილობდი მის შეჩერებას?“ ან „ვერ გაიგე სწორად“, არ ეხმარება ბავშვს წინსვლაში და შეუძლია საკუთარი თავის დადანაშაულების აზრები გაუმყაროს.

მშობლების მიერ ბავშვის დახმარების საუკეთესო გზა არის ბავშვის დარწმუნება, რომ მას შეუძლია გამოსატოს თავისი გრძნობები მათთან ან სხვა უფროსებთან. ასევე,

უსიტყვოდ ნუგეშისცემა. მშობლებმა უნდა გააცნობიერონ, ბავშვებისთვის ძალიან მნიშვნელოვანია, მათი გვერდით დგომა და მხარდაჭერა. მათ არ მოეთხოვებათ ტკივილის შემსუბუქება, ეს უბრალოდ შეუძლებელია. სიტუაციასთან ერთად გამკლავება და ცხოვრებაში ყველაფერ კარგსა და ცუდს ამბებს შორის ძალადობისთვის ადგილის მიჩენა, სულ ეს არის.

თუ ბავშვთან გასაუბრება პოლიციაში უნდა ჩატარდეს და ბავშვმა უნდა მისცეს ჩვენება, კონსულტანტი აცნობს მშობლებს, თუ როგორ უსაუბრონ ბავშვს. კონსულტანტმა შეიძლება ურჩიოს მშობლებს, არ ისაუბრონ ფაქტებზე (ვინ, რა, სად, როდის და როგორ) და არ დაუსვან ზედმეტი კითხვები მომხდართან დაკავშირებით. მშობლებს შეუძლიათ მოისმინონ შვილის ისტორია, შვილს მხარი ემოციურად დაუჭირონ და ხაზი გაუსვან, რომ ის ახლა უსაფრთხოდ არის (თუ ეს სინამდვილეში ასეა). მშობლებს შეუძლიათ ასევე უთხრან შვილს, ძალიან კარგია, რომ მან თავისი ამბავი უამბო მათ.

კონსულტანტი უსაუბრება მშობლებს, თუ როგორ შეუძლიათ სიტუაციასთან თავიანთი რეაქციების ადაპტაცია. მნიშვნელოვანია, მხარი დაუჭიროთ მშობლებს ბავშვის თანდასწრებით საკუთარი ემოციების რეგულირების სწავლაში და ამ გზით ბავშვის უსაფრთხოების განცდის უზრუნველყოფაში და შვილისთვის მისაბაძ მაგალითად გახდომაში. თუ მსხვერპლი ხედავს, რომ მისი მშობლები ძალადობაზე საუბრისას, ზედმეტად არიან შეძრულები, მაშინ ბავშვს აღარ მოუნდება ამაზე საუბარი. მშობლების კეთილდღეობაზე პასუხისმგებლობის განცდაზე დაყრდნობის გამო, ისინი აიოლებენ საკუთარ გრძნობებსა და ტკივილს.

თუ მშობლები ბავშვთან საუბრის დროს ემოციურები ხდებიან, მნიშვნელოვანია, მათ ბავშვს აუხსნან, დედა ან მამა რომ ტირის ეს მისი ბრალი არ არის. მათ შეუძლიათ ბავშვს აუხსნან, რომ გაბრაზებულები არიან სიტუაციის გამო ან ადამიანზე, ვინც ეს გაუკეთა ბავშვს. აუცილებელია, მშობლებთან საკუთარი ემოციების რეგულირების გზებზე საუბარი. როდესაც თავს დათრგუნულად გრძნობენ რეგულირების საუკეთესო გზაა: სიტუაციიდან გაცლა, სეირნობა ან სუნთქვაზე ფოკუსირება დასხვა.

მშობლებმა უნდა უთხრან შვილს, როცა საქმე სექსუალურ ძალადობას ეხება ის არასოდეს არის დამნაშავე! ზოგჯერ ბავშვზე სექსუალური ძალადობა ხდება, როდესაც ბავშვი აკეთებს იმას, რაც მშობლებმა აუკრძალეს. წავიდა ახალ მეზობელთან, მაგალითად, როცა მშობელმა ამის უფლება არ მისცა. შემდეგ მშობლებმა შეიძლება გაარკვიონ ის ფაქტი, რომ ბავშვმა მათ არ დაუჯერა, მაგრამ მათთვის ყოველთვის ნათელი უნდა იყოს, რომ ბავშვი არ არის სექსუალური ძალადობის გამომწვევი!

მნიშვნელოვანია, მშობლებთან ხაზგასმით აღნიშნოთ, რომ არ არის მიზანშეწონილი ბავშვის თანდასწრებით დამნაშავის მიმართ შურისძიების მუქარა. ამან შეიძლება გაზარდოს ბავშვის შიში, რომ დამნაშავე ზიანს მიაყენებს ბავშვს ან მშობლებს და რომ ბავშვს, უკვე მომხდარის გარდა, კიდევ უფრო მეტი საფრთხის მოლოდინი ექნება. მას შეიძლება შეეშინდეს მშობლების დაკარგვის, თუ ისინი დამავლებიან ან მათ დააპატიმრებენ.

სექსუალური ძალადობის შემთხვევაში დამახასიათებელია, რომ ბავშვს სიტუაციაზე კონტროლი არ აქვს. მნიშვნელოვანია ადადგინოთ კონტროლის გრძნობა. მშობლებს ამის გაკეთება შეუძლიათ შვილისთვის გადაწყვეტილებების მიღების უფლების მიცემით, სიტუაციისა და მათი შესაძლებლობების შესაბამისად. პატარა თუ დიდი არჩევანის გაკეთების შესაძლებლობის მინიჭებამ შეიძლება ბავშვს გაუჩინოს განცდა, რომ მას კვლავ შეუძლია მოახდინოს სიტუაციაზე გავლენა.

მშობლებთან სესიების დროს განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიექცეს იმ ფაქტს, რომ ბავშვებს, რომლებმაც ძალადობა განიცადეს, ხშირად აქვთ პირადი საზღვრების გამოცდის ტენდენცია. კონსულტანტი მშობლებს უხსნის, ამ შემთხვევაში თუ როგორ მოიქცნენ სათანადოდ და რომ ეს რეაქცია გამოწვეულია დაუცველობის განცდით და არა ქცევითი პრობლემის ან დაუმორჩილებლობის გამო. კონსულტანტი განუმარტავს, რომ ასეთ დროს არ არის კარგი ბავშვისთვის იზოლირება, მაგალითად, ოთახში გაგზავნით, რა მეთოდსაც მშობლები შეიძლება იყენებენ. ტრავმირებული ბავშვის საკუთარ თავთან დატოვება აძლიერებს დაუცველობისა და იზოლაციის განცდას. კონსულტანტი მშობლებს აძლევს რჩევას, რომ ამ შემთხვევაში სჯობს მათ ბავშვს მისცენ საშუალება დასამშვიდებლად მათ გვერდით დაჯდეს. ეს ამცირებს დაუცველობის განცდას და ბევრად მეტად ეხმარება ბავშვს, ვიდრე ამ სიტუაციებში ბავშვის განცალკევების გამოყენება.

### **2.1.7 ოჯახის სხვა წევრები**

მნიშვნელოვანია ვიფიქროთ იმაზე, თუ რა გავლენას ახდენს ძალადობა ოჯახის სხვა წევრებზე. თუ იყვნენ ინფორმირებული ოჯახის სხვა წევრები? როგორ მიმდინარეობს საუბარი ძმებთან და დებთან? რა როლის შესრულება შეუძლიათ მშობლებს მათთან საუბრისას? მნიშვნელოვანია ოჯახში ძალადობის შემთხვევის შესახებ ღიად და გულწრფელად საუბრის მნიშვნელობა აღინიშნოს. მშობლებთან სესიებზე, კონსულტანტმა ოჯახში სხვა ბავშვებთან მომხდარის შესახებ საუბრის საუკეთესო გზები უნდა განიხილოს, ასევე როგორ მოარგოს სათქმელი ბავშვის განვითარების დონესა და არსებულ მდგომარეობას.

### **2.1.8 გარემო**

მშობლებთან სესიების კიდევ ერთი მნიშვნელოვანი თემაა გარემომცველების რეაქცია. ზოგადად, ადამიანებს უჭირთ სექსუალური ძალადობის ინციდენტზე რეაგირება. მშობლების მეგობრები ხშირად ამის შესახებ კითხვის დასმას ვერ ბედავენ. ზოგი არასწორს ამბობს ან უხეშად ხუმრობს. გავრცელებული რეაქციებია:

- გარემომცველი ადამიანები არ ცნობენ მომხდარის ფსიქოლოგიურ ზემოქმედებას;

- ირგვლივ მყოფი ადამიანები მშობლებს დანაშაულის განცდას უჩენენ (თქვენ, როგორც დედა, მართლა ვერაფერი შენიშნეთ?);
- გარემომცველები ამარტივებენ, აუბრალოებენ მომხდარს (შენი შვილი მაინც ცოცხალია“);
- გარემომცველი ადამიანები მშობლებთან კონტაქტს თავს არიდებენ, ფიქრობენ და ამომეზნ რა, "ჩვენ ვიფიქრეთ, რომ ჯობია, მშვიდად დაგვეტოვებინეთ. თქვენ უკვე იმდენი რამ გადაიტანეთ ცხოვრებაში“);
- გარემომცველი ადამიანები მშობლებს ეუბნებიან, თუ რას გააკეთებდნენ ისინი მათ მდგომარეობაში, რომ ყოფილიყვნენ და როგორ რეაქციები ექნებოდათ. ხშირად იძლევიან რჩევას, რომელიც მშობლებს არ ეხმარება.

ამ რეაქციებმა შეიძლება მშობლებში მარტოობის განცდა გამოიწვიოს. მშობლებისთვის მომხდარის შესახებ სხვებისთვის ამბის გამხელაში როლს სირცხვილის გრძნობა თამაშობს. კონსულტანტი მშობლებს ესაუბრება გარემომცველების რეაქციებზე. რა დაეხმარა მათ და როგორ გაუმკლავდნენ შემაშფოთებელ რეაქციებს? ვის და რას ეუბნებიან მშობლები? ეს, მათ ცხოვრებაში სხვა მნიშვნელოვან ადამიანებთან ამ თემაზე საუბრის კონკრეტული გზების პოვნაში დაგეხმარებათ.

### **2.1.9 მშობლების გამკლავების პროცესი**

მშობლებთან საუბრისას კონსულტანტი უნდა დარწმუნდეს, რომ ისინი მხოლოდ ბავშვზე არ საუბრობენ. არსებობს შანსი, რომ მშობლებსა და კონსულტანტს ცდუნება გაუჩნდეს აცილების რეაქციების გამო, საუბრის დროს მნიშვნელოვანია მშობლების სიტუაციასთან გამკლავების გზა განიხილებოდეს!

მშობლებს ბავშვის მოვლასა და საკუთარ თავზე ზრუნვას შორის ბალანსის პოვნაში სჭირდებათ დახმარება. აუცილებელია, მშობლებთან საუბარი იმაზე, რომ შვილზე სათანადოდ ზრუნვისთვის რამდენად მნიშვნელოვანია საკუთარი თავის მოვლა, ასევე, მნიშვნელოვანია, რომ კონსულტანტმა შეამოწმოს, არიან თუ არა მათ ირგვლივ საკმარისი ადამიანები, რომლებთანაც თავიანთი გრძნობების გამოხატვა შეუძლიათ და იყენებენ თუ არა ამ შესაძლებლობას რეალურად. საჭიროების შემთხვევაში, კონსულტანტი მშობლებთან ერთად ფიქრობს იმაზე, თუ სად შეიძლება მოიძებნოს მხარდაჭერის ადეკვატური წყაროები და როგორ მიუღწეონ მათ.

### **2.2. მშობლების მხარდაჭერის პროგრამა - SOS პროგრამა**

SOS პროგრამის ამოსავალი წერტილი არის ის, რომ მშობლებმა იციან, რომ მათ შვილზე ძალადობა განხორციელდა. თუ ეს ასე არ არის, მაშინ პირველი სესიის დაწყებამდე ცალკე ცუდ ამბებზე საუბარი უნდა გაიმართება.

SOS პროგრამა მშობლებისთვის შედგება ერთობლივი სესიისგან და სამი ცალკეული სესიისგან მშობლებისთვის. ამ სესიების შინაარსი აღწერილია ქვემოთ.

### **2.2.1 დამოკიდებულების ასპექტები**

სესიების დროს კონსულტანტი ღია, თანასწორ და მხარდამჭერ მიდგომას იყენებს. მნიშვნელოვანია პრობლემის აღწერის მკაფიო მისაბაძი მაგალითი აჩვენოთ, შესაძლებლობები და აქტიური ჩართულობა გამოავლინოთ. კონსულტანტს შეუძლია გამოიყენოს (შესაბამისი) იუმორის გრძნობა, რათა დარწმუნდეს, რომ სესიების ატმოსფერო ძალიან ამაღელვებელი არ იქნება.

კონსულტანტს მშობლები მუდმივად საქმის კურსში შეყავს, სესიებს შორის პერიოდის დროსაც. თუ ცნობილი გახდება ახალი ფაქტები, რომლებიც ასევე მნიშვნელოვანია მშობლებისთვის, უგზავნის ელექტრონული წერილს ან ურეკავს. ეს საშუალებას აძლევს დაარღვიოს იზოლაციის გრძნობა. მნიშვნელოვანია კონსულტანტი ყოველთვის პატივი სცეს დადებულ შეთანხმებებს! ადამიანებს, რომლებმაც განიცადეს სერიოზული ინციდენტები, პროგნოზირებადობის და სანდოობის მიმართ გაზრდილი მოთხოვნილება აქვთ. ეს აუცილებელია იმისათვის, რომ მშობლებმა სიტუაციის კონტროლი კვლავ იგრძნონ.

### **2.2.2 კონსულტანტის მომზადება**

სესიების დაწყებამდე კონსულტანტმა უნდა გამოიკვლიოს ოჯახის სისტემა და სიტუაცია, ჩვეულებები და ღირებულებები, რომლებიც გამოიყენება ამ (ოჯახის) კულტურაში. როგორც უკვე აღვნიშნეთ, მნიშვნელოვანია იცოდეთ ბენეფიციარის სოციოგრამაში: ვინ არიან სხვა მნიშვნელოვანი ადამიანები მათ ცხოვრებაში?

### **2.2.3 მშობლებთან მეხვედრების დრო და ადგილი**

პირველი საუბარი მშობლებთან სასურველია ჩატარდეს იმავე დღეს, ან ძალადობის გამოვლენისთანავე, რაც შეიძლება მალე. პირველ საუბარს უძღვება შემთხვევაზე პასუხისმგებელი კონსულტანტი და სასურველია ჩატარდეს მშობლების სახლში. ეს არის კარგად ცნობილი და უსაფრთხო გარემო, რომელიც მშობლებს ღიად საუბარს გაუადვილებს. ამ გზით კონსულტანტს შეეძლება ჩამოიყალიბოს სარწმუნო მეხედულება მშობლებზე, ბავშვზე, მათ სიმპტომებზე და საჭიროებებზე.

შემდეგი საუბარი მშობლებთან არის პირველი საუბრიდან ერთი კვირის შემდეგ, მეორე საუბრიდან სამი კვირის შემდეგ და შემდგომი საუბარი პირველი საუბრიდან რვა კვირის შემდეგ. მესამე სესია არის ერთობლივი სესია მშობლებისთვის, ბენეფიციარი ბავშვისთვის და მზრუნველთა ჯგუფის წარმომადგენლებიდან. რეკომენდირებულია, თითოეული სესია გაგრძელდეს დაახლოებით საათნახევარი.

### **2.2.4 სესიების სტრუქტურა**

კონსულტანტი აწყობს ოთხ სესიას მშობლებთან/მზრუნველებთან. პირველი კონტაქტი რაც შეიძლება მალე უნდა მოხდეს, სასურველია შემთხვევის გამოვლენიდან ერთი

კვირის განმავლობაში (და მინიმალური გასაუბრების შემდეგ). მეორე სესია ტარდება დაახლოებით ერთი კვირის შემდეგ. მესამე სესია არის ერთობლივი სესია, რომელშიც ბავშვი, მისი სისტემა და ჩართული პროფესიონალები ერთმანეთს მომხდარის შესახებ გამოცდილებას და ინფორმაციას უზიარებენ. ეს ერთობლივი სესია იმართება პროგრამის დაწყებიდან დაახლოებით ერთი თვის შემდეგ. რვა კვირის შემდეგ ტარდება შემდგომი შეხვედრა მშობლებისთვის.

SOS პროგრამის ჩატარებისას კონსულტანტმა უნდა გააცნობიეროს, რომ საუბრებისთვის დადგენილი შინაარსი არ არსებობს. ეს დამოკიდებულია მშობლების ინდივიდუალურ მდგომარეობაზე და მომენტზე.

საუბრ ეხება სამ ძირითად თემად, რომლებიც განიხილება ყოველ სესიაზე:

- საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე
- ემოციური მხარდაჭერა მშობლებისთვის
- ფსიქო-განათლების უზრუნველყოფა

სექსუალურ ძალადობაზე საუბარი კონსულტანტს და მშობლებს ძალადობის ინციდენტის აღდგენის და სისტემატიზაციის შესაძლებლობას აძლევს. ამ რთულ დროს, მშობლებს ემოციური მხარდაჭერა მოსმენით და გვერდით დგომით ეძლევათ. ამ დროს აუცილებელია მშობლების ძალადობასთან დაკავშირებული აზრებისა და გრძნობებისთვის სახელების მინიჭება და განხილვა. გარდა ამისა, ფსიქო-განათლების უზრუნველყოფა SOS პროგრამის ცენტრალური ნაწილია. ტრავმის შესახებ, ტრავმისა და სტრესის რეაქციების და გამკლავების გზის შესახებ ინფორმაციის მიწოდებით, მშობლებს საკითხზე ნათელი წარმოდგენა ექნებათ, ასევე უჩნდებათ კონტროლის და თავდაჯერებულობის განცდა, რომ შეძლებენ სიტუაციასთან გამკლავებას.

## 2.3 სესიები მშობლებისთვის

SOS პროგრამა მშობლებისთვის შედგება ოთხი სესიისგან, რომელთაგან ერთი არის ერთობლივი სესია. როგორც უკვე აღვნიშნეთ, არ არსებობს დადგენილი შინაარსი. საგნები ადაპტირებულია მშობლის ინდივიდუალურ სიტუაციაზე. თითოეულ სესიაზე სამი ძირითადი თემა განიხილება. ეს თემებია: საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე, მშობლების ემოციური მხარდაჭერა და ფსიქო-განათლების უზრუნველყოფა.

### 2.3.1 მშობლის სესია 1 – რაც შეიძლება ჩქარა

#### ა. საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე

პირველ სესიის მთავარი თემაა მშობლის ამბის მოსმენა და სექსუალურ ძალადობაზე საუბარი. მშობლები ხშირად შეძრულები არიან არსებული სიტუაციით. ეს მომხდარის შესახებ პრაქტიკული კითხვების დასმით გამოიხატება. გრძნობები და ემოციები



ხშირად მოგვიანებით ეტაპზე ჩნდება. მნიშვნელოვანია, მშობლების ამის ყურადღებით მოსმენას დაუთმოს დრო. შემდეგი კითხვები დაგეხმარებათ საუბრის დაწყებაში:

- როგორ გაიგეთ ძალადობის შესახებ?
- კონკრეტულად რა მოისმინეთ?
- რა განცდებს იწვევს ეს?
- როგორი რეაქცია გქონდათ?
- რაიმე კითხვა გაქვთ მომხდართან დაკავშირებით?
- გაგიკვირდათ?
- რამე შენიშნეთ შვილის ქცევაში?
- თუ უკან გაიხედავთ, საგნები თავის ადგილზე დადგება?
- თუ შესაძლებელია, დაამატეთ ინფორმაცია, რომელიც მშობლებს აქვთ.

#### **ბ. ემოციური მხარდაჭერა მშობლებისთვის**

- უკვე ელაპარაკეთ ან ნახეთ ბავშვი?
- როგორ ჩაიარა შეხვედრამ?
- რაიმე უთხარით ამის შესახებ?
- მან რამე გითხრათ ?
- კმაყოფილი ხარ შეხვედრით?
- უკან რომ დაბრუნდეთ, რის გაკეთებას ირჩევდით?
- რა იყო რთული?
- რა იყო იმაზე ადვილი, ვიდრე გეგონათ?
- რა გაშფოთებთ ბავშვთან დაკავშირებით?
- და როგორ გრძნობთ თავს?
- როგორ გძინავთ, ჭამთ და ისვენებთ?
- რას ამჩნევთ საკუთარ თავს და ერთმანეთს?

ჩვეულებრივ, ეს გვეხმარება იმის ახსნაში, რომ მამაკაცები და ქალები ხშირად განსხვავებულად რეაგირებენ ასეთ სიტუაციებზე და ამის გამო შეიძლება ერთმანეთთან კონფლიქტი ჰქონდეთ. შეგიძლიათ გამოიყენოთ კლიშე იმის შესახებ, რომ ქალებს გაუთავებლად სურთ რაღაცებზე საუბარი და ემოციურები არიან, და რომ მამაკაცებს უნდათ უბრალოდ ჩაერთონ და გააკეთონ საქმე და ზედმეტად არ ისაუბრონ ამაზე. გამოცდილება გვასწავლის, რომ ეს მიმტვევებლობითობა მუშაობს და ამსუბუქებს საუბრის ტონს.

თქვენ ასევე შეგიძლიათ იკითხოთ, შეუძლიათ თუ არა მათ ამის შესახებ ერთმანეთთან საუბარი და რა გრძნობებს იწვევს ეს. არ დაგავიწყდეთ კითხვა დაუსვათ ორივე მშობელს. მათი რეაქციები შეიძლება ძალიან განსხვავებული იყოს.

### **გ. ფსიქო-განათლება საუბარი სექსუალურ ძალადობასა და სტრესის რეაქციებზე**

მშობლების გამოცდილებისა და ისტორიის მოსმენის შემდეგ, კარგი იდეაა ინფორმაცია მიაწოდოთ იმ რეაქციების შესახებ, რომლებიც შესაძლებელია მშობლებს და ბავშვებს გაუჩნდეთ. ისაუბრეთ სტრესის სიმპტომებზე და აუხსენით, რომ ეს აწუხებს არა მხოლოდ ბავშვს, არამედ გარშემომყოფებსაც. ჰკითხეთ რას ხედავენ საკუთარ თავში, სხვებში და შვილში.

აუხსენით, რომ ასეთ სიტუაციებში შემდგომი შედეგები ნორმალურია. ეს არის ნორმალური რეაქციები არანორმალურ მოვლენებზე. ეს არის ჩვენი სისტემის ადაპტაციის ერთგვარი რეაქცია, რომელიც ცდილობს გაუმკლავდეს სიტუაციას და ეს თავისთავად შეჩერდება. ეს რეალურად ჯანსაღი რეაქციაა და უფრო მეტად შემამშოოთებელი იქნება, თუ მშობლებს სიტუაცია საერთოდ არ აწუხებთ.

აუხსენით, რომ მშობლები ძალადობის შემთხვევებს გონებაში ხშირად ხედავენ და ჰკითხეთ, განიცდიან თუ არა ამას.

თქვენ ასევე შეგიძლიათ ისაუბროთ კითხვებზე, რომლებიც მშობლებს უჩნდებათ, როგორცაა: რა ვუთხრა ჩემს შვილს? რას ვიტყვი სკოლაში? რა ვუთხრა ოჯახს?

შესაძლებელია, შეთანხმება გაფორმდეს ისეთ საკითხებზე, როგორცაა განცხადების მომზადება ან პოლიციის მოსმენა.

### **დ. სესიის დასასრული**

მშობლებთან საუბრის ბოლოს ხდება შეფასება, საჭიროა თუ არა უსაფრთხოების შეთანხმების გაფორმება, მაგალითად დამნაშავესთან ან დანაშაულში ეჭვმიტანილთან კონტაქტზე. იმსჯელეთ პრაქტიკულ საკითხებზე, რომლებზეც მშობლებს სურთ ისაუბრონ, მაგალითად, როგორ მოიქცნენ ტელეფონის, ინტერნეტისა და სოციალური მედიის გამოყენებასთან დაკავშირებით, ან განიხილეთ შეთანხმებები, რომლებიც უნდა დაიდოს სკოლასთან, დღის ცენტრთან და ტაქსით ტრანსპორტირების საჭიროებასთან დაკავშირებით.

საუბრის დასასრულს, მშობლები ჰკითხეთ, როგორ უყურებენ სესიას და იყო თუ არა რაიმე, რამაც ააღელვა ისინი ან რაც დაეხმარა მათ.

ჰკითხეთ, გამოტოვებს თუ არა გარკვეული ელემენტები სესიაზე, ან შეგიძლიათ თუ არა მათთვის სხვა რამის გაკეთება. უთხარით მათ, რომ თქვენზე შთაბეჭდილება მოახდინა იმ ძალისხმევამ, რომელსაც მშობლები ბავშვისთვის აკეთებენ, და რომ გსურთ მათთან მუშაობის გაგრძელება.

პირველი სესიის დასასრულს ხდება შეთანხმება ერთი კვირის შემდეგ მეორე სესიის ჩატარების თაობაზე.

სესიის ხანგრძლივობა: 90 წუთი

### **2.3.2 მშობელთა სესია 2 – ერთი კვირის შემდეგ**

მშობლების პირველი სესიიდან ერთი კვირის შემდეგ, კონსულტანტი კვლავ ეწვევა მშობლებს. მეორე სესიაზე განიხილება არსებული მდგომარეობა. მშობლებს უკითხება ბოლო ერთი კვირის განმავლობაში მომხდარი ცვლილებების შესახებ, მშობლების გამოცდილებასა და ემოციებზე. როგორია ეს გამოცდილება ახლა? რომელი ემოციებია წინა პლანზე?

#### **ბ. ემოციური მხარდაჭერა მშობლებისთვის**

მეორე სესიის დროს ყურადღება ექცევა მშობლების ყოველდღიურ რუტინას. ახერხებენ ისინი მის აღდგენას? როგორ მიდის მუშაობა? სად ხვდებიან ისინი დაბრკოლებებს? შეუძლიათ თუ არა მშობლებს ჯეროვნად იზრუნონ საკუთარ თავზე?

მშობლები ხშირად ამბობენ: „მე არ ვარ მნიშვნელოვანი, ახლა ჩემი შვილია მნიშვნელოვანია“. თუ ისინი ასე რეაგირებენ, კარგი იქნება ხაზგასმით აღნიშნოთ ის ფაქტი, რომ მშობლები სათანადოდ ვერ მოუვლიან შვილს, თუ საკუთარ თავზე არ იზრუნებენ. აქ დაგეხმარებათ შემდეგი შედარება:

„როდესმე გიფრენია? ფრენის დასაწყისში მოცემულია უსაფრთხოების ინსტრუქციები, იმ შემთხვევისთვის თუ რამე მოხდება. განმარტებაში მოცემულია, რომ გადაუდებელ შემთხვევებში მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებმა შვილის დახმარებამდე, პირველ რიგში, უსაფრთხოების ნიღაბი თავად გაიკეთონ. თუ მშობლები ჟანგბადის ნაკლებობის გამო უგონოდ დაეცემიან, შვილს ვერაფერით დაეხმარებიან.

„თქვენ ახლა მსგავს სიტუაციაში ხართ. თუ ჯერ საკუთარ თავზე არ იზრუნებთ (და საკუთარ ჟანგბადის ნიღაბს არ ჩაიცვამთ), მაშინ შვილს სათანადოდ ვერ მოუვლით“.

ასევე კარგი იდეაა საუბარი მშობლების ურთიერთობაზე. შეუძლიათ მათ ერთმანეთის მხარდაჭერა? როგორია ინტიმური ურთიერთობა და სექსუალობა? ბავშვის განცდილმა ამბავმა მოახდინა თუ არა ამაზე გავლენა?

#### **გ. ფსიქო-განათლება საუბარი სტრესის სიმპტომებზე და მხარდაჭერის საჭიროებებზე**

მეორე საუბარისას შეიძლება ბავშვის რეაქციების განხილვა. შეავსეთ სამუშაო ფურცელი პოსტტრავმული სტრესის სიმპტომები ბავშვი/ბენეფიციარი (დანართი 6).

#### **დ. მესამე სესიის მომზადება**

ეს დრო ეთმობა მესამე, ერთობლივი შეხვედრისთვის მშობლებთან ერთად მომზადებას. მესამე სესიისთვის მომზადება მშობლებთან გონებრივ შტურმს მოიცავს საკითხზე, თუ რა შეიძლება დაეხმაროს მათ შვილს:

- რა შეიძლება უთხრას კარგი მშობელმა შვილს?

- რა მახასიათებლებს აფასებენ მშობლები შვილში და დაეხმარება თუ არა ეს ბავშვს? მაგალითად: „გახსოვს, როდის აიღე ცურვის სერთიფიკატი? მაშინ მამაცი იყავი და ახლაც შეგიძლია იყო!“
- მომავალში, რის გაკეთებას ისურვებდნენ მშობლები ბავშვთან ერთად?
- რას ისურვებენ მშობლები შვილის მომავლისთვის?

მნიშვნელოვანია ერთობლივ სხდომაზე ხაზგასმით აღნიშნოს მშობლების იმედისა და პერსპექტივის გამოხატვის მნიშვნელობა. მესამე, ერთობლივი სესიის მიზანი შეიძლება აიხსნას შემდეგნაირად:

„ერთობლივ შეხვედრაზე ჩვენ ყველა მონაწილესთან ვისაუბრებთ იმაზე, რაც მოხდა. თქვენ დაესწრებით სესიას თქვენს შვილთან და თქვენი შვილის პროფესიონალ მომვლელთან ერთად, მნიშვნელოვანია ერთად მიაქციოთ ყურადღება იმას, რაც მოხდა, რადგან ყველა შოკირებულია და ვისწავლოთ საუბარი იმაზე, რაც მოხდა.“

ამ სესიის განმავლობაში, თქვენი შვილი წახალისდება, რომ ისაუბროს იმაზე, თუ რა გზებით შეუძლიათ მის გარშემო მყოფ ადამიანების მისი დახმარება. მნიშვნელოვანია თქვენს შვილს ყველა დამსწრესთან ერთად უთხრათ, რომ ეს მასი ბრალი არ არის და რომ თქვენ მხარს უჭერთ მას. ბავშვთან ერთად ვიზრუნებთ, რომ ბავშვმა კვლავ უკეთესად იგრძნოს თავი. შეგიძლიათ დაასახელოთ ბავშვის დადებითი მახასიათებლები, რომელთა გამოყენებაც მას შემდეგ პერიოდში შეუძლია. შემდეგ კეთდება ერთობლივი ვარჯიში „ჩვენ ძლიერები ვართ ერთად“ ყველა დამსწრესთან ერთად.

## **ე. სესიის დასასრული**

მეორე სესია მთავრდება იმაზე საუბრით, რაც ახლა მნიშვნელოვანია მშობლებისთვის. საუბრის დასასრულს, მშობლებს ჰკითხეთ, როგორ უყურებენ სესიას და იყო თუ არა რაიმე, რამაც ააღელვა ისინი ან რაც დაეხმარა მათ. ჰკითხეთ, გამოტოვეს თუ არა გარკვეული ელემენტები, ან შეგიძლიათ თუ არა მათთვის სხვა რამის გაკეთება.

მეორე სესიის დასასრულს საბოლოოდ თანხმდება მესამე, ერთობლივი სესიის ჩატარება დრო - მეორე სესიიდან სამი კვირის შემდეგ.

სესიის ხანგრძლივობა: 90 წუთი

### **2.3.3 მშობელთა სესია 3: ერთობლივი სესია – სამი კვირის შემდეგ**

მეორე სესიიდან სამი კვირის შემდეგ იმართება ერთობლივი სესია, რომელსაც ესწრებიან ბავშვი, მშობლები, მომვლელი და კონსულტანტი. ეს საუბარი ტარდება ბავშვისთვის უსაფრთხო ადგილას, ბავშვის ცხოვრებაში მნიშვნელოვანი სხვა ადამიანების თანდასწრებით. სესია იწყება წახემსებით, მაგალითად, ჭიქა ჩაი და ბისკვიტი. ეს მნიშვნელოვანია, რადგან საჭმელსა და სასმელს შეუძლია შეამციროს შიში და დაეხმაროს ურთიერთობების აღდგენასა და გაუმჯობესებას.

**ერთობლივი სესიის დაწყება** - უთხარით მონაწილეებს: „დღეს ჩვენ ვაპირებთ ერთმანეთს მომხდარზე ვესაუბროთ. ეს მნიშვნელოვანია, რადგან ყველა შოკირებულია მომხდარით. ჩვენ შეგვიძლია ერთმანეთს დავეხმაროთ ამის შესახებ საუბრით“.

**ახსენით სესიის სტრუქტურა კონკრეტულად:** "ჩვენ აქ ერთად ვართ... ოთახში. შეხვედრას დავიწყებთ ბისკვიტის და ფინჯანის ჩაის ან ყავის მირთმევით. მე (ან სხვისი სახელი) გავუძღვები დისკუსიას და დარწმუნებული იყავით, რომ ყველაფერი კარგად ჩაივლის. საუბარს როცა დავამთავრებთ, ჩვენ ერთად გავაკეთებთ რამეს. ამის შემდეგ კიდევ ვისაუბრებთ და შეხვედრას ერთად დავასრულებთ“.

**სესიის ხანგრძლივობა:** დაახლოებით 2 საათი

**ერთობლივი დისკუსია:** 1 საათი, რის შემდეგ ყველა დამსწრესთან იმართება არაფორმალური სესია, რომლის მიზანია შექმნას ერთიანობის განცდა, მკაფიო კომუნიკაცია და ნორმალურ ცხოვრებასთან დაბრუნება.

#### **ა. საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე**

კონსულტანტი საუბარს იწყებს მომხდარის მოკლე აღწერით. თუ სამართალდამცავებთან შეხვედრა უკვე ჩატარებულია, შემთხვევის შესახებ უფრო მეტის თქმა იქნება შესაძლებელი, ვიდრე არ ჩატარების შემთხვევაში. ამბის სათქმელად შეიძლება გამოყენებულ იქნას დროის გრაფიკი და/ან სოციოგრამა.

#### **ბ. ფსიქო-განათლება სტრესული რეაქციების და მხარდაჭერის საჭიროებებზე**

შემდგომში იწყება სესიის ფსიქო-საგანმანათლებლო ნაწილი, რომლის დროსაც კონსულტანტი განმარტავს, რომ ყველა ძალიან შოკირებულია მომხდარით და ყველა რეაგირებს თავისებურად: „მომხდარით ყველა ძალიან შოკირებულია და თითოეული ადამიანი თავისებურად რეაგირებს. შეიძლება იყოს გაბრაზებული, შეშინებული ან მოწყენილი. მოდი ყველასგან მოვისმინოთ, როგორი რეაქცია ჰქონდათ მომხდარზე“.

კონსულტანტი, რომელიც ხელმძღვანელობს საუბარს, თითოეულ დამსწრეს აძლევს საშუალებას ისაუბროს, იმაზე, თუ როგორი რეაქცია ჰქონდა მას, რასაც წერს ფლიპჩარტზე. ბენეფიციარისთვის, რომლებსაც არ შეუძლიათ წაკითხვა და წერა, შეგიძლიათ გამოიყენოთ „სმაილიკები“, რათა გადმოსცეთ მონაწილეთა რეაქცია.

მნიშვნელოვანია, რომ მშობლებისა და პროფესიონალების რეაქცია მომზადდეს წინა შეხვედრებზე. ერთობლივი სესია გამიზნულია ბენეფიციარის დამხმარე სესიად. მშობლებს და აღმზრდელებს შეუძლიათ მოკლედ აღწერონ თავიანთი რეაქციები და ხაზი გაუსვან ფაქტს, კარგია, რომ ბავშვმა უთხრას სხვებს იმის შესახებ, რაც მას აწუხებდა. მშობლებმა და მომვლელმა უნდა უთხრან ბავშვს, რომ რაც მოხდა არასდროს არის ბავშვის ბრალი. მათ ასევე შეუძლიათ პირდაპირ თქვან, რომ ბავშვის ბრალი არ არის, რომ მოზარდები ახლა სევდიანად გრძნობენ თავს. მაგალითად: "გაბრაზებული ვიყავი / მეშინოდა / ..."

შემდეგ უთხარით ბავშვს: „კარგი გააკეთე, როცა სხვებს უთხარი ამის შესახებ (თუ ეს ასე იყო) და როგორ უმკლავდები ამას ახლა. შენი ბრალი არ არის, რომ მე ასე ვგრძნობ თავს. ეს მოძალადის ბრალია, ის არის დამნაშავე. შენ არა.“ მნიშვნელოვანია დისკუსიის შინაარსი ამ მიმართულებით წარმართოს და საჭიროების შემთხვევაში, თავად დაამატოთ ეს ინფორმაცია. ბავშვი და მშობლების უნდა გათავისუფლდნენ დანაშაულის გრძნობისგან და უნდა გაძლიერდნენ! თუ დისკუსიის სხვა მონაწილეები საჭიროებენ დამატებით მხარდაჭერას, ეს უნდა მოხდეს სხვა მომენტში.

### **გ. ჩვენ ერთად ვდგავართ მტკიცედ**

ბავშვს ბენეფიციარს ეკითხებიან, როგორ გრძნობენ თავს ახლა და კიდევ თუ არის რაიმე რისი თქმაც უნდა. ყურადღება ექცევა პრაქტიკულ საკითხებს, უსაფრთხოებას და რეაქციას მშობლებისა და პროფესიონალების ნათქვამზე. გარდა ამისა, ყურადღება ექცევა ბავშვის სურვილებს, მომდევნო რამდენიმე კვირის განმავლობაში მხარდაჭერის ტიპთან დაკავშირებით. რა არის საუკეთესო გზა და აქტივობები ბავშვის დასახმარებლად? რისი კეთება უყვარს ბავშვს და რა ეხმარება მას საუკეთესოდ?

აქტივობა „ჩვენ ერთად ვართ მტკიცედ“ მიზნად ისახავს გაარღვიოს იზოლაცია, რომელიც ადამიანებს შეუძლიათ იგრძნონ რაიმე ტრავმული განცდის შემდეგ. უპირველეს ყოვლისა, ის მიზნად ისახავს ბავშვმა დაინახოს, რომ ყველა მუშაობს ერთად და დაეხმაროს მას ასატანი განადოს ძალადობასთან გამკლავება. კონსულტანტი წარმოგიდგენთ სავარჯიშოს და ბავშვის განვითარების დონეზე ადაპტირებული გზით განმარტავს, რომ ძალადობა მტკიცუნელია.

### **დ. სესიის დასასრული – საუბარი იმაზე, თუ რას ვფიქრობდით დისკუსიაზე**

სესიის ბოლოს მონაწილეებს ეკითხებიან, რას ფიქრობდნენ შეხვედრაზე. თქვენ შეგიძლიათ აირჩიოთ ამის გაკეთება ყველასთან ან მხოლოდ ბავშვთან. არჩევანი დამოკიდებულია იმაზე, თუ როგორ მიდის დისკუსია, ბავშვისა და მშობლების მახასიათებლებზე (არის თუ არა მშობლებთან დაკავშირებული პრობლემები, არის თუ არა ძლიერი ემოციები და ა.შ.). შეუძლია თუ არა ბავშვს ამაზე ისაუბროს სხვა დამსწრე ადამიანებთან? თუ ბავშვს უფრო მეტ სარგებელს მოუტანს თქვენთან ინდივიდუალური საუბარი?

### **\*რა არის შემდეგი?**

შეთანხმდით და დაწერეთ ვინ და რა დროს დაეხმარება ბავშვს მომდევნო კვირებში. უთხარით ბავშვს, რომ ეს ადამიანები აპირებენ მის მხარდაჭერას და რომ ბავშვს არ მოუწევს კონსულტანტთან ვიზიტი მომდევნო რამდენიმე კვირის განმავლობაში. თქვით, რომ გარკვეული პერიოდის შემდეგ დაინიშნება შეხვედრა, რათა ნახოთ, როგორ გრძნობს თავს ბავშვი და როგორ უჭერენ მას მხარს. დანიშნეთ შემდეგი შეხვედრა.

**სესიის ხანგრძლივობა:** დაახლოებით 2 საათი.

ერთობლივი განხილვა დაახლოებით ერთ საათს გრძელდება. შემდეგ არის არაფორმალური შეხვედრა ყველა მონაწილესთან; ამის მიზანია ერთიანობის განცდა, კომუნიკაციის აღდგენა, ნორმალურ ცხოვრებასთან დაბრუნება.

#### **2.3.4 მშობელთა სესია 4: შემდგომი დაკვირვება – ორი თვის შემდეგ**

##### **ა. საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე**

ორი თვის შემდეგ კონსულტანტი კვლავ სტუმრობს მშობლებს. განიხილება მიმდინარე მომენტში არსებული მდგომარეობა და შემდგომი დაკვირვება.

- როგორ არიან მშობლები და შვილი?
- ყურადღება ექცევა მშობლების გამოცდილებას და ემოციებს:
  - როგორია მათი გამოცდილება ამჟამად?
  - რომელი ემოციები გამოდის წინა პლანზე?
  - რა კითხვები აქვთ მშობლებს?

##### **ბ. ფსიქო-განათლება მეორადი ტრავმატიზაციის შესახებ**

ბავშვის შესაძლო პოსტ ტრავმული სიმპტომების განხილვა შესაძლებელია მშობლებთან. შეიძლება განიხილებოდეს საჭიროა თუ არა თერაპია ბავშვისთვის. მაგალითად EMDR; არავერბალური ტიპის თერაპია, რომელიც მიზნად ისახავს სიმპტომების სწრაფად შემცირებას. ასევე შეიძლება განხილული იყოს ქვევითი თერაპიის სხვა ფორმები, როგორცაა ქვევითი თერაპია, სათამაშო თერაპია, კრეატიული თერაპია ან ფსიქომოტორული თერაპია. ყველაზე შესაფერისი თერაპიის შერჩევა დამოკიდებული იქნება სიმპტომების ტიპზე და ბავშვის მახასიათებლებზე.

##### **გ. ემოციური მხარდაჭერა მშობლებისთვის**

შემდგომი მეთვალყურეობის დროს მნიშვნელოვანია ყურადღება მიექცეს სიმპტომებს, რომლებიც მშობელს შესაძლოა აწუხებდეს, რივთისავე შესაძლოა მიმართოს პროფესიონალურ დახმარებას.

##### **დ. სესიის დასასრული და შეფასება**

SOS პროგრამა ფასდება მშობლებთან ერთად - რას ფიქრობდნენ მშობლები დახმარებაზე? რა სჭირდებათ მათ ჯერ კიდევ იმისთვის, რომ გაუმკლავდნენ სიტუაციას?

##### **შეჯამება**

სექსუალური ძალადობის შემთხვევები არა მხოლოდ ბავშვზე, არამედ მის გარშემო მყოფებზეც ახდენს გავლენას. განხილული მშობლების მხარდაჭერა SOS პროგრამის არსებითი ნაწილია. აქცენტი კეთდება იმაზე, თუ როგორ უმკლავდებიან მშობლები ძალადობის შედეგებს და მათ ბავშვის მხრიდან სირთულეების დაძლევის გზებს

აცნობებენ. მშობლების მხრიდან სიტუაციისთვის თავის გართმევა აუცილებელია, იმისთვის, რომ ბავშვმა შეძლოს სიტუაციასთან გამკლავება!

აღწერილია ოთხი სესია, რომლებშიც განიხილება სამი მნიშვნელოვანი თემა: საუბარი სექსუალურ ძალადობაზე, მშობლების ემოციური მხარდაჭერა და მშობლების ფსიქო-განათლების უზრუნველყოფა.

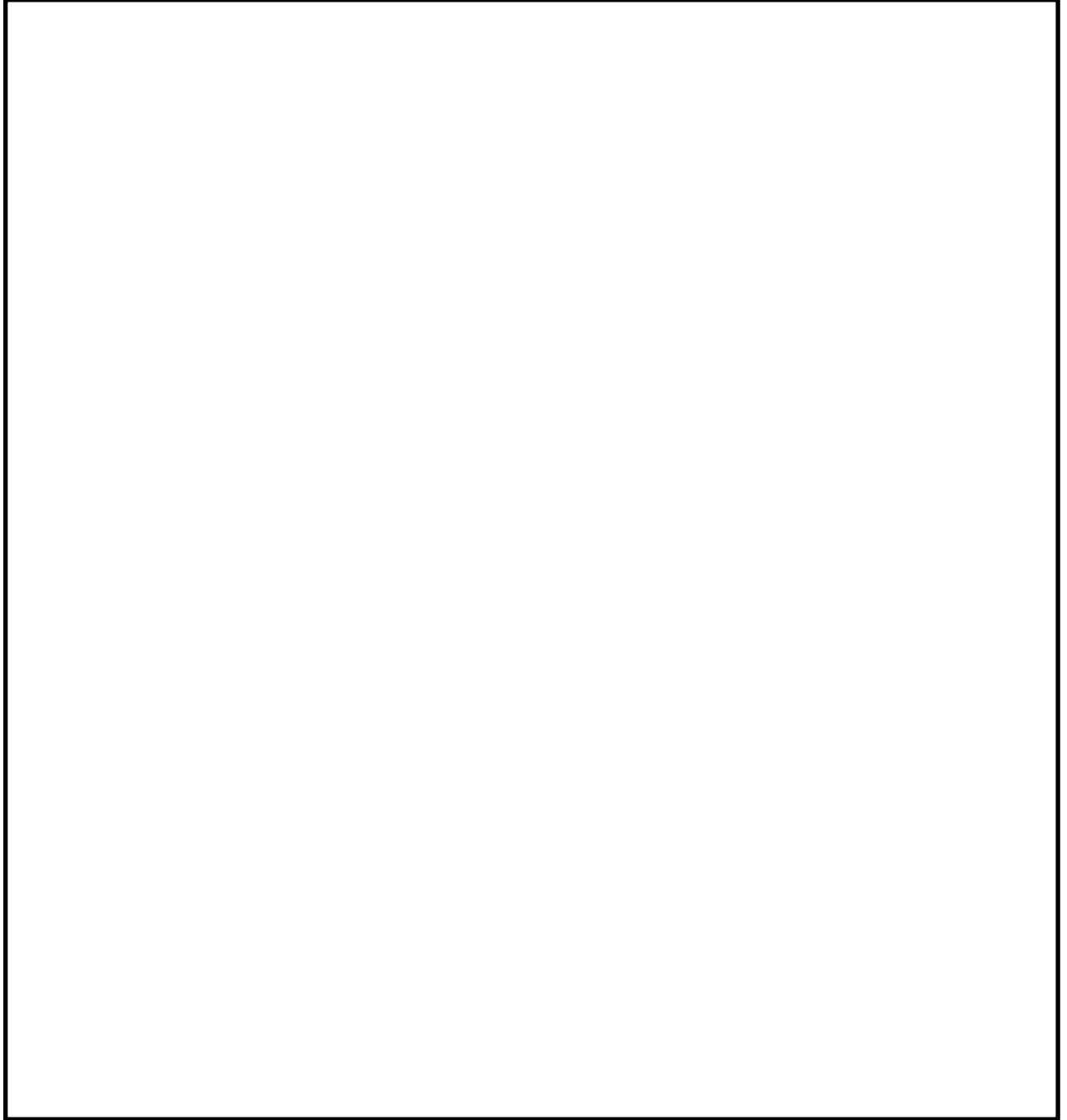
**მთავარი აქცენტი კეთდება იმაზე, რომ შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირები გარშემომყოფების რეაქციაზე სხვებზე მეტად არიან დამოკიდებულნი ძალადობის წინააღმდეგ ბრძოლაში!**



# დანართები

დანართი 1 - რა მოხდა?

დახატე რა მოხდა.

A large, empty rectangular box with a black border, intended for a drawing or illustration. It occupies the majority of the page below the text.

**სავარჯიშო 2 - სიმპტომების ჩამონათვალი**

სიმპტომი	შემაწუხებელია	არ არის შემაწუხებელი	რა მეხმარება?
მძინავს უცნაურად			
ხშირად ვფიქრობ ამ მოვლენაზე			
აღარაფრის კეთების ინტერესი არ მაქვს			
უცნაური შეგრძნებები მაქვს სხეულში			
პრობლემები სკოლაში			
მუდმივი საფრთხის შეგრძნება			
შფოთვა იმის შესახებ რა შეიძლება მოხდეს.			

**\*მნიშვნელოვანია!**

თუ თქვენ განიცადეთ რაიმე საშინელება, ეს არ ნიშნავს რომ თქვენ გექნებათ ყველა ეს სიმპტომი. შესაძლოა თქვენ გაქვთ სიმპტომები, რომლებიც აქ არ არის ნაჩვენები. ყველა ადამიანი განსხვავებულია და განსხვავებული სიმპტომები აქვს. შეადგინეთ სია, რაც გაწუხებთ. იფიქრეთ იმაზე, თუ რა შეიძლება დაგეხმაროთ გამკლავებაში.

### **დანართი 3: რელაქსაციის ტექნიკა - მუცლით სუნთქვა**

როცა თავს ცუდად გრძობთ, ხანდახან სუნთქვა გავიწყდებათ! ან სუნთქავთ სწრაფად და მოკლედ, როგორც ძაღლები. მოდუნებისთვის შეგიძლიათ ისუნთქოთ მუცლით.

როდესაც ღრმად ჩაისუნთქავთ და შემდეგ კიდევ უფრო ნელა ამოისუნთქავთ, ამ დროს სუნთქავთ მუცლით. ჩასუნთქვისას დათვალეთ ხუთამდე, ამოსუნთქვისას დაითვალეთ ექვსამდე (და მეტიც, თუ შესაძლებელია!).

ჩასუნთქვისას მუცელი იბერება, ამოსუნთქვისას ისევ იჩუტება. შეგიძლიათ შეადაროთ ჰაერის ბუშტს. როდესაც ბუშტი იბერება, ის უფრო დიდი ხდება. როდესაც ჰაერი გამოდის ბუშტიდან, ის პატარავდება.

გამოიყენეთ ბუშტი, რათა აჩვენოთ ბავშვს როგორ ფართოვდება თქვენი მუცელი ჩასუნთქვისას და როგორ იკუმშება ამოსუნთქვისას. თქვენ ბერავთ ბუშტს ჩასუნთქვისას და ნელა ათავისუფლებთ ჰაერს ამოსუნთქვისას. ვარჯიშის დროს იყავით მისაბაძი მაგალითი და გააკეთეთ რაც შეიძლება მეტი ჩასუნთქვა-ამოსუნთქვა ბავშვთან ერთად.

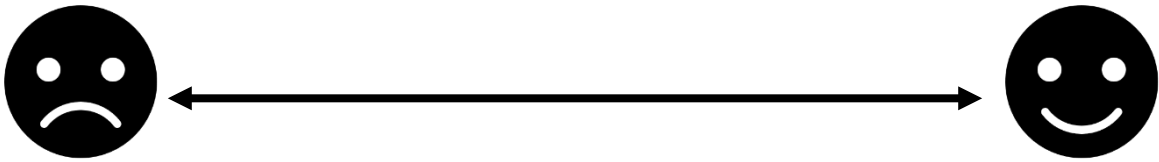
ივარჯიშეთ ბენეფიციართან ერთად და შეაქეთ ის!

სთხოვეთ ბავშვს, ასწავლოს მუცლით სუნთქვა მის მზრუნველს (მშობლებს, მასწავლებლებს ან მომვლელებს) და დღეში ერთხელ მაინც გააკეთოს ეს სავარჯიშო.



### დანართი 5: როგორ ვგრძნობ თავს?

ამ ფურცელზე შენ შეგიძლია მაჩვენო როგორ გრძნობ თავს. განათავსეთ ჯვარი ხაზზე. რაც უფრო ახლოს არის ჯვარი მომდომარ სახესთან, მით უფრო უკეთესია თქვენი მდგომარეობა. თუ ჯვარი უფრო ახლოს არის სევდიანი სახესთან ეს ნიშნავს, რომ საქმე არც ისე კარგად მიდის.



როგორ ვგრძნობ თავს?

**დანართი 6: პოსტრავმული სტრესის სიმპტომების შემოწმება (ბავშვი/ბენეფიციარი)**  
სამუშაო ფურცელი

**1. შეჭრა(ინტრუზია)**

- ინტრუზიული უსიამოვნო მოგონებები (აზრები და სურათები)
- სექსუალური ძალადობის ხელახლა განცდა (აღქმა და წარმოსახვა)
- საშინელი სიზმრები
- ფსიქიკური აშლილობა ტრიგერებზე, რომლებიც დაკავშირებულია ძალადობასთან

**2. განრიდება**

- განრიდება - კონკრეტული ნივთების, ადგილების ან ადამიანების
- სექსუალურ ძალადობაზე მოგონებების დამახინჯება
- არ ახსოვს (აღარ) სექსუალური ძალადობის შესახებ
- არ სურს სექსუალურ ძალადობაზე საუბარი
- ემოციური გასადავება
- ინტერესის დაკარგვა
- ძილიანობა დღისით
- მიჯაჭვულობის დარღვევა და გაუცხოება (ირგვლივ მყოფების მიერ არასწორად გაგების განცდა)
- ნივთიერებების გამოყენება

**3. გაზრდილი (ჰიპერ) სიფხიზლე/გაღიზიანებადობა**

- პრობლემა ძილთან და დაძინებასთან დაკავშირებით
- გაღიზიანებადობა
- კონცენტრაციის პრობლემა
- სიბრაზის აფეთქება
- სარისკო ქცევა
- ჰიპერაქტიური ქცევა
- შეკრთომები
- ფიზიკური რეაქცია ტრიგერებზე, რომლებიც დაკავშირებულია ძალადობასთან

**4. რეგრესიული ქცევა**

- საწოლის დასველება
- თითის წოვა
- მიტოვების შიში

პუბლიკაცია მომზადებულია საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდის მიერ პროექტის: „გადავლახოთ ბარიერები- შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვებისა და ახალგაზრდების დაცვა ძალადობისგან და მათი სოციალური და პროფესიული ინტეგრაციის ხელშეწყობა“, ფარგლებში.

პუბლიკაციის შინაარსზე სრულად პასუხისმგებელია საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდი და არ ნიშნავს რომ იგი ასახავს პროექტის დონორი ორგანიზაციების შეხედულებებს.

პროექტი ხორციელდება  
ბავშვის საერთაშორისო კათოლიკურ ბიუროს,  
საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდის და კავშირი „რეა“-ს მიერ.

დაფინანსებულია  
საფრანგეთის განვითარების სააგენტოს და  
ლორდ მიშელ ჰელინგლის ფონდის მიერ

საკონტაქტო ინფორმაცია  
საქართველოს საზოგადოებრივი ჯანდაცვის ფონდი  
თბილისი, ედიშერ მაღალაშვილის ქ. N4, ბინა N1  
ტელ: +995 32 2421 422  
[www.phf.org.ge](http://www.phf.org.ge)

თბილისი, 2024

