

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П.Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ЧАБИНА ЮЛИЯ ОЛЕГОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПСИХОПРОФИЛАКТИКА НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОСТИ В СЕМЬЕ С
УЧЁТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ**

Направление подготовки 37.03.01 Психология

Направленность (профиль) образовательной программы
Социальная психология

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Дубовик Е.Ю.

Руководитель
канд. психол. наук, доцент Титова О.И.
19.06.2021

Обучающийся
Чабина Ю.О.
19.06.2021 Чабина

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2021

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ. ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ НАСИЛИЯ И ЕГО ОСОБЕННОСТИ	9
1.1. Насилие как социально – психологическая проблема	9
1.2. Насильственные действия в отношении несовершеннолетних	11
1.3. Методики для изучения проблемы насилия в семье	17
1.4. Отечественный и зарубежный опыт работы с лицами, пережившими насилие.....	22
1.5. Концепция изучения жизнестойкости зарубежными и отечественными учеными	28
Выводы по главе 1	32
ГЛАВА 2. ПСИХОПРОФИЛАКТИКА НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОСТИ В СЕМЬЕ.....	34
2.1. Предпроектное исследование представлений о причинах насилия в семье у людей с разным уровнем жизнестойкости.....	34
2.2. Психопрофилактический проект «Жизнь без насилия».....	42
2.3. Рекомендации по реализации мероприятий проекта с людьми, имеющими разный уровень жизнестойкости	51
Выводы по главе 2.....	56
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	58
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	60

ВВЕДЕНИЕ

Всю свою жизнь человек развивается и приспосабливается к окружающему миру. Адаптация достигается путем проявления кризиса, он представляет собой различные стрессовые ситуации. Со стрессом человек сталкивается часто, и нередко эмоциональные ресурсы дают сбой. Здесь на помощь приходит жизнестойкость, она помогает справиться с таковой ситуацией. Актуальность исследования определяется повышением качества жизни, это заключается в том, чтобы создать безопасные условия жизни для института семьи [1; 4]. Семейное насилие впервые было признано как социальная проблема в конце 19-го века. Проводимые тогда исследования касались видов домашнего насилия. В 60-х годах Генри Кемпе занимался изучением проблемы безнадзорности и физического насилия над детьми, он же ввел термин «синдром избитого ребёнка». В России вопрос о домашнем насилии стал рассматриваться только в конце 20 века [4].

Русский менталитет, по мнению специалистов, отличается особенностью – терпимым отношением к проявлению жестокости и насилия. Отечественный психолог К.А. Абульханова отмечала, что на это повлияли исторические события и вероисповедание, христианские страдания, терпения – являются ключевыми для русского человека. Жертвенность является одной из социальных установок в обществе [4; 14].

Жизнестойкость – это убеждение о себе и об отношениях с миром, которые позволяют принимать и побеждать негативные влияния среды. Но не всегда человек способен справиться с данным влиянием, бывает так, что у него низкий уровень жизнестойкости [23].

В работе мы будем использовать данный термин для того, чтобы анализировать личностные качества. Жизнестойкость представляет совокупность установок и навыков для регулировки поведения в стрессовых ситуациях и включает в себя три компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Уровень каждой говорит об умении противостоять

стрессовым ситуациям, умение подстраиваться под различные ситуации без нанесения урона психологическому здоровью.

К негативным влияниям среды относится и такой феномен как агрессивное поведение человека и проявление насилия и жестокости в социуме. Здесь жизнестойкость человека включается в работу и помогает справляться с ситуацией [3; 5].

Существует много различных подходов к изучению конфликтных ситуаций. Наиболее распространённым является подход Курта Левина о «конflikте между собственными и вынуждающими силами» и взгляд американского психолога Мортон Дойча на конфликт как на конкуренцию.

Проблема агрессивного поведения личности приобретает значение в условиях современного российского общества.

Увеличение преступности среди несовершеннолетних, проявление негативных аспектов развивающейся личности (цинизм, жестокость, враждебность, агрессивность) привлекают внимание исследователей и ведут к изучению причин, механизмов и способов коррекции агрессивного поведения в подростковом возрасте [7; 9].

Выделяют несколько видов насилия:

1. Психологическое;
2. Экономическое;
3. Физическое;
4. Сексуальное;

Физическое насилие – жестокое обращение оно проявляется в виде нанесения телесных увечий жертве.

Эмоциональное насилие – психологический абьюз, проявляется в постоянном психологическом давлении на жертву, такое воздействие может привести к патологическим расстройствам.

Сексуальное насилие – принуждение жертвы к половым связям без ее согласия. Взаимодействия против воли, съемка и фотофиксация и угрозы, что если жертва кому-нибудь об этом расскажет, то все материалы увидят друзья

или родственники [1].

К насилию в семье склонны люди, у которых нестабильная эмоциональная система. Для них присущи психологические качества и свойства ригидности, доминирования, раздражительность. Такие люди обладают заниженной самооценкой, и низкой устойчивостью к стрессовой ситуации для них свойственно агрессивное поведение. Родители не умеют договариваться с детьми, конфликты и проблемы переходят в ругань, рукоприкладство и психологическое давление. С виду они себя не выдают, такие отношения в семье – тайна для окружающих [9; 10].

Статистика насилия над несовершеннолетними в семье, неумолимо растет вверх. Также учащаются суицидальные случаи. Подростки, не выдержавшие издевательств над собой, сводили счеты с жизнью. Часто до такого их доводят не отчимы или мачехи, как мы привыкли считать, а их родители. Политикой Правительства РФ в настоящее время утвержден приоритет семейных интересов как главного гаранта здоровья и общества благополучие молодых поколений. По данным статистики за 2015г. жертвами жесткого обращения в семье стало больше 89 тыс. детей, а число смертей выросло за последнее время на 2 тыс. От насильственных действий родителей каждый год страдает 5 тыс. детей [1; 10].

Воспитание – это трудный процесс, необходимо заботиться о здоровье и благополучии ребёнка. Практика показывает, что даже в семьях, где царит гармония, и любовь к ребёнку в воспитательном процессе имеют место быть некоторые проявления насилия. Могут присутствовать телесные наказания, запугивание, ограничение свободы. При этом родители отдают себе отчет о том, что они нарушают права своего ребёнка [1; 13; 14].

Президентом Российской Федерации было поручено разработать современную и эффективную систему государственной политики в области детства. Проблемы детства и пути их решения были отражены в концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 [42].

Вопросы, касающиеся насилия в семье остаются открытыми, ученые изучают вопросы о психологическом насилии, причины и характер в семье и обществе. Как это повлияет на социализацию, способы профилактики этого феномена, возможности это преодолеть [10].

Исследованием вопросов насилия в семье занимались ученые: Ф.И. Минюшев, Т.П. Симеон и Г.Е. Сухарева.

Проблемы детско-родительских отношений изучали отечественные и зарубежные психологи: А. Адлер, К. Роджерс, З.Фрейд, Л.С. Выготский, А.С. Спиваковская.

Изучением последствий насилия у подростков занимались отечественные и зарубежные ученые-психологи: Н.В. Тарабарина, Э. Дюркгейм, Х. Вильфинг, Г.Паренс, А. Гутгенбюль.

Таким образом, проблема заключается в исследовании проблемы насилия в семье с учетом личностных особенностей и его профилактики путем разработки проекта.

Цель дипломной работы: исследование насилия и жестокости в семье, разработка проекта психопрофилактики для людей с учетом личностных особенностей.

Задачи исследования:

1. Проведение социально-психологического опроса
2. Диагностика жизнестойкости опрошенных респондентов
3. Проведение анализа проблем, приводящих к проявлению насилия
4. Разработка проекта психопрофилактики насилия в семье и рекомендаций по его реализации в работе с людьми с разным уровнем жизнестойкости.

Методологическая и теоретическая основа исследования: Теоретическая значимость исследования заключается в том, что исследование личностных особенностей человека и их связь с насилием в семье позволяет представить и обобщить картину поведения людей, переживших насилие в семье. Методологической основой исследования

является изучение домашнего насилия, его вид и классификации Л.С. Алексеева, Т.Р. Маслова.

Практическая значимость исследования:

На основе результатов, полученных во время исследования, составлен психопрофилактический проект, учитывающий личностные особенности людей.

Полученные данные в дальнейшем можно будет использовать для более широкого изучения личностных особенностей и для профилактической работы с лицами, пережившими насилие в семье.

Объект исследования: психопрофилактика насилия в семье.

Предмет исследования: связь между причинами насилия в семье и жизнестойкостью лиц, переживших насилие.

В соответствии с намеченной целью и задачами исследования были определены следующие методы:

1. Теоретический анализ психолого-педагогической литературы.
2. Социально-психологический опрос.
3. Диагностический метод.

Проектная идея: проведение программы профилактики насилия в семье будет способствовать формированию индивидуальных характеристик, внутренних мотивов для развития уровня жизнестойкости.

Информационная база исследования: теоретической и методологической основой работы являются наработки отечественных и зарубежных авторов.

Материалы исследования и описание проведения исследования были описаны в статье, которая была подготовлена для международного научно-практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» Проходившая в КГПУ им В.П. Астафьева с 11.03.21 по 28.05.21.

Работа состоит из введения, двух разделов, выводов, заключения, списка использованных источников. Во введении формулируются

актуальность исследования, его цели и поставленные задачи, определен объект и предмет, указаны методы исследования. Во втором разделе исследованы личностные особенности, проведен анализ социально-психологического опроса, разработан проект и рекомендации. Общее количество страниц работы равно 66, на которых размещено 3 рисунка и 4 таблицы. Общее количество использованных источников составляет 60.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАСИЛИЯ В СЕМЬЕ. ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ НАСИЛИЯ И ЕГО ОСОБЕННОСТИ

1.1. Насилие как социально – психологическая проблема

Проблема насилия и жесткого обращения является общей, этот вопрос рассматривался в различных научных областях: философии, психологии, педагогике. Каждая из этих дисциплин основана на своих принципах, категориях, традициях и использует свои собственные методы исследования в отношении этой проблемы. С биологической точки агрессия является реакцией на опасность. Проблема отягощена тем фактом, что насилию чаще подвержены пожилые люди, женщины, дети и люди с ограниченными возможностями [2; 5; 12].

Семейное насилие – это прямое принудительное воздействие, наносящее психологический, экономический, физический вред члену семьи, либо влекущее за собой ограничение его прав и свобод. Такой человек преследует цель сохранить власть и контроль. Он запугивает, внушает страх

Причины насилия в семье могут идти родом из детства. Если ребёнком была перенесена психологическая травма. Его били, унижали в детском возрасте, то пережив негативный опыт, повзрослев он, может начать вымещать внутренние комплексы на слабых, близких ему людей [17; 18; 19].

Личная неудовлетворенность собой вынуждает его вести себя таким образом. Такой человек повышает самооценку за счет близких людей, которые не в состоянии дать отпор самостоятельно. Также большинство агрессоров систематически употребляют алкоголь или наркотические вещества.

Считается, что насилие процветает в семьях неблагополучных или, что существует какой-то определенный тип людей, который может быть подвержен домашнему насилию [18; 19].

Актуальность исследования определяется повышением качества жизни, это заключается в том, чтобы создать безопасные условия жизни для

института семьи. В России нет единого подхода к определению понятий «насилие» и «жестокое обращение».

При упоминании проблемы часто использую другие понятия: эксплуатация, принуждение, манипуляция, но по факту это одна и та же проблема. Поэтому при столкновении с насилием люди не считают это таковым. К насилию в основном относят ущерб здоровью, то что, регулирует Уголовный кодекс РФ [10; 28; 51].

В Российском законодательстве нет конкретной статьи за насилие в семье. После принятия Законопроекта о декриминализации домашнего насилия. Который был подписан 7.02.2017 Президентом РФ Путиным В.В. Этот проект переводит побои в отношении близких родственников из разряда уголовных преступлений в административные правонарушения. После, количество семейного насилия выросло в два раза. Большинство людей, которые подвергаются домашнему насилию, молчат об этом [22; 25].

Такое молчание может стоить жизни 93% жертв таких преступлений женщины. Ежегодно 14 тыс. женщин и 2 тыс. детей погибают от жестокого обращения и 2 тыс. подростков заканчивают жизнь самоубийством, не выдержав такого натиска.

Киреев Г.Н. трактует это понятие как отношения между людьми, которые сложились на базе противоположного отношения к природным объективным условиям их существования [21].

Человек, перенесший травму насилия в детстве, во взрослом возрасте сталкивается с проблемами социальной адаптации. У него могут поменяться взгляды на жизнь. Человек может пристраститься к вредным привычкам [10].

Домашними тиранами могут быть не только мужчины, но и женщины. Домашнему насилию подвергаются несовершеннолетние дети. Родители по той или иной причине начинают издеваться над ребенком. Детям в этот период приходится терпеть различные натиски со стороны взрослых, избиения, унижения, оскорбления. Если кто-то в этот момент попытается вмешаться, то этот человек так же получает порцию оскорблений в свой

адрес. В семьях случается так, что родители оформили развод, а ребёнок остался с кем-то из родителей, чаще всего это мать. Позже в семью приходит отчим, и стремится принять участие в воспитании ребёнка своими методами. Если мать данное не пресекает, то это входит в норму. Часто, в неблагополучных семьях, где взрослые подвержены девиантному поведению, употребляют наркотические средства либо имеют алкогольную зависимость, рождается ребёнок. Мать и отец не отдают отчёта своим действиям, если ребёнок доживает до возраста, когда уже может самостоятельно себя обслужить, то родители могут заставить его работать, могут отдать ребёнка на развлечения другим лицам, получая взамен то, что им сейчас необходимо. Отсюда уже выливается проблема сексуального насилия либо рабства в малом возрасте [24; 52].

1.2. Насильственные действия в отношении несовершеннолетних

По данным Федерального закона несовершеннолетним считается лицо, не достигшее возраста восемнадцати лет [23].

Исходя из данных статистики МВД, в 2018 году преступлений против несовершеннолетних увеличилось на 5%, преступлений относительно половой неприкосновенности стало больше на 4,9%. Более 60% уголовных дел было возбуждено в отношении семей, в которых совершалось насилие над детьми [10; 29].

Такой опыт оказывает сильное эмоциональное влияние, это сказывается на переживании всей жизненной ситуации и отображается в дальнейшем на жизнестойкости ребёнка.

В странах Европы внимание на проблему насилия над детьми изучали с 60-х годов. Об этой проблеме упоминала Анна Фрейд в 1944 году, говоря о том, что нехватка витаминов и пищи может вызвать физические нарушения, но не всем известно, что бывает с психикой ребенка, когда не удовлетворяются его потребности. В США в 1963 году появились первые

законопроекты о злоупотреблении в отношении детей. Данные статистики США говорят о том, что ежегодно жесткому обращению подвергаются 1,5 млн. детей [32; 55].

Основными причинами проявления насилия в семье по отношению к детям являются стрессы, низкое финансовое состояние, уровень образования, развод между супругами, безработица [10; 32; 34].

В России насилие и жестокое обращение с детьми не считаются проблемами, которые требуют безотлагательного решения.

Говоря о насилии, употребляют два основных понятия: насилие над детьми и жестокое обращение от английского «maltreatment» – недостаточный уход. Данные термины используют в 10-й Международной классификации болезней и причин смерти для кодировки документов в лечебных учреждениях [29].

Термин «жестокое обращение» как юридическое понятие появился в Кодексе о браке и семье РСФСР в 1968 г. Жестокое обращение было включено в основания для лишения родительских прав. Позже в 1996 г. в Уголовный кодекс РФ включили статью 156, она предусматривала ответственность за неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетних [52].

Общество путает понятия «воспитание» и «насилие». Избиение ребенка ремнем понимается взрослым как забота и мера воспитания. Часто прослеживается такая фраза от родителей «меня били в детстве и ничего» [35].

Телесные наказания для ребенка являются нормой для большинства родителей, считаются как благо ребенку.

Подростки, пережившие насилие, больше подвержены депрессивным состояниям и непринятию себя как личности. Они утрачивают способность адекватно воспринимать окружающих, и тем самым в них растет чувство недоверия ко всем.

Немаловажную роль в отношении детей и родителей играет общество и

современная медицина. Все родители хотят для своих детей хорошее будущее, стараются, обеспечивают. Но именно страх за это будущее и пробуждает в родителях агрессию:

1. Ребёнок плохо успевает в школе;
2. Плохое поведение;
3. Оценочные суждения окружающих;
4. Мнения не компетентных специалистов.

Каждая из форм насилия отличается собой, но все они связаны собой одним – ребенок, получает один и тот, же результат – сильную эмоциональную травму.

К жестокому обращению относится:

1. Физическое насилие;
2. Эмоциональное насилие;
3. Сексуальное насилие;
4. Пренебрежение ребенком.

Физическое насилие:

Это жестокое обращение с детьми проявляется в виде нанесения травм, увечий. Родители или другие взрослые, несущие ответственность за ребенка, осуществляют такую форму насилия преднамеренно, или из-за не контроля своих действий [36; 39; 52].

В случае преднамеренного наказания избивание сопровождается мыслью наказать ребёнка. Но здесь необходимо уметь распознавать грань, где воспитание или жестокость. Битье в целях воспитания оправдывается взрослыми тем, чтобы научить ребёнка. Если наказание перерастает в синяки или переломы можно говорить о физическом насилии над детьми. Но в любом случае избивание ребёнка не поощряется, ни в каких целях.

Эмоциональное насилие:

Эмоциональное насилие периодическое, длительное или постоянное психическое негативное воздействие родителей и других взрослых на ребёнка, приводящее к формированию у него патологических черт характера

или же тормозящее развитие личности.

Этот вид насилия является самым распространённым и жестоким видом насилия над детьми. Он оказывает сильнейшее влияние на психику ребёнка. Часто эмоциональное насилие трудно распознать. Люди, которые используют психологическое насилие, как правило, имеют ряд психических расстройств.

Сексуальное насилие:

Взрослый использует ребёнка для удовлетворения своих сексуальных желаний. Принуждает его к сексуальным действиям. Трогает ребёнка за гениталии, фотографирует, снимает на видео.

Такой вид насилия всегда приводит к тяжелой психологической травме. Дети подверженные сексуальному насилию, не осознают этих действий, и не способны дать отказ. Сексуальному домогательству подвергаются дети и подростки.

Пренебрежение ребенком:

Это форма насилия проявляется, тем, что родители зачастую оставляют своих детей в опасных ситуациях, не заботятся об их здоровье, не удовлетворяют первичных потребностей. Данная ситуация усугубляется проявлением вредных привычек родителей (наркомания, алкоголизм).

Родители не подают документы в образовательные учреждения, дети скитаются по улицам, довольно часто у детей учащаются случаи правонарушений. Младенцы нередко погибают в таких семьях. Дети подверженные пренебрежению взрослыми остаются без возможности нормального существования [36; 39; 40].

Среди различных видов насилия можно выделить еще один вид, о нём часто не подозревают и не замечают – насилие с экрана.

Все люди пользуются современными гаджетами, социальными сетями, смотрят телевизор. Подростки нового поколения все свободное время проводят там. Около 61% программ содержат в себе сцены насилия, музыкальные клипы содержат в себе нецензурные сцены и насилие. Шутки

взрослых и сверстников содержат различные нецензурные реплики, насмехательство над людьми.

Ученый-психолог Альберт Бандура проводил психологический эксперимент «Кукла Бобо». Суть эксперимента заключалась в изучении того, что влияет ли насилие, наблюдаемое детьми с экранов, на формирование агрессивного поведения.

В ходе эксперимента детям было представлено две модели поведения: агрессивная и неагрессивная. Участниками эксперимента стали дети из детского сада при Стэнфордском университете, их возраст составлял от 3 до 6 лет. Психолог оценил имеющийся уровень агрессии. Детей со средним уровнем агрессии ученый разделил на две группы [45].

Эксперимент проходил с каждым ребенком индивидуально для того, чтобы исключить постороннее влияние.

Во время проведения эксперимента ребенку показывали фильм, в котором была представлена сцена избиения человеком надувной куклы «Бобо» ростом около 1 метра. Человек в фильме бил куклу, кидался в неё тяжелыми предметами, швырял. Концовка фильма была разной, где-то человека, избившего куклу, поощряли, где-то наказывали или он, просто молча, выходил из комнаты [45].

Далее детей приводили в комнату, где было множество игрушек, но им не разрешали играть с ними. Затем их заводили в комнату, где была кукла, вокруг неё было различное количество игрушек агрессивных, таких как молотки, биты или просто игрушки. Дети играли с этой куклой и игрушками, экспериментаторы через зеркала наблюдали за их поведением.

Результаты эксперимента были следующими: дети в отсутствие взрослых показали то поведение, которое было продемонстрировано им на экране. Изначально учёный предполагал, что дети с низким уровнем агрессивности будут менее выражено проявлять данное поведение. По итогам эксперимента ученые установили, что детям были важны гендерные

различия, мальчики стремились применить различные виды насилия, девочки ограничились одним каким-то действием [45; 48; 50].

В результате агрессивное поведение, проявленное взрослым, дало понять детям, что такое тоже приемлемо. Как результат у детей закрепились данная модель поведения.

Сегодня психологи до сих пор продолжают изучать влияние наблюдаемого насилия на экране на поведение детей. Всё ещё стоит вопрос, приводит ли увиденное к дальнейшему проявлению агрессивного поведения.

В сети Интернет несколькими нажатиями клавиш можно найти любую информацию, содержащую в себе сцены сексуального характера или жестокости.

Дети и подростки легко впитывают эту информацию, перенимают поведение своих кумиров, копируют нецензурную лексику, грубое поведение. Так же последнее время стало модно снимать на видеокамеру телефона различные видео, содержащие в себе жестокое отношение к окружающим, животным, грубые шутки. Подростки, находящиеся в пубертатном периоде, могут строить отношения с противоположным полом, просить фотографии интимного характера, а затем шантажировать свою бывшую возлюбленную этим. Говорить о том, что, если ты не будешь делать, так как я хочу, эти фото увидят твои родители, друзья. Тем самым проявляя психологическое или физическое насилие [43; 46].

Взрослые используют различные методы, чтобы добиться послушания ребёнка. Они применяют психологические ловушки, манипуляции «будешь плакать, отдам «той тётке», обман. Обесценивают ребёнка и его поступки «ничего сделать нормально не можешь», «ну и что, что у тебя по физкультуре пятерка, зато по математике тройка» Поддаваясь на эти провокации, у ребёнка формируется неправильное восприятие мира, он начинает думать, что любовь нужно заслужить. Если буду плохо учиться, мама не будет меня любить, я маленький значит, моё мнение ничего не значит [39; 40].

Испытав на себе насилие, ребенок становится подавленным и

неспособным занять в жизни активную позицию. Последствия влияют на психику, это отражается во взрослой жизни. Такие последствия находят свое отражение в психосоматических заболеваниях, злоупотреблении наркотиками, алкоголем. Они страдают низкой самооценкой, в подростковом возрасте проявляется замкнутость, отсутствие друзей, непринятие своей внешности особенно девочками. Отсутствие отношений в будущем с противоположным полом. Если не пресекать такие отношения, то это станет нормой в семье, и вероятнее всего ребёнок перенесет данную модель поведения на окружающих.

Насилие в семье над взрослым человеком приравнивается к административному наказанию, жестокое обращение с детьми регулируется Уголовным кодексом Российской Федерации, статья 156 [52].

1.3.Методики для изучения проблемы насилия в семье

В данном разделе будут описаны методики, которые можно применить для выявления фактов насилия в семье, над несовершеннолетними, и взрослыми.

Методика направлена на диагностику агрессивного поведения.

Опросник Басса-Дарки был разработан в 1957 году, он предназначается для диагностики враждебного и агрессивного поведения. Агрессивность это – устойчивая характеристика субъекта. Целью такого поведения является причинения вреда окружающим. Враждебность это – недоброжелательное отношение, желание причинить вред, может проявляться через самоутверждение путём насилия [25; 26].

Данную методику так же можно использовать для изучения феномена насилия.

В методике выделяются такие виды реакции как:

1. Физическая агрессия – проявление насилия к другому лицу
2. Косвенная – агрессия, окольным путем направленная на другое

лицо или ни на кого не направленная.

3. Раздражение – проявление негативных чувств, при любом раздражении;

4. Манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов;

5. Обида, ненависть, зависть к окружающим за действительные и вымышленные действия;

6. Подозрительность – недоверие, осторожность по отношению к другим;

7. Вербальная агрессия - негативные чувства к окружающим через выражение негативных чувств или через слова угрозы, оскорблений;

8. Чувство вины – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести;

Плюсы опросника в удобстве структурирования ответов. Вопросы составлены таким образом, чтобы испытуемый не чувствовал дискомфорта при ответе на вопросы. Это очень важно, так как в дальнейшем может затруднить интерпретацию ответов [21; 46].

Из недостатков лишь, то, что одной этой методики недостаточно для изучения феномена насилия.

Следующая методика подходит как для детей, так и для взрослых. Она позволяет выявить личностные черты, бессознательных личностных конфликтов и установок.

Проективная методика «Рисунок несуществующего животного».

Автором методики является практический психолог Майя Захаровна Дукаревич.

Цель данной методики: определение степени тревожности испытуемого, его самооценки и других важных особенностей подрастающей личности.

Тестирование предполагает изображение несуществующего в природе

животного. Эта методика обследования – одна из самых информативных из всех рисуночных способов диагностики. Она используется параллельно с другими психологическими тестированиями. Этот способ помогает составить более ясную психологическую картину [17; 18].

Для выполнения теста, испытуемому предлагаются цветные карандаши (при работе с карандашами легче отследить линию нажима), лист бумаги. Время работы 3-5 минут. При проведении (для детей) необходимо дать некоторые инструкции:

1. Нарисовать именно такое животное, которое нельзя нигде увидеть.
2. Обязательно нарисовать все части тела, которые есть у животного.
3. Дать название.

После выполнения нужно подробно записать все ответы на вопросы.

1. Где существо живёт?
2. Чем питается?
3. Что любит делать больше всего?
4. Чем не любит заниматься?
5. Есть ли у него друзья, кто они?
6. Кто живёт с ним вместе?
7. Кто его враги, если есть?
8. Чего он боится больше всего?

Здесь большое значение имеет фантазия, и умение отобразить задуманное на бумаге. Изображение несет в себе эмоции, которые присутствуют у испытуемого. Так же можно сказать о наличии социальных проблем.

Методика Шкала личностной тревожности (Прихожан А.М.).

Подходит для подростков.

Данная методика позволяет выделить области вызывающие тревогу у подростка, и не зависит от умения подростка распознавать переживания.

Методика является бланковой, ее можно проводить в группе. В бланк заносятся некоторые сведения об испытуемом. Она состоит из 2 форм, одна форма для подростков 10–12 лет, вторая для 13–16 лет, инструкции идентичны.

Для выполнения необходимо в бланке отметить и обвести круг с цифрой обстоятельства в зависимости насколько оно неприятно.

Обработка ответов каждый пункт шкалы оценивается количеством баллов. Подсчитывается общая сумма баллов по шкале и отдельно по субшкале. Сумма этих баллов представляется первичной оценкой. Затем ее переводят в шкальную. Затем результат интерпретируют как показатель общего уровня тревожности по субшкалам отдельных видов тревожности. И после баллы переводят в оценку.

Еще одна методика для выявления агрессивного поведения у взрослых.

Методика «Handtest» или тест руки. Автор Э. Вагнер.

Тест относится к проективной методике, помогает исследовать личность для диагностики агрессивности среди взрослых, так же с помощью него можно спрогнозировать склонность к агрессивному сексуальному поведению.

Методика представлена из 9 карточек с разными изображениями кистей рук и одной пустой карты. Респонденту показывают карточки, задают ряд вопросов. «Что, по Вашему мнению, делает эта рука?» Если человек затрудняется ответить, перефразируют вопрос «Что, делает человек, которому принадлежит эта рука?» Назовите варианты. Во время проведения теста, необходимо называть как можно больше вариантов.

Затем показывают пустую карту, и дается инструкция, «представьте какую-нибудь руку и опишите те действия, которые она может выполнять». В бланк заносится время выполнения задания, и фиксируются результаты.

При интерпретации результатов подсчитывается количество ответов. Затем осуществляется определение ответов по оценочным категориям. Далее подсчитывают общее количество ответов каждой из категорий. И на

заключительном этапе процент ответа по категориям к общему количеству ответов.

«Дом - дерево - человек» является также проективной методикой. Была разработана в 1938 американским психологом Джоном Баком. Методика позволяет выявить:

1. Чувство тревоги;
2. Незащищённость;
3. Неуверенность в себе;
4. Наличие конфликтов;
5. Трудности в общении;

Данный вид теста, применяя к проблеме насилия необходимо учитывать все эти симптомокомплексы для получения корректных данных.

Для выполнения потребуется простой карандаш и лист бумаги. Лист предварительно необходимо свернуть пополам, расположить горизонтально, каждая часть листа подписывается «дом» «дерево» «человек».

В инструкции просят нарисовать как можно лучше эти три объекта. Время на рисование не ограничивается, во время рисования можно следить за эмоциями, мимикой и жестами. После окончания рисования задаются вопросы по рисунку, записываются ответы и тогда составляется интерпретация результатов.

Диагностика представлений ребёнка о насилии «незаконченные предложения»

Разработчиком методики является Волкова Е.Н.

Это проективная методика предназначена для диагностики эмоционального состояния ребёнка и представлений о насилии. Методика предназначена для подросткового и юношеского возраста. Её можно использовать как в индивидуальной, так и в групповой работе. С её помощью исследуется, какое представление ребёнок имеет о насилии, какие эмоции он испытывает, как ведёт себя в ситуации насилия.

В инструкции предлагается некоторое количество предложений, и

ребёнок должен их закончить

Методика «интервью» автор Волкова Е.Н.

Данная методика так же применяется для диагностики случаев насилия с детьми.

В процессе проведения диагностики, ребёнку предлагают ответить на вопросы не про себя, а про другого ребёнка. Ребёнок начинает рассказ, по рассказ можно определить состояние ребенка и его ситуации.

Рассмотрев данные методики, мы можем сделать вывод о том, чтобы использовать их необходимо соблюдать правила применения, цели и возрастную аудиторию. Так же некоторые методики рекомендуется использовать в паре. Только при соблюдении всех правил, можно говорить о точной интерпретации результатов [17; 19; 22].

1.4.Отечественный и зарубежный опыт работы с лицами, пережившими насилие

Семейное насилие является проблемой не только в России, это всемирная проблема. Нарушение прав женщин идет еще со средних веков. Но со временем в изменившихся условиях это искореняется [1; 10].

В современном мире положение женщин бывает не очень выгодным для них. Многие кто полностью зависит от мужчин, сталкиваются с насилием в семье. Часто такое отношение встречается в мусульманских семьях, где женщины не имеют право голоса, у некоторых народов сохранилась традиция воровать невесту и насильно выдавать замуж.

По статистике в США каждые 15 минут женщина подвержена побоям со стороны мужчины. Физическому насилию в Великобритании каждая четвертая женщина. В Австрии 54% убийств совершаются в семьях [7; 8].

Впервые исследования проводились Л. Шерманом и Р. Берксом в 1984г. Это стало основой законодательства для ареста и судов по делу о домашнем насилии.

Защите интересов женщин были проведены исследования учеными М. Котлером, Е. Бушбайндером, Ч. Хана, авторы выступили против того, что женщина воспринимается как пассивная жертва [8; 9].

Впервые насилие было признано проблемой национального масштаба в США. В течение с 60–80 года, было бездействие в отношении насилия.

Страны Европы придерживаются международных правовых актов по защите женщин от насилия, к ним относится Конвенция совета Европы №2010 – Стамбульская конвенция, которая звучит так «О предупреждении и пресечении насилия в отношении женщин» [49].

В США находится центр по разработке теоретическо-методологической базы и инструментов для изучения домашнего насилия. Полиция не значимый орган в решении данной проблемы, этим занимаются горячие линии по поддержке женщин 24 часа в сутки. Структура этих линий строится на психологической поддержке женщины, которую готовы выслушать и дать совет. Так же в США, как и в ФРГ, существует отдел по борьбе с домашним насилием, который ограничивает либо запрещает виновнику приближаться к месту нахождения жертвы [12; 16].

В ФРГ феномен насилия распространен достаточно сильно, особое внимание уделяется данной проблеме. Эта ответственность возложена на министерство по делам семьи, оно занимается профилактической работой. В Германии также существует закон, который звучит как – Гражданско-правовая защита от насилия и преследования». Согласно данному закону факт насилия рассматривается как опасное общественное деяние. Полиция вправе арестовать домашнего тирана, и запретить доступ к месту нахождения жертвы. Женщину, подвергшуюся такому нападению, информируют о возможностях защиты, при наличии угрозы она может покинуть свое место жительства и на время поселится в доме защиты для женщин [17; 19].

Рассмотрим социальный опыт реабилитации женщин в Швеции.

Современное шведское общество сегодня пользуется повышенным вниманием не только в нашей стране, но и практически во всех регионах

мира. Одна из самых заметных черт социальной организации защиты населения – это повышенное внимание к кризисным ситуациям. Это охватывает все сферы жизни человека, личные и трудовые. Данная процедура длится на всех этапах жизни.

Эта характеристика личной защиты обеспечивается, с одной стороны, специальными учреждениями, а с другой – повышенным вниманием к этой проблеме в обычных учреждениях социальной защиты.

Такой подход к обеспечению социальной защиты основан, помимо специальной налоговой системы и развитого местного самоуправления, на развитом социальном мышлении управленческого актива и на массовом характере. Ценность жизни и забота о защищённости в Швеции не просто идеологическая декларация, она имеет глубокие социальные формы.

Для реабилитации женщин в Гетеборге функционирует женский кризисный центр, всего их три в городе. Данные центры находятся на городском бюджете.

Он представлен жилым комплексом из нескольких квартир, которые обслуживаются персоналом, так же там действует телефон доверия. Центр отдален и засекречен. Во время нахождения в центре женщина не может контактировать с обидчиком. Встреча будет возможна через длительное время за пределами учреждения.

Пациенты живут здесь до 4-х месяцев. В это время персонал в лице психологов, социологов, юристов и социальных работников снимают стрессовое состояние. Они анализируют причины и характер кризиса отношений, и выбирают путь выхода из ситуации, обдумывают о дальнейших перспективах жизни [21; 24].

Женщины, которые находящиеся в центре продолжают работать, в организации быта ей помогают сотрудники центра. Центр так же оказывает консультативную деятельность, женщины получают не только консультацию, но и в дневное время, возможность несколько дней пробыть в центре, пережить стрессовую ситуацию и нормализовать социальные связи.

В Стокгольме существует программа реабилитации «Vup-Elefanten». Эта программа разработана для лиц, переживших насилие в детстве, но не обращавшихся за помощью в кризисный центр. Она подходит женщинам и мужчинам, которые подвергались жестокому обращению в период роста. Основой программы являются терапевтическая работа с кризисом и травмами.

Часто у людей, пострадавших от жесткого обращения в детстве, проявляется посттравматический синдром. Он проявляется в кошмарных снах, болезненных воспоминаниях и панических атаках.

Основной целью реабилитационной работы является помощь индивидам:

1. Восстановление чувства собственного достоинства;
2. Развитие социальных качеств индивида;
3. Не принимать позицию жертвы в других отношениях;
4. Найти свои источники наслаждения и радости;
5. Изобразительная терапия;
6. Двигательная терапия;
7. Групповая терапия;
8. Сетевая терапия;

Реабилитация имеет упор на индивидуальные и семейные отношения реабилитации. Чем раньше пройти терапию у специалиста, тем лучше.

Программа реабилитации жертв насилия Калифорния, США

Данный подход построен на групповом консультировании. В первую очередь с клиентом проводят индивидуальное консультирование. На третьем этапе проводится терапевтическая работа с семьей в форме группового обсуждения и дискуссий на тему кризиса, развода.

Группы делятся на мужские, женские и парные. В женских группах женщины, пострадавшие от сексуального насилия со стороны мужа. В группе обсуждаются такие проблемы как неуверенность в будущем, обвинение себя за такое поведение и боязнь новой жизни [21; 24; 26].

В мужских группах мужчины, подвергшие женщин сексуальным посягательствам и другим нарушениям. Цель этой группы состоит в том, чтобы мужчина понял и признал свою ответственность за деяние.

Парные группы состоят из пар, которые могут быть в браке или нет. До этого они были в разных группах. Этот этап считается самым важным. Цель в том, чтобы честно говорить, друг с другом, обговорить надежды, обсудить вещи, которые раньше не обсуждались.

Работа с жертвами в Израиле осуществляется путем создания убежища для женщины, в котором она может находиться, до того пока не вернется к обычной жизни. Вне убежища государство помогает женщинам финансово в течение года. Кроме убежищ для женщин, существуют кризисные центры для мужчин, которые проявили агрессию, с ними работают психологи в индивидуальном или групповом формате. Во время занятий они прорабатывают внутренние убеждения, учатся самоконтролю.

Для социальной работы с жертвами насилия в России существует достаточное количество кризисных центров вот несколько из них.

1. «Насилию.нет»

Это не коммерческая организация, она занимается проблемой домашнего насилия, насилия над женщинами и детьми, а также вопросами гендерного равенства. Этой организацией было разработано мобильное приложение для помощи в трудной ситуации. С помощью приложения один нажатием клавиши жертва отправляет сообщение с просьбой о помощи и свое местоположение. Его получают все, кого человек указал в контактах данной программы.

2. Национальный центр по предотвращению насилия «АННА»

Центр занимается профилактикой различных форм насилия в отношении женщин. В центр входит более 150 государственных и российских общественных организаций, работающих с данной проблемой.

3. Центр экстренной психологической помощи МЧС России занимается психологической помощью пострадавших при чрезвычайных

ситуациях

4. Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры»

Один из самых первых кризисных центров на территории бывшего СССР. По телефону доверия любой анонимно может получить квалифицированную помощь. Так же записаться на очную встречу с психологом, юристом или получить медицинскую помощь.

5. Кризисный центр помощи женщинам и детям.

Центр находится в Москве, он помогает женщинам и детям, попавшим в трудную ситуацию. В центре работают квалифицированные психологи, которые окажут помощь женщинам, несовершеннолетним матерям, женщинам в разводе. Помогут проработать психологические травмы.

6. Кризисный центр для женщин ИНГО

Находится в Санкт-Петербурге, это институт недискриминационных гендерных отношений. Оказывает помощь женщинам, пострадавшим от сексуального и физического насилия, торговли людьми.

7. Центр экстренной психологической помощи Московского психолого-педагогического университета.

Консультация детей, родителей и работников сферы образования.

8. Кризисный центр «Екатерина»

Общественная организация занимается оказанием социальной, юридической, психологической помощи женщинам, пострадавшим от домашнего насилия

9. «Спасение»

Кризисный центр для женщин в Химках. Муниципальный центр оказывает помощь женщинам, которые живут в городе Химки. Центр оказывает психологическую, юридическую помощь и организывает различные тренинги.

Работа за рубежом с лицами, пережившими насилие, осуществляется, похоже, как и в России, там существуют различные реабилитационные центры и программы. Проходя реабилитацию люди, получают психологическую

помощь, менее болезненно переживают события своей жизни и учатся жить заново, не боясь за себя [42; 47].

1.5. Концепция изучения жизнестойкости зарубежными и отечественными учеными

Изначально понятия жизнестойкость не существовало. Различные ученые окрестили данное понятие как: жизнетворчество, жизнеспособность, антихрупкость, упрямство духа.

Впервые термин *hardiness* («выносливость», «устойчивость») был предложен американскими психологами Сальваторе Мадди и Сьюзен Кобейс. Это подразумевалось как способность преодоления трудностей, умение пережить трудности и противостоять им. В начале 2000-х года, отечественный психолог Дмитрий Леонтьев предложил обозначить этот термин как жизнестойкость. Данный термин сейчас активно используется в психологии стресса. Жизнестойкость в зарубежной и отечественной психологии исследовалась в три этапа:

1. Поиск индивидуальных характеристик, которые могут способствовать развитию жизнестойкости человека.
2. Изучение факторов жизнестойкости, которые помогают развитию жизнестойкости через какой-либо процесс, помогающий справляться с трудной жизненной ситуацией.
3. Внутренние мотивы, их исследование. Мотивация к самореализации и поиску смысла жизни и гармонии с собственным «Я».

В структуре жизнестойкости С. Мадди выделял три главных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска.

1. Вовлеченность – убеждение о том, что вовлечение в жизнедеятельность дает способность найти личности то, что ему интересно и необходимо. Человек, у которого развит этот компонент, обладает большей мотивацией и способен к активной самореализации.

2. Контроль – убеждение о том, что борьба с жизненными обстоятельствами может повлиять на судьбу. Такие люди способны самостоятельно делать выбор, определять свой путь.

3. Принятие риска – понимание того, что любая ситуация несёт в себе опыт не важно какой, положительный или отрицательный. У данного компонента есть так же обратная сторона. Боязнь принятия новых решений в пользу безопасности [23].

Мадди рассматривал влияние жизнестойкости не только как самозащиту, но и как отношения в социуме, взаимодействие с окружающим миром, умение проявлять поддержку и интерес.

Учёный воспринимает жизнестойкость как процесс творческого преобразования себя и мира. Психолог выделял такие факторы влияния как:

1. Наследственность;
2. Психическая напряженность;
3. Стрессы;
4. Проблемы со здоровьем;
5. Соматические заболевания;
6. Способность жизнестойкости;
7. Социальный отклик;
8. Образ жизни;

Чем большую выраженность имеют данные компоненты, тем ниже уровень стресса, они дополняют друг друга и помогают легче переносить жизненные трудности. Развитие компонентов жизнестойкости проявляется как один из главных параметров индивидуальной способности к формам саморегуляции, тем самым предупреждая развитие пагубных привычек и дезадаптацию в социуме [23].

Позже ученый привел пять основных механизмов жизнестойкости. Эти механизмы работают как защита для психологического и физического здоровья.

1. Жизнестойкие убеждения – оценка жизнестойкости на основе

ОСНОВНЫХ КОМПОНЕНТОВ

2. Создание мотивации к совладению – способность активно действовать в стрессовых ситуациях;
3. Усиление иммунитета через психическую и физическую деятельность;
4. Повышение ответственности за свое здоровье;
5. Поиск социальной поддержки для совладения с собственным я, через развитие навыков социальной перцепции;

Американским психологом С. Мадди, был разработан опросник Hardiness Survey, он был разработан в рамках изучения феноменов, которые помогают успешно справляться со стрессовыми ситуациями. Изначально вариант опросника состоит из 18 пунктов, которые включают в себя вопросы прямого и обратного характера, они охватывают все три шкалы жизнестойкости. Апробирован был на 430 менеджерах ИВТ, которые были подвержены стрессу в связи с изменениями условий в компании. Окончательную версию опросника были включены надёжные пункты, их валидность оценивалась в возможности предсказать развитие соматического заболевания при проявлении стресса в течение одного года после измерения жизнестойкости [23].

Позже данный опросник был адаптирован Д.А.Леонтьевым Е.И. Рассказовой как «Тест жизнестойкости».

Русскоязычный тест состоит из 45 вопросов, измеряет три шкалы, они же компоненты жизнестойкости: вовлечённость, контроль и риск. На основе суммы шкал рассчитывается уровень жизнестойкости.

Для более короткого исследования применяется шкала «Шкала удовлетворённости жизнью» Е. Динера в адаптации Е.Н. Осина и Д.А. Леонтьева.

Отечественный психолог Александрова Лада Анатольевна описывает жизнестойкость как совладение с жизненными трудностями как «способность личности к трансформации неблагоприятных обстоятельств

своего развития» Она выделяет три компонента, которые отличаются от концепции С. Мадди. Эти компоненты звучат так:

1. Личностные ресурсы, которые обеспечиваются стратегиями совладения;
2. Осмысление жизнестойкости и жизнь человека;
3. Гуманистическая этика, устанавливающая критерий выбора смысла, средств его достижения и решения жизненных проблем;

Не менее важен для феномена жизнестойкости эмоциональный интеллект. Для успешной реализации личности в жизни и работе необходимо уметь понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакции окружающих, а также уметь регулировать собственные эмоции при принятии решений [23].

Исследование жизнестойкости отечественными и зарубежными психологами отличаются системностью, учётом ценностных и духовных аспектов, а также мотивацией и ответственностью.

Отечественная психология в последнее время поднимает проблему жизнестойкости, но пока единого подхода к данному феномену не сформулировано.

Интерес ученых данному феномену со временем будет только увеличиваться, это обусловлено тем, что необходимо решать различные задачи. Отечественный психолог С.В. Книжникова рассматривала жизнестойкость как профилактику для суицидального поведения, а Д.А.Леонтьев убежден, что в будущем тест жизнестойкости можно будет проводить для исследования психическим травм у человека [23].

Выводы по главе 1

Проблема агрессивного поведения личности приобретает значение в условиях современного российского общества. Увеличение преступности среди несовершеннолетних, проявление негативных аспектов развивающейся личности. Насилие как феномен трудно для изучения, вопросы, касающиеся насилия в семье остаются открытыми, ученые изучают вопросы о психологическом насилии, причины и характер в семье и обществе. Как это повлияет на социализацию, способы профилактики этого феномена, возможности это преодолеть. Анализ литературы по проблеме насилия показывает, что тема актуальна, но изучена минимально.

Существует много различных подходов к изучению конфликтных ситуаций. Наиболее распространённым является подход Курта Левина о «конflikте между собственными и вынуждающими силами» и взгляд американского психолога Мортон Дойча на конфликт как на конкуренцию.

Семейное насилие – это прямое принудительное воздействие, наносящее психологический, экономический, физический вред члену семьи, либо влекущее за собой ограничение его прав и свобод.

В России нет единого подхода к определению понятий «насилие» и «жестокое обращение».

Домашнему насилию подвергаются несовершеннолетние дети. Такой опыт оказывает сильное эмоциональное влияние, это сказывается на переживании всей жизненной ситуации и отображается в дальнейшем на жизнестойкости ребёнка. Испытав на себе насилие, ребенок, становится подавленным и неспособным занять в жизни активную позицию. Становится агрессивным, озлобленным на окружающий мир. У детей, механизмы регуляции и контроля собственного развития не сформированы, а только находятся в стадии становления [10; 11].

Для изучения проблемы насилия в семье используются различные методики для взрослых и подростков. Чтобы использовать методики необходимо соблюдать правила применения, цели и возрастную аудиторию.

Так же некоторые методики рекомендуется использовать в паре.

При проявлении насилия снижается общая жизнестойкость человека. Страдают компоненты жизнестойкости. Интерес к данному феномену только увеличивается это обусловлено нынешними обстоятельствами нашей жизни.

Жизнестойкость влияет на оценку ситуации, она помогает принимать взвешенные решения и быть уверенным в себе, так же она способствует преодолению сложных жизненных ситуаций. Это феномен проявляет себя как забота о психологическом и физическом здоровье. Жизнестойкость также способствует умению саморегуляции деятельности, в продолжительной монотонной деятельности [23].

До сих пор нет единого мнения по многим вопросам этого феномена. Рассмотренные концепции свидетельствуют о разности исследований феномена на различных уровнях от психофизиологического до социального взаимодействия.

ГЛАВА 2. ПСИХОПРОФИЛАКТИКА НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОСТИ В СЕМЬЕ

2.1. Предпроектное исследование представлений о причинах насилия в семье у людей с разным уровнем жизнестойкости

Весомую часть жизни человека составляет развитие, адаптация. Жизнь в современном обществе предъявляет сложные требования: быть терпимым к неопределенности, устойчивым к стрессам, продуктивным в быстро меняющихся условиях существования.

Зачастую стимулом выбора этих путей являются стрессовые ситуации, которые, буквально вынуждают, человека к движению.

Но ресурсы, навыки и способности человека ограничены, и всегда есть шанс остановиться и потерпеть неудачу.

Для исследования феномена насилия в семье было проведено предпроектное исследование жизнестойкости по методике тест «жизнестойкости» С. Мадди, в адаптации Е.И. Рассказовой, и социально-психологический опрос о причинах насилия, о том, как воспринимаются причины насилия в семье.

В исследовании принимало участие 297 человек в возрасте от 18 лет до 60 лет.

Значения жизнестойкости по методике С. Мадди в адаптации Е.И. Рассказовой. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1

Уровень жизнестойкости

Низкие значения жизнестойкости	< 66
Среднее значение	67–97
Высокий уровень жизнестойкости	> 97

После проведения опроса был посчитан общий уровень жизнестойкости респондентов:

1. Низкий уровень жизнестойкости имеют 82 человека;
2. Средний уровень преобладает у 161 человека;
3. Высокий уровень у 54 человек;

Результаты исследования уровня представлены на рисунке 1.

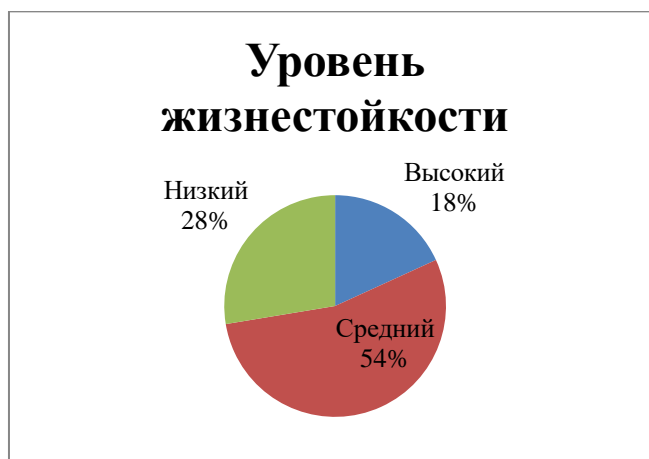


Рисунок 1. Процентное распределение респондентов с разными уровнями жизнестойкости (n=297)

При проведении социально-психологического опроса, респондентам необходимо выбрать причины, которые они считают наиболее частыми причинами насилия. Данные рейтинга причин представлены в таблице 2.

Таблица 2

Рейтинг причин

	Причины	Уровень жизнестойкости		
		Низкий	Средний	Высокий
1.	Агрессивность характера	25%	54%	21%
2.	Необходимость поддерживать властный статус в отношениях	27%	56%	17%
3.	Плохой контроль себя вследствие употребления алкоголя	26%	57%	17%
4.	Агрессия, вызванная проблемами в других сферах жизни, например, на работе или дома	28%	50%	22%
5.	Наличие соперников в отношениях, поводов для ревности	23%	63%	14%

Окончание таблицы 2

Причины		Уровень жизнестойкости		
		Низкий	Средний	Высокий
6.	Необходимость контроля ситуации	45%	48%	7%
7.	Низкая самооценка, стремление возвысить себя	27%	53%	20%
8.	Детские травмы (опыт переживания насилия в детстве)	19%	59%	22%
9.	Случайность – человек, ставший жертвой насилия, попал «под горячую руку», что-то сделал не так	11%	67%	22%
10.	Провоцирует поведение «жертвы» (как бы призывает «пни меня»)	20%	50%	30%

Группа с низким уровнем жизнестойкости в опросе чаще всего отмечала такие причины, как:

1. Агрессия, вызванная проблемами в других сферах жизни, например, на работе процент ответов составил –28%;
2. Необходимость контроля ситуации процент ответов составил – 45%;
3. Низкая самооценка, стремление возвысить себя процент ответов составил–27%;

Группа респондентов, которой присущ средний уровень жизнестойкости в опросе отмечала чаще всего такие причины:

1. Плохой контроль себя вследствие употребления алкоголя процент ответов составил –57%;
2. Наличие соперников в отношениях, поводов для ревности процент ответов составил – 63%;
3. Детские травмы (опыт переживания насилия в детстве) – процент ответов составил – 59%;
4. Случайность – человек, ставший жертвой насилия, попал «под

горячую руку», – процент ответов составил – 67%;

Группа людей с высоким уровнем жизнестойкости отмечали такие причины:

1. Агрессия, вызванная проблемами в других сферах жизни, например, на работе или дома, процент ответов составил 22%;

2. Детские травмы (опыт переживания насилия в детстве), процент ответов 22%;

3. Провоцирует поведение «жертвы» (как бы призывает «пни меня»), процент ответов 30%;

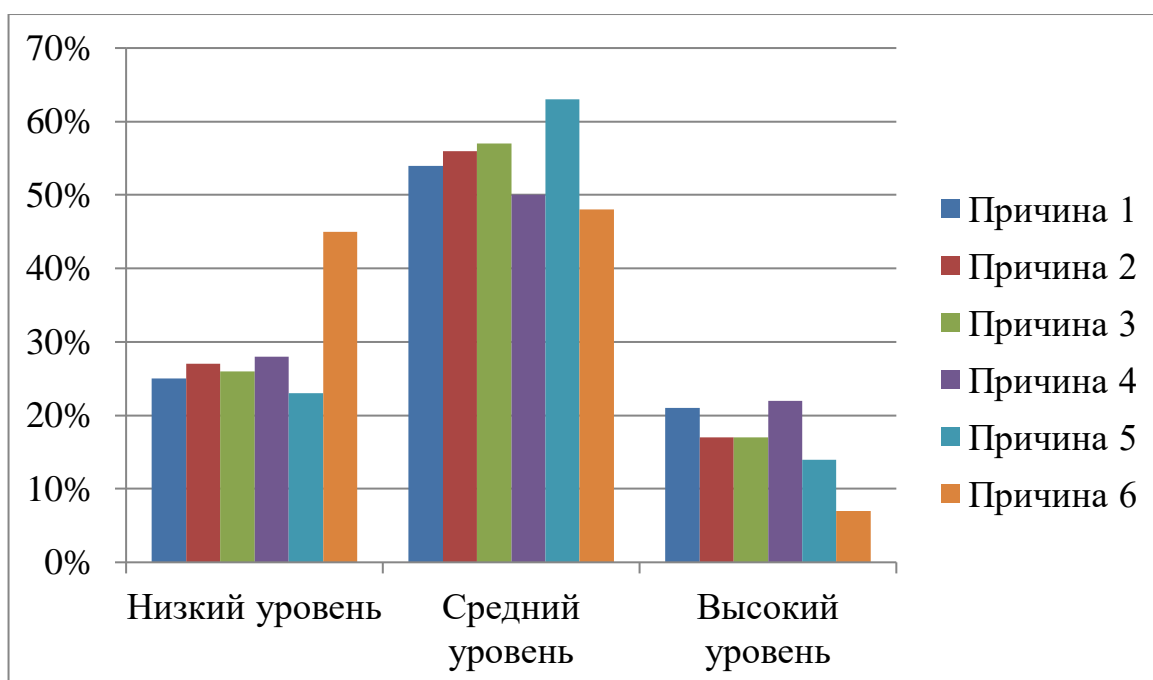


Рисунок 2. Результаты исследования рейтинга причин

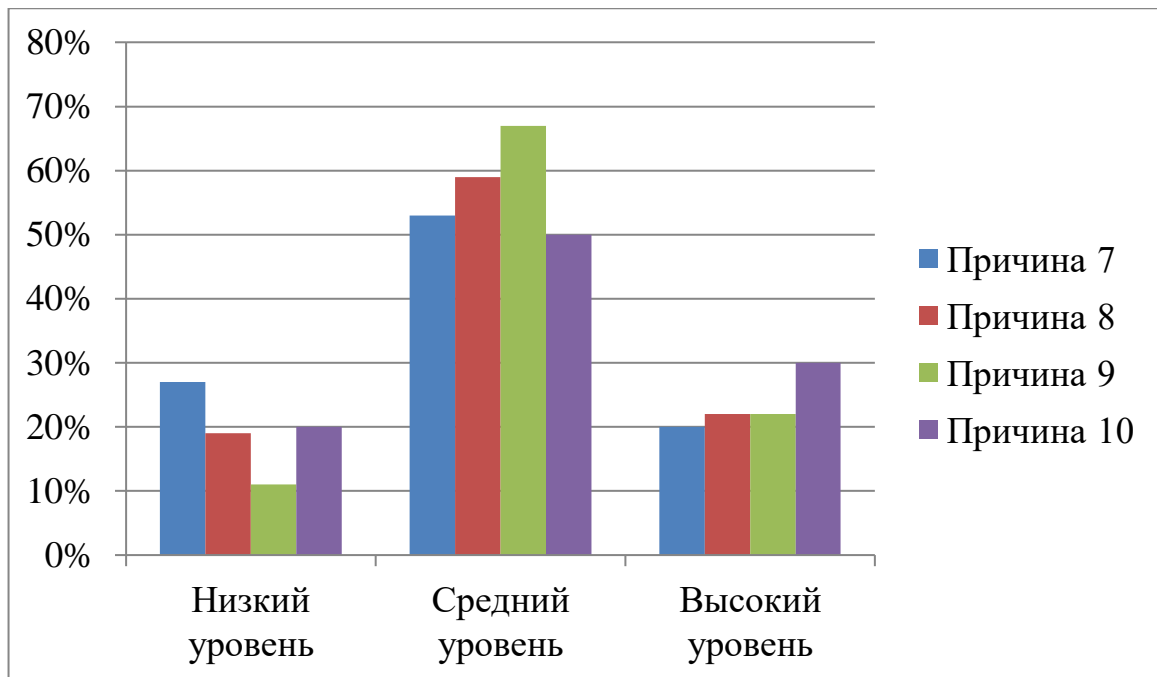


Рисунок 3. Результаты исследования рейтинга причин

После подсчета мы сравнили две группы с низким и высоким показателем уровня жизнестойкости.

Рейтинг причины №4 «Агрессия, вызванная проблемами в других сферах жизни, например, на работе или дома». У респондентов с высоким уровнем и низким уровнем 22% и 28%.

Показатели похожи, это может говорить о том, что у респондентов ранее эта проблема находила отражение в их повседневной жизни.

Причина №6, «Необходимость контроля у респондентов с низким уровнем составляет» 45% это самый высокий показатель в этой группе, у респондентов с высоким уровнем эта причина составляет 7% это самый низкий показатель в группе. Это может свидетельствовать о том, что люди с низким уровнем имеют негативный опыт контроля со стороны над ними, в дальнейшем это может отражаться на повседневной жизни в социуме.

Причина №10, которая звучит как «Провоцирование поведения «жертвы». У респондентов с высоким уровнем имеет показатель 30%, это самый высокий показатель в группе, у респондентов с низким уровнем показатель равен 20%. Людям с низким уровнем труднее сдерживать свои

эмоции, отсюда можно говорить, что люди с разными уровнями по-разному реагируют на конфликтную ситуацию.

Люди с низкой жизнестойкостью воспринимают причины насилия в семье как серьёзное эмоциональное потрясение.

Такую причину как, «агрессия, вызванная проблемами в других сферах жизни», часто объясняют своими жизненными неурядицами, что жизнь часто относится не справедливо, начальник не понимает, родители не поддерживают. Либо неосознанный перенос модели поведения родителей из детства.

Причину «необходимость контроля ситуации» объясняется тем, что человек нуждается в постоянном контроле другого, такое поведение вызвано недоверием к своему партнеру либо ребёнку. Это было принято в семье, часто мужчина или женщина в паре берёт на себя роль контролёра, такому человеку необходимо знать, где находится его член семьи каждую минуту, и почему он не вернулся ровно в заявленное время.

Причина как «низкая самооценка», является неосознанным самоутверждением за чужой счет, и объясняется недостатком внимания.

Люди с высокой жизнестойкостью воспринимают и объясняют причины насилия иначе. В целом они активизируют внутренние ресурсы и пытаются препятствовать этому феномену.

По рейтингу причин мы видим, что сильного колебания между причинами в таблице нет.

Причину «агрессия, вызванная проблемами в других сферах жизни, например, на работе или дома, «часто объясняется тем, что такой человек трудолюбив и старается выполнять все поручения, бывает так, что ресурсы сил заканчиваются и это провоцирует в них агрессию.

Причина «детских травм» объясняется как сложное детство, родители могли иметь вредные привычки либо были предоставлены сами себе. Люди, сталкивающиеся с данной проблемой, глубоко в себе переживают данную проблему, и она может неконтролируемо высвободиться.

Причина «провоцированное поведение «жертвы» может объясняться как нехватка внутренних ресурсов, эмоциональное выгорание. Либо человек, с которым приходится взаимодействовать, имеет низкую жизнестойкую позицию и поддается эмоциям, отсюда может идти агрессивное поведение по отношению к этому человеку.

Зачастую насилие объясняют несколькими причинами:

1. Особенность личности.

Насилие из-за особенности этого человека, у него проблемы с психологическим здоровьем, он это делает потому, что психически больной, или у него такой характер.

2. Болезнь.

Человек, который совершает насилие, болен, у него неизлечимая болезнь, поэтому себя так ведет. Люди, которые подвергаются такому насилию, вынуждены терпеть и оправдывать его действия.

3. Внутриличностные переживания.

Человек много лет подвергавшийся насилию и копивший эмоции в себе. И теперь отыгрывается на других таких.

4. По-другому не умеет

Человек привыкший манипулировать, кричать, бить потому, что по-другому взаимодействовать не может. В нем будто заблокированы эти процессы. Отсюда только общение через насилие эмоциональное или физическое.

Сравнительный анализ группы с низким уровнем жизнестойкости и группы с высоким уровнем показал, что обе группы одинаково подвержены агрессии из-за стресса на работе или дома. Респондентам с высоким уровнем жизнестойкости нет необходимости заниматься бесконечным контролем по сравнению с теми, кто имеет низкий уровень.

Высокие показатели жизнестойкости напрямую связаны с низким уровнем тревог и расстройств. Здесь можно судить о высоком уровне психологического здоровья.

Низкие показатели жизнестойкости указывают, на недостаток психологического здоровья, на фоне чего, происходят агрессии, на пустом месте, например неуправляемый контроль над установленной жертвой.

Данные показатели, могут свидетельствовать о том, что респонденты с высоким и низким уровнем жизнестойкости, могут находиться в разных возрастных категориях, чаще всего низкому уровню подвергаются люди эмоционально не зрелые либо те, кто в раннем возрасте пережил на себе неблагоприятные жизненные обстоятельства.

В целом, исследование показало, что в общем 72% участников имеют средний и высокий уровни жизнестойкости. Это говорит о том, что респонденты способны успешно справляться с различными жизненными неурядицами, в том числе могут препятствовать насилию в семье.

Далее на основании выводов исследования был разработан проект по профилактике насилия в семье «Жизнь без насилия». Проект направлен на профилактику семейного насилия через повышение уровня жизнестойкости людей, переживших насилие. Проектной идеей выступает психологическая помощь людям, пережившим домашнее насилие: социальная поддержка, просветительская деятельность, работа над самооценкой, проработка внутренних негативных установок, разработка рекомендаций по реализации проекта для людей с разным уровнем жизнестойкости, переживших насилие.

2.2. Психопрофилактический проект «Жизнь без насилия»

Пояснительная записка

Семья является одним из пяти институтов общества. Он имеет способность, которая не присуща остальным – восполнение населения. Актуальность исследования определяется повышением качества жизни, это заключается в том, чтобы создать безопасные условия жизни для института семьи. Семейное насилие – принудительное воздействие, наносящее вред члену и влекущее за собой ограничение его прав и свобод [1; 3; 10].

Домашнее насилие – это социальная проблема современного общества.

Люди, подвергшиеся насилию, в будущем имеют низкие эмоциональные показатели сниженный уровень психологического здоровья. Они подвержены рецидивам насильственного поведения, но уже с их стороны. Непростые жизненные ситуации требуют от человека эмоциональной устойчивости и способность адекватно оценивать ситуацию. Лицам, пережившим насилие сложно воспринимать трудные жизненные ситуации, их жизнестойкость подвержена постоянным колебаниям. Жизнестойкость – это убеждение о себе и об отношениях с миром, которые позволяют принимать и побеждать негативные влияния среды. Проявление насилия, есть проверка на прочность жизнестойкости человека [23].

Формирование высокого уровня жизнестойкости для лиц, переживших насилие, поможет создать благоприятные условия для укрепления психологического здоровья и преодоления трудных жизненных ситуаций.

Эмоциональная устойчивость личности помогает предупредить дезадаптацию в обществе, сохранить гармоничные отношения с окружающими и повысить работоспособность.

Основной целью данного проекта профилактика насилия в семье через повышение уровня жизнестойкости лиц, переживших насилие, актуализация внешних и внутренних ресурсов личности, формирования жизнестойкого поведения.

Задачи:

1. формирование индивидуальных характеристик, внутренних мотивов для развития уровня жизнестойкости;
2. развитие способностей саморегуляции в стрессовых ситуациях.

Целевая аудитория: люди в трудной жизненной ситуации, лица, подвергшиеся домашнему насилию.

Таблица 3

Паспорт проекта

1.	Продолжительность реализации проекта	январь-май 2021г
2.	Цели и задачи проекта	Профилактика насилия в семье через повышение уровня жизнестойкости лиц, переживших насилие. 1. Проведение мероприятий, направленных на повышение уровня жизнестойкости, через психолого-профилактические мероприятия 2. Предупреждение рецидива агрессивного поведения и насилия в семье 3. Формирование индивидуальных характеристик, внутренних мотивов для развития уровня жизнестойкости Развитие способностей респондентов саморегуляции в стрессовых ситуациях
3.	Характеристика целевой группы (характеристика группы, задействованной реализации проекта, количество участников)	Группа респондентов, принявших участие в социально-психологическом опросе показавшая с низкий уровень жизнестойкости
4.	Место реализации проекта	г. Красноярск, КГПУ им В. П. Астафьева.
5.	Ресурсное обеспечение Проекта (материально-технические, кадровые)	1. Наличие компьютерной и копировальной техники. 2. Кабинет для проведения профилактических мероприятий
6.	Проектная идея.	Психологическая помощь людям, пережившим домашнее насилие: 1. социальная поддержка 2. просветительская деятельность, 3. разработка рекомендаций по реализации проекта для людей с разным уровнем жизнестойкости

7.	Ожидаемые результаты	Повышение уровня жизнестойкости у лиц, переживших насилие. Разработка рекомендаций для повышения уровня жизнестойкости
8.	Критерии, показатели достижения результатов.	Повышение уровня жизнестойкости проявляется в сформированности качеств: 1. Адаптивность; 2. Уверенность в себе; 3. Наличие жизненных перспектив;
9.	Методы оценки результатов.	Анкетирование людей через 3 месяца после проведения профилактических мероприятий. Данные об уровне жизнестойкости
10.	Этапы реализации проекта	1. Диагностический этап (январь 2021г). социально-психологический опрос, диагностика жизнестойкости. 2. Формирующий этап – представление и обработка результатов исследования (февраль-апрель 2021г) 3. Выводы по проведенному исследованию (май 2021г).
11.	Перспектива реализации проекта	1. Внедрить в работу новые методы исследования 2. После реализации проекта вести сопроводительную работу с лицами, принимавшими участие в проекте. Составление ключевых рекомендаций для поддержания уровней жизнестойкости.
12.	Факторы риска в реализации проекта	1. Низкая мотивация к реализации проекта 2. Отсутствие заинтересованности респондентов к проведению исследования Отсутствие материально – технической базы.

Компоненты жизнестойкости развиваются в раннем возрасте, у жертв насилия данные компоненты развиваются либо с нарушением, либо отсутствуют. Данные компоненты необходимы для сохранения здоровья и работоспособности.

Работа с развитием компонентов осуществляется на протяжении всего проекта.

Группе предлагаются различные упражнения на формирование и

закрепления данных компонентов.

В конце работы, группе будет предложено несколько диагностических занятий, в том числе и тест жизнестойкости С. Мадди для изучения изменений в уровне жизнестойкости у респондентов группы.

Таблица 4

Структура проекта. Тематическое планирование

		Количество часов
Модуль 1. Развитие вовлеченности.		
Определение стресс факторов, которые необходимо определить и разрешить		
Занятие 1	Психологическая помощь Знакомство с группой, исследование проблемы	2 часа
Занятие 2	Проговаривание проблемы, взгляд со стороны	2 часа
Занятие 3	Способы решения проблемы.	2 часа
Модуль 2. Адаптация к стрессу. Принятие риска		
Занятие 1	Техника «Письмо»	1 час
Занятие 2	Техника «Телефонный разговор»	1 час
Занятие 3	Техника «Моя жизнь»	1 час
Модуль 3. Развитие контроля		
Занятие 1	Арт. терапия «Моя новая жизнь»	1 час
Занятие 2	«Человек и конфликт»	1 час
Занятие 3	Беседа «Что я скажу своему ребёнку»	1 час
Занятие 4	Техника «Рисуем эмоции»	1 час
Модуль 4. Подведение итогов		
Занятие 1	Диагностика агрессивных и враждебных реакций «Опросник Баса Дарки»	1 час
Занятие 2	Взгляд на проблему. Новые способы решения.	2 часа
Занятие 3	Тест жизнестойкости С. Мадди	1 час
Занятие 4	Методика «Самооценка эмоциональных состояний»	1 час
Занятие 5	Подведение итогов Опрос, пожелания, замечания	2 часа

Модуль 1. Развитие вовлеченности.

Определение стресс факторов, которые необходимо определить и разрешить.

Цель. Знакомство, обсуждение проблемы.

Задача. Установка с группой положительных, доверительных

отношений.

Ход работы:

Создание комфортных условий, для того чтобы человек смог выразить свою проблему. Далее психолог помогает выразить чувства, которые испытывает клиент в данный момент. Далее идёт установка актуальной проблемы.

Занятие 2

Цель: проработка проблемы

Задача: проживание проблемы клиентом еще раз.

Ход работы:

Для участника создаются условия по уменьшению эмоциональных чувств, связанных с проблемой. Для того чтобы посмотреть на ситуацию со стороны.

Человек рассказывает о событиях и о реакции на него. Психолог помогает в установке проблемы и объясняет чувства, которые переживает человек. Проблема распадается на её составляющие. Психолог помогает снять напряжение путём проговаривания с человеком его состояний.

Занятие 3

Цель: первоначальный поиск решения проблем.

Задача: снятие чувства вины, формирование чувства собственного я.

Психолог предлагает человеку вспомнить ситуацию, затем её детали. Задаются вопросы, о том, как человек вёл себя в ней.

Далее психолог предлагает перенестись в то время и посмотреть на ситуацию со стороны. Что можно изменить, как можно было поступить в данной ситуации?

Дальше, участнику предлагают посмотреть со стороны обидчика, подумать, что могло его провоцировать на такое поведение.

Психолог объясняет поведение обидчика, и говорит, что человек подвергшийся насилию не виноват в таком поведении. Обидчики переносят свои проблемы на жертву и присваивают им чувства вины за их поведение.

Модуль 2. Адаптация к стрессу. Принятие риска

Занятие 1

Работа в технике «Письмо»

Цель: выражение всех накопленных эмоций и чувств.

Ход занятия:

Человеку предлагается бумага и ручка. Далее необходимо определить, кому будет адресовано это письмо. Можно написать как себе самому, так и обидчику.

Письмо пишется по некоторым правилам

Начало – дорогой (ая) ...имя.

Я огорчен (на)...(твоим поступком, действиями ит.д.)

Я злюсь на тебя за то, что

Я боюсь.

Я думаю, что нужно сделать.

Я надеюсь, что ты.

Я хочу в будущем...(никогда, быть, знать ит.д.)

Затем психолог предлагает еще раз перечитать письмо. И проговорить, что чувствовалось при написании.

Занятие 2

Техника «Телефонный разговор»

Цель: снижение эмоционального напряжения

Человеку предлагают набрать воображаемый номер обидчика. Далее психолог предлагает представить и описать место, в котором находится телефон, набрать номер и позвонить. Разговор начинать со слов «Я звоню тебе, чтобы сказать» Далее человек говорить, все, что приходит ему в голову.

После разговора участник рассказывает о своих чувствах и ощущениях. Легло ли, было. Все ли успел сказать?

Занятие 3

Техника «Моя жизнь»

Цель: формирование жизненных установок на будущее.

Ход занятия:

Психолог дает участнику бумагу и фломастеры и предлагает нарисовать, то, что он видит в своей жизни на данный момент. Какими цветами выполнялся рисунок, что изображено на рисунке. В конце психолог предлагает назвать картину и описать, что на ней изображено.

Модуль 3. Знакомство с новой жизнью. Развитие контроля

Занятие 1

Арт. терапия «Моя новая жизнь»

Цель: проработка оставшихся негативных эмоций

Ход занятия:

Предлагаются: лист бумаги, различные яркие журнальные вырезки, маркеры ярких цветов, клей. Участник выбирает себе различные вырезки, маркерами подписывает свои новые мысли, желания и выбирает-то, что ему хочется, чтобы осталось в его жизни. В конце карта представляется и человек рассказывает о ней, что он выбрал, какие эмоции у него вызывает данный коллаж.

Занятие 2

Техника «Человек и конфликт»

Цель: проработка реакций на конфликт

Ход занятия:

Психологом предлагаются различные варианты конфликтных ситуаций.

Участнику необходимо постараться разрешить ситуацию, не прибегая к конфликту.

После психолог предлагает прокомментировать ситуации, и рассказать, как бы раньше человек нашел бы из них выход.

Психолог резюмирует, говоря о том, что конфликты необязательно должны заканчиваться ссорами и негативными последствиями.

Занятие 3

Беседа «Что я скажу своему ребёнку»

Цель: закрепления положительного отношения к себе и окружающим, научиться контролировать эмоции.

Похожая ситуация как в упражнении про конфликт. Здесь психолог предлагает участнику представить, что у него есть ребёнок или представить своего ребёнка и вспомнить как они могут себя вести и в какие ситуации могут попасть. Описать, как дети выполняют домашнюю работу, уроки в школе ит.д. Вспомнить, как они реагируют на невыполненные домашние задания, плохое поведение, оговорки с родителями. Участник, вспоминая свои прошлые эмоции, старается это отпустить и посмотреть на ситуацию под новым углом, и попробовать другими эмоциями и словами объяснить, необходимость выполнения домашних заданий, поручений или поведения.

Психолог резюмирует о внутренних эмоциях и об отношении детей к этим эмоциям. Говорит о том, что они могут копировать наше поведение, и что со стороны мы видим себя и на себя же злимся.

Занятие 4

Техника «Рисуем эмоции»

Цель: принятие своих эмоций.

Ход занятия:

Психолог предлагает участнику нарисовать, как выглядят его собственные эмоции в виде чего или кого он их представляет. Например, злость изобразить в виде кактуса, грусть в виде облака. После участник показывает свой рисунок, но не говорит об обозначении картинок, можно предложить психологу или группе попробовать угадать, что означает, то или иное изображение.

Модуль 4. Подведение итогов

Занятие 1

Диагностика агрессивных и враждебных реакций «Опросник Баса

Дарки»

Ход занятия:

Участнику предлагается бланк с утверждениями, необходимо отметить, насколько они соответствуют образу его жизни.

Далее после психолог обрабатывает данные по нескольким шкалам и интерпретирует результаты.

После решает, нужно ли продлевать терапию, и какие корректировки необходимо внести в работу с человеком.

Занятие 2

Цель: проработка новых эмоций.

Упражнение «Взгляд на проблему, новые способы решения».

Ход занятия:

Участнику предлагается еще раз вспомнить и прожить ситуацию и посмотреть на неё другими глазами, не со стороны жертвы или обидчика, а со стороны человека. Что он может сказать, как можно иначе было бы решить этот конфликт.

Занятие 3

Тест жизнестойкости.

Проведение повторной диагностики жизнестойкости у респондентов группы с низким уровнем жизнестойкости.

Занятие 4

Арт-терапия «Автопортрет»

Цель: укрепление индивидуальности, постижение себя самого.

Ход занятия:

Психолог предлагает бумагу и фломастеры, участник рисует себя самого таким, каким видит, это может быть фигура, лицо, либо вид какого-то животного. После психолог предлагает человеку рассказать о своем рисунке и так же участник может сам обратиться к своему рисунку, высказать ему все, либо поделится какими - либо переживаниями.

Занятие 5

На заключительном занятии психолог дает высказаться участнику о проведенной работе, поделится эмоциями, которые он испытывал на протяжении всей работы, рассказать свое отношение к проблеме, с которой он пришел.

Психолог резюмирует об эмоциях, которые свойственны человеку в разные периоды времени, о том, что насилие необходимо пресекать и нельзя его терпеть. Говорит о контроле над своими действиями, о том, что необходимо помнить, что наше поведение могут перенимать окружающие.

2.3. Рекомендации по реализации мероприятий проекта с людьми, имеющими разный уровень жизнестойкости

Специфической чертой проекта является ориентация на определенную группу, психологическая поддержка участников. Создание определенной рабочей атмосферы. Психологу требуется создать благоприятный психологический климат. До начала занятий устанавливаются и обговариваются правила работы в группе между собой.

Для организации работы с участниками проекта психолог должен иметь необходимое ему оборудование для работы, составленный план работы, подобранные методики и упражнения которые будут подходить для группы с разным уровнем жизнеспособности.

При проведении мероприятия учитываются личностные особенности участников. В ходе работы необходимо формировать навыки конструктивного взаимодействия между участниками с разной жизнеспособностью, строить работу в команде, контролировать поведение в спорных ситуациях.

Обязательное условие соблюдение принципа конфиденциальности и других принципов этического кодекса психолога.

Для работы в данной группе психологу необходимо знать особенности

данных уровней.

Проявление разных уровней жизнестойкости заключается в способности:

1. Преодолевать внезапные или постоянные трудные жизненные ситуации либо заикливаться на них.
2. Умение / неумение эффективно контактировать с социумом
3. Способность к самореализации или мотивации.
4. Умение / неумение совладать со стрессовой ситуацией.
5. Умение / неумение преодолевать социальные проблемы такие как: неблагоприятные социальные условия, низкое финансовое состояние, проблемы со здоровьем.

Лица с высоким уровнем жизнестойкости отличаются высокими показателями самоактуализации, альтруизма, позитивным мышлением и удовлетворенностью своей жизнью. Таким людям присуще познание себя, смысла жизни. Они обладают адекватной самооценкой, реже жалуются и испытывают проблемы со здоровьем. Они открыты, способны к сопереживанию, открыты для сотрудничества. Такие люди привыкли жить настоящим.

Люди со средним уровнем жизнестойкости адаптированы к социуму, они достаточно стабильны, устойчивы. В целом это многочисленная группа людей, у которых все способности развиты в меру.

Людям с низким уровнем жизнестойкости им присущ высокий уровень тревожности, низкая удовлетворённость жизнью. Люди обладают низкой самоактуализацией и мотивацией, а так же чаще имеют проблемы со здоровьем. Они подвержены высокому уровню депрессивности. Они обладают слабовыраженной способностью к выбору и имеют низкий уровень эмпатии.

В диалогах они могут проявлять «недиалоговое поведение» проявлять желание подавить собеседника, но при этом остаётся желание быть услышанным. Через позицию «будь согласен с моей точкой зрения» Может

быть наоборот собеседник уходит в позицию жертвы, соглашается со всеми и отказывается от конструктивных диалогов. Они становятся легковнушаемыми, ими управляет желание избежать конфликтов.

Во время проведения мероприятий поддерживаются определенные правила

Активность – принимать максимальное участие в различных видах деятельности

Общение – обсуждается только, то что, происходит именно во время упражнений и занятия. Суждения и мнения высказываются только с личной точки зрения. Доброжелательное отношение ко всем участникам процесса.

Творческий принцип – не критиковать, не оценивать действия участников.

Принцип безопасности – все, что происходит на занятиях, остается только там.

Во время работы с группой психолог не сталкивает одновременно двух участников с различным уровнем жизнеспособности. Необходимо дать высказаться по отдельности каждому. Психолог не договаривает за участника его мысль, он направляет участника в нужном направлении и помогает сформировать цель [26; 29].

В конце мероприятий психолог обязательно проводит обратную связь, в виде анкет, либо личных высказываний и пожеланий.

Рекомендации для повышения и поддержания уровня жизнестойкости для участников мероприятий

Жизнестойкость не является врожденной, а формируется в процессе жизни.

Сложные жизненные ситуации закаляют человека, но иногда случается так, что ситуации выбивают из колеи и ему становится сложно принять и оценить ситуацию. В таких случаях снижается самооценка и способность

адекватного восприятия. Для того чтобы избежать ситуации снижения жизнестойкости, но и повысить ее были разработаны рекомендации.

Необходимо более глубоко прорабатывать стрессовые обстоятельства, искать пути решения проблем. Ни в коем случае не замыкаться в себе, обязательно обращаться за обратной связью. Это укрепляет вовлеченность личности, контроль и принятие риска.

Для повышения жизнестойкости так же следует использовать различные техники, такие как проработка ситуаций, арт-терапия, управление эмоциями. Необходимо так же развивать свою жизненную гибкость, чтобы не ломаться под натиском жизненных неурядиц.

Адаптация к новым условиям верный шаг к развитию одного из компонентов жизнестойкости. Обязательно необходимо развивать свой кругозор, и искать новые решения проблем таким образом подстраивать свое мышление для принятия решения.

Необходимо научиться принимать ответственность за свои слова и поступки это поможет развить компонент принятия риска. Эмоционально зрелый человек способен брать ответственность за свои поступки, даже если это удастся с трудом. Человек каждый день сталкивается с выбором, от этих выборов и зависит дальнейшая жизнь.

С. Мадди во время изучения жизнестойкости выделил, что для улучшения развития компонентов жизнестойкости также необходимо и физическое здоровье. Вредные привычки приводят человека к асоциальному поведению, распитие спиртных напитков, употребление наркотических веществ – такое поведение только нарушает компоненты жизнестойкости. Это несет стресс, а стресс понижает у зависимых людей уровень жизнестойкости.

Помимо всего прочего так же необходимо научить свой организм правильному отдыху, соблюдение режима сна, работы и отдыха благоприятно влияет на развитие жизнестойкости у человека. Необходимо научиться тайм – менеджменту, рациональное планирование дел, так же

повышает уровень вовлеченности и снижает стресс.

Для уменьшения негативных воздействий рекомендуется так же ограничить нахождение с источниками негативных эмоций, если это человек, который втягивает в нехорошие ситуации, либо старается подавить, отказывайтесь от таких отношений, это может в будущем негативно сказаться на жизни.

Выводы по главе 2

Жизнестойкость – это убеждение о себе и об отношениях с миром, которые позволяют принимать и побеждать негативные влияния среды. Проявление насилия, есть проверка на прочность жизнестойкости.

Исследованием жизнестойкости занимался ученый С. Мадди. Жизнестойкость представляет совокупность установок и навыков для регулировки поведения в стрессовых ситуациях она включает в себя три компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. Ученый рассматривал влияние жизнестойкости не только как самозащиту, но и как отношения в социуме, взаимодействие с окружающим миром, умение проявлять поддержку и интерес.

Нельзя забывать о том, что нарушение физиологического здоровья несет в себе снижение уровня жизнестойкости. Для повышения жизнестойкости так же следует использовать различные техники, такие как проработка ситуаций, арт-терапия, управление эмоциями. Необходимо так же развивать свою жизненную гибкость.

Для исследования феномена насилия в семье было проведено исследование жизнестойкости с использованием «Теста жизнестойкости» С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой) и проведен социально-психологический опрос о причинах насилия.

В исследовании принимало участие 297 человек в возрасте от 18 лет до 60 лет. В ходе опроса респондентам необходимо было выбрать причины, которые они считают наиболее частыми причинами насилия.

В результате проведенного исследования мы выяснили, что люди с низкой жизнестойкостью воспринимают причины насилия в семье как серьёзное эмоциональное потрясение. Им сложно адаптироваться и подключить внутренние ресурсы, они чаще всего привыкли ломаться, а не подстраиваться под изменения. Респондентам с высокой жизнестойкостью воспринимаются и объясняются причины насилия иначе. В целом они

способны активизации внутренних ресурсов и пытаются препятствовать этому феномену.

Общая картина исследования показала, что в целом больше половины опрошенных респондентов имеют средний уровень и высокий уровень жизнестойкости.

Для профилактики насилия в семье разработался проект, направленный на повышения жизнестойкости у лиц, ранее переживших семейное насилие.

Проектной идеей данного проекта выступает психологическая помощь людям, пережившим домашнее насилие: социальная поддержка, просветительская деятельность, работа над самооценкой, проработка внутренних негативных установок, разработка рекомендаций по реализации проекта для людей с разным уровнем жизнестойкости, переживших насилие.

Проект включает в себя различные методы развития компонентов жизнестойкости. Состоит из 5 модулей, каждый направлен на формирование и развитие компонентов жизнестойкости. К проекту так же были добавлены рекомендации по повышению уровня жизнестойкости.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Домашнее насилие впервые было признано, как социальная проблема в конце 19-го века. Насилие в семье является одним из нежелательных и опасных способов взаимодействия. Причины насилия в семье могут идти родом из детства. В структуре домашнего насилия отличаются психические, финансовые и физиологические облики насилия [1; 8; 9].

Насилие в семье – это не нормальные, вынужденные отношения людей, когда один притесняет другого, причиняет вред здоровью или психологически давит на жертву. Дети являются незащищенной уязвимой социальной группой. Из-за взрослых они оказываются в зонах стихийных и природных катастроф, военных действий. Становятся жертвами физического, сексуального и эмоционального насилия. Несмотря на серьезность проблемы, отношение к ней лояльное. Факты насилия в семье не придаются огласке: это считается делом семьи. Помимо физического насилия, взрослые часто прибегают к эмоциональному (психологическому) насилию. Этот вид насилия является самым распространённым и жестоким видом насилия над детьми. Он оказывает сильнейшее влияние на психику ребёнка. Был изучен подход к изучению агрессивного поведения ребёнка ученого психолога А. Бандуры [45].

В работе использовался термин жизнестойкость для того, чтобы проанализировать личностные качества респондентов при проведении социально-психологического опроса. К негативным влияниям среды относится и такой феномен как агрессивное поведение человека и проявление насилия и жестокости в социуме. Здесь жизнестойкость человека включается в работу и помогает справляться с ситуацией. Жизнестойкость влияет на способность преодолевать агрессивность, противостоять стрессам. Многочисленные исследования ученых показали, что некоторые факторы стресса перерастают в устойчивость, это способствует психологической адаптации.

Так же были рассмотрены и изучены компоненты жизнестойкости их связь с личностными особенностями [23].

В работе были представлены методики, которые можно применить для выявления фактов насилия в семье. Мы рассмотрели опыт работы с лицами, пережившими насилие, в зарубежных странах и в России. Во многих странах для таких людей существуют центры реабилитации, где оказывается квалифицированная помощь специалистами, на защиту прав становятся правоохранительные органы, приняты законы о защите лиц подвергшихся домашнему насилию [20; 23].

Для более глубокого изучения феномена насилия в семье проводился социально-психологический опрос и тест «Жизнестойкости». Полученные результаты были использованы для проведения статического анализа.

Респонденты, принявшие участие показали различные результаты, была выделена отдельная группа лиц с низким уровнем. Участники группы сталкивались с причинами насилия ранее, поэтому данная группа была включена для работы с проектом по повышению уровня жизнестойкости.

Данные полученные в ходе проведения исследования были распределены в таблицу, была проведена статистическая работа по подсчету шкал жизнестойкости и её компонентов. В результате исследования было установлено, что люди с низкой жизнестойкостью воспринимают причины насилия в семье как серьёзное эмоциональное потрясение

Эти особенности определили психологическую работу и задачи для профилактики насилия в семье. В проект были включены модули для развития компонентов жизнестойкости, и прописаны рекомендации по реализации мероприятий проекта с людьми, имеющими разный уровень жизнестойкости и рекомендации для поддержания и повышения уровня жизнестойкости участников проекта. Результатом данного проекта должен стать новый взгляд на жизнь и на отношения в будущем, нахождение своего я. Не боятся новых целей, умение адекватно воспринимать ситуацию и умение уходить из негативных отношений.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алексеева Л.С. Жестокое обращение с детьми: его последствия и предотвращение. М.: Национальный книжный центр, ИФ «Сентябрь», 2016. 180 с.
2. Алексеева Л.С. О насилии над детьми в семье // Социс, 2016. №4. С. 78-69.
3. Аликин И.А., Аликин М.И., Лукьянченко Н.В. Связь жизнестойкости студентов с отношением к ним родителей // Психологическая наука и образование. 2020. Том 25. №3. С. 75. URL: <https://doi.org/10.17759/pse.2020250307> (дата обращения: 14.04.2021).
4. Андреева А.А. Насилие в семье как социальная проблема современного общества // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы VI Междунар. науч. конф. (г. Уфа, март 2015 г.). Уфа: Лето, 2015. С. 1-3.
5. Бадонов А.М. Домашнее насилие как инструмент власти в семье // Власть, 2017. № 2. С.108-112.
6. Баранчикова М.В., Эрте Д.А. Виктимологические особенности женщин как жертв семейно-бытовых преступлений // Виктимология, 2019. № 4 (22). С. 20-27.
7. Беличева С.А. Проблемы выявления и предупреждения семейного насилия. // Вестник психосоциальной и коррекционной работы, 2016. № 2. С .57-68.
8. Белорусов С.А. Психология страха смерти // Журнал практического психолога, 2018. № 3-4. С 163-181.
9. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль: лучший в мире учебник по психологии агрессии / Л. Берковиц; [пер. А. Боричев, Л. Царук, Л. Ордановская]. СПб:прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 510 с.

10. Вакулина О.С. Семейное консультирование и семейная терапия в рамках социальной работы с семьей. // Российский журнал социальной работы, 2017. № 2-3. С.51-64.

11. Вербина Г.Г. Жизнестойкость человека как личностный ресурс достижения высокого уровня физического и психического здоровья // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон.науч. журн. 2017. Т. 5. № 4 (18). URL: <http://medpsy.ru/climp> (дата обращения: 21.04.2021).

12. Волосова Н.Ю. Семейное (домашнее) насилие как проблема междисциплинарного характера // Вопросы российского и международного права, 2017. Том 7. № 3А. С. 310-319.

13. Втюрина О. Защита подростков от жестокого обращения и насилия / О. Втюрина // Беспризорник, 2011. № 4. С. 42-44.

14. Выявление насилия в отношении детей. Руководство для специалистов, работающих в системе защиты детей (психологи, социальные работники, социальные педагоги, медицинские работники детских учреждений и др.). Бишкек: «Блиц», 2014. 40 с.

15. Ганджи П. Исследование семейных факторов, влияющих на насилие над детьми со стороны родителей // Молодой ученый, 2013. №7. С. 366-369.

16. Глазырина Л.А. Предотвращение насилия в образовательных организациях: информационно-методическое пособие для руководителей и педагогических работников общеобразовательных организаций // Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2016. 136 с.

17. Григович И.Н. Синдром жестокого обращения с ребенком. Общие вопросы и физическое насилие: Учебное пособие для студентов и врачей/ И.Н. Григович. Петрозаводск: ПетрГУ, 2014. 388 с.

18. Исследование семейных факторов, влияющих на насилие над детьми со стороны родителей // Молодой ученый, 2013. № 7. С. 367-369.

19. Истомина А.В. Гендерные различия в телесном наказании детей // СОЦИС: ежемесячный научный и общественно-политический журнал РАН. 2010. № 12. С. 127-130.
20. Кареглазова А.А. Практические аспекты работы с родителями в профилактике психологического насилия над детьми в семье // Психология человека в образовании, 2020. №1. С. 101-112.
21. Киреев, Г. Н. Явления и сущность социального насилия (социально-философский анализ) : автореферат дис. д-ра филос. Наук. М.: 1992. 34с.
22. Коджаспиров А.Ю. Психопрофилактика детско-родительских конфликтов в современной семье // Психолого-педагогические исследования. 2013. №1. URL: <http://psyedu.ru/journal/2013/1/Kojaspirov.phtml> (дата обращения: 05.05.2021)
23. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.). Ратифицирована Постановлением ВС СССР 13 июня 1990 г. № 1559-1 URL:http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/ (дата обращения: 05.05.2021)
24. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020) URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/ (дата обращения: 12.04.2021)
25. Кричевец А.Н. Мужество быть. Жизнестойкость и вера // Консультативная психология и психотерапия, 2014. № 5. С. 103-117.
26. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
27. Лобанова М. Насилие в семье. Кто кого? // Собеседник, 2000. №10. С. 15.
28. Матвиенко М.В. Раннее выявление жестокого обращения с детьми в семьях: методическое пособие. Псков, 2014. 102с.

29. Международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем (10-й пересмотр) (МКБ-10) (версия от 4 марта 2021 г.) URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400427265/> (дата обращения: 05.05.2021)
30. Мерлин В.С. Психологические конфликты: Приложение к книге «Очерки интегрального исследования индивидуальности» / В.С. Мерлин. М.: Педагогика, 2014. 190 с.
31. Муханова Е.Д. Насилие в семье: проблема социальная и правовая // Наука. Мысль: электронный периодический журнал, 2017. №4. С. 144-149.
32. Насилие в семье как социальная проблема: список литературы / ЦГБ им. М. Горького; информационно-библиографический отдел; сост. Ю.Г. Ивашинникова. Уссурийск, 2016. 12 с.
33. Насилие в семье. Методическое пособие для специалистов. Псков: Издательство «ЛОГОС Плюс», 2013. 52 с.
34. Никитина Е.В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования // Academy, 2017. № 4. С. 1-4.
35. Подольская О.Б., Круглова Ю.Д. Социальная работа с жертвами насилия в России и за рубежом // Евразийский Союз Ученых, 2015. № 4-13. С. 1-2.
36. Попова И.В. Опыт исследования проблемы семейного насилия // Научный диалог, 2012. №4. С. 124-135.
37. Профилактика и коррекция последствий жестокого обращения с детьми в семье: методические рекомендации / авт. сост. Н.Б. Шевченко, О.Ю. Зорина, И.Ю. Добрынина, А.И. Дуракова. Бийск, 2014. 247 с.
38. Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми. Профилактика эмоционального выгорания специалистов. Методическое пособие. Екатеринбург, 2020. 232 с.
39. Психологическая помощь детям – жертвам насилия / Составитель О.А. Пчельникова. Ижевск: Ижевская городская общественная организация «Центр социальных и образовательных инициатив», 2012. 48 с.

40. Психологическое сопровождение детей, переживших насилие и жестокое обращение в семье: методическое пособие; Мин-во обр. и науки РФ, ФГБОУ ВПО «Тамб. гос. ун-т имени Г.Р. Державина»; [отв. ред. Н.А. Коваль]. Тамбов: Изд-во ТРОО «Бизнес-Наука-Общество», 2014. 99 с.

41. Раннее выявление и предотвращение фактов жестокого обращения с детьми в замещающих семьях: методические рекомендации. – Иркутск: Изд-во учебно-методического центра, 2019. 140 с.

42. Распоряжение Правительства РФ от 17.11.2008 N 1662-р (ред. от 28.09.2018) «О Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года» (вместе с "Концепцией долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года") URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_82134/ (дата обращения: 05.05.2021)

43. Свечникова А.С. Феномен насилия над детьми в семье // Вестник ВолГУ. Серия 9: Исследования молодых ученых. 2008.№7. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-nasiliya-nad-detmi-v-semie> (дата обращения: 05.05.2021).

44. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 04.02.2021, с изм. от 02.03.2021) URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/ (дата обращения: 05.05.2021)

45. Семья: между насилием и толерантностью: коллективная монография / [Абашева М.П. и др.]. / Отв. ред. М.А. Литовская, О.В. Шабурова. Екатеринбург: Изд-во Уральского ун-та, 2005. 389 с.

46. Сланова А.Ю. Насилие в семье как социальная проблема в современной России // Дискуссия, 2015. №10. С. 127-131.

47. Соболева Е.В., Шумакова О.А. Феномен жизнестойкости в зарубежных и отечественных исследованиях // Современные научные

исследования и инновации. 2014. №5. Ч. 2. URL: <https://web.snauka.ru/issues/2014/05/34519> (дата обращения: 12.04.2021).

48. Социология семьи: учебник / под ред. проф. А.И. Антонова. 2-е изд., испр. М.: ИНФРА-М, 2018. 637 с.

49. Стамбульская Конвенция по предотвращению и борьбе с насилием в отношении женщин и насилием в семье 7 апреля 2011 года Комитет. Стамбул, 2011. 36 с.

50. Торохтий В.С. Психологическое здоровье семьи / В.С. Торохтий, О.Г. Прохорова. М.: АСТ, 2014. 160 с.

51. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 N 63-ФЗ (ред. от 05.04.2021, с изм. от 08.04.2021) УК РФ Статья 116. Побои. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_10699/6dba187564f6295ba160042bed507b2a62939c22/ (дата обращения: 12.04.2021)

52. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 N 63-ФЗ (ред. от 05.04.2021, с изм. от 08.04.2021) УК РФ Статья 156. Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_10699/48132b89ef9920ae94d8d48c658ebf60d3c66ca9/ (дата обращения: 12.04.2021)

53. Фоминова А.Н. Развитие жизнестойкости учащегося в школе. М.: Сентябрь, 2014. 160 с.

54. Фрейд А. Детский психоанализ. СПб.: Питер, 2003. 477 с.

55. Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми: причины, проявления, последствия: учебное пособие / Е. И. Цымбал. М., 2007. 271 с.

56. Чудакова К.И. Психосоциальная работа с детьми, подвергшимися насилию // Материалы VII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». URL: <https://scienceforum.ru/2015/article/2015011766> (дата обращения: 05.05.2021)

57. Шварц Г. Управление конфликтными ситуациями. Диагностика, анализ и разрешение конфликтов / Г. Шварц. М.: Эксмо, 2014. 296 с.

58. Шульга А.А. Социально-правовая защита детей: учебное пособие для академического бакалавриата / А.А. Шульга. – 2-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2019. 192 с.

59. Ярощук И.В. Психология жизнестойкости: обзор теоретических концепций, эмпирических исследований и методик диагностики // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы, 2020. Том 33. № 1. С. 50-60.

60. Ярская-Смирнова Е.Р. Домашнее насилие над детьми: стратегии объяснения и противодействия // Молодежь России: Сборник рефератов статей из периодических изданий за 2008 г. М.: Российская гос. б-ка для молодежи, 2009. С. 26-30.