

**РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
НЕЗАВИСИМЫЙ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР
ПОМОЩИ ПЕРЕЖИВШИМ СЕКСУАЛЬНОЕ
НАСИЛИЕ «СЁСТРЫ»**



**Помощь пережившим сексуальное насилие:
концепция, опыт, исследования**

методическое пособие

Москва – 2011

Настоящее издание осуществлено при финансовой поддержке Межрегиональной правозащитной общественной организации «Сопrotивление». Межрегиональная правозащитная общественная организация «Сопrotивление» в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 08.05.2010 года № 300-рп «Об обеспечении в 2011 году государственной поддержки некоммерческих неправительственных организаций, участвующих в развитии институтов гражданского общества» поддержала проект «Право на жизнь без насилия и жестокости», договор № 59 от 31.12.2010. Содержание публикации является предметом ответственности Региональной Общественной Организации Независимый Благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сёстры» и не отражает точку зрения Межрегиональной правозащитной общественной организации «Сопrotивление».

Рецензенты:

Баулина М.Е., к. психол. наук, доцент Российского государственного медицинского университета
Трушкова С.В., к. психол. наук, доцент, зав. кафедрой социальной психологии Института психологии и педагогики.

Психологическое сопровождение переживших сексуальное насилие: концепция, опыт, исследования.

Методическое пособие / Под ред. З.В. Луковцевой. – М.: ЭТИПАК, 2011. – 96 с.

Книга посвящена актуальным вопросам комплексного сопровождения лиц, переживших сексуальное насилие. Авторами освещены социально-правовые аспекты данной проблемы, определяющие успешность реабилитации пострадавших, а также даны практические рекомендации по оказанию психологической помощи при травме изнасилования. Пособие адресовано психологам, сотрудникам правоохранительных органов, работникам учреждений здравоохранения и образования, а также широкому кругу специалистов, принимающих участие в оказании помощи лицам, пережившим сексуальное насилие.

Данное издание находится под защитой международного и российского законодательства об авторских правах. Публикации могут быть осуществлены только с письменного разрешения РОО Независимый Благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сёстры». Любые перепечатки возможны со ссылкой на настоящее издание.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
Раздел I. Социально-правовой контекст проблемы сексуального насилия	
<i>Миронова М.В.</i> Влияние реакции окружения на развитие посттравматической симптоматики у пострадавших от сексуального насилия	6
<i>Мохова М.Л.</i> Сексуальное насилие: мифы и факты	10
<i>Холщевникова Т.В.</i> Защита прав свидетелей и потерпевших в рамках уголовно-процессуального законодательства	20
Раздел II. Психологическая помощь пережившим сексуальное насилие	
<i>Алтынова Т.П.</i> Некоторые методики индивидуальной работы с женщинами, пережившими сексуальное насилие	49
<i>Глебова Е.И.</i> Телефонное консультирование лиц, переживающих жизненный кризис: краткие практические рекомендации	55
<i>Луковцева З.В.</i> Возможности и ограничения психодиагностической работы с травмированным клиентом	64
<i>Мириманян Р.А.</i> Визуализация телесных ощущений как метод коррекции психологических последствий сексуального насилия	75
<i>Назарова О.И.</i> Опыт синтеза различных терапевтических приемов в процессе реабилитации пострадавших от сексуального насилия	87

ВВЕДЕНИЕ

Пособие, предлагаемое вниманию читателей, основано на семнадцатилетнем опыте консультативной и научно-исследовательской деятельности специалистов Центра помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры».

Представленные здесь материалы адресованы сотрудникам общественных организаций и кризисных центров, а также специалистам, работающим в учреждениях системы образования, здравоохранения и правопорядка. Надеемся, что полезную информацию здесь найдут преподаватели высших учебных заведений, а также студенты, изучающие кризисное консультирование и интересующиеся проблемами оказания помощи лицам, пережившим травматический стресс.

Пособие состоит из двух разделов. В первом разделе рассмотрены основные аспекты проблемы сексуального насилия как социального явления, – в частности, описаны стереотипы общественного сознания, препятствующие успешной реабилитации пострадавших. Представленные в разделе сведения о последних изменениях уголовно-процессуального законодательства РФ в первую очередь адресованы представителям правоохранительной системы, работающим с пострадавшими от сексуального насилия и торговли людьми. Полезную информацию здесь найдут психологи, социальные работники и волонтеры кризисных центров, ведь одной из задач таких организаций является предоставление пострадавшим информации о защите их прав.

При составлении второго раздела пособия мы стремились осветить теоретические основы оказания психологической помощи при травме изнасилования, поделиться практическим опытом создания новых и применения уже известных методик. Психологи-консультанты и психотерапевты найдут здесь подробные описания оригинальных технологий работы с пострадавшими от сексуального насилия.

Выражаем искреннюю признательность специалистам, участие которых помогло этому пособию увидеть свет – консультантам, координаторам проектов и членам Совета директоров Центра «Сестры». Благодарим наших будущих коллег – студентов и аспирантов, посещающих и поддерживающих наш Центр, оказывающих волонтерскую помощь пострадавшим и участвующих в научно-исследовательской работе.

Раздел I. Социально-правовой контекст проблемы сексуального насилия

Влияние реакции окружения на развитие посттравматической симптоматики у пострадавших от сексуального насилия

Миронова М.В.,
психолог Центра «Сестры»

В данной работе мы поставили цель проанализировать зависимость психоэмоциональных последствий сексуального насилия от характера реакции на случившееся со стороны социального окружения пострадавшего.

Основным методом исследования стал контент-анализ карт учета телефонных консультаций по проблеме сексуального насилия, заполняемых консультантами кризисной линии Центра помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры». При описании случая изнасилования в каждой карте фиксируются основные обстоятельства эпизода, основные проблемы потерпевшего и наиболее тяжелые, отчетливые травматические переживания.

В общей сложности при проведении исследования было проанализировано более 3000 звонков, из которых 216 составили обращения лиц, переживших сексуальное насилие и наиболее подробно описавших во время консультации свои переживания и реакцию окружающих на случившееся. Рассматривая эту группу обращений подробнее, удалось получить следующие данные. Во всех 216 случаях насилие было совершено над лицами женского пола, причем субъектами насилия в 101 случае (46,8%) были незнакомцы, в 104 случаях (48,2%) – знакомые; 11 пострадавших не сообщили сведений о насильнике. В правоохранительные органы обратились 26 женщин, из них 4 охарактеризовали отношение сотрудников полиции как «равнодушное», 17 встретили осуждение и только 5 – понимание и поддержку.

Отношение родных и близких к пострадавшей в значительной степени зависит от того, *была ли пострадавшая знакома с насильником*

ранее. Более надежную поддержку, принятие и сочувствие со стороны родственников получили женщины, пережившие насилие со стороны незнакомцев. В этой группе пострадавших гораздо меньше выражено чувство вины и стыда, однако страх и депрессивные переживания характеризуются как значительные. Частота встречаемости суицидальных мыслей и попыток не обнаружила зависимости от фактора предшествующего знакомства с насильником.

Анализ данных показывает, что выражение поддержки и сочувствия нередко парадоксальным образом сочетается с обвинением пострадавшей и осуждением ее. *Большинство осуждаемых родными – молодые девушки, немногим меньше половины – несовершеннолетние*. Это опровергает распространенное мнение о том, что несовершеннолетние пострадавшие получают в обществе большую поддержку, чем взрослые женщины, способные лучше анализировать ситуацию и предвидеть возможное насилие.

Нередкими оказались случаи недоверия близких к пострадавшей и эмоционального давления на нее, которое тем более выражено, чем моложе пострадавшая. Так, зафиксирован случай изнасилования 14-летней девочки старшим братом, после чего пострадавшая была обвинена родными в «сворачивании» брата и совершила попытку суицида. В другом вопиющем случае девочку 15 лет, изнасилованную незнакомцем, мать назвала «шлюхой» и выгнала из дома.

Необходимо подчеркнуть *широкую распространенность «смежных» запросов со стороны родителей пострадавших*. Речь идет о сугубо информационных обращениях относительно порядка сдачи анализов на ЗППП, вероятности заражения, риска дальнейших нарушений взаимоотношений с мужчинами. При обсуждении этих важных, вне всякого сомнения, проблем аспект психологических последствий сексуального насилия часто совершенно игнорируется родителями

Неготовность и неумение справиться с травматической ситуацией, а также обвинительная позиция по отношению к пострадавшей часто лежат в основе игнорирующего поведения близких, отрицания ими тяжести психологического состояния женщины. В ряде случаев лишь экстремальные проявления чувств (отчаянные рыдания, бессонница, отказ от еды, суицидальные

попытки) пострадавшей способны вызвать сочувствие; они словно служат доказательством тяжести пережитого преступления и делают женщину «достойной» сострадания. Такую же роль играет и наличие у потерпевшей тяжелых физических повреждений.

Аналогичные реакции на сообщение о сексуальном насилии демонстрируют и сотрудники органов правопорядка. Довольно типичным ответом родителям пострадавших девочек оказалась фраза «мы не знаем, что у вас за девочка, может, она сама этого хотела». Зафиксированы сообщения о высказываниях судмедэкспертов относительно того, что «ее никто не заставлял гулять по улицам и разговаривать неизвестно с кем».

Нередко пострадавшие сталкиваются с откровенным цинизмом и смакованием подробностей насилия со стороны сотрудников ОВД. Так, некоторых женщин вынуждали по 6-8 раз рассказывать о случившемся в присутствии нескольких мужчин-полицейских. Анализ таких сообщений показывает, что *важным фактором получения поддержки у сотрудников органов правопорядка является наличие у пострадавшей тяжелых травм*. Факты некорректного отношения к пострадавшим зафиксированы даже со стороны психологов (в одном случае специалистом было сказано дословно следующее: «подумаешь... *(нецензурно)*, что из-за этого переживать»). Следует отметить, однако, что *мнение специалистов оказывает на пострадавших существенно меньшее влияние по сравнению с мнением родственников*.

Говоря о взрослых пострадавших, следует выделить как важнейшую проблему *реакцию на случившееся со стороны мужей*. Оценка мужей приобретает особую значимость в более старшей возрастной группе женщин, когда отношения с родителями становятся менее тесными. В большинстве случаев пострадавшие встречают недоверие и осуждение со стороны супругов, причем вне зависимости от предшествующих взаимоотношений с насильником. Нередко в высказываниях мужей звучат слова о «чести семьи», «грязности» изнасилованной женщины и т.д. Зафиксированы случаи оскорблений и побоев пострадавшей ее мужем. Женщины, осуждаемые мужьями, испытывают чрезвычайно выраженное чувство вины, начинают относиться к себе как к «испорченным» и недостойным нормальной

жизни и даже оправдывают агрессию своих мужей. *Многие пострадавшие, опасаясь осуждения, стремятся скрыть насилие от семьи*, невзирая на наличие физических повреждений и тяжелого эмоционального состояния.

Среди женщин, обратившихся на телефон доверия, большинство характеризуют свое психологическое состояние как «уход в себя», «желание спрятаться, чтобы никто не видел». Наиболее острыми оказываются переживания отгороженности, изоляции, одиночества, непонятости. Нередки случаи злоупотребления алкоголем. Анализируя сообщения о суицидальных мыслях и намерениях, мы пришли к выводу о строгой обусловленности таковых отвергающей реакцией окружения. Характерно, что неприятие близких влечет за собой возникновение не только «истинных», но и (в некоторых случаях) «шантажных», манипулятивных суицидальных намерений. Некоторые пострадавшие прямо говорят о самоубийстве как о единственно возможном способе «доказательства» близким серьезности своих переживаний.

В целом анализ поступивших обращений свидетельствует о значительной поляризации общественного мнения в отношении локуса ответственности за сексуальное насилие. Взгляды на эту проблему разнятся в диапазоне от «женщина, уступившая натиску насильника, недостойна быть матерью» до «надо мужчин кастрировать, а не женщин учить самообороне». Наконец, следует еще раз подчеркнуть психоэмоциональную уязвимость пострадавших, их подверженность «вторичной травматизации», сензитивность к мнению родных и близких.

Сексуальное насилие: мифы и факты

Мохова М.Л.,

Исполнительный директор Центра «Сёстры»

Никто не хочет быть изнасилованным, никто этого не заслуживает. Философия Центра «Сёстры»

Данная статья написана по результатам анализа статистических данных телефона доверия Центра «Сёстры» с 1994 по 2011 год, а также с учетом информации, полученной при работе с пострадавшими от сексуального насилия. При составлении статистического обзора использованы данные исследований Н. Римашевской, Н. Середы, Н. Шведовой, Е. Тюрюкановой и других коллег.

1. Проблема насилия сквозь призму статистики

Социологические опросы населения России показывают, что 70% респондентов знают о ситуациях насилия в семьях своих знакомых; каждая третья россиянка страдает от физического насилия со стороны мужа.

По данным исследования Совета женщин МГУ, 70% жен военнослужащих подвергаются насилию в семье. При этом около половины пострадавших сообщили, что впервые пережили насилие со стороны мужей во время беременности или кормления грудью.

По данным МВД, в 2003 году на семейно-бытовой почве было убито 9 тысяч женщин, что составляет 32% от общего количества убийств в Российской Федерации. При этом вероятность быть убитой своим мужем или партнером у россиянки в 2,5 раза выше, чем у американки и в пять раз выше, чем у жительницы Западной Европы.

В настоящей статье мы предполагаем раскрыть некоторые аспекты наиболее латентной и мифологизированной формы насилия – сексуального насилия.

2. Что мы понимаем под термином «насилие»?

Авторы словарей и энциклопедий раскрывают содержание понятия «насилие» с помощью таких слов, как «принуждение»,

«принудительное воздействие», «применение силы», «притеснение», «нарушение личной неприкосновенности».

В акте насилия могут участвовать как отдельные субъекты, так и социальные группы. Насилие может иметь разные формы и виды, но оно всегда направлено на получение *власти и контроля*. Темой нашего обсуждения будет насилие не на социальном, а на индивидуальном уровне, то есть насилие в межличностных отношениях, в повседневной жизни. Именно это явление часто игнорируется «в пользу», как кажется, более масштабных проблем – социально-экономических и политических. Бытует опасное убеждение в том, что повышение уровня жизни населения автоматически приведет к исчезновению насилия между людьми; однако практика показывает, что в экономически стабильных странах межличностное насилие присутствует в такой же мере, как и в развивающихся.

3. Виды насилия в отношении личности

Существует несколько видов насилия в отношении личности: физическое, психологическое (эмоциональное), внутрисемейное, сексуальное, религиозное, социальное, государственное. По периодичности совершения актов насилия выделяют постоянно повторяющиеся, эпизодические и единичные инциденты, по количеству участников – групповые и индивидуальные случаи.

Рассмотрим основные виды и формы насилия подробнее.

Физическое насилие – это действия по отношению к личности, направленные на ее подавление (подчинение) и выражающиеся в форме физической агрессии.

Первой формой физического насилия является *нанесение телесных повреждений* (имеются в виду побои, пинки, подзатыльники, щипки, удары, пощечины, увечья, травмы, переломы). По тяжести наступивших последствий различают тяжкие телесные повреждения, легкие телесные повреждения и убийство. Второй формой физического насилия являются *бытовые или социальные ограничения*. К ним относятся: запрет пользоваться чем-либо, общаться, покидать определенное место, обращаться за помощью.

Психологическое насилие – это любое насилие над личностью, влекущее за собой психологический дискомфорт, приводящий к

изменению качества жизни субъекта. Выделяют следующие варианты психологического насилия: шантаж, угроза, вербальная агрессия, оскорбление, запугивание, давление, унижение, манипуляция, обман.

Социальное насилие проявляется в деструктивных установках в отношении личности, которые присутствуют в социальных, профессиональных и партийных группах, а также в государстве. Социальное насилие имеет следующие варианты:

- экономическое насилие;
- морально-этическое насилие (шантаж, угрозы, манипуляции, навязывание ценностей, предвзятое информирование, отсутствие социальных гарантий);
- физическое насилие (убийство (смертная казнь), войны, лишение базовых потребностей, теракты);
- дискриминация (например, по признаку состояния здоровья, образовательного уровня, пола, возраста, расы, национальности, социального статуса).

Внутрисемейное (домашнее) насилие – это использование физической, словесной, эмоциональной силы и агрессии для удержания другого человека под своим контролем и в своей власти путем запугивания в течение длительного времени. Домашнее насилие может включать целый комплекс принудительных практик. Определяющая особенность данного вида насилия заключается в том, что и насильник, и жертва находятся в родственных отношениях. Участники акта насилия могут отличаться друг от друга по возрасту («родители – дети», «взрослые дети – пожилые родители») и полу («отец – мать», «брат – сестра», «отец – дочь», «мать – сын»). По виду применяемого насильником воздействия здесь могут присутствовать сексуальное (в т.ч. инцест), физическое, психологическое (эмоциональное), экономическое и духовно-религиозное насилие.

Самой уязвимой для сексуального насилия в родственных отношениях группой оказываются дети и девушки моложе 25 лет как наиболее уязвимые по отношению к физическому и психологическому давлению (угрозам, шантажу, обману, оскорблениям) со стороны насильника. Подростки от 15 до 18 лет втрое чаще подвергаются инцесту, чем девушки от 19 до 25 лет. Инцест по отношению к девушкам чаще происходит дома, неоднократно, в форме

изнасилования.

Чем моложе жертва домашнего насилия, тем менее вероятно, что она будет подвергнута еще и физическому воздействию: обычно сексуальное использование ребенка сопровождается разного рода психологическим давлением, что усугубляет чувства вины, страха, одиночества и незащищенности.

Сексуальное насилие – это действия в отношении личности, направленные на удовлетворение потребностей насильника и на осуществление контроля и властвования над личностью без её согласия и против её воли, через комплекс действий сексуального характера. Иначе говоря, сексуальное насилие – это преступление, при котором человека путем физического, психологического, экономического или иного давления принуждают вопреки его желанию к какой-либо форме сексуальных отношений.

Сексуальное насилие основано на стереотипах общественного сознания и в первую очередь представляет собой социальную проблему. Устойчивость этого вида насилия как социального явления в первую очередь зависит от стереотипов общественного сознания, касающихся прав человека, системы социальных ролей (гендерные стереотипы) и ответственности за причиненное насилие. Человек, переживший сексуальное насилие, вынужден постоянно противостоять общественному мнению, он осуждается и стигматизируется другими людьми.

Итак, психологический прогноз динамики состояния пострадавшего во многом зависит от того, какими мифами о сексуальном насилии отягощен сам пострадавший и какие стереотипы бытуют среди ближайшего окружения и специалистов (юристов, врачей и т.д.).

В большинстве случаев эмоциональную поддержку и принятие получают потерпевшие насилие со стороны незнакомых. Вероятно, в этих случаях в представлениях родственников жертвы насилие из разряда «последствий неосторожности или провоцирующего поведения» переходит в разряд преступлений. В структуре переживаний жертв незнакомцев на первый план выступают чувства страха, состояние депрессии.

Напротив, если субъектом насилия является знакомый

человек, близкие стремятся к поиску причин происшедшего в поведении пострадавшей, чем вызывают у нее чувство стыда, вины, испорченности. Чаще всего осуждению со стороны близких подвергаются молодые девушки (при этом наиболее частым мотивом являются представления о «защите своей девичьей чести» и «достойном поведении порядочной девушки»). Чрезвычайно тяжелые ситуации обвинения и отвержения пострадавшей возникают в семьях с директивным, контролирующим стилем воспитания дочери. Особенно резкую реакцию близких порождает сообщение об инцесте или ином виде домашнего сексуального насилия. Во многих случаях родственники игнорируют даже явные доказательства насилия, демонстрируют недоверие и порицание по отношению к жертве. Значительное влияние на состояние взрослых женщин, перенесших сексуальное насилие, оказывает реакция мужа и его дальнейшее поведение.

Фактором, повышающим вероятность получения поддержки семьи, является наличие явных признаков тяжелого эмоционального и физического состояния. Иными словами, многие родственники жертв сексуального насилия поступают согласно принципу «презумпции виновности» пострадавшего и соглашаются поддержать жертву только при наличии очевидных последствий насилия.

Отношение семьи к факту сексуального насилия над одним из ее членов определяется не только стереотипами общественного сознания и привычными семейными моделями поведения. Важную роль здесь играют и эмоциональные составляющие, то есть чувства, испытываемые родственниками.

В отличие от специалистов, работающих с последствиями сексуального насилия, ближайшее окружение не может адекватно контролировать свои переживания по поводу случившегося. Нередко даже в тех случаях, когда близкие искренне сочувствуют потерпевшему, они невольно усугубляют тяжесть его состояния неуместными расспросами, выражением эмоций горя и гнева, не согласованными с пострадавшим обращениями к знакомым или в какие-либо организации. В результате такого поведения родных пострадавший может начать обвинять себя в причинении горя семье, перестать доверять родным и т.д.

Сексуальное насилие в *отношении детей* включает в себя:

- злоупотребление неравными отношениями власти над ребенком;
- предательство доверия ребенка;
- сексуальную деятельность, как действие, попытку или угрозу.

Формы сексуального насилия в отношении детей классифицируются таким образом:

- сексуальное предложение, беседы, рассказы;
- сексуальные ласки;
- обнажение половых органов;
- присутствие при мастурбации взрослого;
- оральное сексуальное поведение (фелляция);
- влагалищное или анальное проникновение (пальцами, членом, и пр.);
- вовлечение в порнографию, или разрешение на использование ребенка в порнографии;
- вуайеризм;
- сексуальная эксплуатация ребенка с целью получения какой-либо выгоды.

Помимо *социально-психологического аспекта* следует учитывать *медицинские последствия* сексуального насилия (так, пострадавшие могут иметь травмы, ЗППП, беременность, ВИЧ/СПИД) и *юридическую сторону* проблемы (соответствующие преступления описываются ст. 131-134 УК РФ).

Интимность затронутой сферы и действие мифа о виновности жертвы заставляют 80% потерпевших скрывать факт сексуального насилия даже от самых близких людей. По нашим данным, обычно в полицию обращаются девушки 16-25 лет, средний возраст – 19 лет. Как правило, при подаче заявления и в процессе ведения дела их поддерживают родственники. Часто в таких случаях первым абонентом телефона доверия бывает не сама девушка, а ее мать, бабушка или отец. При активной поддержке со стороны семьи заявления подаются и в тех случаях, когда сами субъекты насилия являются сотрудниками правоохранительных органов (до 8% от общего числа обращений в полицию).

Статистика показывает, что чаще всего пострадавшие подают

заявления по фактам изнасилования (38% случаев) и изнасилования, сопровождавшегося физическим насилием (60% случаев). При этом случаи совершения насилия одним или, реже, несколькими незнакомцами составляют более 77% от общего числа обращений в полицию; на втором месте - преступления, совершенные одним знакомым (16%). Итак, параметрами «*сексуального насилия, по факту которого подается заявление*», являются:

– наличие телесных повреждений, что, по мнению пострадавших, повышает доказуемость преступления;

– незнакомец в качестве субъекта насилия: это снижает вероятность мести со стороны его друзей и широкой огласки происшедшего.

Заметим, что, несмотря на поддержку семьи, дела о сексуальном насилии в отношении молодых девушек (13-15 лет) возбуждаются значительно реже и продвигаются хуже, чем те дела, где в качестве потерпевших фигурируют более самостоятельные и взрослые девушки. По таким делам приходится чаще обращаться в вышестоящую прокуратуру и в процессе открытия дела и в процессе следствия.

Статистика позволяет выделить категории *наименее защищенных в правовом отношении потерпевших*:

– дети и подростки до 14 лет, а также женщины старше 30-35 лет;

– лица, которые перенесли сексуальное насилие без применения физической силы или не получили заметных повреждений;

– лица, которые перенесли сексуальное насилие со стороны родственников или группы знакомых;

– пострадавшие, которые не имеют поддержки со стороны родных.

4. Мифы и факты о сексуальном насилии

Миф 1. Изнасилования совершаются, потому что насильник не может сдержать сексуальное желание. Сексуальное насилие – это всего лишь секс.

Изнасилование представляет собой *преступление* против

личной сексуальной неприкосновенности. Цель насильника – унижить свою жертву для того, чтобы удовлетворить потребность во власти, продемонстрировать свою силу или иначе почувствовать собственную состоятельность.

Поскольку изнасилование включает половой акт, в общественном сознании сексуальное насилие и сексуальные отношения неправомерно отождествляются. Наиболее трудной для понимания обывателя психологической закономерностью является то, что насильники совершают насилие *не ради сексуального удовлетворения*. Мы хотим подчеркнуть, что *изнасилование – это насилие с целью подчинить своей воле личность на физическом, эмоциональном и сексуальном уровне*.

Мужчины насилуют мужчин по тем же причинам, что и женщин, – ради ощущения власти или вымещения злости. Они не ищут сексуального удовлетворения. При этом в большинстве случаев изнасилования мужчин ни жертва, ни насильник не являются гомосексуалами. Существование обсуждаемого мифа поддерживают и гендерные стереотипы, согласно которым женщина должна быть податливой и мягкой, а мужчина – яростным, добивающимся своей цели любыми средствами, не слышащим и не воспринимающим слова «нет».

Миф 2. Сексуальные преступления совершаются только в отношении молодых привлекательных женщин

Этот миф говорит: «Если ты не молода и не привлекательна, то с тобой ничего не случится. Если же ты хочешь быть привлекательной, молодой и модной, то ты должна быть готова к сексуальному насилию». Таким образом, именно пострадавшие, а не насильники в глазах общества оказываются виновными. Однако статистика ТД Центра «Сёстры» говорит, что 10,1% пострадавших от сексуального насилия составляют дети младше 12 лет и женщины старше 40 лет. Еще в 11,4% случаев насилию подвергаются подростки 13-15 лет. В 6,5% случаев жертвами насилия являются мужчины разного возраста.

Миф 3. Женщины хотят, чтобы их изнасиловали. Своим поведением и манерой одеваться они провоцируют насильника. Поэтому если женщину изнасиловали, значит, она виновата в

этом сама.

В этом мифе речь идет о провокации, однако мы должны помнить, что никто не хочет быть изнасилованным, подчиненным воле другого. Изнасилование имеет тяжелые психологические, физические и социальные последствия и никто не может стремиться пережить это. Сексуальное насилие является нарушением прав человека, ответственность это преступление лежит на субъекте насилия и не может возлагаться на пострадавшего.

Миф 4. Сексуальное насилие совершается в темное время суток, в опасных местах.

К сожалению, нет такого места – дома, города, страны, социальной или религиозной группы, где люди гарантированы от сексуального нападения. В 20,5% случаев сексуальное насилие совершается в собственном доме пострадавшего; в 10% дома у насильника; в 16% случаев – на улице, в 4% случаев – в официальном учреждении, в том числе в школе, институте, больнице, на работе. *Для сравнения:* на подъезды приходится 6,9%, на автомобили – 4,3% случаев.

Миф 5. Насильник – это чаще всего незнакомец подозрительной внешности и поведения или «лицо кавказской национальности».

Этот миф подразумевает: «Я сразу же узнаю его, я успею убежать или позвать на помощь. Среди моих друзей и знакомых нет насильников, они все приличные люди». Однако как минимум 45,6% потерпевших были ранее знакомы с насильником и доверяли ему. В 15% случаев сексуальное насилие совершают родственники или партнеры пострадавшего. «Лицами кавказской национальности» насилие совершается менее чем в 4% случаев (реже, чем насилие со стороны сотрудников правоохранительных органов!).

Миф 6. Детей не насилуют. Дети лгут о пережитом насилии.

Сексуальные преступления чаще всего совершаются по отношению к наименее защищенным категориям населения

– женщинам и детям. В отношении детей преступники часто демонстрируют доброту и заботу, заполняя «вакуум», если ребенок эмоционально заброшен, или эксплуатируя нормальную потребность в любви, признании и заботе. Дети часто признают, что они *изначально не знали*, что их будут сексуально использовать.

Сексуализированность поведения насильника нарастает постепенно. Часто сексуальное использование начинается в ходе обычных, повседневных бытовых контактов. Насильник поощряет новые ощущения ребенка, говорит ему о его избранности, особенности, привлекательности. Испытывая к насильнику очень противоречивые чувства, дети часто преуменьшают насилие, не могут адекватно идентифицировать вид насилия или вовсе не воспринимают случившееся как насилие. Они становятся менее чувствительными к насилию, принимая его как норму поведения.

В заключение хотелось бы сказать, что реализация комплексного подхода к помощи пережившим сексуальное насилие возможна только в условиях междисциплинарного и межведомственного сотрудничества.

Защита прав свидетелей и потерпевших в рамках уголовно-процессуального законодательства

*Холицевникова Т.В.,
эксперт по законодательству
в сфере противодействия торговле людьми*

1 июля 2002г. вступил в силу новый Уголовно-процессуальный кодекс РФ, который был принят Государственной Думой 22 ноября 2001г., одобрен Советом Федерации 5 декабря 2001г., подписан Президентом Российской Федерации 18 декабря 2001г.

На протяжении нескольких десятилетий (с 1917г.) УПК выполнял роль законодательного обеспечения безграничного всевластия государства над личностью. С его помощью свершались массовые политические репрессии 30-40-х гг., борьба с диссидентами в 70-80-х гг. Репрессивным по своей направленности на борьбу с преступностью был и УПК РСФСР 1960г.

Этот кодекс наделял государство и его представителей в лице, прежде всего, прокурора правом единолично, вне всякой установленной законом процедуры, осуществлять принуждение в отношении подозреваемого, обвиняемого, еще не признанного виновным, в том числе заключать под стражу, обыскивать, входить в его жилище без его на то согласия. Само по себе применение этих мер уже есть наказание. Это хотя и временное, но поражение в конституционных правах гражданина, нанесение ущерба его репутации, а нередко и определение судьбы человека. В уголовном процессе, основанном на субъективной оценке событий, всегда есть вероятность ошибочного применения принуждения к невиновному.

1. Вводные замечания

УПК РФ 2001г. – это четвертый Уголовно-процессуальный кодекс Российской Федерации. Ему предшествовали УПК РСФСР от 25 мая 1922г., УПК РСФСР от 15 февраля 1923г. и УПК РСФСР от 27 октября 1960г. Последний УПК РСФСР появился в период «оттепели» и для своего времени был достаточно прогрессивным, ибо усиливал гарантии прав личности в сфере уголовного судопроизводства.

В новом УК суд освобождается от функции обвинения. Он не является органом уголовного преследования, не выступает на стороне обвинения или защиты. Его задача – создать сторонам необходимые условия для исполнения ими своих процессуальных обязанностей и осуществления предоставленных им прав. Судья больше не будет замещать прокурора, отсутствовавшего в большинстве судебных заседаний. В каждом судебном заседании по делам публичного и частно-публичного обвинения участие прокурора либо дознавателя (следователя) по поручению прокурора становится обязательным. Суд лишается полномочий на возвращение дела на дополнительное расследование. А вместе с ними уйдет в прошлое и практика бесконечного расследования уголовных дел.

Существенно меняются гарантии права подозреваемого и обвиняемого на защиту. Защитник допускается к участию в уголовном деле по предъявлении удостоверения адвоката и ордера с момента фактического задержания лица в качестве подозреваемого. При этом ему должно быть обеспечено свидание с подзащитным наедине и конфиденциально до его первого допроса в качестве подозреваемого или обвиняемого. Участие защитника становится обязательным по всем уголовным делам за исключением случаев добровольного отказа от защитника.

Новый кодекс по сравнению с УПК РСФСР усиливает гарантии прав личности на свободу и личную неприкосновенность. Санкции на заключение под стражу, обыск в жилище против воли проживающих в нем лиц дает не чиновник от прокуратуры, а представитель судебной власти. И не единолично, а в судебном заседании в соответствии с установленной законом процедурой.

Впервые в новом Кодексе закреплен принцип, которому

никогда не находилось места в советском уголовно-процессуальном законодательстве, но без которого нельзя рассчитывать всерьез на справедливое и гуманное правосудие. Этот основополагающий правовой принцип – презумпция невиновности. В соответствии с этим принципом подозреваемый или обвиняемый не обязан доказывать свою невиновность. Бремя доказывания обвинения лежит на стороне обвинения.

Существенно меняются роль и процессуальное положение прокурора. Из органа надзора за законностью, в том числе и в деятельности суда, прокурор стал стороной, государственным обвинителем, отвечающим за качественное, обоснованное уголовное преследование и обвинение. По новому Кодексу прокурор – своеобразный «адвокат» для потерпевшего, ибо от того, насколько законным и обоснованным будет выдвинутое им обвинение, зависит, будет ли восстановлена справедливость и возмещен ущерб потерпевшему от преступления. Кроме того, ныне более детально по сравнению со старым законодательством разработаны нормы, относящиеся к защите прав потерпевших и свидетелей.

2. Комментарии к некоторым статьям УПК РФ

Статья 42. Потерпевший

1. Комментируемая статья регламентирует статус потерпевшего как участника уголовного судопроизводства со стороны обвинения. В отличие от ст. 53 УПК РСФСР, комментируемая статья распространяет статус потерпевшего не только на физическое, но и на юридическое лицо.

2. Под «физическим лицом» понимается гражданин РФ, гражданин иного государства, лицо без гражданства, т.е. любое физическое лицо. Основанием для принятия решения о признании потерпевшим является для физического лица причинение ему непосредственно преступлением физического, имущественного, морального вреда, а для юридического лица - вреда его имуществу и деловой репутации.

3. О признании потерпевшим дознаватель, следователь, прокурор или суд выносит постановление, в котором излагает обстоятельства признания лица потерпевшим (см. приложение 23

об образце постановления следователя (дознателя) о признании потерпевшим). Именно с этого момента - вынесения решения о признании потерпевшим - физическое или юридическое лицо приобретает процессуальный статус потерпевшего, т.е. те процессуальные права и обязанности, которые предусмотрены ч. 2-10 комментируемой статьи. Следует иметь в виду, что потерпевший от преступления, предусмотренного ст. 115, 116, 129 ч.1 и 130 УК, и подавший заявление об этом в суд, приобретает статус частного обвинителя (см. комментарий к ст. 43).

4. Понятие «физический вред», используемое в ч. 1 комментируемой статьи, означает причинение телесных повреждений, нанесение побоев, причинение любого иного вреда здоровью человека. Под «имущественным вредом» понимается вред, причиненный имуществу гражданина или юридического лица (ч. 1 ст.1064 ГК РФ). «Моральный вред» означает нравственные или физические страдания, причиненные гражданину преступлением, посягающим на принадлежащие ему от рождения или по закону нематериальные блага (жизнь, здоровье, деловая репутация, честь и достоинство личности), а также на его личные неимущественные (право авторства) и имущественные права (Постановление ПВС РФ от 20 декабря 1994г. // Бюллетень ВС РФ. 1995. №3). Ст. 1100 ГК предусматривает случаи возмещения морального вреда независимо от вины причинителя.

5. Части 2-4 комментируемой статьи развивают конституционный принцип обеспечения потерпевшему доступа к правосудию и компенсации причиненного преступлением ущерба (ст. 52 Конституции РФ). Об обеспечении возмещения имущественного вреда, причиненного преступлением, и расходов, понесенных потерпевшим в связи с участием в уголовном судопроизводстве, см. комментарий к ст. 131.

6. Потерпевший вправе реализовать предоставленные ему права (занять активную позицию) либо отказаться от их реализации (занять пассивную позицию).

7. Об активной позиции потерпевшего в уголовном деле свидетельствует прежде всего реализация им таких прав, как дача показаний, представление доказательств, заявление ходатайств

и отводов, участие в следственных действиях, ознакомление с протоколами следственных действий и при необходимости подача замечаний на них, ознакомление с постановлением о назначении экспертизы и заключением эксперта, ознакомление по окончании расследования со всеми материалами уголовного дела и т.д. Активная реализация потерпевшим предоставленных ему прав выступает как требование от государства положительной деятельности по обеспечению доступа к правосудию, возмещения причиненного преступлением ущерба, обеспечения безопасности в связи с производством по уголовному делу. Активная позиция потерпевшего при реализации предоставленных ему прав позитивно влияет на процесс раскрытия преступления, изобличение преступника, обеспечение возмещения ущерба.

8. Потерпевший волен занять пассивную позицию в уголовном судопроизводстве. При этом он не вправе препятствовать расследованию и рассмотрению уголовного дела (уклоняться от явки по вызову дознавателя, следователя, прокурора и в суд; давать заведомо ложные показания или отказываться от дачи показаний; разглашать данные предварительного расследования). В противном случае он может быть привлечен к процессуальной (ст. 113 и 117) или уголовной ответственности (ст. 307, 308, 310 УК РФ).

9. Потерпевший имеет право на представителя, который приобретает такой же процессуальный статус, как и сам потерпевший, за исключением права потерпевшего давать показания. Право давать показания потерпевший может реализовать только лично.

10. Дача показаний – это не только право, но и обязанность потерпевшего. Допрос потерпевшего проводится по правилам допроса свидетеля. Перед началом допроса потерпевшему вновь разъясняются его права, предусмотренные ч. 2. Кроме того, потерпевшему разъясняется его право давать показания на родном языке либо языке, которым он владеет, а также пользоваться услугами переводчика бесплатно.

11. Положения п. 3 ч. 2 комментируемой статьи базируются на положениях ст. 51 Конституции РФ. При согласии потерпевшего дать показания они могут быть использованы в качестве доказательств по уголовному делу в суде и в том случае, если он от них впоследствии

откажется, о чем потерпевший должен быть предупрежден.

12. Ч. 8 комментируемой статьи регламентирует случаи, когда последствием преступления явилась смерть потерпевшего. Следует иметь в виду, что если близких родственников несколько, и все они желают воспользоваться правами потерпевшего, то вопрос о том, к кому переходят права потерпевшего, решает должностное лицо, в чьем производстве находится уголовное дело.

Новый УПК (ст. 22) впервые закрепляет за потерпевшим право участия в уголовном преследовании по делам публичного и частно-публичного обвинения и право осуществления уголовного преследования по делам частного обвинения. Потерпевший может участвовать в уголовном преследовании обвиняемого самостоятельно или через своих законных представителей и представителей. Следует иметь в виду, что с момента подачи потерпевшим заявления в суд по делу частного обвинения он становится частным обвинителем. Выдвижение обвинения и его поддержание в суде в этом случае становятся его процессуальной обязанностью, отказ от которой или неявка без уважительных причин в суд влекут прекращение уголовного дела и (или) уголовного преследования (ч. 6 ст. 246, ч. 3 ст. 249).

Статья 45. Представители потерпевшего, гражданского истца и частного обвинителя

1. Комментируемая статья определяет круг лиц, которые могут выступать в статусе представителей и законных представителей потерпевшего, гражданского истца и частного обвинителя.

2. Ч. 1 комментируемой статьи определяет, что представителем потерпевшего, гражданского истца, частного обвинителя может быть адвокат.

3. Если потерпевшим, гражданским истцом признано физическое лицо, то по его ходатайству мировой судья может допустить в качестве представителя одного из его близких родственников либо иное лицо, которое указано в ходатайстве. Под «иным лицом» понимается любое лицо, о допуске которого ходатайствует потерпевший, гражданский истец. Аналогичное право имеет и частный обвинитель. Если частный обвинитель ходатайствует о допуске в качестве представителя одного из своих близких родственников или иного лица, они могут быть

допущены постановлением мирового судьи.

4. Если гражданским истцом признано юридическое лицо, в качестве его представителя может выступать также иное лицо, правомочное в соответствии с ГК РФ представлять его интересы. Юридическое лицо реализует предоставленные ему права гражданского истца только через своего представителя.

5. Ч. 2 комментируемой статьи устанавливает правило об обязательном участии в уголовном деле законного представителя (если потерпевший является несовершеннолетним) или представителя потерпевшего (если он по своему физическому или психическому состоянию не может самостоятельно защищать свои права и законные интересы).

Статья 49. Защитник

1. Комментируемая статья определяет роль и процессуальное положение защитника в уголовном судопроизводстве. Задачи защитника состоят в доказывании невиновности обвиняемого, или меньшей его вины, или в установлении обстоятельств, смягчающих вину и ответственность обвиняемого, а также оказании иной юридической помощи обвиняемому.

2. Ч. 2 комментируемой статьи устанавливает, что в качестве защитников допускаются адвокаты, зарегистрированные в реестре адвокатов. Реестр адвокатов субъекта РФ или региональный реестр ведется территориальным органом федерального органа исполнительной власти в области юстиции (ст. 14 ФЗ «Об адвокатской деятельности и адвокатуре» от 31 мая 2002г. №63-ФЗ). В то же время по ходатайству обвиняемого суд может вынести постановление (определение) о допуске в качестве защитника наряду с адвокатом одного из близких родственников обвиняемого (п. 4 ст. 5) либо «иное лицо». УПК не устанавливает требований, предъявляемых к «иному лицу», которое может быть допущено в качестве защитника обвиняемого. При рассмотрении уголовного дела мировым судьей «иное лицо» может осуществлять защиту не только наряду, но и вместо адвоката.

3. Суд может не допустить в качестве защитника близкого родственника обвиняемого или другое лицо, если они по своим данным (образованию, психическим и физическим недостаткам,

взаимоотношениям с обвиняемым и др.) не в состоянии эффективно защищать права и законные интересы обвиняемого.

4. Следует иметь в виду, что «иное лицо» может быть допущено в качестве защитника только в ходе судебного производства, т.е. после того как уголовное дело поступит в суд в установленном порядке.

5. Во всяком случае, отказ суда в допуске «иного лица» в качестве защитника может быть обжалован в порядке, предусмотренном ст. 125.

6. Часть 3 комментируемой статьи определяет момент вступления защитника в производство по уголовному делу применительно к различным процессуальным ситуациям. По общему правилу, защитник допускается для участия в уголовном деле не в момент предъявления обвинения, а раньше - в момент вынесения постановления о привлечении лица в качестве обвиняемого (п.1). В промежутке между этими двумя моментами защитник может реализовывать значительную часть принадлежащих ему прав, в частности, встречаться наедине с подозреваемым или обвиняемым, собирать доказательства, заявлять ходатайства и др. (пп. 2, 5, 6, 8, 10, 11 ч. 1 ст. 53).

7. При производстве предварительного следствия в отношении конкретного лица, дознания (ст. 223), а также по уголовному делу частного обвинения (ст. 318) защитник вступает в уголовное дело с момента его возбуждения (п. 2 ч. 3 комментируемой статьи).

8. При задержании лица защитник допускается с момента фактического задержания (п. 15 ст. 5) либо применения к лицу заключения под стражу до предъявления обвинения (ст. 91, 92, 100). При этом следует иметь в виду, что в момент фактического задержания подозреваемого на месте совершения преступления и даже в момент доставления его в орган дознания не всегда возможно обеспечить участие защитника. Однако, если такая возможность имеется (например, задержанный воспользовался мобильной связью и пригласил адвоката или адвокат оказался в месте задержания или поблизости от него), то орган дознания, дознаватель, следователь не вправе отказать такому адвокату в допуске к участию в уголовном деле в качестве защитника.

9. П. 4 ч. 3 учитывает то обстоятельство, что подозреваемый

не всегда понимает смысл постановления о назначении судебно-психиатрической экспертизы, поэтому участие защитника в такого рода ситуациях является необходимым. Таким же правом пользуется и лицо, которое не привлечено в качестве обвиняемого из-за его тяжелого психического состояния.

10. Под «удостоверением адвоката» в ч. 4 комментируемой статьи понимается свидетельство или иной документ, официально подтверждающий его статус адвоката. Форма удостоверения утверждается федеральным органом юстиции. В удостоверении указываются фамилия, имя, отчество адвоката, его регистрационный номер в региональном реестре. В удостоверении должна быть фотография адвоката, заверенная печатью территориального органа юстиции (ч. 2 ст. 15 ФЗ «Об адвокатской деятельности и адвокатуре»). Ордер выдается соответствующим адвокатским образованием и в случаях, предусмотренных ФЗ. Форма ордера утверждается федеральным органом юстиции (ч. 2 ст. 6 ФЗ «Об адвокатской деятельности и адвокатуре») адвокатов и подтверждает право осуществлять защиту по данному уголовному делу.

11. Ч. 5 устанавливает ограничения для защитника, связанные с его участием в уголовном деле, в материалах которого содержатся сведения, составляющие государственную тайну. В этом случае защитник обязан дать подписку о неразглашении таких сведений, если он не имеет соответствующего допуска к таким сведениям. При этом по смыслу комментируемой части момент вступления защитника в уголовное дело предшествует даче им письменного обязательства о неразглашении. Более того, нарушение им письменного обязательства о неразглашении не может являться основанием для замены защитника, а может лишь являться основанием для привлечения его к ответственности (п. 2 резолютивной части пост. КС РФ от 27 марта 1996г. №8-П «О проверке конституционности статей 1 и 21 Закона РФ от 21 июля 1993г. «О государственной тайне» в связи с жалобами граждан В.М. Гурджиянца, В.Н. Синцова, В.Н. Бугрова и А.К. Никитина»).

12. Ч. 7 комментируемой статьи содержит запрет на отказ адвоката от принятой на себя защиты. Моментом принятия защиты считается подписание адвокатом соглашения с клиентом о том, что

он обязуется защищать интересы последнего, а при ведении защиты по назначению – получение ордера юридической консультации или иного профессионального объединения адвокатов, обязывающего вести защиту по данному уголовному делу. Следует иметь в виду, что адвокат может отказаться от защиты вследствие тяжелого длительного заболевания, удостоверенного врачом. С согласия или по просьбе клиента адвокат может при наличии уважительных причин перепоручить ведение защиты другому адвокату с соблюдением всех необходимых формальностей (заключение нового соглашения, получение ордера).

Статья 50. Приглашение, назначение и замена защитника, оплата его труда

1. Комментируемая статья регламентирует различные способы обеспечения участия защитника в уголовном деле.

2. Правом приглашения защитника (ч. 1) пользуется любое правоспособное и дееспособное лицо, физическое или юридическое, в том числе иностранное, действующее по поручению или с согласия подозреваемого или обвиняемого. Поручение и согласие не требуют удостоверения.

3. При приглашении нескольких защитников необходимо согласие каждого из них на участие в уголовном деле.

4. Для назначения защитника (ч. 2) достаточно просьбы подозреваемого или обвиняемого, независимо от его материального состояния, чтобы защитник был назначен следователем (дознавателем), прокурором или судом. Уведомление о назначении защитника направляется в Совет адвокатской палаты субъекта РФ или соответствующее адвокатское образование. Адвокатская палата является негосударственной некоммерческой организацией, основанной на обязательном членстве адвокатов одного субъекта РФ (ч. 1 ст. 29 ФЗ «Об адвокатской деятельности и адвокатуре»). Порядок оказания юридической помощи адвокатами, участвующими в УД в качестве защитников по назначению, определяется Советом адвокатской палаты субъекта РФ и доводится до сведения органов дознания, предварительного следствия, прокурора и суда. Совет адвокатской палаты субъекта контролирует исполнение этого порядка адвокатами (п. 4 ч. 3 ст. 31 ФЗ «Об адвокатской деятельности

и адвокатуры»).

5. Ч. 5 предусматривает две ситуации: 1) приглашенный обвиняемым (подозреваемым) защитник не является в течение пяти суток; 2) участвующий в уголовном деле защитник не является в течение пяти суток для участия в производстве конкретного следственного действия. В первом случае обвиняемому (подозреваемому) предлагается сначала пригласить другого защитника. При отказе пригласить другого защитника следователь (дознатель), прокурор или суд вправе назначить защитника. Следует иметь в виду, что это их право, а не обязанность. Они могут продлить указанный срок при неявке защитника по уважительным причинам (болезнь, занятость в другом деле и т.д.). Во втором случае при неявке защитника для участия в каком-либо следственном действии в течение пяти суток после его уведомления о проведении этого следственного действия и отказе обвиняемого (подозреваемого) пригласить другого защитника следственное действие проводится без защитника. Здесь имеются в виду следственные действия, в производстве которых имеет право участвовать защитник.

6. Ч. 4 комментируемой статьи регламентирует ситуации, связанные с обеспечением участия защитника при задержании подозреваемого или заключении обвиняемого (подозреваемого) под стражу. Защитник может быть назначен вопреки воле задержанного (заключенного под стражу), если приглашенный им защитник не прибыл в течение 24 часов с момента задержания или заключения под стражу. При отказе от назначенного защитника следственные действия с участием обвиняемого (подозреваемого) могут быть произведены без защитника. Однако это правило не распространяется на случаи, указанные в п. 2-7 ч. 1 ст. 51. При этом УПК не устанавливает, какое время необходимо ждать защитника в этих случаях.

7. Часть 5 комментируемой статьи содержит положение о порядке возмещения расходов, связанных с участием в уголовном деле защитника по назначению. Эти расходы входят в процессуальные издержки и возмещаются из средств федерального бюджета. Расходы на эти цели учитываются в федеральном законе о федеральном бюджете на очередной год в соответствующей целевой статье расходов. Размер вознаграждения адвоката, участвующего в качестве

защитника в уголовном судопроизводстве по назначению и порядок компенсации адвокату, оказывающему юридическую помощь гражданам РФ бесплатно, устанавливаются Правительством РФ (ч. 8 и 9 ст. 25 ФЗ «Об адвокатской деятельности и адвокатуре»).

Статья 51. Обязательное участие защитника

1. Комментируемая статья устанавливает случаи обязательного участия защитника в уголовном деле.

2. Основание обязательного участия защитника, предусмотренное п. 1 ч. 1, отличается от остальных оснований тем, что участие защитника полностью зависит здесь от волеизъявления обвиняемого (подозреваемого). Если обвиняемый (подозреваемый) не отказался от защитника, то его участие в уголовном деле является обязательным, независимо от имущественного положения обвиняемого (подозреваемого) и других обстоятельств. Однако следует иметь в виду, что обязательства государства по обеспечению участия защитника возникают только в том случае, когда обвиняемый (подозреваемый) соглашается на участие защитника по назначению (п. 5 ч. 2 ст. 131), не желая воспользоваться собственным правом приглашения защитника.

3. Пункты 2-7 предусматривают такие основания обязательного участия защитника, которые не зависят полностью от волеизъявления подозреваемого, обвиняемого. Поэтому их отказ от защиты не является обязательным для дознавателя, следователя, прокурора и суда (ч. 2 ст. 52).

4. Следует иметь в виду, что если деяние переквалифицировано на статью УК, предусматривающую менее строгое наказание, чем указанное в п. 5 ч. 1 комментируемой статьи, обвиняемый сохраняет право на обязательное участие защитника в уголовном деле.

5. Ч. 2 конкретизирует моменты допуска защитника к участию в уголовном деле, когда такое участие обязательно. Если уголовное дело подсудно суду присяжных или может быть рассмотрено в особом порядке принятия судебного решения, то таким моментом является заявление хотя бы одним из обвиняемых при окончании предварительного расследования ходатайства о рассмотрении уголовного дела судом присяжных либо о согласии с предъявленным обвинением и рассмотрении уголовного дела в особом порядке

соответственно.

6. Ч. 3 комментируемой статьи регулирует случаи, когда подозреваемый, обвиняемый не реализовал свое право на приглашение определенного защитника, но и не отказался при этом от защитника. В таких случаях защитник назначается дознавателем, следователем, прокурором, судом.

Статья 52. Отказ от защитника

1. Комментируемая статья предусматривает все возможные случаи отказа от защитника. Общее правило заключается в добровольности отказа от защитника. При этом следует иметь в виду, что недопустимо ставить обвиняемого (подозреваемого) в такое положение, когда он вынужден отказаться от защитника, например, при неявке защитника в судебное заседание.

2. Отказ от защитника (ч. 1) заявляется, хотя и при проведении процессуального действия (например, при ознакомлении со всеми материалами уголовного дела по окончании расследования), но в письменной форме и в виде самостоятельного процессуального документа. Об этом делается отметка в протоколе данного процессуального действия.

3. Следователь (дознаватель), прокурор, суд вправе не согласиться с ходатайством обвиняемого (подозреваемого) об отказе от защитника (ч. 2) в случаях, предусмотренных п. 2-7 ч. 1 ст.51. В таких ситуациях защитник участвует в уголовном деле вопреки желанию подозреваемого, обвиняемого. Принятие решения о «принудительной» защите – право, а не обязанность следователя (дознавателя), прокурора и суда.

4. В случаях, предусмотренных ч. 3 комментируемой статьи, допуск нового защитника к участию в уголовном деле, по общему правилу, не влечет повторения уже проведенных процессуальных действий. Однако по ходатайству защитника суд может повторить допросы свидетелей, потерпевших, экспертов и иные процессуальные действия.

Статья 53. Полномочия защитника

1. Комментируемая статья определяет пределы прав защитника.

2. Перечень полномочий защитника, предусмотренный ч. 1 комментируемой статьи, не является исчерпывающим. Общий

принцип, закрепленный в комментируемой статье и определяющий объем полномочий защитника, заключается в том, что защитник может использовать все средства и способы защиты, прямо не запрещенные УПК. Поскольку защитник имеет право на свидания с обвиняемым (подозреваемым), содержащимся под стражей, без ограничения их количества, он не должен получать разрешение дознавателя или следователя на каждое свидание (см. ФЗ «О содержании под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений» от 15 июля 1995г. №103-ФЗ). УПК РФ вообще не предусматривает получение таких разрешений. Конституционный Суд РФ разъяснил, что выполнение адвокатом процессуальных обязанностей защитника, имеющего ордер на право ведения защиты, «не может быть поставлено в зависимость от усмотрения должностного лица или органа, в производстве которого находится уголовное дело» (Постановление Конституционного Суда РФ от 25 октября 2001г. №14-П по делу о проверке конституционности положений, содержащихся в статьях 47 и 51 УПК РСФСР и п. 15 ч. 2 ст. 16 ФЗ «О содержании под стражей подозреваемых и обвиняемых в совершении преступлений», в связи с жалобами граждан А.П. Голомидова, В.Г. Кислицина и И.В. Москвичева).

3. П. 2 ч.1 комментируемой статьи наделяет защитника полномочиями, которыми он не обладал по УПК РСФСР, по собиранию и представлению доказательств, необходимых для оказания им юридической помощи. К ним могут быть отнесены сведения, документы и предметы, которые становятся доказательствами после приобщения их к уголовному делу лицом, ведущим расследование, или судом. Эти сведения могут быть получены путем опроса защитником частных лиц с их согласия, который не должен проводиться с целью убедить их в изменении ранее данных показаний. По просьбе защитника опрошенное им лицо может письменно изложить сведения, которыми он обладает. Для собирания сведений защитник может воспользоваться услугами стажера и частного детектива. Собираемые указанные сведения производятся вне процессуальной формы, так как защитник не обладает правом проведения следственных действий.

4. Согласно п. 3 ч. 1 комментируемой статьи защитник

может ходатайствовать, в т.ч. перед следователем (дознавателем), о привлечении указанного им лица в качестве специалиста для участия в том или другом следственном действии. Защитник может также получать письменное мнение сведущего лица по научным, техническим и правовым вопросам, обосновывающее заявленное им ходатайство и его позицию по уголовному делу. Такое письменно изложенное мнение вместе с письменным ходатайством адвоката приобщается к уголовному делу, но доказательством не является.

5. Присутствуя при предъявлении обвинения (п. 4), защитник вправе разъяснять его сущность обвиняемому и обращать внимание следователя на дефекты постановления о привлечении лица в качестве обвиняемого.

6. Применительно к п. 5 ч. 1 следует иметь в виду, что для его реализации требуется своевременное уведомление защитника о времени и месте проведения каждого следственного действия, в котором он имеет право участвовать. Участвуя в следственном действии, защитник вправе задавать вопросы допрашиваемым, обращать внимание следователя на обстоятельства, признаки, свойства осматриваемых предметов, имеющих значение для защиты, возражать против нарушения закона при проведении следственных действий, знакомиться с протоколами следственных действий, указанными в п. 6 ч. 1.

7. Знакомясь вместе с обвиняемым со всеми материалами уголовного дела по окончании расследования (п. 7), защитник согласовывает с обвиняемым позицию по уголовному делу и оказывает ему иную юридическую помощь. УПК позволяет защитнику применять технические средства для снятия копий со всех материалов уголовного дела. Копии секретных документов хранятся в соответствующих служебных помещениях, и адвокат имеет к ним свободный доступ (ч. 2 ст. 217). УПК не запрещает защитнику снимать копии со всех материалов уголовного дела.

8. Заявляя ходатайство или отвод (п. 8), защитник должен его обосновать.

9. Защитник вправе участвовать в разбирательстве уголовного дела во всех инстанциях и на всех стадиях уголовного процесса (п. 9 и 10). О месте и времени разбирательства уголовного дела защитник

должен быть своевременно уведомлен.

10. В соответствии со ст. 46 Конституции РФ защитник вправе обжаловать в суд уголовное дело незаконные действия и решения должностных лиц, включая дознавателя, следователя и прокурора. Жалоба может быть подана, если указанные должностные лица, по мнению защитника, нарушили конституционные права и свободы подозреваемого, обвиняемого. Защитник вправе участвовать в рассмотрении своей или обвиняемого жалобы в любой инстанции.

11. Исходя из задач защиты, защитник может действовать только в интересах своего доверителя. Он не вправе признавать вину обвиняемого доказанной, если последний ее отрицает. С другой стороны, защитник вправе доказывать невиновность своего доверителя, когда последний признает себя виновным. Однако в этом случае обвиняемый может отказаться от защитника, если он не относится к лицам, перечисленным в пп. 2-7 ч. 1 ст. 51.

12. Защитник обязан согласовывать свою позицию по уголовному делу с доверителем, в частности, при выступлении в суде первой инстанции и при обжаловании судебных решений в вышестоящие судебные инстанции. Он не вправе занимать по уголовному делу позицию вопреки воле доверителя, за исключением случаев, когда адвокат убежден в наличии самоговора доверителя (п. 3 ч. 4 ст. 6 ФЗ «Об адвокатской деятельности и адвокатуре»).

13. Защитник вправе заявлять ходатайства и представлять доказательства в тот момент судопроизводства, который, по его мнению, наиболее удобен для достижения целей защиты.

Статья 56. Свидетель

1. Комментируемая статья в отличие от УПК РСФСР относит свидетеля к иным, помимо сторон, участникам уголовного судопроизводства.

2. Ч. 1 комментируемой статьи дает определение понятия «свидетель». Свидетель должен отвечать двум требованиям: 1) ему должны быть известны какие-либо обстоятельства, имеющие значение для уголовного дела, 2) оно должно быть вызвано для дачи показаний. Сведения об указанных обстоятельствах уголовного дела могут быть получены свидетелем в результате непосредственного восприятия, а также в случае, когда добыты им при общении с

непосредственным очевидцем события, ознакомлении с различными документами и т.д.

3. Как свидетельствует следственная практика, в качестве свидетеля могут быть допрошены сотрудники: оперативных подразделений, которые осуществляли сбор материалов в соответствии с ФЗ «Об оперативно-розыскной деятельности»; ГПС, осуществлявшие надзор за противопожарным состоянием объекта, на котором возник пожар; подразделений по профилактической работе среди несовершеннолетних; понятые по уголовному делу о дорожно-транспортных преступлениях, участвовавшие в осмотре места происшествия (как правило, в связи с жалобами участников ДТП о допущенных следователем неточностях при оформлении протокола осмотра и схем), а также при производстве обыска (нередко в связи с заявлением обыскиваемого лица о том, что какие-то предметы ему были подброшены) и т.д.

4. УПК допускает допрос в качестве свидетелей лиц, в отношении которых прекращено уголовное преследование (ст. 213) или уголовное дело выделено в отдельное производство, если по этому же уголовному делу продолжается расследование в отношении других лиц (ст. 154).

5. УПК не устанавливает возраста, по достижении которого лицо может быть допрошено в качестве свидетеля. С учетом способности несовершеннолетнего правильно воспринимать событие и давать о нем показания, в зависимости от степени возрастного развития, характера воспринимаемых фактов в качестве свидетелей также могут быть допрошены и малолетние (когда интересующие следствие данные не могут быть установлены иным путем).

6. Ч. 3 комментируемой статьи устанавливает перечень лиц, которые не могут быть допрошены в качестве свидетелей. Этот перечень является исчерпывающим. В отличие от УПК РСФСР этот перечень расширился за счет включения в него судьи, присяжного заседателя (п. 1), священнослужителя (п. 4), члена СФ и депутата ГД (п. 5).

7. Следует отметить, что в отличие от УПК РСФСР (п. 2 ч. 2 ст. 72) комментируемая статья исключила из перечня лиц, которые не могут быть допрошены в качестве свидетеля, лиц, которые в силу

физических или психических недостатков не способны правильно воспринимать обстоятельства, имеющие значение для уголовного дела. Это означает, что такие лица могут быть допрошены в качестве свидетелей, поскольку не исключается возможность правильного восприятия ими того или иного конкретного обстоятельства. В случае сомнений в достоверности показаний свидетеля может быть назначено его освидетельствование, в том числе и без согласия самого свидетеля.

8. Лицо, допрошенное в качестве свидетеля по уголовному делу, уже не может выступать по нему в ином качестве. Это правило не распространяется на законного представителя, т.к. оно незаменимо как в качестве свидетеля, так и законного представителя.

9. При оценке показаний свидетеля должны учитываться обстоятельства, которые могут поставить под сомнение их достоверность в силу необъективности свидетеля (например, родственные отношения с лицом, в отношении которого возбуждено уголовное дело, и др.). В то же время это не дает оснований для отказа от допроса такого свидетеля, в т.ч. с целью установления источников, опровергающих проверяемое доказательство (ст. 87).

10. Ч. 4-9 комментируемой статьи определяют пределы прав свидетеля. Впервые здесь (п. 1) реализовано конституционное положение о том, что никто не обязан свидетельствовать против себя самого, своего супруга и близких родственников (ст. 51 Конституции РФ).

11. Впервые УПК (п. 6 ч. 4) наделяет свидетеля правом являться на допрос с адвокатом. Правда, следует иметь в виду, что адвокат лишь присутствует при допросе и не вправе задавать вопросы, комментировать ответы. Однако после окончания допроса адвокат может сделать заявление о допущенных нарушениях, которые обязательно заносятся в протокол (ч. 5 ст. 189). Если при допросе свидетеля ему задаются вопросы в целях его изобличения, а также свидетельствующие о наличии в отношении свидетеля подозрения, адвокат может заявить следователю ходатайство о вступлении в уголовное дело в качестве защитника и о намерении осуществить защиту допрашиваемого лица в соответствии с п. 5 ч. 3 и ч. 4 ст. 49, ст. 53. В этом случае следователь, дознаватель должен удостовериться в

отсутствии оснований для отвода адвоката, а также в наличии у него удостоверения или ордера.

Статья 160. Меры попечения о детях, об иждивенцах подозреваемого или обвиняемого и меры по обеспечению сохранности его имущества

1. Комментируемая статья в основном воспроизводит положения ст. 98 УПК РСФСР, расширяя однако перечень лиц, в отношении которых применяются меры попечения.

2. При решении вопроса о задержании лица либо о применении в отношении него меры пресечения в виде заключения под стражу следователь (дознатель) обязан выяснить: 1) имеются ли у него несовершеннолетние дети, другие иждивенцы, а также престарелые родители, нуждающиеся в постороннем уходе; 2) если имеются, не останутся ли они без присмотра и помощи.

3. Передача на попечение близким родственникам, родственникам или другим лицам возможна при условии, что они могут реально обеспечить присмотр и заботу о передаваемых лицах, согласны принять на себя такие обязанности либо ходатайствуют об этом. При решении вопроса о передаче на попечение необходимо учитывать также мнение заключенного под стражу (задержанного) обвиняемого (подозреваемого).

4. Ч. 1 комментируемой статьи допускает передачу на попечение другим лицам при отсутствии родственников или невозможности с их стороны обеспечить должное попечение. К «другим» лицам могут быть отнесены лица, которые способны обеспечить присмотр и помощь лицам, перечисленным в ч. 1 (например, воспитатели детских домов, приютов, домов престарелых и т.д.). Такие временные меры попечения применяются в отношении несовершеннолетних через органы опеки и попечительства по месту жительства детей, а в отношении взрослых иждивенцев – через органы социальной защиты.

5. Ч. 2 комментируемой статьи обязывает следователя (дознателя) при принятии решения о задержании лица или заключении его под стражу выяснить, не остается ли без присмотра его имущество или жилище. В случае, если имущество или жилище остаются без присмотра, следователь (дознатель) должен принять

меры по сохранности имущества и жилища. К таким мерам относятся: передача имущества на хранение родственникам, органам местного самоуправления, полиции; опечатавание жилища и др., а также сообщение в нотариальную контору по месту нахождения недвижимого имущества о недопустимости его отчуждения.

6. Меры попечения о детях и иждивенцах, а также меры по обеспечению сохранности имущества должны приниматься немедленно после задержания лица или заключения его под стражу. Об этих мерах следователь (дознатель) обязан уведомить обвиняемого (подозреваемого).

3. Федеральный закон «О государственной защите потерпевших, свидетелей и иных участников уголовного судопроизводства»

Федеральный закон от 20 августа 2004г. №119-ФЗ «О государственной защите потерпевших, свидетелей и иных участников уголовного судопроизводства», вступивший в силу с 1 января 2005г., направлен на практическую реализацию требований ст. 2 и ч. 1 ст. 45 Конституции РФ, устанавливающих, что защита прав и свобод человека и гражданина является обязанностью государства и гарантируется им.

По данным следственной и судебной практики, в последние годы отмечается тенденция к значительному увеличению числа случаев незаконного воздействия преступников на потерпевших, свидетелей и иных участников уголовного судопроизводства с целью воспрепятствования установлению истины по уголовным делам. В связи с этим:

- нарушается и становится неэффективным установленный законодательством процесс правосудия;
- создаются трудности в собирании доказательств;
- многие уголовные дела фактически утрачивают судебную перспективу и преступникам все чаще удается уходить от ответственности.

Действующий УПК РФ содержит ряд норм, позволяющих обеспечить безопасность свидетеля, потерпевшего и иных участников уголовного судопроизводства в случае, если им угрожают

убийством, насилием либо иными опасными противоправными действиями. К таким мерам, в частности, относятся:

- проведение допроса в условиях, исключающих визуальное наблюдение свидетеля другими участниками судебного разбирательства;
- сохранение в тайне подлинных данных о личностях потерпевшего, свидетеля;
- проведение в необходимых случаях закрытого судебного разбирательства и ряд других.

Вместе с тем, как показывает практика, применения только процессуальных мер обеспечения безопасности бывает недостаточно. В ряде случаев для обеспечения безопасности таких лиц требуется их постоянная охрана в течение длительного срока, изменение их места жительства, внешности и паспортных данных.

Нормами закона предусмотрено, что государственная защита участников уголовного судопроизводства состоит в осуществлении уполномоченными на то государственными органами мер безопасности, направленных на защиту жизни, здоровья и имущественных прав указанных лиц, а также мер их социальной защиты. В законе содержится детальная правовая регламентация механизма обеспечения государственной защиты, определены перечень лиц, подлежащих такой защите, и органы, ее осуществляющие.

Следует отметить, что включение дополнительно в законопроект ч. 2 ст. 2 связано с необходимостью установить меры государственной защиты в отношении лиц, ставших, в частности жертвами торговли людьми и нуждающимися в защите до момента возбуждения уголовного дела по факту торговли людьми. До принятия отдельного закона о противодействии торговле людьми эта мера крайне необходима в целях приведения действующего законодательства в соответствие с Протоколом о предупреждении, пресечении и наказании за торговлю людьми, особенно женщинами и детьми

Законом устанавливается, что наиболее затратные и значимые меры безопасности в отношении защищаемых лиц, такие, как переселение на другое место жительства, замена документов,

изменение внешности и изменение места работы (службы) или учебы, применяются только по уголовным делам о тяжких и особо тяжких преступлениях.

Закон устанавливает основы обеспечения личной безопасности свидетелей, потерпевших и иных участников уголовного процесса. В то же время в силу ст. 35 Конституции РФ, государство должно обеспечить не только охрану жизни и здоровья граждан (в том числе и участвующих в уголовном судопроизводстве) но и защиту их имущественных интересов (права собственности, права наследования, права на свободу предпринимательской деятельности). Эта норма также представлена в законе.

Однажды попав в положение защищаемого, человек, как это следует из закона, становится полностью зависимым от правоохранительных служб, прежде всего – от их добросовестности. Защищаемые лица обязаны, согласно ст. 23, «немедленно информировать органы, обеспечивающие государственную защиту, о каждом случае угрозы или противоправных действий в отношении их» (именно не *вправе*, а *обязаны*). Органы же, осуществляющие меры безопасности, самостоятельно избирают эти меры из предусмотренного законом набора, «вправе при необходимости изменять и дополнять их», «требовать ... выполнения законных распоряжений, связанных с применением указанных мер» (ст. 24).

Поскольку к мерам безопасности относится не только примитивная охрана, но и переселение защищаемого лица, изменение его внешности, «временное помещение в безопасное место» (ст. 6), полномочия государственных защитников простираются достаточно далеко. Роль защищаемого пассивна. Хотя определяется, что меры безопасности осуществляются на основании письменного заявления или согласия защищаемого, выраженного в письменной форме (ст. 16), императивного права отказаться от защиты он не имеет. Защищаемый может лишь просить об отмене применяемых мер (ст. 23). Ситуация, аналогичная возбуждению уголовного дела: если поспешное заявление в полицию запустило маховик уголовного расследования, остановить его заявитель не в состоянии.

Что же касается родственников и знакомых защищаемого лица, то они и вовсе могут оказаться объектами принудительной защиты

без их согласия, а лишь с ведома защищаемого лица (ст. 23). То, что точка зрения на проблемы собственной безопасности свидетеля или потерпевшего может не совпадать с отношением к этому его родственников, в расчет не берется. Действительно, программы защиты свидетелей, содержащие примерно тот же набор средств, что и рассматриваемый закон, существуют во многих странах. В процессе принятия закона некоторые эксперты высказывали сомнения, что при столь низком уровне доверия российского населения к правоохранительным органам, при общеизвестном сращивании этих органов с организованной преступностью, безумие превращать полицию и спецслужбы в «соглядатаев» всей полноты частной жизни, допускать их за занавеску, превращая людей в их заложников. Представляется, что эти сомнения вполне оправданы.

Поэтому возникает вопрос: не будет ли закон при таких условиях, при известном хроническом недофинансировании многочисленных формально существующих программ, исполняться в значительной мере в интересах тех, от чьих посягательств он призван защитить мирных граждан? Возникает сомнение в том, что полиция будет честно распределять свои новые защитные возможности, и как распределить защитные услуги по справедливости, если в конкретном отделе в наличии будет выделено средств на защиту трех персон, а обратятся за помощью тридцать? Тем более что важнейшую для такого закона часть – порядок защиты сведений о применении мер государственной защиты – предлагается не регулировать законодательно, а передать на откуп Правительству (ст. 21). Эти и другие проблемы требуют дополнительного нормативно-правового урегулирования.

4. Защита жертв торговли людьми

Одним из основных нормативных правовых документов, регламентирующих защиту жертв торговли людьми, должен стать специальный федеральный закон о противодействии торговле людьми и мерах по защите жертв торговли людьми. Такой законопроект подготовлен в 2003 году рабочей группой под руководством доктора юридических наук Е.Б. Мизулиной.

В проекте федерального закона «О защите жертв

торговли людьми» определяется правовое положение жертвы торговли людьми, устанавливаются правовые и организационные основы системы защиты жертв торговли людьми в Российской Федерации, а также формы и пределы участия органов государственной власти и органов местного самоуправления в системе защиты жертв торговли людьми. Проект закона содержит подробное описание статуса жертвы торговли людьми; в нем также систематизированы меры по защите жертв.

Проект федерального закона определяет: «Жертва торговли людьми – лицо, пострадавшее от торговли людьми, независимо от того, имелось ли согласие данного лица на вербовку, перевозку, передачу, продажу, укрывательство, получение или иные действия, связанные с торговлей людьми, и получившее статус жертвы торговли людьми в порядке, предусмотренном настоящим Федеральным законом».

Это определение соответствует основным международным нормативным правовым актам о противодействии торговле людьми и Конвенции ООН о правах ребенка, в соответствии с которыми лицо, пострадавшее от торговли людьми определяется как лицо, которое завербовано, перевезено, продано, получено или укрыто таким образом, как описано в приведенном выше определении торговли людьми, включая ребенка (по определению, данному в Конвенции ООН о правах ребенка, и согласно ее принципам), независимо от того, есть на это согласие ребенка или нет.

Это определение проводит разделение между совершеннолетними лицами, которые добровольно согласились на переезд (внутри границ или через них) и которые полно информированы о типе и условиях работы или услуг, которые они будут выполнять, и совершеннолетними лицами, которые не согласны на переезд и выполнение таких работ, или видимое, подразумеваемое или выраженное согласие которых на самом деле является недействительным, так как было получено путем обмана, насилия или долговой кабалы.

Данное определение также принимает во внимание, что дети

нуждаются в особой защите и поэтому их «согласие» также не может быть использовано как средство защиты торговцев людьми от обвинения.

Анализ статистических данных показывает, что потенциальными и реальными жертвами торговли людьми в 80% случаев являются, к сожалению, женщины, подпадающие в возрастную категорию от 18 до 40 лет. Важно учитывать, что это наиболее социально активный и репродуктивный возраст женщины.

Особое место в торговле людьми занимает торговля женщинами и детьми с целью принуждения к проституции. Органами внутренних дел в пределах их компетенции принимаются меры, направленные на борьбу с проституцией и сексуальной эксплуатацией несовершеннолетних и детской порнографией как одних из составляющих торговли людьми.

По данным МВД РФ, с 1998 по 2002г. количество выявленных и зарегистрированных преступлений по ст. 240 УК РФ (вовлечение несовершеннолетних в занятие проституцией) увеличилось в 1,8 раза (с 52 до 92), ст. 241 УК РФ (организация или содержание притонов для занятий проституцией) – в 1,9 раза (со 124 до 241), ст. 242 УК РФ (незаконное распространение порнографических материалов или предметов) – в 1,8 раза (с 341 до 600).

В соответствии с проектом федерального закона система мер защиты жертв торговли людьми включает:

- закрытие доступа к данным о личности жертвы торговли людьми в справочных службах и информационно-справочных фондах;

- запрет распространения информации о жертвах торговли людьми или об обстоятельствах торговли людьми, способной создать угрозу жизни или здоровью жертвы торговли людьми, или его близких родственников, а также о лицах, оказывающих содействие в противодействии торговле людьми;

- с согласия жертвы торговли людьми предоставление мер безопасности, предусмотренных статьей 11 Уголовно-процессуального кодекса Российской Федерации;

- запрет разглашения сведений о мерах безопасности

и конфиденциальность информации о жертвах торговли людьми, равно как и разглашение данных предварительного расследования и сведений о мерах безопасности;

- оказание помощи государственными органами исполнительной власти, органами местного самоуправления, убежищами и центрами жертвам торговли людьми;

- помощь дипломатических представительств и консульских учреждений Российской Федерации за пределами Российской Федерации гражданам Российской Федерации, ставшим жертвами торговли людьми, по возвращению их в Российскую Федерацию.

Законопроект определяет содержание и формы социальной реабилитации жертв торговли людьми. Социальная реабилитация жертв торговли людьми проводится в целях их возвращения к нормальному образу жизни, включает в себя правовую помощь указанным лицам, их психологическую, медицинскую, профессиональную реабилитацию, трудоустройство, предоставление им жилья.

Социальная реабилитация жертв торговли людьми производится за счет средств федерального бюджета и средств бюджета субъекта Российской Федерации, на территории которого совершен акт торговли людьми.

Порядок осуществления социальной реабилитации жертв торговли людьми определяется в соответствии с настоящим Федеральным законом Правительством Российской Федерации, поэтому потребуется разработка дополнительно нормативных правовых актов органами исполнительной власти.

Особое внимание должно быть уделено вопросам финансирования программ социальной реабилитации жертв торговли людьми. Представители неправительственных организаций и эксперты обращают внимание на следующие обстоятельства. Ни возраст, ни семейное положение, ни образование, ни психологические черты не являются особыми для пострадавших от торговли людьми. Их объединяет одно – бедность. По сути дела они являются экономическими беженцами. Для помощи депортированным женщинам, пострадавшим от торговли людьми

государству необходимо, прежде всего, выделять социальное жилье. Что касается работы, то после реабилитации и обучения в НКО они успешно находят ее. Исключением являются женщины, получившие тяжелую психологическую травму после сексуальной эксплуатации. Программы социальной помощи для таких пострадавших должны стать долгосрочными. Государство, наконец, должно разработать простой и понятный механизм передачи бюджетных средств для НКО, чтобы они могли стабильно работать, а женским организациям необходимо искать партнеров по всей России, чтобы в городах своего возвращения эти женщины продолжали получать социально-психологическую помощь.

С 1 июля 2002г. вступил в силу новый Уголовно-процессуальный кодекс РФ. С началом действия этого документа возможности Центров по оказанию помощи и реабилитации, пострадавших от торговли людьми в целях сексуальной эксплуатации, существенно уменьшились. Они больше не имеют права представлять интересы пострадавших, поддерживать их в процессе следствия и во время слушаний в суде. Это идет вразрез с требованиями Конвенции. Утеряна основная составляющая успешной реабилитации потерпевших – безопасность и чувство защищенности. Вследствие этого пострадавшие также боятся обращаться в неправительственные организации, как и в МВД и в суды, так как не верят в возможность получения помощи, кроме того, боятся осуждения знакомых и родных, боятся огласки, боятся мести «торговцев».

Эффективная защита возможна лишь в том случае, когда у потерпевшей есть деньги, чтобы нанять себе хорошего адвоката, который разбирается в проблеме и знает международные документы, регламентирующие подходы к защите прав пострадавших от торговли людьми. В большинстве случаев при раскрытии правоохранными органами факта нелегального пребывания жертв торговли людьми на территории государства, жертвы немедленно арестовываются и высылаются из страны, и лишь очень немногие получают помощь.

Кроме того, многих женщин удерживает от обращения в государственные органы дискриминационное отношение представителей этих органов к мигранткам, особенно к тем,

которые добровольно или под принуждением были подвергнуты сексуальной эксплуатации. Правоохранительные органы и прокуратура многих государств мира провоцируют тенденцию к подрыву репутации женщин, пострадавших от торговли людьми, определив их «падшими» или «безнравственными» и поэтому не заслуживающими уважения их прав. Торговцы людьми пока что только выигрывают от большинства существующих законов, по которым власти обязаны арестовывать и депортировать иностранных граждан, если обнаружено, что они работали нелегально, даже если это происходило под принуждением со стороны торговцев людьми.

Учитывая изложенное, проект федерального закона предлагает внести изменение в ряд федеральных законов в целях их гармонизации по вопросам защиты жертв торговли людьми. В частности, предлагается внести дополнения и изменения в Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях (Собрание законодательства Российской Федерации, 2001, № 1, ст. 1): статью 3. 10 дополнить ч. 3 в следующей редакции: «3. Административное выдворение за пределы Российской Федерации иностранных граждан и лиц без гражданства не может быть применено в случае, если иностранный гражданин или лицо без гражданства является жертвой торговли людьми в соответствии с Федеральным законом».

Внести в Федеральный закон Российской Федерации от 25 июля 2002г. № 115-ФЗ «О правовом положении иностранных граждан в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2002, № 30, ст. 3032) следующие дополнения:

– ч. 1 ст. 31 дополнить словами «за исключением случая, если иностранный гражданин является жертвой торговли людьми в соответствии с федеральным законом»;

– ч. 1 ст. 34 дополнить абзацем следующего содержания: «Административное выдворение иностранного гражданина за пределы Российской Федерации не применяется в случае, если иностранный гражданин является жертвой торговли людьми в соответствии с федеральным законом».

Отсутствие этих изменений в действующих федеральных законах приводит к негативным последствиям, а именно: жертвы

торговли людьми депортируются из страны, как правило, до возбуждения уголовного дела и привлечения к уголовной ответственности преступников. Таким образом, утрачиваются самые важные доказательства вины торговца людьми и уголовное дело не реализуется. Некоторые эксперты высказывают мнение, что такие действия правоохранительных органов связаны с коррупцией, поскольку заработанные деньги жертвам не выплачиваются, а через некоторое время количество лиц, вовлеченных в этот порочный круг, восстанавливается и даже увеличивается. В процесс торговли людьми может быть вовлечено как одно лицо, так и ряд лиц, начиная с вербовщика и заканчивая лицом, которое покупает или получает жертву, или лицом, которое содержит жертву в условиях рабства, принудительного труда, долговой кабалы или других условиях, подобных рабству. При существующей ситуации все они уходят от ответственности.

Торговля людьми процветает там, где имеются ресурсы и условия для ее существования. Криминогенная обстановка в России является исключительной питательной средой для роста преступлений, связанных с торговлей людьми, в том числе – торговлей детьми.

Раздел II. Психологическая помощь пережившим сексуальное насилие

Некоторые методики индивидуальной работы с женщинами, пережившими сексуальное насилие

*Алтынова Т.П.,
психолог Центра «Сестры»*

Существуют разные подходы и методы в работе с проявлениями синдрома «травмы изнасилования». Здесь будет представлена одна из возможных моделей проведения очных психологических консультаций пострадавших. В качестве предварительного замечания напомним о необходимости ориентироваться на изменения переживаний клиента. Важно учитывать также и то, что консультанту приходится работать с различными по давности случаями насилия, и иногда консультирование основывается на актуализации и проработке многослойных переживаний, пришедших из отдаленного периода.

Предварительный этап работы с лицом, пережившим сексуальное насилие, направлен на оценку тяжести психологических последствий и определение консультативных ориентиров. В Центре «Сестры» и многих других подобных организациях предварительным этапом консультирования является беседа с консультантом телефона доверия. Случается, что в дальнейшем приходится ограничиться лишь одной очной консультацией. Такая встреча включает не только обсуждение психологических проблем, но и предоставление юридической и медицинской информации. Если же клиент располагает достаточным количеством времени и имеет необходимую мотивацию, то реализуются дальнейшие этапы программы.

Интересно, что если к телефонной помощи прибегают как пострадавшие-женщины, так и мужчины, то очные консультации востребованы почти исключительно среди женщин. В связи с этим в дальнейшем мы будем говорить о пострадавших в женском роде.

Первая встреча. При знакомстве с клиенткой очень важно создать атмосферу доверия и открытости. Тема, о которой пойдет речь, очень болезненна. Возможно, о случившемся не знают даже самые близкие люди. Поэтому в самом начале встречи необходимо в двух-трех предложениях рассказать о себе: *«Меня зовут ... Я психолог центра. Работаю около ... лет»*. Далее следует перейти к основной проблеме, используя два вопроса:

– *пожалуйста, постарайтесь переключиться полностью на нашу беседу и оставить все заботы в прошлом. Если Вам нужно позвонить – не хотите ли Вы сделать это сейчас?*

– *сядьте так, как Вам удобно. Вы готовы говорить?*

Начинается встреча, как правило, с рассказа женщины о случившемся с ней. С этого момента начинается **диагностическая часть**, в которой необходимо выявить болезненные чувства и область ее переживаний, чтобы в дальнейшем с ними работать. Можно воспользоваться как обычной беседой, так и стандартизированными опросниками.

Опыт работы с пережившими сексуальное насилие показывает, что на первом занятии необходимо дать выговориться женщине и если по каким-то причинам ей трудно описать то, что с ней произошло, ни в коем случае не настаивать и проговаривать с ней неприятные и отягчающие ее чувства.

В конце первой встречи следует определить *одно* наиболее болезненное чувство (например, страх или гнев) и попросить дома нарисовать его в цвете (разумеется, сюжет и техника исполнения не играют роли).

Вторая встреча. Начать разговор можно с обсуждения принесенного рисунка, задав при этом следующие вопросы:

– *какие ощущения были у Вас, когда Вы рисовали?*

– *трудно ли было рисовать?*

– *были ли воспоминания во время рисования?*

– *когда Вы нарисовали: ночью или днем, сразу после нашей встречи или спустя какое-то время?*

– *как долго Вы рисовали?*

– *как чувствовало себя Ваше тело во время рисования?*

Таких вопросов можно задавать неограниченное количество, так как с момента обсуждения чувства начинается освобождение от травматического опыта. При беседе следует отмечать для себя и для клиентки те новые, появляющиеся в процессе работы, переживания, которые необходимо проработать в дальнейшем.

Далее используется методика «Письмо на время», первоначально созданная как средство «прорыва» сквозь барьер сомнения и самокритики, блокирующий поток выражения чувств. «Письмо» дает каждой женщине возможность сконцентрировать внимание на своих переживаниях и создать нечто спонтанное и яркое. Данная процедура может стать основой и для отдельной встречи, но в данной программе мы предлагаем 10-минутную версию этого упражнения.

Начинать упражнение надо следующими словами: *«Попытаемся сделать упражнение, которое должно помочь нам извлечь самые глубинные, сокровенные, сильные чувства. Начав письмо с местоимения «Я», пишите все, что придет в голову. Вы будете писать ровно десять минут; прошу Вас записывать самые первые мысли, которые приходят на ум. В течение десяти минут подходит абсолютно все. Первые мысли обладают колоссальной энергией. Обычно мы подвергаем их цензуре, изменяем, критикуем, поэтому назову ряд правил, которые призваны помочь выпустить эти мысли на волю без предварительной критики:*

– *не вычеркивайте, не меняйте, не исправляйте и не выносите суждений относительно того, что Вы написали. Пусть все остается как есть. Я действительно считаю, что все подойдет.*

– *ищите основное – первые, свежие мысли, какими бы они не были, обладают наибольшей энергией. Запишите их! Даже если они кажутся странными, даже если они обескураживают, даже если они очень личные, даже если это правда, даже если это неправда. Вам не обязательно делиться со мной тем, что Вы написали. Просто дайте им выход.*

– *не останавливайтесь при письме. Пишите все десять минут. Решение, что все уже сделано, относится уже к сфере суждений. Повременим с суждениями в течение десяти минут и посмотрим,*

что из этого получится, а потому не останавливайтесь. Если Вы не можете придумать, что написать, просто пишите «Я..., я..., я...» до тех пор, пока что-то не придумаете.

Данные правила направлены на то, чтобы помочь Вам почувствовать себя свободной в процессе письма. Готовы начать? Приступайте... А сейчас завершите начатую мысль и положите ручку ... Как Вы себя чувствуете?» По окончании данной процедуры следует перейти к активному слушанию.

В конце занятия можно попросить женщину поделиться впечатлениями от занятия и своими мыслями.

Третья встреча. Начать эту встречу можно с релаксации. Релаксация является основным компонентом всех консультативных встреч, проводимых в убежищах (шелтерах) и кризисных центрах. Релаксация – это «обряд введения в творческий сеанс», помогающий женщинам перейти от обычного хаоса в особое творческое пространство, специально предназначенное для женщины. Релаксация не является методом и формой самостоятельного, отдельного занятия, скорее ее можно рассматривать как 10-12 минутное упражнение, которое задает тон всей встрече.

Предлагаемый текст надо читать медленно и спокойно. Многоочие в тексте указывает на то, что в этом месте следует сделать паузу в чтении.

Этот творческий сеанс является временем, когда Вы можете расслабиться и войти в контакт с самой собой, поэтому давайте начнем с релаксации. Сядьте как можно удобнее. Пусть ничто Вас не волнует. Это время, когда Вы отключаетесь от повседневных забот, это время исключительно для Вас. Еще раз проверьте, удобно ли Вам. Если хотите, можете лечь или положить голову на стол и закрыть глаза.

Глубоко вдохните – очень, очень глубоко. При вдохе почувствуйте, как Ваши легкие наполняются воздухом. Представьте, как воздух проходит до желудка, и выпятите живот, насколько возможно... Затем выпустите воздух – выдох. Сделав еще один вдох, представьте, что воздух доходит до пальцев на ногах и расслабляет их... Затем вдохните так, чтобы воздух дошел до щиколоток и икр

и расслабьте их... Со следующим вдохом воздух должен дойти до бедер, а Вы должны представить, что воздух расслабляет ноги... Теперь следите за животом. Он напряжен? Когда Вы вдохнете, то представьте, что воздух расслабляет мышцы вашего живота. Пусть все напряжение уйдет вместе с воздухом.... Продолжайте выполнять упражнение, используя дыхание для расслабления: спины, шеи, рук, плеч, головы...

Продолжайте глубоко дышать... Сделайте самый глубокий последний вдох так, чтобы все тело расслабилось, и дайте себе возможность оценить, как Вы себя чувствуете в данный момент. Вам хочется спать? Вам грустно? Вы чувствуете умиротворение? ... Выяснив это для себя, можете открыть глаза и потянуться так, как Вам этого хочется.

Далее в ходе занятия необходимо проговорить, как женщина себя чувствовала в перерыве между занятиями: что появилось нового, какими мыслями она живет – словом, обсудить все, что касается этой женщины на настоящий момент. В оставшееся время следует поработать над личными качествами, особенностями женщины, которые после изнасилования могут мешать ей в жизни: слишком низкая самооценка, неуверенность в себе. Каждое из перечисленных качеств должно быть проработано самостоятельно.

Женщине необходимо выполнить дома следующее упражнение: нарисовать солнышко (как рисуют дети) и представить себя в виде этого солнца. Его лучи будут обозначать личные качества пострадавшей, которыми она может восхищаться или гордиться. Таких лучей можно изобразить около 7-10. Однако не нужно стремиться перечислить их все немедленно, - бывает, что работа над картинкой длится не один день. Это солнышко может сослужить и в дальнейшем хорошую службу, так как там записаны те качества, которые приходят в голову крайне редко и женщина не уделяет им должного внимания. Когда женщина начнет в следующий раз обвинять или критиковать себя, она может взглянуть на свои записи и таким образом повысить свою самооценку.

Четвертая встреча. Занятие следует начать, как обычно, с обсуждения чувств и ощущений женщины, возникших во время

перерыва между занятиями. Важно спросить, что она о себе нового узнала, что ее радовало или огорчало и так далее. Вторую часть встречи следует посвятить разговору о том, трудно ли женщине отказывать людям в чем-либо, что она чувствует, когда говорит «нет» (нередко насилие происходит в случаях, когда девушка или женщина не смогла сказать «нет»). Эта часть занятия подразумевает использование следующих телесных упражнений.

– с помощью крика или уверенным голосом и всем телом сказать «НЕТ». Повторить 10-15 раз.

– «Борьба с консультантом». В упражнении будет происходить силовой контакт рук пострадавшей и консультанта. На полу рисуются две параллельные черты: одна черта ограничивает место женщины, другая – консультанта. Встав между линиями, консультант и клиентка мешают друг другу подойти до «своей» линии. Как правило, сначала женщины не принимают упражнение всерьез, но затем прибавляют в физической силе и очень часто побеждают. Если победы не происходит, то следует зафиксировать это и поговорить с женщиной о том, что ей помешало.

Завершить этот день можно обменом чувств и ощущений от игры.

Представленная здесь четырехдневная программа может быть реализована с перерывами между встречами в 4-7 дней. Продолжительность каждой встречи составляет час-полтора. Программа позволяет существенно снизить остроту переживаний, связанных с травматическим опытом, а также способствует позитивному изменению самооценки и самоотношения пострадавших. Как правило, по истечении трех-четырех встреч актуальными становятся не столько непосредственные последствия насилия, сколько иные психологические проблемы, которые могут быть успешно решены вне кризисного центра.

Телефонное консультирование лиц, переживающих жизненный кризис: краткие практические рекомендации

*Глебова Е.И.,
координатор очных консультаций Центра «Сестры»*

1. Общие правила кризисной интервенции

– Не концентрируйте внимание исключительно на чувствах, т.к. человек, оказавшийся в кризисе, возможно, не всегда точно знает, как он себя чувствует. Если вы будете долго останавливаться на этом предмете, это может расстроить абонента или привести его в замешательство.

– Определите чувства клиента и согласитесь с его правом чувствовать себя именно так.

– Выразите сочувствие.

– Исследуйте проблему, которую абонент переживает в данный момент:

– После того как контакт установлен, попытайтесь сделать так, чтобы человек начал говорить о своей проблеме.

– Попробуйте определить событие, вызвавшее кризис.

– Суммируйте все сказанное о проблеме вместе с абонентом.

– Сосредоточьте внимание на той области проблемы, которую вы будете рассматривать.

– Попадал ли абонент в сложные ситуации раньше и если да, то как он с ними справлялся?

– Каким образом клиент избегает проблем?

– Что произойдет, если проблема будет решена?

– Что находится на пути к решению проблемы?

– Существуют ли альтернативные варианты решения проблемы, не опробованные ранее?

– Какова цена решения проблемы? Какова цена оставления проблемы без решения? Каковы выгоды и вознаграждения в случае

разрешения проблемы?

– Консультанту важно помнить, что абонент в кризисном состоянии находится во власти разнообразных чувств. Его поведение может быть довольно необычным и непредсказуемым, однако *задача консультанта – помочь абоненту понять и принять свои чувства, а не воздействовать на его поведение.*

2. Этапы консультирования кризисного абонента

1 этап. Установление отношений доверия. Доверие достигается эмпатическим выслушиванием и отражением чувств абонента. При этом важно выразить сочувствие, дать абоненту почувствовать, что его понимают и готовы работать вместе с ним в поисках разрешения кризиса.

2 этап. Определение сути кризисной ситуации. На этом этапе, прежде всего, нужно дать абоненту возможность выразить ясно и подробно то, что случилось, что послужило причиной кризиса. Выслушайте то, что абонент предъявляет как проблему. Не стоит забывать, что система ценностей, жизненный опыт абонента существенно отличается от ваших. Не менее важно знать о других действующих лицах – их наличие может быть как причиной стресса, так и позитивным ресурсом. Далее важно узнать, что уже делалось для разрешения проблемы. Это отражает уверенность консультанта в том, что человек может восстановить контроль над событиями и найти выход из кризиса.

3 этап. Поиск выхода из кризиса. На третьем этапе консультант должен помочь абоненту почувствовать и понять, что он владеет собственной судьбой и его действия – это возможный путь к успеху

Заслуживают внимания два правила, используемые консультантами Метро Крайсис Лайн (США), которые позволяют конкретизировать и сделать более действенными решения клиента.

Правило №1: Минимальные изменения, ведущие к преодолению кризиса. Слишком глобальную задачу выполнить до конца невозможно. Важно ставить перед собой реальные, достижимые цели. Это приведет к успеху, воодушевит абонента, который будет предпринимать попытки для преодоления кризиса.

Главное не переусердствовать, призывая сделать абонента больше, чем он может.

Правило №2: Рассмотрение конкретного плана. Завершая беседу, дайте абоненту возможность сказать вам, что он намерен сделать для выхода из кризиса. «Когда вы положите телефонную трубку, что вы будете делать?» Полезным будет попробовать построить конкретный план, убедиться в том, что план реален и выполним и что абонент принял на себя ответственность за реализацию плана. Важно ободрить и поддержать абонента.

3. Технология работы консультанта с различными видами жизненных кризисов

3.1. Жизненные кризисы или кризисы развития.

В эту группу кризисов входят в первую очередь нормативные возрастные кризисы, которые включают в себя «кризис подросткового возраста», «кризис молодости», «кризис середины жизни», «кризис старости» и др. Остальные жизненные кризисы (интеграционные, кризисы целостности и пр.), как правило, оказываются причинно связанными с возрастным фоном. В рамках данной статьи будут рассмотрены те из них, которые чаще всего становятся причиной обращения на телефон доверия.

3.1.1. Кризис молодости.

Определяющее значение имеют такие процессы, как поиск своего места, закрепление в мире взрослых и столкновение молодого человека с требованиями реальной жизни.

Кризис может характеризоваться ощущением внутренней пустоты, апатией, нежеланием что-либо делать, чаще сопутствуют депрессивные реакции («Ничего не хочу: ни учиться, ни работать, ни читать, ни любить»), специфические страхи, тревога («Боюсь потерять себя»), ощущение уникальности собственного опыта («Наверное, это только я так чувствую»).

Появляется чувство одиночества, «размытости» Я-концепции («Вокруг все понятно, а внутри – ничего»), разочарования в себе («Кто я? Что я могу?»). Нередко страхи и волнения концентрируются вокруг размышлений о смысле собственной жизни («Когда думаешь об этом, становится страшно. Зачем жить? А если завтра кирпич

упадет на голову? А что за пределами этого кирпича?»).

Специфика психологической поддержки

А. Обсуждение с абонентом его трудности с позиции сознательного слушания и экзистенциальной позиции. Помощь в признании самого факта вступления в трудную ситуацию. Это нужно для того, чтобы сконцентрировать внимание на изменениях, которые происходят в жизни абонента, как на основном источнике кризисного состояния. Признание проблемы дает возможность избежать проецирования кризисных переживаний на свое окружение. Консультант может спросить абонента: «Если Вы обратились к нам, значит, если я правильно понимаю, Вы находитесь в трудной ситуации. Верно?»

Б. Помощь в признании временности сложившейся ситуации. Важной для абонентов оказывается воспоминание и обсуждение предыдущих кризисов развития (например, кризиса 7 лет). У абонента можно спросить, какие чувства он тогда испытывал, насколько легко у него проходила адаптация к новым условиям жизни, как скоро к нему вернулось комфортное состояние. Продуктивным оказывается обсуждение полезности, нормальности, необходимости кризисных периодов в жизни человека вообще, возможностей открытия в себе новых ресурсов.

В. Если в запросе абонента представлена тема выбора жизненного пути, вокруг которого концентрируются тревога и страхи, то можно предложить абоненту представить свою жизнь в виде дороги. Разбив ее на участки, соответствующие определенным возрастным периодам, полезно обсудить следующие вопросы: «Какую Вы видите дорогу? Что на ней находится? Что Вы приобретаете, проходя определенные участки? Что бы Вы хотели приобрести, идя по этой дороге? Какие цели стоят перед Вами?».

3.1.2. Кризис «середины жизни».

Очень важный кризис в жизни человека – **кризис середины жизни** (35-45 лет). Этот кризис связан с утратой смысла жизни, обесцениванием достигнутого, возникновением внутренних противоречий. Убывание физических сил и привлекательности для тех, кто ранее на эти качества полагался, может стать причиной тяжелой депрессии. Жизненные неудачи могут способствовать

изоляции и поглощенности самим собой. Изменение отношений в семье между родителями и детьми, когда дети уходят из дома либо обособливаются от родителей, также приводят к кризису, который усугубляется, если дети не хотят поддерживать отношения с родителями.

«Будущее в черном цвете. Не знаю, чего ждать. Если до сих пор ничего не добился, то уже ничего не добьюсь». «Мы разбогатели, борьба за жизнь закончилась, наступило пресыщение. Потерялся смысл в жизни. Наступила жуткая усталость от ничегонеделания, от жизни без смысла, ненужности, однообразия... А завтра то же самое». Часто можно встретить проекцию внутриличностного кризиса на свое окружение («Во всем виноват кризис в стране...», «Из-за жены я сломал всю свою жизнь»).

Наблюдается кризис идентичности: «Потерял сам себя. Не знаю, что мне делать, как быть. Потерял друзей, работа неинтересная, жену не люблю, мне тяжело. От старых идеалов отошел, а новых не нашел». «Потерялась в этой жизни. Я – часть каждого, а где же я сама? Все сидят на моей шее, зачем все это? Зачем жить?».

Специфика психологической поддержки

В целом технология работы аналогична предыдущей. Важно, что иногда абоненту бывает достаточно узнать, что происходящее с ним абсолютно нормально и закономерно. Если абонент обесценивает свои жизненные достижения, следует предложить ему в течение 10 минут вспомнить свою жизнь с самых ранних воспоминаний (каждое свое достижение, каждую заслугу, каждое совершенное дело, которым он может гордиться). Пусть абонент откажется от любых «скромных» и унижающих достоинство замечаний, обратит внимание на те события, которые без его участия приняли бы другой оборот. При наличии депрессивных проявлений приоритетны три цели: обнаружить и озвучить причины кризисных переживаний; подчеркнуть нормальность кризисных переживаний; поставить небольшую «достижимую» цель.

Полезно предложить абоненту по аналогии с предыдущим упражнением перечислить события в своей жизни, за которые он благодарен судьбе. При постановке цели можно опираться на НЛП-технику «хорошо сформулированного результата» и ориентироваться

на следующие вопросы:

- чего Вы хотите добиться?
- как Вы узнаете, что достигли цели?
- где, когда и с кем это вам необходимо и желательно или нежелательно?
- чего Вам не хватает, чтобы достигнуть цели? Каких ресурсов?
- почему Вы не достигли цели раньше?
- что произойдет, если Вы достигнете/не достигнете цели?
- стоит ли цель Ваших усилий?

3.1.3. Кризис старости.

Сущность кризиса связана с необходимостью признания конечности своего существования и выполнения тех жизненных задач, которые не были реализованы в течение предыдущей жизни.

Переживание этого кризиса проходит у всех по-разному. Некоторые пожилые люди адекватно оценивают происходящие с ними изменения, принимают свою жизнь и «входят в этот возраст с жизненной мудростью». Другие страдают от чувства невосполнимости жизненных потерь, «замыкают» круг своих интересов на вопросах здоровья, социального и материального благополучия. Третьи недооценивают происходящие с ними изменения, преувеличивают свои способности. Остро переживается чувство одиночества. Депрессивные проявления сопровождаются мыслями вроде «у меня все плохо, у них все плохо, в стране все плохо, везде все плохо».

Специфика психологической поддержки

Для того, чтобы повысить общий фон настроения, можно попросить абонента рассказать о значимых событиях прошлого. Это даст абоненту также возможность позитивного общения, которого не хватает в пожилом возрасте. Важно акцентировать внимание абонента на его прошлых достижениях.

Наконец, следует обсудить с абонентом все позитивное, что может дать этот возраст, например, возможность общения с друзьями (по телефону либо при встречах), возможность больше времени отдавать себе либо помогать детям и внукам, заниматься делами, на которые обычно не хватало времени.

3.2. Травматические кризисы.

3.2.1. Кризисы лишений.

Кризис лишений в наиболее остром варианте бывает связан с утратой значимого объекта (потерей близкого человека). Это событие может вызвать травматический стресс, особенно, если оно оказывается неожиданным. Но и при закономерном течении оно заставляет страдать и горевать о потере, способствует появлению нового взгляда на жизнь и изменению системы ценностей. Аналогичное кризисное состояние может возникнуть и в ситуации развода, и в ситуации расставания с партнером.

Реакция на потерю близкого человека называется *реакцией горя*. Психологический смысл горя состоит в выражении любви, которую человек, понесший утрату, чувствует к потерянному близкому. Реакция горя условно проходит несколько стадий, которым свойственен циклический характер, т.е. возможность возвращения на более ранние стадии.

Стадии реакции горя и специфика психологической поддержки 1 стадия. Шок и оцепенение.

Эта стадия длится в среднем 7–9 дней. Происходит ухудшение физического состояния. Человек не осознает потери и воспринимает происходящее нечетко, «словно в тумане». Может наблюдаться полная отрешенность от происходящего, апатия, бездеятельность. Горюющий не может плакать. На этой стадии за помощью чаще всего обращаются близкие горюющего. При консультировании самого горюющего важно облегчить выражение его эмоций, в том числе, через плач.

2 стадия. Стадия поиска.

Она характеризуется стремлением вернуть умершего и отрицанием безвозвратности утраты. На этой стадии может проявляться чувство злости («как он смел меня бросить»). Злость также свидетельствует о глубине полученной психотравмы. Эта стадия наступает на 5-12 день после известия о смерти. Важно, чтобы близкие находились рядом с горюющим. Выражать свою заботу и внимание лучше через прикосновение. Даже простое пожатие руки лучше, чем холодная изоляция.

3 стадия. Стадия острого горя.

Длится 6-7 недель с момента утраты; в течение этого периода человек испытывает сильную душевную боль. Характерны тягостные чувства и мысли: ощущение пустоты, бессмысленности жизни, отчаяния, одиночества, злости, вины, страха, тревоги, беспомощности. Переживание горя составляет основное содержание всей его активности. Стадию острого горя считают критической в отношении дальнейшего переживания горя.

На этой стадии абонентом кризисной линии может стать сам горящий. Консультант помогает абоненту выговориться, задавая вопросы об умершем человеке, о причине смерти и чувствах в связи с происшедшим. В случае внезапной или насильственной смерти необходимо неоднократно обсуждать детали до тех пор, пока они не утратят своего устрашающего, травматического характера – только тогда человек сможет оплакивать потерявшего близкого. Если абонент вдруг замолкает или начинает плакать, не нужно пытаться «разговорить» и успокоить его, пока он сам не проявит готовность возобновить беседу.

4 стадия. Стадия восстановления.

Продолжительность этой стадии составляет примерно 1 год. В течение этого времени горящий постепенно примиряется с фактом утраты. Переживание горя носит характер отдельных приступов тоски, скорби. Часто ухудшение состояния бывает связано с какими-то памятыми событиями, годовщинами. Консультант должен позволить абоненту поговорить об умершем, а также принять и отразить чувства горящего. Также возможно обсудить планы на будущее, помочь обозначить и структурировать ближайшие цели и возможные изменения в жизни.

5 стадия. Завершающая стадия.

В этот период происходит «эмоциональное прощание» с умершим, осознание того, что нет необходимости наполнять болью утраты всю жизнь.

Психологическая поддержка состоит в том, чтобы ободрить абонента и поддержать его уверенность том, что он имеет силы продолжать жить дальше, строить планы на будущее.

Аналогичное течение имеет кризис лишений при разводе и потере работы.

3.2.2. Ситуационные кризисы.

Ситуационный кризис – это некая утрата, не связанная со смертью близкого человека или расставанием с партнером. События, приводящие к ситуативному кризису, разнообразны и кажутся относительно преодолимыми. Отличительную особенность таких событий составляет их субъективная окрашенность: не каждое из них может привести к дезадаптации *любого* человека. Сюда можно отнести такие события, как личного имущества, измена, утрата невинности (не в результате изнасилования), гибель домашнего животного, ссоры и т.п. Психологическая поддержка при телефонном консультировании таких пострадавших направлена на снятие реакций горя, депрессивных реакций, чувства стыда, вины, гнева, беспомощности.

В заключение хотелось бы напомнить, что вне зависимости от профиля работы конкретного телефона доверия каждый консультант (волонтер) должен быть готов к работе с самыми разнообразными кризисными ситуациями.

Возможности и ограничения психодиагностической работы с травмированным клиентом

Луковцева З.В.,

к. психол. наук, зав. кафедрой клинической психологии ИПП,
руководитель научно-исследовательских программ Центра
«Сёстры»

Литературные источники, посвященные проблемам последствий психотравм и оказания помощи пострадавшим, можно разделить на две группы. Первая представлена сугубо практическими работами: здесь охарактеризованы различные подходы к терапии и консультированию пострадавших, изложены принципы и психотехнические приемы кризисной интервенции. Авторы таких публикаций неизменно упоминают о необходимости субъективной и объективной оценки эффективности работы с клиентом, однако редко подвергают эту тему подробному обсуждению.

Вторая группа источников – это научно-исследовательские публикации, освещающие особенности травматических переживаний различных категорий пострадавших (как правило, речь идет о последствиях природных, техногенных и социальных катастроф). Масштабность характерна не только для обследуемых выборок, но и для диагностического инструментария: при проведении многих исследований пострадавшим предлагается до десятка (!) достаточно трудоемких методик. При этом за рамки обсуждения выносятся ряд серьезных проблем – планирование и организация диагностики, специфика взаимодействия с клиентом/пациентом в ходе оценки его состояния и т.д.

Проблема соотношения психологической диагностики и психологического воздействия обычно обсуждается авторами, освещающими методологические аспекты консультирования и терапии *вообще*, т.е. *безотносительно специфики работы с травматическим опытом*. В данной статье эта проблема рассмотрена именно в контексте оказания психологической помощи травмированному клиенту.

Консультирование при психотравме направлено на

достижение двух основных целей: помощи клиенту в преодолении негативных последствий пережитого (например, страхов, коммуникативных проблем и т.д.) и способствования реализации позитивных возможностей роста, содержащихся в любой, в том числе травматической, кризисной ситуации. Назначение же психодиагностической работы состоит в оценке выраженности последствий психотравмы и определении дальнейшей стратегии оказания помощи.

Именно диагностика позволяет оперативно получить надежные и достоверные данные, в известной мере свободные от личного опыта и впечатлений специалиста. Важной ее функцией является обоснование психологического прогноза, а повторное применение методик позволяет оценить объективную эффективность оказанной помощи (например, положительные изменения эмоционального состояния пострадавшего, его самооценки, социальной адаптации и т.д.). Обработанные и систематизированные диагностические данные применяются при супервизиях, а также в научно-исследовательских и экспертных целях. Напомним, что корректно проведенная диагностика представляет собой не просто процесс получения информации: она в немалой степени способствует уточнению запроса пострадавшего и структурированию консультативного взаимодействия в целом. Таким образом, психодиагностика предстает как процесс, пронизывающий консультативное взаимодействие и помогающий концептуализировать проблемы клиента.

Рассмотрим основные факторы, которые должны быть учтены при планировании диагностики последствий психотравмирующих ситуаций.

Фактор наличия противопоказаний. Принципиальная возможность проведения диагностики определяется в первую очередь степенью тяжести последствий психотравмы. Так, при острой реакции на стресс, тяжелых физических повреждениях и иных состояниях, требующих неотложной врачебной помощи, применение большинства психодиагностических мероприятий невозможно. Исключения составляют лишь клиничко-описательные

методы – наблюдение и беседа.

Возрастной фактор. Методы и методики для работы с детьми и подростками следует подбирать с учетом возрастных особенностей. С переходом к младшим возрастным группам картина посттравматических переживаний обнаруживает все большие отличия от типичных «взрослых» стадий и форм реагирования (например, содержание пугающих сновидений ребенка часто не имеет непосредственной связи с травматическими событиями и носит отвлеченный, неопределенный характер).

Все уровни и стороны психической жизни детей на момент травмы находятся в процессе более или менее активного формирования. Поэтому важными с точки зрения оценки психологических последствий являются так называемые «возрастные» симптомы, отражающие не столько содержание травматического опыта, сколько особенности данного этапа развития психики. На первый план могут выступать «неспецифические» проблемы (соматовегетативные, эмоциональные, поведенческие, когнитивные и т.д.), которые не всегда идентифицируются близкими как последствия травмы. По мере задействования ребенком механизмов психологической защиты и спонтанных копинг-стратегий (в том числе игрового воспроизведения и отреагирования травматического опыта) видимые последствия психотравмы приобретают все более стертый характер. Однако на самом деле ее негативное воздействие лишь усугубляется, затрагивая все более широкие сферы психической жизни пострадавшего.

Подростковое реагирование на психотравму в большей степени приближается к «взрослому»; его специфика обусловлена гормональными и нейроэндокринными факторами. Баланс корково-подкорковых отношений изменяется в сторону подкорковой активности с нередким преобладанием возбуждающих процессов над тормозными. Снижение произвольного контроля проявляется не только в невозможности подростка совладать со своим поведением, но и в особенностях его внимания, восприятия, памяти, мышления. В связи с этим реакции подростков на психотравмирующие события по силе и характеру не всегда адекватны «негативной валентности»

этих событий.

Неочевидность связи «возрастных» симптомов с травматическим опытом, а также тяжесть эмоционального состояния самих взрослых, их неготовность и неумение говорить с ребенком о его травматическом опыте становятся причинами замалчивания, «сглаживания» проблемы. Взрослые не заботятся о том, чтобы создать безопасную обстановку для переживаний ребенка, дать ему возможность снова и снова разыгрывать событие, рассказывать о том, что он пережил, и задавать вопросы, которые его беспокоят. Это обстоятельство существенно затрудняет своевременную диагностику степени тяжести посттравматических нарушений и должно быть учтено при планировании работы с пострадавшими.

Организационный фактор. Если состояние пострадавшего позволяет ему работать с психодиагностическими методиками, то дальнейшая стратегия психолога будет зависеть от организационной формы помощи.

Наибольшие диагностические возможности содержит контактное индивидуальное взаимодействие, позволяющее использовать практически любые методы и методики. В контактной групповой работе (особенно при необходимости оперативной оценки состояния большого количества пострадавших) предпочтение отдают стандартизированным методикам. Что же касается дистантных форм помощи, то основным диагностическим инструментом в рамках такой работы остается беседа, которая при письменном взаимодействии может быть дополнена анализом графических особенностей сообщения, специальных символов, рисунков. Как правило, при дистантном взаимодействии бланковые и традиционные проективные методики не используются (несмотря на техническую возможность получения соответствующих данных).

Содержательный фактор связан с предметом и задачами психодиагностической работы специалиста в каждом конкретном случае. Очевидно, что оценка текущего эмоционального состояния пострадавшего требует использования иных методик по сравнению,

например, с исследованием глубинных изменений мотивационно-личностной сферы. Особое место занимают методики, позволяющие оценить степень выраженности специфических последствий психотравмы (например, симптомов ПТСР).

При создании батареи методик для работы с конкретным пострадавшим следует учитывать уже имеющиеся представления о специфике последствий данной категории психотравм. Очевидно, что боевой стресс *заведомо* отличается от травмы изнасилования, а последствия заложничества носят иной характер по сравнению с «синдромом утраты».

С содержательной стороной психодиагностической работы тесно связан **временной фактор**. При оказании экстренной и краткосрочной помощи обычно ограничиваются клинико-описательными и проективными методами. В пользу их применения свидетельствует не только относительная простота соответствующих процедур для клиента, но и существенное терапевтическое воздействие. Что же касается долговременного психологического сопровождения пострадавшего, то оно открывает самые широкие диагностические возможности.

Особенности психодиагностической работы зависят и от этапа взаимодействия с пострадавшим (этот аспект мы также относим к временному фактору). *В период, предшествующий ожидаемому психотравмирующему событию или периоду* (например, тюремному заключению или попаданию в условия вооруженного конфликта), должны быть оценены индивидуально-психологические и физиологические особенности субъекта, специфика его социального окружения, а также характеристики самого кризисного события (периода). Такая «превентивная» диагностика позволяет определить не только зоны уязвимости и характер реагирования на возможные психотравмы, но и ресурсные возможности, потенциал совладания.

В период активного воздействия психотравмирующих факторов (например, при насилии в семье) следует оценить динамику реагирования клиента на происходящее и эффективность психологического сопровождения, сформулировать прогноз и

спланировать дальнейшие антикризисные мероприятия с учетом ресурсов социальной, психологической, правовой и иной помощи.

Психологические последствия *завершившейся психотравмы* могут быть исследованы как однократно, так и в динамике. Интенсивность динамического наблюдения будет определяться многими факторами – тяжестью возникших психологических проблем, возрастом пострадавшего, особенностями социального окружения, своевременностью и эффективностью оказания комплексной мультидисциплинарной помощи и т.д. При оценке последствий недавних событий предпочтение отдают исследованию преходящих эмоциональных реакций и состояний (например, реактивной тревожности или депрессии). Чем больше времени прошло по окончании психотравмирующей ситуации, тем более пристально следует изучать мотивационные особенности пострадавшего, его самосознание, картину мира.

Наконец, **деонтологический фактор** представляет собой сложную производную принципов кризисного консультирования с одной стороны и психологической диагностики – с другой.

Основу *принципов кризисного консультирования* составляют общепринятые универсальные требования к организации и осуществлению консультативной работы вообще. Впрочем, если речь идет о дистантных формах взаимодействия, то к этому перечню нередко добавляют принцип анонимности клиента и консультанта.

При сопоставлении универсальных и «кризисных» принципов мы условно выделили среди них *этические* (табл. 1) и *практические* (табл. 2). Практические принципы представляют собой прямое продолжение этических нормативов (например, «клиентоцентризм» и «недирективность» реализуются в «активизации клиента» и «запрете давать советы», а «безопасность клиента» обеспечивается, в частности, путем согласования с ним использования технических средств).

Таблица 1. Соотношение этических принципов

психологического консультирования вообще и кризисного консультирования

Универсальные принципы психологического консультирования	Специфические принципы кризисного консультирования
<ul style="list-style-type: none"> – принцип добровольности – принцип конфиденциальности – принцип обеспечения безопасности клиента – принцип эмпатического контакта (открытости консультанта) – принцип клиентоцентризма (признание уникальности данного клиента и ориентация на его нормы и ценности) – принцип недирективного общения (уважительное, доброжелательное и безоценочное отношение к клиенту) – принцип «взаимности» или равенства клиента и консультанта как участников консультативного взаимодействия – принцип разделенной ответственности – принцип разграничения личных и профессиональных отношений (иначе – «запрет на двойные отношения») 	<ul style="list-style-type: none"> – принцип мультикультурной эмпатии и толерантности (<i>созвучен принципам «эмпатического контакта» и «клиентоцентризма»</i>) – принцип партнерства и повышения достоинства личности (в особенности это актуально при работе с чувством вины у пострадавших) – принцип ориентации на личностный рост и развитие клиента (использование ресурсного потенциала кризиса) – принцип «хелперы как катализаторы» (помощь в эффективном использовании собственных ресурсов; <i>этот и предыдущий принципы созвучны принципу «активизации клиента»</i>)

Таблица 2. Соотношение практических принципов

психологического консультирования вообще и кризисного консультирования

Универсальные принципы психологического консультирования	Специфические принципы кризисного консультирования
<ul style="list-style-type: none"> – принцип целесообразности и целеустремленности – принцип оценки уровня и пределов своей профессиональной компетентности («не навреди») – принцип обоснованности (опоры на профессиональные знания и умения специалиста в рамках данного подхода, школы) – принцип информирования клиента об условиях консультирования – принцип согласования с клиентом использования средств аудио- и видеозаписи – принцип согласования с клиентом использования рисунков, стихотворений и иных произведений, созданных им при консультировании, в научно-методических и исследовательских целях – принцип активизации клиента в его самоопределении и принятии ответственности – «запрет давать советы» 	<ul style="list-style-type: none"> – принцип безотлагательности – принцип надежности (доступность кризисной помощи – например, обеспечение круглосуточной работы телефона доверия) – принцип комплексного осуществления реабилитационно-коррекционных мероприятий и программ – принцип действия (высокий уровень активности консультанта) – принцип нормализации (сообщение клиенту о естественности, закономерности возникших у него экстраординарных переживаний) – «имидж-принцип» (оценка и понимание образа кризисной ситуации, построенного клиентом) – принцип реальности (оценка и учет актуальных нужд пострадавшего) – принцип экологичности и учета особенностей полевых условий работы (природных, культурных, социальных и т.д.) – принцип ограничения целей работы (фокусирование на основной, кризисной проблематике) – принцип экономности (соблюдение психогигиены консультанта, профилактика выгорания) – принцип преемственности (четкое распределение функций в группе специалистов, оказывающих кризисную помощь)

Говоря об универсальных принципах применительно к

кризисному консультированию, можно уточнить их формулировки в соответствии с особенностями целевой группы пострадавших. Так, оказание помощи вынужденным мигрантам требует не просто эмпатического контакта и клиентоцентризма, – современные специалисты употребляют здесь термин «мультикультурная эмпатия и толерантность».

Даже такой основополагающий принцип, как конфиденциальность, при работе с некоторыми кризисными ситуациями может подвергаться

ограничениям в применении. Так, в некоторых странах ограничения вводятся в ситуациях повышенного риска для жизни клиента или других людей, при преступных действиях клиента или других людей (физическое и сексуальное насилие, распространение наркотиков и т.д.), а также при необходимости госпитализации клиента. Вообще «конфиденциальность» занимает особую позицию среди других принципов как определяемая не только этической хартией и уставом профессионального сообщества и конкретной организации, но и действующим законодательством.

Как видно из приведенных таблиц, основные различия между «консультированием вообще» и кризисным консультированием лежат в сфере практических принципов работы. Психологическая помощь пострадавшим требует не просто целесообразности и научно-методической обоснованности действий специалиста, но и более высокого уровня его активности, вовлеченности в процесс работы с клиентом. Кроме того, кризисная помощь должна быть безотлагательной и доступной для всех категорий пострадавших. Повышая вероятность профессионального выгорания консультанта, перечисленные требования уравниваются «ресурсосберегающими» принципами экономности, преемственности, а также ограничения целей работы путем фокусирования на кризисной проблематике.

Перечислим теперь основные из общепринятых *принципов организации и проведения психологической диагностики*:

– принцип ответственности психолога за достоверность и

конфиденциальность полученной информации;

– принцип компетентности, то есть знание основных практических процедур психодиагностики и правильное их использование;

– принцип этической и юридической правомочности (использование полученной информации в рамках действующего законодательства);

– принцип заботы о благополучии испытуемого (или, иначе, принцип морально-позитивного эффекта обследования);

– принцип профессиональной кооперации (обмен профессиональной информацией между психологами в целях повышения качества диагностики);

– принцип информирования клиента о целях обследования.

На первый взгляд, принципы психодиагностической и консультативной работы во многом совпадают – так, в обоих списках фигурируют конфиденциальность, компетентность, информирование клиента о сути проводимых мероприятий. Однако *в зависимости от теоретической принадлежности консультанта степень расхождения принципов его работы с требованиями, принятыми в классической психодиагностике, может варьировать*. Полный отказ от использования специальных диагностических приемов характерен для экзистенциально-гуманистической традиции, представители которой соотносят диагностические и консультативные принципы как естественнонаучное и психотехническое познание (в терминологии Ф.Е. Василюка) или как радикальную и паллиативную медицину (в терминологии А.В. Гнездилова).

Обобщенно эту идею можно выразить следующим образом. *Психологическая диагностика* подразумевает отношение к испытуемому как к объекту исследования, максимальную стандартизацию процесса взаимодействия с ним и последующую интерпретацию полученных данных с опорой на определенные теоретические положения и понятийный аппарат. Психологический диагноз «относит» испытуемого к какой-либо категории (то есть, по сути, оценивает его) и становится ориентиром для планирования дальнейшей работы. Специалист, проводящий диагностику,

наделяется особой «определяющей активностью», полномочиями по выбору оптимального выхода из проблемной ситуации, а значит, принимает на себя ответственность за исход работы с клиентом. *Консультативный процесс*, напротив, носит «субъект-субъектный» характер, обладает самостоятельной ценностью для обоих участников и сам порождает психотехнику взаимодействия между ними. Таким образом, психологическое консультирование в целом подчиняется *принципу разделенной ответственности*.

В широкой практике кризисного консультирования обычно используется сочетание психотехник, разработанных в русле различных подходов. Например, гуманистический подход оправдывает себя в телефонном консультировании, когнитивно-бихевиоральные техники используются при очной работе с симптомами вторжения («флэшбэками», травматическими воспоминаниями и сновидениями), приемы соматопсихотерапии помогают справиться с телесными последствиями травматического опыта и т.д.

Сохранение единой стратегии на всем протяжении психологического сопровождения пострадавшего представляет собой скорее исключение, чем правило. Соответственно, и вопрос о целесообразности применения психодиагностических приемов в работе с психотравмой следует решать осмотрительно и гибко.

Визуализация телесных ощущений как метод коррекции психологических последствий сексуального насилия

*Мириманян Р.А.,
психолог Центра «Сестры»*

1. Обоснование и специфика применения метода

Сексуальное насилие стало одной из наиболее серьезных проблем современного общества. Оно обладает высокой латентностью, так как пострадавшие в силу ряда причин (чувство вины за происшедшее, боязнь быть непонятыми и опозоренными, страх перед судебными процедурами и т. д.) не решаются обратиться за помощью в правоохранительные органы. Проблема сексуального насилия сегодня рассматривается не только в социальном и правовом контексте: внимание специалистов все больше привлекают специфика психологических последствий насилия и возможности реабилитации пострадавших.

В психологии постстрессовых состояний и кризисном консультировании получил широкое распространение термин «травматический синдром изнасилования» или «травма изнасилования», под которым понимается *особый комплекс эмоциональных, когнитивных и поведенческих реакций, развивающихся у пострадавших*. Среди наиболее значимых составляющих специалисты выделяют так называемые «травматические переживания», то есть утрату чувства контроля над собственной жизнью и ощущения жизненной перспективы, постоянное чувство страха. Показано, что интенсивные травматические переживания создают у пострадавших повышенную суицидальную готовность.

Традиционные формы психологической реабилитации, ориентированные на длительную и глубокую проработку травматических переживаний, не всегда могут найти здесь применение. Существенные трудности создают такие факторы, как неготовность пострадавших делиться своими переживаниями на группе, отсутствие возможности для посещения консультаций

в силу тяжелого соматического состояния, стремление скрыть происшедшее от близких. Кроме того, в большинстве случаев пережившие сексуальное насилие при получении психологической помощи желают сохранить абсолютную анонимность и потому отдают предпочтение дистантным (письменным или, чаще, телефонным) формам консультирования. Таким образом, запросы практики диктуют необходимость использования здесь *максимально компактных и краткосрочных методов*, подходящих для различных организационных форм психологического консультирования лиц с «травмой изнасилования». Одним из таких методов, на наш взгляд, является метод визуализации телесных ощущений.

Работа с телесными ощущениями имеет длительную историю изучения, однако в большинстве традиционных психотерапевтических и консультативных направлений такие ощущения рассматриваются лишь в контексте иных явлений и процессов. Так, например, гештальт-терапия обращается к телесным ощущениям для завершения связанной с ними незаконченной ситуации, психосинтез ориентируется на установление взаимовыгодного контакта между ними (здесь отдельные органы выступают как субличности, но непосредственной работы с ощущениями не предусмотрено). Телесно-ориентированная терапия придает большое значение анализу «колец» напряжения в разных областях тела, но работа проводится преимущественно с поверхностью тела, нейро-лингвистическое программирование рассматривает телесные ощущения как представления, производные от других ощущений (визуальных, аудиальных и кинестетических).

Специфика метода визуализации заключается в непосредственной направленности на телесные ощущения как на объект, точку приложения и *инструмент* психологического воздействия, который не просто используется, но и конструируется в процессе консультирования. Описываемый нами метод может быть использован как в очном, так и в телефонном консультировании переживших сексуальное насилие.

Обоснование правомерности применения выбора метода визуализации состоит в том, что он:

- является компактным и быстрым способом работы с проблемами, связанными с эмоциональными переживаниями (т.е. отвечает на вызов сжатых, экстремальных условий работы);

- не требует дополнительной подготовки клиента (в отличие, например, от транзактного анализа, предполагающего предварительное знакомство клиента со структурой Взрослый-Родитель-Ребенок);

- позволяет пострадавшим от насилия получить помощь, не излагая обстоятельств самого травматического события;

- отвечает современным требованиям психотехнической методологии психологического консультирования;

- основан на непосредственной психологической проработке телесных эквивалентов травматических переживаний и как таковой должен продемонстрировать высокую эффективность коррекции психосоматического компонента ПТСР при сексуальном насилии.

2. Общая характеристика испытуемых, методов и процедуры исследования

С целью проверки эффективности метода для коррекции психологических последствий сексуального насилия мы провели исследование, *предметом* которого послужила динамика травматических переживаний в процессе визуализации телесных ощущений у лиц, переживших сексуальное насилие.

Исследование было проведено на базе Центра помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры». В нем участвовало 15 клиентов Центра: 14 женщин и 1 мужчина. Возраст пострадавших колеблется от 16 до 72 лет, давность сексуального насилия – от 6 месяцев до 5 лет. 13 пострадавших, имеющих медицинские заключения специалистов Отдела пограничной психопатологии и психосоматических расстройств НЦПЗ РАМН о наличии диагноза «ПТСР», приняли участие в исследовании во время очных индивидуальных психологических консультаций в Центре «Сестры»; ещё двое пострадавших были проконсультированы по телефону в связи с объективной невозможностью посетить очную консультацию.

Во всех случаях работа проводилась индивидуально.

В нашем исследовании были использованы 2 группы приемов. К *первой группе* относятся приемы, направленные на исследование психического состояния испытуемых: анализ медицинской документации; беседа (свободное интервью); психодиагностические методики (проективная рисуночная методика «Идеографический тест человека ТиГР» и опросник «Миссисипская шкала»). К *второй группе* была отнесена визуализация телесных ощущений, включающая в себя также самонаблюдение. Рассмотрим использованные методики подробнее.

А. *Анализ медицинской документации* применялся в работе с целью выяснения наличия хронических соматических и психических заболеваний, а также с целью ознакомления с заключением врача-психиатра о наличии у клиента диагноза ПТСР. Констатация диагноза является необходимой частью работы психолога-консультанта, т.к. ряд психотехнических приемов, в том числе и методика визуализации, имеют определенные противопоказания к работе с людьми, имеющими психические заболевания.

Б. *Свободное интервью*, используемое нами, не регламентировалось темой и начиналось с нейтральных вопросов, после чего следовали вопросы общего характера и далее – специальные вопросы, обусловленные задачами интервью. Формулировались как косвенные вопросы, так и непосредственно затрагивающие интересующую нас тему. Использовались также и проективные вопросы, к ответу на которые клиент спонтанно присоединял какой-либо комментарий о себе.

В ходе беседы мы обращали внимание на паузы, побочные ассоциации, отклонение от беседы, неправильное понимание вопроса, признаки «шока» при некоторых вопросах и другие особые проявления. В нашем исследовании беседа играла двоякую роль. С одной стороны, беседа в виде интервью являлась источником диагностических данных. С другой стороны, беседа в виде вопросов и ответов о чувствах и возникающих в связи с ними ощущениях выполняла функции основного инструмента нашей работы, так как

именно правильно построенная беседа является в нашем случае основой для изменения эмоционального состояния клиента.

В. *Идеографический тест человека «ТиГР»*. Традиционно этот тест применяется для выявления индивидуальных психологических особенностей, связанных с определенными программами поведения. В нашем случае он использовался с терапевтической целью, так как именно эмоциональное состояние, отраженное в рисунке, становилось предметом дальнейшей консультативной работы. Мы обратили внимание на то, что область тела, наделенная значимыми ощущениями в данный момент, «помечается» пострадавшим либо путем расширения (круг), либо дополнительным элементом; иногда же она «обесточивается» путем зауживания (треугольник).

Инструкция звучала следующим образом: *«Нарисуйте символическую фигурку человека из квадратиков, кружков и треугольников, число элементов в фигурке – 10. Количественное соотношение элементов может быть произвольным, но каждый из них должен быть представлен в рисунке хотя бы один раз»*. Каждый клиент выполнял рисунок два раза: в начале беседы и после применения методики визуализации. Выполнение задания на начальном этапе работы помогало клиенту принять решение относительно найденной и опредмеченной структуры сознания. Повторное выполнение рисунка по окончании визуализации позволяло проследить динамику состояния.

Г. *Миссисипская шкала*, состоящая из 39 утверждений, позволила нам выявить степень воздействия перенесенного травматического опыта.

Д. *Метод визуализации телесных ощущений* использовался для работы с эмоциональными переживаниями через их «опредмечивание». Это достигалось путем концентрации внимания на телесном ощущении и описания материальных характеристик соответствующего ему воображаемого объекта.

Опредмечивая свои эмоциональные переживания и находя их телесный эквивалент, клиенты осознавали их функцию и принимали решение относительно их дальнейшего существования. Принятие

решения не только являлось необходимым этапом для определения хода дальнейшей работы, но и способствовало возвращению утраченного контроля над собственной жизнью. Учитывая специфику переживаний пострадавших, а также их запросы, мы ориентировались на снижение интенсивности переживаний путем перемены позиции клиентов по отношению к травматическим ощущениям.

В *телефонном консультировании* исследование начиналось с беседы, в которой человеку предоставлялась полная возможность выговориться и поделиться своими переживаниями о случившемся и о чувствах и ощущениях возникших после травмы. Затем уточнялось, что именно беспокоит пострадавшего на данный момент больше всего и над чем ему хотелось бы поработать.

Вследствие невозможности использования психодиагностических методик, клиенту задавались вопросы, с помощью которых можно было бы предположительно говорить о наличии или отсутствии у него признаков ПТСР, после чего предлагалось определить ту телесную область, в которой сосредоточено болезненное ощущение.

Очное консультирование начиналось с беседы, включающей в себя как общие, так и специальные вопросы, направленные на выявление чувств и ощущений, связанных с ситуацией насилия. После этого пострадавшим предлагалось ответить на вопросы Миссисипской шкалы. Вслед за этим выявлялась область телесных ощущений, соответствующих основным травматическим переживаниям, и предлагалось проделать идеографический тест человека, обозначив на исполненном рисунке «проблемную» область. Дальнейшее применение методики визуализации состояло из нескольких фаз.

Диагностическая фаза заключалась в выяснение того, что представляет собой телесное ощущение (большое оно или маленькое, светлое или темное, тяжелое или легкое, образ чего имеет), и где оно находится (на уровне головы, груди, живота).

Оценочная фаза, помогающая клиенту определить, носит ли обнаруженный образ позитивный или негативный характер. Стоит ли ему продолжать носить это в себе или пора что-то с этим делать? На данном этапе мы исходим из того, что структура, соответствующая прорабатываемому переживанию, уже определена, и необходимо оценить ее влияние на жизнь человека. Прояснялись следующие моменты:

- бывает ли это ощущение выражено больше или меньше;
- какие части тела оно может охватывать;
- когда оно возникло;
- при каких обстоятельствах;
- привнесено ли оно извне или образовалось внутри;
- какому состоянию соответствует;
- служит решению проблем или их усложнению;
- есть ли желание дальше жить с ним или хочется с ним расстаться;
- какой процент сил организма по субъективной оценке клиента оно концентрирует на себе.

Фаза работы с самим ощущением с применением нескольких специальных приемов.

Прием 1. «Мысленное действие». Основано на решении клиента о продолжение жизни данного ощущения или желании «убрать» его из своего тела. Применение приема предполагает постановку следующих вопросов:

- что происходит сейчас с Вашим ощущением?
- может ли оно слышать или видеть нас сейчас?
- как оно это делает?
- что происходит сейчас, когда оно слышит, что Вы о нем говорите?

Затем следовали вопросы, связанные с формой, размером, объемом, цветом и массой ощущения. Прослеживалась динамика изменений образа и зависимых от него ощущений.

Прием 2. «Диалог» с образом как реальной личностью, ведь он всегда выполняет для клиента те или иные функции или воплощает те или иные чувства. Клиент задавал (мысленно) вопросы образу и сам отвечал от его имени. Диалог играл проясняющую роль, помогая выбрать правильную дальнейшую стратегию действий.

Прием 3. «Взаимодействие противоположностей». Этот прием был использован нами один раз, когда клиентка не могла справиться с образом своего страха, так как боялась заглянуть ему в глаза. Проводилась работа по усилению позитивной части, она увеличивалась в размерах, побеждая образ страха.

Прием 4. «Замена». При использовании этого приема предлагалось сначала найти образ, представляющий негативное чувство, а потом позитивный образ, который мог бы адекватно заменить его, после чего принять позитивный образ и отказаться от негативного.

Прием 5. «Расширение осознания». Этот метод использовался для работы над более полным пониманием проблемы клиента. В нашем случае он использовался для работы с молодой женщиной, постоянно ощущающей свою несостоятельность и принявшей насилие как закономерность.

Вопросы были построены следующим образом:

- этот образ напоминает что-нибудь или кого-нибудь из Вашей жизни?
- какую функцию (работу) для Вас выполняет этот образ?
- в каких жизненных ситуациях этот образ проявляется?
- к какой стороне или черте личности этот образ обращается?
- как Вы относитесь к этому образу?
- как давно этот образ с Вами?
- какое положительное качество Вашей личности подменяет этот негативный образ?

Таким образом, заключительной частью работы этой фазы

являлось «размывание», «расщепление» телесного образа.

Терапевтическая фаза или фаза коррекции. Основой для этой стадии служило решение клиента расстаться с мешающим ему ощущением. На этой фазе происходит распределение ощущений: к туловищу, к ногам, к рукам. Задавались следующие вопросы:

- в виде чего происходит движение: в виде света, воздуха, жидкости, массы?
- мешает ли что-либо движению?
- что чувствуется по ходу движения?
- приятно ли оно?
- на сколько процентов рассосалась тяжесть?

В ходе работы происходило постепенное растворение образа и его исчезновение: в некоторых случаях ощущения выходили через рот, в других через поры, иногда же просто рассасывались. После того как клиент сообщал о том, что в теле уже ничего нет, происходила беседа о возможном приложении высвободившихся сил к новым направлениям активности.

В заключение проводилась оценка эффективности проделанной работы. Клиентам предлагалось повторно ответить на вопросы Миссисипской шкалы и выполнить еще один идеографический рисунок человека. Одним из важных критериев послужила также беседа о состоянии пострадавшего.

3. Результаты исследования и их анализ

В начале данного исследования при анализе медицинской документации было выявлено, что пострадавшие не имеют в анамнезе ни психических, ни хронических соматических заболеваний. Все 13 клиентов имели заключение врача о наличии диагноза ПТСР.

Беседа в виде свободного интервью показала, что *типичными когнитивными установками клиента* в отношении различных аспектов насилия как проблемы и данного конкретного эпизода насилия до применения метода визуализации являются:

- принятие на себя ответственности за происшедшее;
- убежденность в том, что насилие является наказанием за

прошлые ошибки и его нужно принять как нечто неизбежное;

– восстановление и возрождение к жизни возможно только в том случае, если насильник понесет наказание;

– насилие существенно меняет человека, и он уже не может претендовать на уважение окружающих и самоуважение.

К *преобладающим травматическим переживаниям* следует отнести чувства вины, страха, печали, агрессии, а также обиды на близких, связанной с непониманием и осуждением пострадавших.

Телесные репрезентации негативных травматических переживаний чаще всего локализовались в области груди (где сосредоточено чувство вины, представленное в виде тяжелых, давящих шаров); в области живота и «солнечного сплетения» (где сосредоточено чувство страха в виде темных сгустков); в области спины в образе колющего предмета (где сосредоточено чувство обиды на близких); в области головы (где сосредоточено чувство печали, представленное в виде тумана); в области сердца (где чувство агрессии представлено в виде красного сгустка). В процессе работы легче всего трансформировались ощущения давящих и колющих предметов, а также тяжести на уровне груди. Более резистентными к воздействию оказались ощущения в области головы и сердца.

Заключительная беседа с клиентами после визуализации подтвердила целесообразность применения этого приема. Изменения на уровне телесных ощущений привели к выраженному улучшению состояния пострадавших как в когнитивной, так и в эмоциональной сфере.

Когнитивные установки по поводу разных аспектов насилия претерпели следующие изменения:

– возникла убежденность в том, что ответственность за происшедшее лежит только на том, кто совершил насилие;

– сформировалось признание права на ошибку без последующего наказания;

– появилась уверенность в том, что насилие – это преступление против человеческой личности и человек, попавший в эту ситуацию, имеет право на сочувствие и уважение, как и раньше.

Изменения эмоционального состояния отличались неоднородностью. Заметно снизилась интенсивность таких переживаний, как чувство страха, печали. Что касается вины, агрессии и обиды на близких, то пострадавшие сообщили об исчезновении этих чувств. Многие клиенты демонстрировали повышение степени дифференцированности чувств: так, часто генерализованная агрессия трансформировалась в агрессию, направленную на насильника. В других случаях травматические переживания принимали более конструктивный характер. Например, в одном случае чувство вины трансформировалось в чувство надежды на возможность установления доверительных отношений с молодым человеком, а страх сменился чувством самоуважения, удовлетворения от проделанной в консультировании работы. В другом случае клиентка приняла решение произвольно контролировать свой страх и нашла способ воплощения этого решения в жизнь.

Согласно результатам опроса по Миссисипской шкале, средний показатель степени воздействия перенесенного индивидом травматического опыта после применения методики визуализации снизился на 13.6%.

Используя критерий G для установления общего направления сдвига исследуемого признака (в нашем случае, изменения эмоционального состояния пострадавших после применения методики визуализации), мы выяснили, что наша гипотеза об эффективности метода визуализации для коррекции последствий сексуального насилия полностью подтвердилась, т.к. при $n=13$, типичном сдвиге - положительном, отсутствии отрицательных сдвигов, $G_{кр}=3$ ($p.<0,05$); 1 ($p.<0,01$).

Gэмп. = 0; Gэмп. < Gкр.

Наконец, анализ динамики идеографического рисунка человека также позволил проследить ряд изменений, связанных с применением метода визуализации: изменилось соотношение различных элементов фигурок, рисунок стал более гармоничным. Изменились пропорциональные соотношения между «проблемной»

зоной, представленной расширением и «обесточенной», обедненной ощущениями.

Проведенное исследование позволило сформулировать следующие выводы.

1. В структуре ПТСР у лиц, переживших сексуальное насилие, преобладают специфические травматические переживания: неконтролируемый страх; чувство вины; чувство стыда.

2. Метод визуализации телесных ощущений обнаруживает высокую эффективность в отношении коррекции травматических переживаний пострадавших.

3. Процедура применения визуализации телесных ощущений в процессе коррекции психологических последствий сексуального насилия принципиально не отличается от традиционной.

Результаты проведенного исследования позволяют рекомендовать метод визуализации телесных ощущений к применению в практике консультирования лиц, переживших сексуальное насилие.

Опыт синтеза различных терапевтических приемов в процессе реабилитации пострадавших от сексуального насилия

*Назарова О.И.,
психолог Центра «Сестры»*

1. Теоретическое обоснование.

Сексуальное насилие – травматическое событие, с большой степенью вероятности приводящее к возникновению симптомов ПТСР: навязчивой мыслительной деятельности, связанной с травмой, симптомов избегания и высокой физиологической реактивности.

Представленная работа отражает основной момент психологической реабилитации пострадавших от сексуального насилия, состоящий в том, что *снятие телесных напряжений в сочетании с визуализацией внутренних образов в начале реабилитационного процесса* значительно ускоряет процесс эмоциональной проработки и переосмысления полученной психической травмы. Данная работа описывает реабилитационный процесс в рамках *гештальт-терапии с привлечением элементов телесно-ориентированного подхода и эриксоновского гипноза*.

Травматическая ситуация отражается на всех уровнях функционирования человека: физиологическом, эмоциональном, социальном. На физиологическом уровне отмечаются различные телесные напряжения и реакции; на эмоциональном уровне – фиксация на отрицательных эмоциях, связанных с ситуацией травмы; на когнитивном уровне – невозможность переосмысления и интеграции травматического опыта с другими событиями жизни; на социальном уровне – трудности адаптации к окружающему миру после пережитой травматической ситуации. Таким образом, в работе с пострадавшими необходимо учитывать все аспекты травматизации.

Телесные реакции людей с ПТСР на определенные физические и эмоциональные стимулы происходят в такой форме, будто бы они все еще находятся в условиях серьезной угрозы; отмечаются гипербдительность, преувеличенная реакция на неожиданные

стимулы, невозможность релаксации. Одним из последствий гипервозбуждения является генерализация ожидаемой угрозы, мир становится небезопасным местом. Работа с телом дает возможность не только ослабить мышечное напряжение, но и актуализировать (осознать, предъявить) эмоции, особенно трудные для проявления после пережитой психической травмы.

Человек, переживший психическую травму, попадает в «эмоциональную зависимость» от произошедшего, а это не дает возможности пострадавшему самостоятельно на эмоциональном и смысловом уровнях проработать травму. «Эмоциональная зависимость» проявляется в двух аспектах: во-первых, это фиксация на эмоциях, связанных или возникших на фоне психологической травмы; во-вторых, это попытка самостоятельного переосмысления травмы, а значит, и постоянного возвращения к этой травмирующей ситуации, что в результате создает «вторичную травматизацию», фиксацию на травме.

Необходимо отметить, что эмоциональная фиксация происходит как на непосредственно связанных с травмирующей ситуацией отрицательных эмоциях, так и на эмоциях, возникших на фоне травмы. Здесь имеется в виду то, что сама по себе травмирующая ситуация вызывает, как правило, такие эмоции, как страх, гнев; далее же появляются отрицательные эмоциональные переживания, непосредственно не связанные с ситуацией травмы, но возникшие на ее фоне, например, чувство вины, состояние депрессии. Таким образом, происходит усугубление отрицательного эмоционального состояния пострадавшего, искажение восприятия реального мира, сужение сознания.

У людей с ПТСР нарушена способность к интеграции травматического опыта с другими событиями жизни, к экзистенциальному переосмыслению этого опыта в контексте отношения к жизни вообще. Травматические воспоминания остаются не интегрированными в когнитивную схему индивида и практически не подвергаются изменениям с течением времени: пострадавшие остаются «застывшими» в травме как в актуальном переживании

вместо того, чтобы принять ее как нечто принадлежащее прошлому.

Трудности переосмысления травматического опыта в свою очередь создают проблему адаптации к окружающему миру, что может проявляться в: повышенной тревожности; депрессии; появлении суицидальных мыслей или попыток; медикаментозной, алкогольной или наркотической зависимости; в феномене «ревиктимизации» и пр.

Способ проведения психологической реабилитации пострадавших, предложенный в данной работе, построен на последовательной проработке имеющихся нарушений каждого уровня функционирования человека: физического, эмоционального, когнитивного. Подобный комплексный подход к психологической реабилитации позволяет за короткий срок ослабить мышечное и эмоциональное напряжение, активировать внутренний ресурс индивида, предоставить основу для интеграции и переосмысления травматического опыта. Таким образом, производится внешнее стимулирование процесса переживания травмы, т.е. стимулирование смены одной стадии другой, подводя пострадавшего к заключительной стадии – стадии конструктивного разрешения конфликта и принятия травматического опыта.

2. Структура реабилитационного процесса.

1 этап – снятие мышечного и эмоционального напряжения, активизация внутреннего ресурса.

2 этап – проработка личностных трудностей, возникших на фоне травматической ситуации, что способствует интеграции и переосмыслению травматического опыта.

Подобное деление реабилитационного процесса на этапы условно, поскольку личностные трудности пострадавших и невозможность переосмысления травматического опыта тесно взаимосвязаны с внутренним напряжением; однако работа с телесной и эмоциональной сферами на 1 этапе, позволяющая снять интенсивное внутреннее напряжение, увеличивает эффективность процесса переосмысления и интеграции травматического опыта на 2 этапе. Другими словами, процесс переосмысления и работа с личностными

трудностями без обращения к телесной и эмоциональной сфере человека после пережитой психической травмы просто невозможна.

Реабилитационный процесс *на первом этапе* включает ряд последовательно выполняемых упражнений, имеющих общую цель создания основы для переосмысления травматического опыта пострадавших через телесную и эмоциональную сферы.

Упражнение 1 («заземление»).

Цель упражнения – распределение энергии в теле, высвобождение чувств.

Проведение упражнения: клиент ложится на пол на спину, ноги и руки должны быть немного раздвинуты, при этом руки развернуты ладонями вверх (поза звезды).

Положив клиента в «позу звезды», терапевт производит «заземление», прислоняя свои ладони сначала к стопам, а затем к грудной клетке клиента (на каждую телесную зону затрачивается примерно 1-2 мин.). Выполняя это упражнение, необходимо постоянно отслеживать различные телесные реакции клиента, спрашивать о появляющихся ощущениях, чувствах. Чаще всего можно наблюдать различные телесные реакции и ощущения в ответ на «заземление», что позволяет выявлять наиболее зажатые телесные зоны (например, в случае сексуального насилия наиболее зажатой телесной зоной чаще является паховая область). Таким образом осуществляется процесс осознания клиентом своего тела, что способствует высвобождению чувств и задает вектор когнитивной переработки травматического опыта.

Упражнение 2 («забалтывание контроля»).

Цель упражнения – высвобождение чувств, ослабление рационального компонента в чувственной сфере.

Проведение упражнения: клиент лежит в позе звезды, терапевт садится в изголовье клиента и потихоньку двигает руками его голову из стороны в сторону, одновременно проясняя ситуацию изнасилования клиента и его чувства (т.е. терапевт вместе с клиентом путешествует

в ситуацию насилия, акцентируя внимание клиента на его чувствах, возникающих «здесь и теперь»). В ходе выполнения данного упражнения могут проявляться интенсивные чувства, связанные с ситуацией травмы (боль, стыд, горечь, обида и пр.). Осознание этих чувств и непосредственная эмоциональная реакция, возникающие здесь, ослабляют эмоциональную и телесную напряженность.

Необходимо отметить, что проведение этого упражнения требует особой поддержки клиента, его принятия со стороны терапевта. Поддержка может выражаться в сочувствии клиенту, привлечении жизненного опыта самого терапевта (это дает клиенту необходимую уверенность в естественности его чувств, ослабляет ощущение одиночества и изоляции, придает контакту терапевта и клиента ощущение близости).

Упражнение 3 («визуализация внутренних образов»).

Цель упражнения – актуализация личностных смыслов, связанных с травматической ситуацией, активация внутреннего ресурса клиента.

Проведение упражнения: клиент лежит в позе звезды; терапевт побуждает клиента сконцентрироваться на своих ощущениях и чувствах, а затем «увидеть» образ, связанный с этими ощущениями. Поскольку в первую очередь проявляются чувства, связанные с пережитой травмой, то, соответственно, появляющиеся образы также напрямую связаны с травмирующим событием (например, камень; что-то черное, разлитое в голове; кактус с большими иголками и пр.). Эти образы довольно трудны для восприятия клиента, поэтому в противовес этому образу терапевт просит клиента «увидеть» образ его счастья, мечты, в общем чего-то противоположного первому образу травмы (например, улыбающийся ежик, голубое небо, солнышко и пр.) – это образ внутреннего ресурса клиента.

Визуализация внутренних образов обнаруживает *чрезвычайную интенсивность образа травмы и слабость или отсутствие образа внутреннего ресурса*; таким образом, основная задача на этом этапе – регуляция соотношения образа травмы и образа внутреннего ресурса в психической деятельности клиента (ослабление образа травмы и

усиление образа внутреннего ресурса). Ослабление образа травмы осуществляется в процессе исследования этого образа: например, камень – что это за камень, какой величины, какого цвета, какого веса, можно ли его убрать, как можно убрать, что необходимо сделать и т.д. Одновременно с исследованием образа травмы необходимо уделять внимание образу внутреннего ресурса (т.е. понять, что происходит с образом внутреннего ресурса в результате исследования образа травмы): например, улыбающийся ежик – что он делает, может ли он помочь, как может помочь, меняется ли его образ, можно ли на него опираться и т.д.

Для усиления образа внутреннего ресурса можно использовать *метод слияния*: терапевт ложится на пол рядом с клиентом и играет роль образа внутреннего ресурса, а затем просит клиента напрямую общаться со своим внутренним ресурсом (т.е. осуществляется непосредственный контакт клиента и его «внутреннего образа»). Метод дает возможность найти эффективные способы самоподдержки для клиента с помощью опоры на внутренний образ. Способы самоподдержки особенно необходимы клиенту в перерывах между консультациями, при невозможности получать поддержку от других людей. Также этот метод позволяет увидеть некоторые особенности коммуникации клиента, что может быть использовано в дальнейшей работе по преодолению состояния одиночества и ощущения изоляции.

Осуществление визуализации внутренних образов ведется с опорой на телесные реакции и ощущения, на чувства. Таким образом, *работа ведется одновременно в трех направлениях: с телом, чувствами и дихотомичными внутренними образами*. Подобный трехуровневый подход к работе на первом этапе позволяет одновременно прорабатывать телесные и эмоциональные напряжения, способствует научению клиента пользоваться своим внутренним ресурсом, дает основу для переосмысления травматического опыта.

На втором этапе реабилитации проработка личностных трудностей клиента осуществляется в режиме стандартной

консультации с выявлением основного запроса. Схема консультативного процесса может выглядеть так: выявление потребности – контакт с потребностью – способы удовлетворения потребности. Данный этап реабилитационного процесса способствует выявлению индивидуальных путей переосмысления травматического опыта, базирующихся на личностных смыслах клиента, что позволяет максимально интегрировать травматический опыт с другими событиями жизни, т.е. с жизненным опытом клиента.

3. Оценка эффективности реабилитационного процесса.

В настоящей работе основным инструментом оценки эффективности психологической реабилитации пострадавших являлось субъективное наблюдение терапевта и опрос пострадавших о происходящих изменениях в их жизнедеятельности. Наблюдение и опрос пострадавших выявили:

- ослабление (исчезновение) телесных напряжений – например, ощущение тела как более свободного, «летающего»;
- расширение спектра эмоциональных проявлений: наряду с чувствами тревоги, боли, обиды появление таких чувств как любовь, радость, интерес;
- ослабление (исчезновение) симптомов ПТСР – общей тревожности, депрессивного компонента, навязчивости, страхов;
- использование внутреннего ресурса в повседневной жизни – возможность обращения к образу внутреннего ресурса в ситуации усиления напряжения, способ релаксации;
- повышение значимости профессиональных и личных интересов – постепенное вовлечение в активную социальную жизнь;
- переоценка жизненных ценностей – на первый план выступают общечеловеческие ценности помощи другим людям, сочувствия, поддержки;
- переосмысление существующих социальных стереотипов по отношению к лицам, пострадавшим от насилия.

При оценке эффективности психологической реабилитации пострадавших можно использовать и стандартизированные методики, дающие более объективную информацию.

Независимый благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сёстры».

Центр «Сестры» основан в 1994 году группой женщин, которые осознали, что пережившие насилие люди нуждаются в конкретной поддержке.

Наша миссия - способствовать созданию в обществе отношений, в которых нет места сексуальному насилию и издевательствам, а жертву не обвиняют в свершившемся изнасиловании, инцесте или любом другом виде насилия. Никто не хочет быть изнасилованной, никто этого не заслуживает. Никогда ж

Жертва не провоцирует насилие. Насилие нельзя спровоцировать! Насилие можно совершить.

Мы осознаем, что сексуальному насилию в подавляющем большинстве случаев подвергаются женщины и дети. Мы убеждены, что все люди имеют право жить в безопасности и без страха везде, включая собственный дом, что женские права - это права человека, и что изнасилование - это преступление против личности.

Принцип нашей работы - доверие и конфиденциальность. Сотрудники Центра разделяют философию, которая не принимает расизма, сексизма, гомофобии, и любых других предрассудков.

«Сестры» обязуются воспринимать всех людей, переживших насилие, ценить и не осуждать их

«Сестры» помогают ВСЕМ пережившим изнасилование или сексуальное насилие, особенно тем, кому трудно получить помощь где-либо еще. Наша помощь бесплатная и анонимная.

Для нас все равны, независимо от возраста, пола, социального положения, национальности, происхождения, вероисповедания, сексуальных предпочтений.

Мы способствуем повышению самосознания и самоопределению, выступаем за право выбора для всех людей. Мы хотим, чтобы все отношения между людьми были отношениями равенства, партнерства и уважения.

«Сестры» солидарны со всеми женщинами и детьми и стремятся изменить общество и мировоззрение людей. Мы ясно видим все формы насилия, включая словесное, эмоциональное, физическое, экономическое, сексуальное и духовное. Мы хотим, чтобы пострадавшие вновь обрели веру в свои силы, достоинство, снова стали управлять собственной жизнью.

Мы строим мир, свободный от насилия.

Каюда Галина Петровна, Луковцева Зоя Вячеславовна,

Гаямова Светлана Юрьевна

ПОМОЩЬ ПЕРЕЖИВШИМ

СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ:

КОНЦЕПЦИЯ, ОПЫТ, ИССЛЕДОВАНИЯ

Методическое пособие

Настоящее издание осуществлено при финансовой поддержке Европейской Комиссии.

Содержание публикации является предметом ответственности РОО Независимый Благотворительный Центр помощи пережившим сексуальное насилие «Сестры» и не отражает точку зрения Европейской Комиссии.

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО