Vardarbības upura portrets. Problēmas un izaicinājumi atbalsta nodrošināšanai. Upurim draudzīga komunikācija.

Tatjana Griškina, Mg.Psych.
Krīžu un konsultāciju centra „Skalbes” psihologs, psihoterapeits

Vardarbība ģimenē:

Kā vardarbība atšķiras no konflikta?

konflikts	vardarbība
Neizbēgamā saskarsmes sastāvdaļa.	Saskarsmes nevēlamā parādība.
Krustojas atšķirīgi abu pušu mērķi, viedokļi.	Mērķis ir otra pazemošana.
Abām pusēm nepatīkams.	Nepatīkams tikai cietušajam.

Video: vardarbīgā kontrole

Aizspriedumi un patiesība par vardarbību ģimenē:

- ~~Šajās ģimenēs bieži lieto alkoholu~~.
- ~~Ir ģimenes, kurām ir pieņemama šāda dzīve.~~

- Vardarbība notiek dažādās sociālo slāņu un materiāla nodrošinājuma ģimenēs! Alkoholisms var kalpot kā attaisnojums vardarbībai!
- Visbiežāk vardarbība izsauc bezspēcības sajūtu, kas neļauj cilvēkam risināt situāciju! Nereti cietušais izjūt kaunu, kas traucē meklēt palīdzību!

Aizspriedumi un patiesība par vardarbību ģimenē:

- ~~Tā ir standarta ģimenes skandāla situācija.~~
- ~~Pārlieka iesaistīšanās svešā privātajā dzīvē nav pieļaujama.~~
- Vardarbība ir novirze, nevis standarts! Psiholoģiski veselīgās ģimenēs konfliktus risina bez spēka pielietošanas!
- Vardarbība mājās neatšķiras no vardarbības uz ielas! Latvijas likumdošanā tā ir nosodāma!

Aizspriedumi un patiesība par vardarbību ģimenē:

- ~~Vairākumā gadījumu konfliktu provocē sieviete.~~
- ~~Pieaugušos cilvēkus pāraudzināt nav iespējams~~.
- Sievietes arī var uzvesties agresīvi un vardarbīgi, tomēr tas nav iemesls viņu piekaušanai! ES 79% no visām noslepkavotajām sievietēm nogalināja viņu partneri.
- Policista konsekventa darbība mazina cilvēku visatļautības sajūtu!

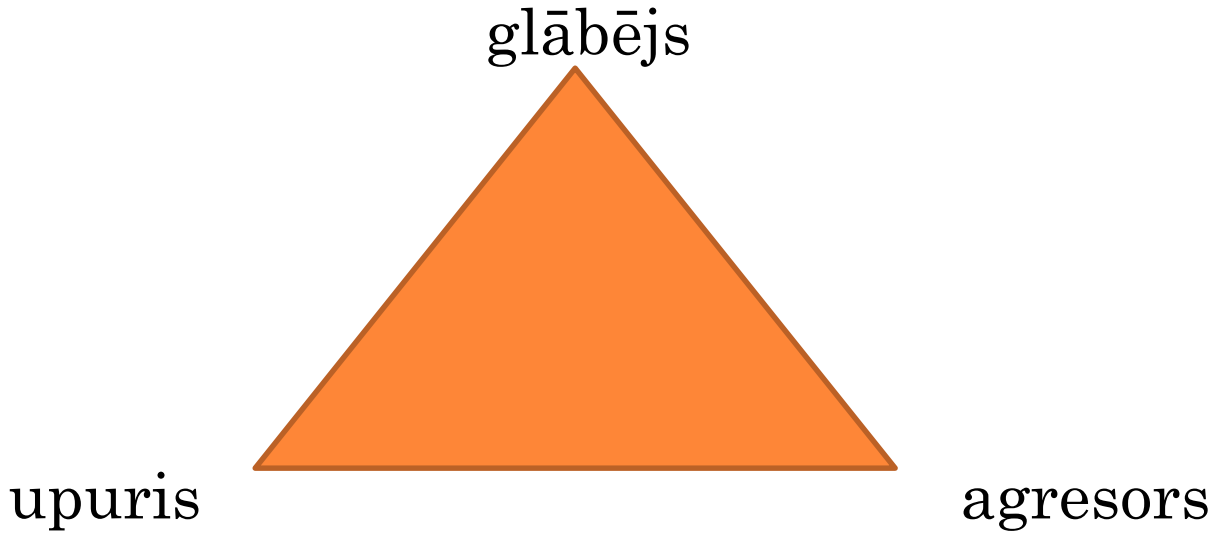
Video: Vardarbība un vakariņas

Speciālista attieksme pret vardarbību:

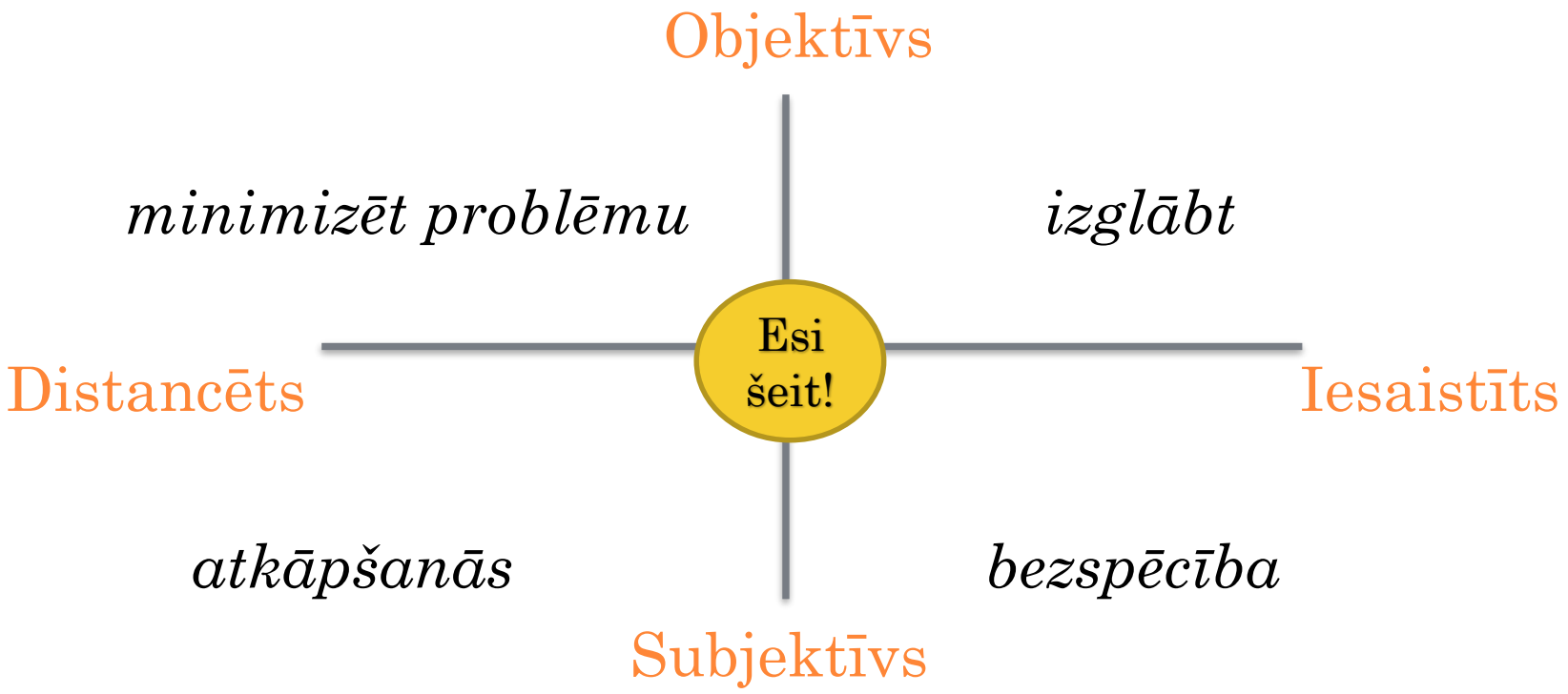
- **Profesionālā pozīcija**
- palikt mierīgam,
- neizrādīt dusmas,
- nepaust bezspēcību,
- būt atvērtam,
- neiesaistīties manipulācijās
- rūpēties par kompetenci

- **Personiskā pozīcija**
- bailes, satraukums
- žēlums pret cietušo
- sašutums par situāciju
- bezpalīdzības izjūta
- apjukums
- riebums
- vēlme atspēlēties
- nogurums
- **vienaldzība**

3 NEEFEKTĪVĀS LOMAS PALĪDZĪBĀ:



Lomas darbā ar cilvēkiem:

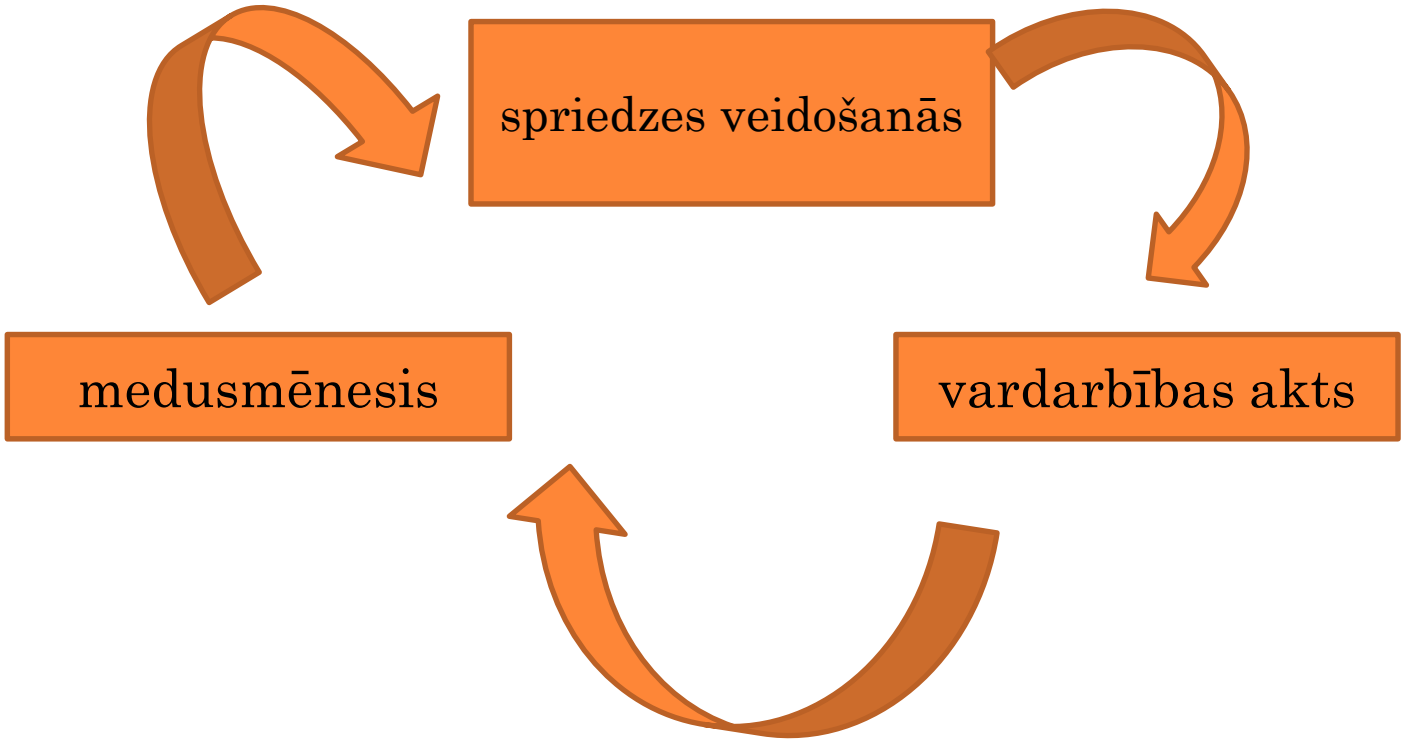


Vardarbības veidi:

- Pastāvīga/kontrolējošā – lielākoties vīriešiem (vardarbīgā kontrole+fiziskā vardarbība).
- Vardarbīgā pretestība – lielākoties sievietēm kā atbildes reakcija uz kontrolējošu vardarbību (emocionālā vardarbība, manipulācijas ar bērniem).
- Situatīvā pāru vardarbība – gan vīriešiem, gan sievietēm – lielākoties kā emocionālā vardarbība.
- Atdalīšanās/vardarbība pēc šķiršanās – emocionālā vardarbība, vardarbīgā kontrole, ekonomiskā vardarbība.

(Kelly&Johnson, 2008)

Vardarbība ir cikliska:



Upura īpašības

- Izolācija no citiem
- Bailes, trauksme, nomāktība
- Vainas sajūta par visu
- Bezspēcība
- Vāja pašpaļāvība
- Neizlēmība/nenoteiktība
- Atkārtotā viktimizācija

Varmākas īpašības

- Iemācīta vardarbīga uzvedība
- Impulsivitāte
- Narcistiskas īpašības
- Tiekšanās pēc kontroles un varas pār upuri dēļ zema pašvērtējuma
- Ierobežotas komunikācijas prasmes
- Alkohola un vai narkotisku vielu lietošana
- Psihopātija

VIDEO: KAIMIŅI

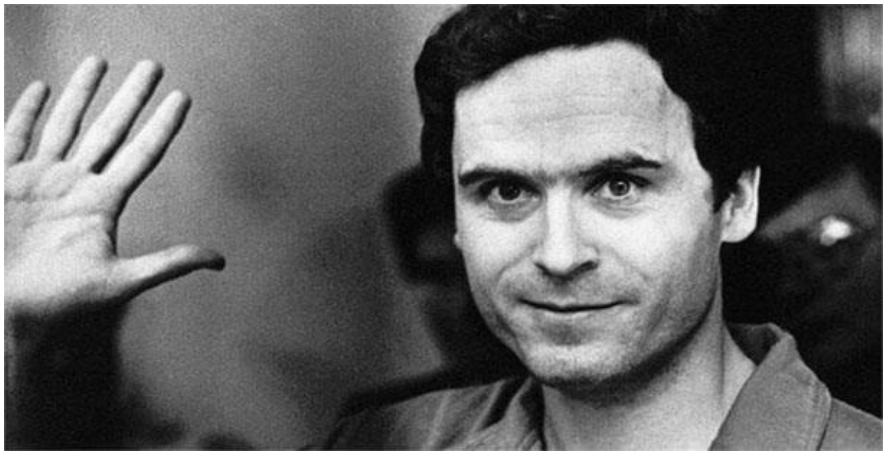
- Faktu noliegšana
- Atbildības noliegšana
- Izdarītā nozīmes noliegšana
- Paša lomas izdarītajā noliegšana
- Saredz sava nodarījuma vērtīgumu priekš upura

VARMĀKAS TAKTIKAS:

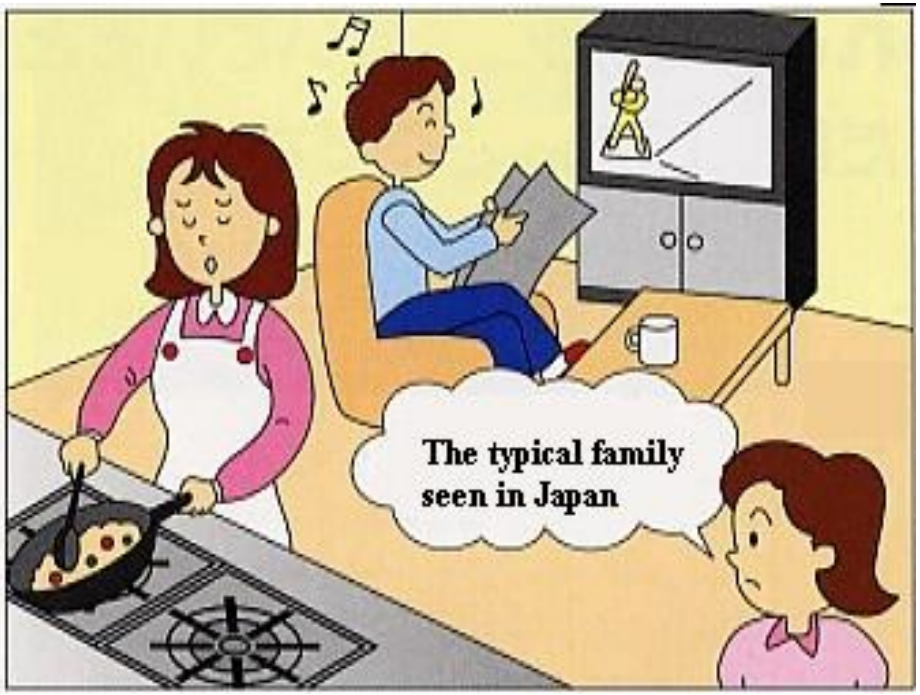
- Neparedzamas reakcijas
- Neadekvātas gaidas
- Vainošana: «ja tu nekliegtu, es nesistu»
- Situācijas kropļojums
- Atlaides sev: «biju dzērumā, tāpēc situ»
- Meli, lai kontrolētu informāciju
- Izolēšana, lai panāktu atkarību
- Domāšana citu vietā
- Dusmas kā «taisnīguma» instruments
- Upura lomas izspēle
- Paštaisns
- Emocionālā atkarība no upura

Psihopātija

- komunikabli
- sociāli aktīvi
- spēj atstāt pozitīvo pirmo iespaidu, harizmātiski
- pašpārliecināti
- vēlas dominēt
- manipulē
- melo
- egocentriski
- cietsirdīgi
- bez vainas pārmetumiem



LOMAS ĢIMENĒ KĀ RISKA FAKTORS:



Michael Kaufmann - vīriešu vardarbības modelis:

1. Patriarhāla vara
2. Privilēģijas izjūta
3. Atļauja būt agresīvam sociumā
4. Vīrieša varas paradokss – izolācija, sāpes
5. «Vīrišķība» kā emocionāla distance no citiem
6. Emociju slēpšana zem dusmām
7. Vardarbības pieredze pagātnē

Attiecību modeļi:

Pakļaušana un kontrole

- **Izolēšana**- kontrolē, ko viņa dara, nosaka cik ilgi drīkst uzturēties ārpus mājas, savu rīcību attaisno ar greizsirdību
- **Draudēšana un piespiešana-** draud viņu pamest vai izdarīt pašnāvību, draud un reizēm arī īsteno savus draudus, lai viņai nodarītu pāri
- **Savas vainas mazināšana un noliegšana**
- **Ekonomiskā ietekmēšana**
- **Emocionāla**
- **Vīrieša pārākuma uzsvēršana**
- **Bērnu izmantošana**
- **Iebiedēšana**

Vienlīdzība

- **Sarunas un godīgums-** problēmu kopīga risināšana, gatavība mainīt savu viedokli, kompromiss
- **Ekonomiska partnerība-** kopīgi lemj par naudas izlietošanu, rīkojas tā, lai abi partneri gūtu labumu no finansiālajiem ienākumiem
- **Atbildība par bērnu**
- **Uzticība un atbalsts**
- **Godīgums un atbildība**
- **Uzvedība bez draudēšanas**
- **Cieņa**
- **Dalīta atbildība**

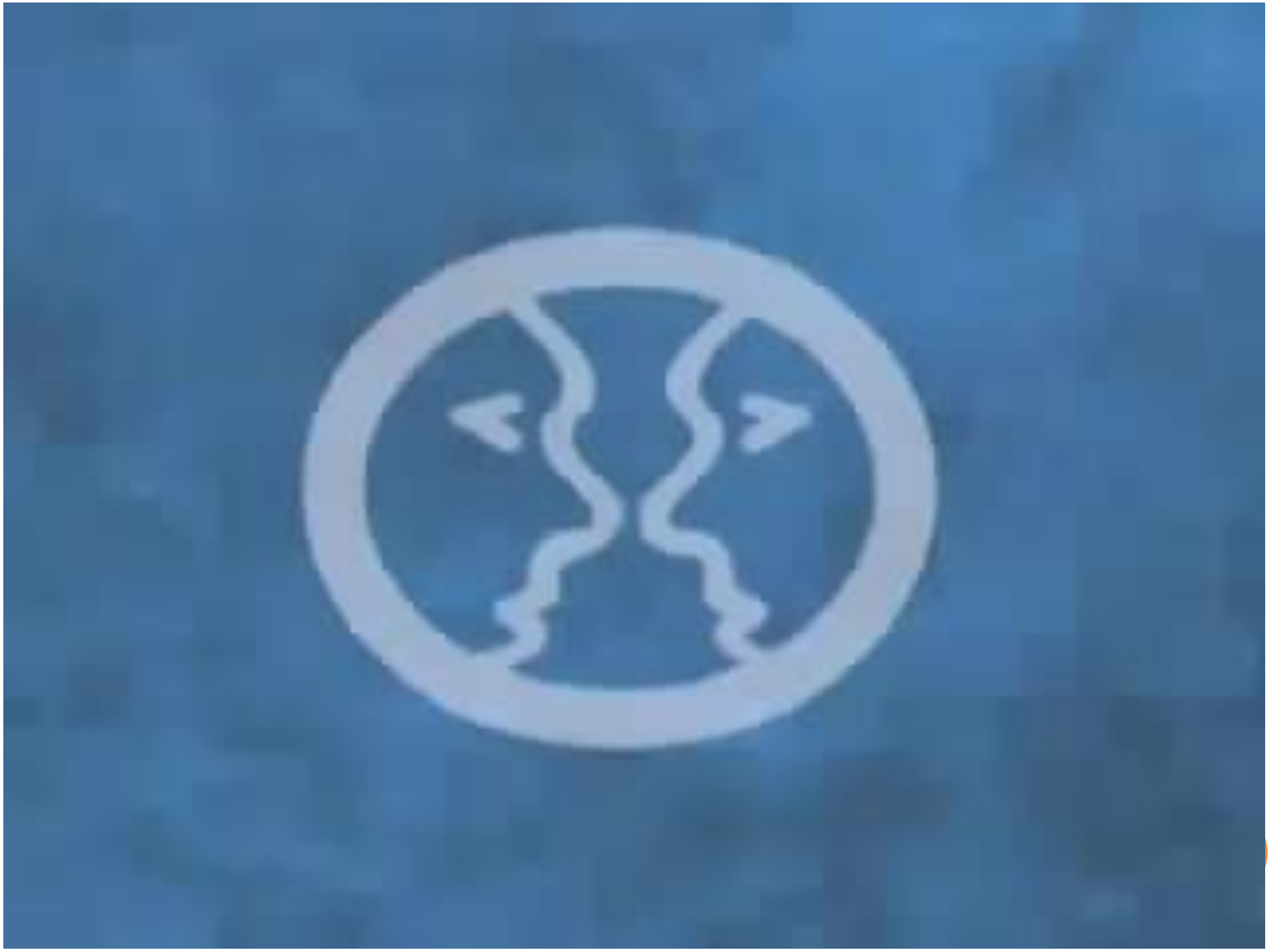
Draudzīgā saskarsme ar upuri:

- Pacietīgi uzklausi!
- Uzdod atvērtus jautājumus: «Pastāstiet, kas notika?»
- Seko savai intonācijai, pozai, mīmikai, lai tā nepaustu nosodījumu un kritiku.
- Apliecini: «Tu to neesi pelnījusi/jis! Es Tev ticu!»
- Palīdzi saprast/novērst apdraudējumu!
- Dod informāciju, palīdzības telefonus!

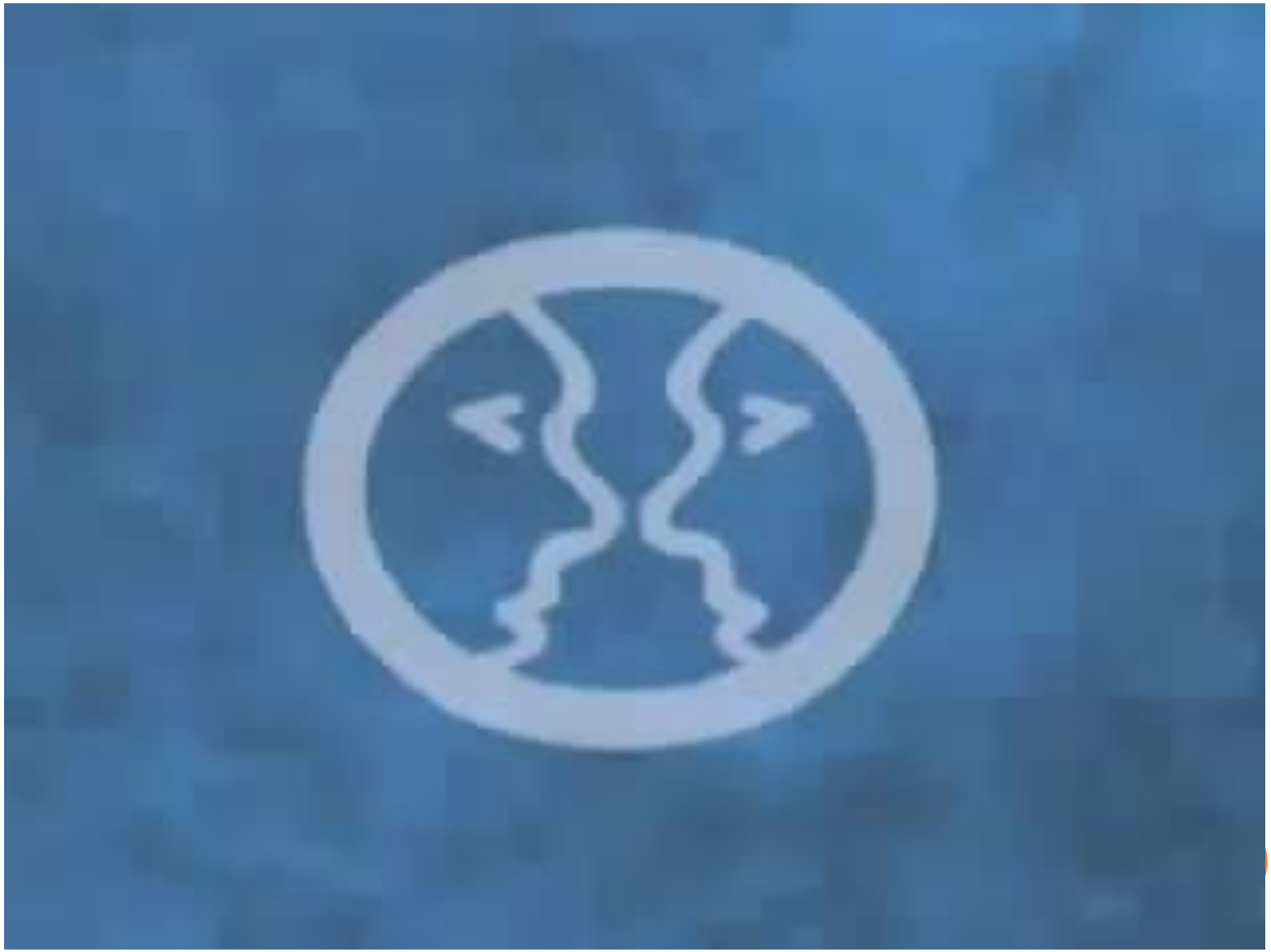
116006 (Cietušo atbalsta tālrunis)

67222922 (Krīzes centrs Skalbes)

Video: iecirknī negatīvs



Video: iecirknī pozitīvs



Ja upuris noliedz vardarbību:

- Nesteidzies nomierināties un iet prom.
- Esi mierīgs, bet uzstājīgs: «*Man nav vienalga, kas ar Jums notiek, tāpēc Jums jāpastāsta patiesību*.»
- Mēģini saprast situāciju detalizēti.
- Cikliski atgriezies pie tiem pašiem jautājumiem: «*Man svarīgi saprast, no kurienes Jums šis zilums*?» u.c. – «bojātās plates» modelis.
- Atklāti, bet mierīgi pasaki, ka Tu netici: «*Es šaubos, ka tādu zilumu var dabūt, krītot*».
- Mierīgi konfrontē ar citiem faktiem: «*Jūs sakāt, ka viss ir kārtībā, tomēr kaimiņi izsauca policiju*».

Video: Aizliegtā paņēmiena operācija «Piekautā grūtniece»

Austrijas piemērs darbam ar vardarbību:

1. Centralizēti centri cietušajiem
2. Valsts principiāla nostāja pret vardarbību
3. Divas bezkompromisu izvēles agresoriem:

Pagaidu aizsardzība pret vardarbību:

- Institūcijas nesadarbojas, nav konsekvences.
- Trūkst spiediena un rehabilitācijas mehānismu.
- Pēc pagaidu aizsardzības palīdzība neturpinās.

Jūsu jautājumi, komentāri?