

Стрессовые нарушения у детей, переживших сексуальное насилие

Дети и подростки, подвергшиеся сексуальному насилию, испытывают сильный стресс из-за пережитого. Вне зависимости от возраста и характера свершившегося насилия, каждый ребенок, в первые дни после случившегося проходит через несколько этапов посттравматического стрессового нарушения:

1. Шоковое состояние. Длится от одного до двух дней. Ребенок не понимает, где он находится, что с ним происходит, все действия выполняет на автомате.
2. Фаза отрицания. В большинстве случаев наступает на второй-третий день после случившегося, и длится 1-2 дня. Ребенок убеждает себя, что все произошло не с ним, отрицает случившееся.
3. Депрессия. Наступает на 3-5 день после насилия и длится в большинстве случаев до 10 дней. Ребенок не хочет ходить в школу, общаться с окружающими, отказывается играть.
4. Гнев. Наступает после фазы депрессии, длительность зависит от индивидуальных особенностей ребенка и ситуации, в которой произошло насилие. В это время ребенок чувствует гнев по отношению к насильнику, родителям, полицейским, другим людям.
5. Этап принятия решений. Наступает после фазы гнева. Ребенок либо принимает решение кому-то рассказать о случившемся, либо молчать. В это же время он пытается всеми силами избавиться от тяжелого состояния.

Все этапы посттравматического стресса могут быть различными по длительности в зависимости от индивидуальных особенностей психики ребенка, его возраста и обстоятельств совершения насилия.

Во время посттравматического стресса у детей могут проявляться три типа поведенческой реакции:

- экспрессивный
- контролирующий
- шоковый

Все они могут проявляться по отдельности или же сменять друг друга.

Экспрессивный тип характеризуется проявлением различных сильных эмоций, которые ребенок не может контролировать: плач, смех, крик, рыдания, дрожание, раскачивание.

Контролирующий тип проявляется в том, что ребенок всячески пытается сдерживать себя, и внешне он выглядит как обычно, а в некоторых случаях даже спокойнее.

Шоковый тип характеризуется состоянием ребенка, при котором он не может понять, что с ним произошло, ощущает подавленность, заторможенность, приглушение эмоциональных реакций.

Признаки посттравматического шока

Вне зависимости от возраста ребенка, посттравматический шок, пережитый им, в большинстве случаев характеризуется определенными признаками:

1. Навязчивые мысли, воспоминания, образы. Они могут внезапно возникать в любое время суток, даже без напоминания о пережитом насилии. Ребенок может спонтанно представить сцену насилия во время школьных занятий, игры со сверстниками или во время любого другого действия. Во время появления таких навязчивых образов ребенок теряет связь с реальностью и не может адекватно отвечать на вопросы, обращенные к нему. Маленькие дети иногда воспроизводят эти воспоминания в процессе игры.
2. Интенсивный психологический дистресс, возникающий как реакция на что-либо, напоминающее о пережитом насилии. Ребенок может увидеть человека, похожего на насильника, услышать звук, почувствовать запах или попасть в обстановку, напоминающую об обстоятельствах, в которых произошло насилие, вследствие чего у него вновь происходит визуализация перенесенного кошмара.
3. Повторяющиеся неоднократно кошмарные сны о пережитом насилии. Чаще всего кошмарных снам, в которых фигурирует насильник или ситуация насилия, подвержены подростки. Маленькие дети чаще видят во сне не реальных людей, а просто пугающие их образы: сказочные злодеи, вампиры, скелеты, оскаленные волки.
4. Галлюцинации, иллюзии и ощущения, что произошедшее во время насилия, продолжает происходить в настоящем времени. Детям, пережившим насилие, часто кажутся различные ситуации, связанные с насилием, как реакция на соматические воспоминания, т.е. возникновение в памяти ощущений в определенных частях тела.
5. Физиологическая реактивность. У детей, переживших насилие, могут быть покраснения кожи, учащенное сердцебиение, одышка, внезапная рвота, энурез и прочие необычные физиологические реакции.
6. Стремление избегать всего, что связано с пережитыми событиями. Дети не желают говорить о том, что произошло, избегают мест, в которых имело место насилие, выбрасывают одежду, которая была на них в тот день и любые вещи, напоминающие о инциденте.
7. Частичная амнезия. У детей, переживших стресс, из памяти полностью или частично выпадает произошедший инцидент или события дня, в который произошло насилие.
8. Снижение интереса к тому, что занимало раньше. Ребенок забывает о своих увлечениях, не проявляет интереса к любимым занятиям.
9. Мысли о смерти, попытки самоубийства, депрессивные переживания. У детей моложе 6-8 лет суицидальные тенденции в силу возраста проявляются очень редко, мысли о смерти чаще возникают у подростков.
10. Невозможность испытывать радостные эмоции. Дети, пережившие сексуальное насилие, перестают получать удовольствие от жизни и чувствуют, что больше не способны на сильные переживания (любовь, ненависть). Их чувства находятся в притупленном состоянии.
11. Возникновение чувства, что в будущем нет ничего хорошего.

Симптоматика у детей, переживших сексуальное насилие.

У детей, переживших сексуальное насилие, проявляются типичные для этого вида стрессового нарушения симптомы:

- Наличие страхов
- Повышенная возбудимость или чрезмерная бдительность
- Регресс в поведении (ребенок разучивается или не желает делать то, что умел раньше)
- Агрессивность по отношению к окружающим

- Проблемы с самооценкой
- Склонность к самоистязанию
- Потеря доверия к окружающим людям
- Диссоциация (ребенок отделяет свое сознание от тела, словно «выключается», что может привести к настоящему раздвоению личности)
- Неконтролируемая сексуальность или наоборот отвращение к сексу

Посттравматические стрессовые нарушения у детей, переживших сексуальное насилие, проявляются сразу же после травмы, в острой форме от месяца до трех, в хронической – свыше трех месяцев.

Родители, заметившие у своего ребенка какие-либо из вышеперечисленных признаков, должны попытаться поговорить с ним, чтобы выяснить, действительно ли имело место насилие. Если ребенок отказывается говорить о случившемся или отрицает факт насилия, но все симптомы при этом говорят о том, что сексуальное насилие все-таки имело место, родителям следует обратиться в соответствующие органы и сообщить о своих подозрениях.