

Виды насилия в отношении пожилых

Пожилые люди обладают своими социально-психологическими, физиологическими особенностями, которые влияют на процесс общения с окружающими людьми.

С возрастом могут наблюдаться ухудшение слуха, зрения, умственного развития, что часто затрудняет общение с пожилыми людьми. Люди старшего возраста (родители, дедушки, бабушки и др.) со временем уходят на второй план в ситуации создания детьми своих собственных отношений. Часто их мнение почти не учитывается при принятии решений, их точка зрения игнорируется, что со временем приводит к социальной изоляции.

Выделяют следующие виды пренебрежительного отношения и насилия в отношении пожилых:

Физическое насилие - причинение физической боли, повреждений, или даже убийство, насильственное принуждение к чему-либо, а также введение в отношении пожилого человека различного рода запретов, ограничений его прав и свободы.

Сексуальное насилие - любой вид домогательства, выражаемого как в форме навязанных сексуальных прикосновений, сексуального унижения, так и изнасилования, инцеста. В последнем случае, профессионалы указывают на трудности в определении реальной жертвы, поскольку большинство взрослых детей, в детском возрасте подвергавшихся сексуальному преследованию со стороны родителей, теперь могут применять сексуальное насилие по отношению к своим стареющим родителям (происходит «обмен ролями»).

Медицинское насилие - халатность и несвоевременность при выдаче лекарства, намеренная передозировка препарата либо, наоборот, умышленный отказ больному в получении необходимого лекарства.

Пренебрежение - безответственность и невыполнение опекуном своих обязанностей по отношению к пожилому человеку, следствием чего становятся различного рода повреждения и нарушение его прав. Термин «пассивное пренебрежение в отношении престарелого человека» используется тогда, когда имеет место ситуация изоляции старика, оставление его в одиночестве или забывание об его существовании. Об активном пренебрежении говорят тогда, когда пожилого человека намеренно лишают вещей, жизненно необходимых ему для нормального существования (пищи, медикаментов, купания, общения и т.д.) или когда физически зависимого

человека не обеспечивают в должной мере соответствующим уходом и заботой.

Психологическое (эмоциональное) насилие - причинение пожилому человеку душевных страданий, брань и оскорбления в его адрес, угрозы в определении его в приют для престарелых, причинения физической боли или изоляции, а также формирование и развитие у него чувства страха.

Экономическое насилие - выражается в форме присвоения другими членами семьи собственности либо средств пожилых людей без согласия с их стороны, незаконного или осуществляемого вне соответствия с желанием старика использования его сбережений, а также материальной зависимости пожилых от их опекунов.

Рекомендации по гармонизации отношений с пожилыми членами семьи:

- **Принимайте пожилых членов вашей семьи такими, какие они есть.** Не пытайтесь исправить их привычки, поведение. Они прожили долгую жизнь и имеют право на уважение их личности.

- **Знайте о проблемах со здоровьем у пожилых членов вашей семьи.** Зная об этом, вам может быть легче понять, как выстроить с ними коммуникацию. Например, если у них проблемы со слухом, учитывайте это при разговоре, постарайтесь выработать соответствующий тембр голоса, который позволит вам быть услышанными и не обидит пожилого человека. Говорите чётко, в отдельных случаях вы можете использовать язык жестов. Повторите сказанное, если вас не расслышали.

- **Будьте терпеливы.** Пожилые люди могут быть медлительными, плохо слышать, понимать вас. Ваше нетерпение только усугубит процесс общения. Постарайтесь войти в их положение и представить себя на их месте. Как бы вы отнеслись к тому, что вас постоянно торопят или уходят на половине разговора?

- **Дайте им голос.** Даже, если мнение пожилого члена вашей семьи противоречит вашим представлениям, дайте понять, что вам важно, что они думают по тому или иному вопросу. Это позволит чувствовать им свою значимость и уважение к их точке зрения.

- **Уделяйте им должное время.** Все мы занятые люди, но несмотря на это, всегда старайтесь найти свободное время для того, чтобы провести его с пожилым членом вашей семьи: выслушать его/её проблемы, узнать о его/её здоровье, потребностях и др.

- **Уважайте их право на личную жизнь.** Пожилые люди также, как и другие члены вашей семьи имеют право на общение со своими друзьями, на увлечения. Не пытайтесь ограничивать их в привычных делах.

- **Обеспечьте пожилых людей финансовой независимостью.** Помните, пожилые люди могут иметь свои потребности или со временем изменять свои привычки. И то, и другое является немаловажным фактором для их финансовой независимости. Даже, когда вам кажется, что они могут попусту тратить деньги, учитывайте, что пожилые люди сами имеют право на то, чтобы распоряжаться своими финансами. Если вы беспокоитесь, что они могут попасть в руки мошенников, предложите пожилому члену вашей семьи вашу консультативную помощь. Попробуйте уделить ему/ей время для составления его/её личного бюджета, учитывая его потребности, нужды, интересы.

Если же вы чувствуете, что можете применить насилие (оскорбить, накричать, толкнуть и др.), воспользуйтесь 3 стратегиями, которые помогают смягчить ситуацию.

1. Успокойтесь. Как только вы видите, что готовы применить насилие, скажите себе простые вещи, которые помогут вам успокоиться, например:

- это того не стоит,
- он/она не такая уж плохой (ая),
- я смогу справиться с этим и т.д.

2. Прояснить. Перестаньте пытаться выиграть, наказать или доказать свою точку зрения. Попробуйте получить чёткое представление о том, что чувствует пожилой человек. Начните анализировать то, как вы интерпретируете его/её слова и правильно ли вы это делаете.

Не дразните и не высмеивайте его/её точку зрения, просто попытайтесь получить чёткое представление о том, что она думает и чувствует, и почему.

- Значит ты говоришь, что ... потому что... и хочешь... Так?

Это замедлит и разрядит спор и даст вам некоторое время для размышления.

3. Взять тайм-аут. Если вы все ещё хотите накричать или причинить пожилому члену вашей семьи боль, возьмите тайм-аут:

- Уйдите на один час.

- Успокойтесь, сделайте пробежку, прогуляйтесь – неважно что, главное, чтобы сработало (оставайтесь в безопасности и трезвым).
- Пытайтесь успокоиться, не накручивайте себя еще больше.

Информирование пожилого человека о тайм-ауте:

- Важно обговорить тайм-ауты с пожилыми членами семьи задолго до того, когда он вам понадобится.
- Тайм-аут является инструментом **ДЛЯ ВАС**, а не для пожилого члена вашей семьи.

Выполнение этих несложных правил поможет вам выстроить эффективную коммуникацию с пожилыми членами вашей семьи и укрепить ваши семейные связи!