

COVID-19-თან დაკავშირებული რეაგირება

გაეროს ბავშვთა ფონდის და სასულიერო პირების
თანამშრომლობა ბავშვთა მიმართ ძალადობის
გაზრდილი რისკების საპასუხოდ, საქართველოში





შესავალი

COVID 19-ის მსოფლიო პანდემიის გამო საქართველოში სკოლები და სკოლამდელი აღზრდის დაწესებულებები დაიხურა. ფიზიკური დისტანცირების შესახებ სახელმწიფოს რეკომენდაციის შესაბამისად, ბავშვები დროის უმეტეს ნაწილს სახლში ატარებენ. მშობლები და აღზრდის დაწესებულებები ბავშვებთან ერთად არიან სახლებში. ზრდასრულების უმეტესი ნაწილი სტრესის ქვეშ არის, იმედგაცრუებულია, შეშფოთებული, აღელვებული, ბევრმა მათგანმა უკვე დაკარგა, ან ეშინია სამსახურის და შემოსავლის დაკარგვის. ზემოაღნიშნული ფაქტორების გამო, მშობლები დაუცველ მდგომარეობაში აღმოჩნდნენ; ამდენად, მათთვის, შესაძლოა, ძალიან რთული იყოს სიმშვიდის შენარჩუნება და გაუჭირდეთ ბავშვებთან სათანადო მოპყრობა. ახალი რეალობა, სავარაუდოდ, გაზრდის ბავშვთა მიმართ ფიზიკურ და ფსიქოლოგიურ ძალადობას. ძალადობის რისკების თავიდან ასაცილებლად საჭიროა მშობლების მხარდაჭერა და გაძლიერება, მათთვის დამატებითი პოზიტიური აღზრდის მეთოდების შეთავაზება. მშობლებს უნდა აუხსნან, რომ ესმით მათი, გასაგებია, რომ ისინი დაძაბულები, გაღიზიანებულები, იმედგაცრუებულები არიან, შესაძლოა უჭირდეთ ყოველდღიურობაში გაზრდილ პასუხისმგებლობასთან და საქმიანობასთან გამკლავება. ამ ვითარებაში მშობლებისთვის საუკეთესო დახმარება იქნება მხარდაჭერა, მოსმენა და არა განსჯითი მიდგომა.

ბავშვებს, თავის მხრივ, ზრდისა და განვითარების პროცესში ესაჭიროებათ თამაში, გართობა, მშობლებთან დროის ხარისხიანად გატარება, თავისუფალი დროის შევსება; სახლში ყოფნისას ისინი უფრო მეტ დროს ატარებენ ეკრანთან, რაც ზრდის ძალადობის რისკებს: შევიწროება/ჩაგვრა, ასაკისათვის შეუფერებელი ინფორმაციის მიღება, უცხო პირებთან რისკის შემცველი ურთიერთობა.

ამ რისკების თავიდან ასაცილებლად, პროფესიონალები გვირჩევენ, მშობლებს და ბავშვებს გადავცეთ ცოდნა და გავაცნოთ მეთოდები, რომლებიც მათ სიტუაციასთან წარმატებით გამკლავებაში დაეხმარება.

სასულიერო პირები ყოველდღიურ რეჟიმში ზრუნავენ მშობლებისა და ბავშვების მხარდასაჭერად და გასაძლიერებლად. სოციალური დისტანცირების მიუხედავად, ისინი ინარჩუნებენ კონტაქტს თავიანთ მრევლთან. მშობლებმა სასულიერო პირებს, შესაძლოა, შემდეგი პრობლემებით მიმართონ: ბრაზთან დაკავშირებული სირთულეები, ან ბავშვების სათანადოდ მართვა და ოჯახის წევრებს შორის ჰარმონიული ურთიერთობის შენარჩუნება.

გთავაზობთ სასარგებლო ინფორმაციას, რომელიც სასულიერო პირებს, ხელს შეუწყობს მშობლებისა და ბავშვების მხარდაჭერისა და გაძლიერების პროცესში:



რჩევები მშობლებისთვის

მოქნილი, მაგრამ თანმიმდევრული ყოველდღიური განრიგის შექმნა:

პირველ რიგში, მშობლებს ვურჩევთ, მათთვის და მათი შვილებისთვის შეადგინონ განრიგი, რომელშიც გამოყოფილი იქნება დრო სტრუქტურირებული საქმიანობებისა და თავისუფალი დროისთვის. ამან ბავშვებს, შესაძლოა, თავი უფრო უსაფრთხოდ აგრძნობინოს და უკეთესად მოიქცნენ. ბავშვებს შეუძლიათ, უფროსებთან ერთად დაგეგმონ თავიანთი ყოველდღიური განრიგი - მაგალითად, სკოლის განრიგი. ბავშვები უკეთესად იცავენ წესებს, როდესაც მონაწილეობენ მათ შედგენაში. განრიგში ყოველდღიურად შეიტანეთ ფიზიკური ვარჯიში - ის ბავშვებს სტრესთან გამკლავებასა და ენერჯის დახარჯვაში ეხმარება.

ყოველდღიური საქმიანობები გახადეთ სახალისო: შესთავაზეთ თქვენს შვილებს საოჯახო საქმეებში მონაწილეობის მიღება, სადილის მომზადება, ოთახის დასუფთავება და სხვა საქმეები. ამ საქმიანობებს შეგიძლიათ მისცეთ თამაშის სახე, ამით შეავსებთ ბავშვების თავისუფალ დროს და თან, სასიცოცხლო უნარების განვითარებაშიც დაეხმარებით.

სასურველი ქცევის ვერბალიზაცია/სიტყვიერად აღწერა: საუბრისას, შეეცადეთ, თქვენი სიტყვები დადებით ქცევას მიემართებოდეს, მაგალითად, როდესაც შვილს ეუბნებით, რა უნდა გააკეთოს, უთხარით: „გთხოვ, შენი ტანსაცმელი იქით დააწყვე“, ნაცვლად იმისა, რომ უთხრათ, - „არეულობას ნუ მოაწყობ“.

ინფორმაციის სწორად მიწოდება: ყვირილით ბავშვისთვის მიმართვა შეიძლება ორივე მხარისთვის სტრესული აღმოჩნდეს და ამასთან, ბრაზიც გამოიწვიოს. ბავშვის ყურადღება, მშვიდი ტონით, მისი სახელის დაძახებით მიიპყარით.

შეაქეთ კარგად მოქცევის შემთხვევაში: შეეცადეთ, შეაქოთ თქვენი შვილი, როდესაც კარგად მოიქცევა. მან ეს შეიძლება არ შეიმჩნიოს, მაგრამ ნახავთ, რომ ის კვლავ გაიმეორებს მსგავს საქციელს. შექებით ასევე აჩვენებთ, რომ თქვენ ამჩნევთ და ზრუნავთ მასზე.

შეამოწმეთ თქვენი მოთხოვნები: შეუძლია თუ არა თქვენს შვილს იმის გაკეთება, რასაც მისგან ითხოვთ? ბავშვისთვის ძალიან რთულია მთელი დღის განმავლობაში ჩუმად ყოფნა, მაგრამ მათ შეუძლიათ 15 წუთით გაჩუმება, როდესაც თქვენ ტელეფონზე საუბრობთ.

დაეხმარეთ თქვენს შვილებს შეინარჩუნონ ურთიერთობები: გარდატეხის ასაკში მყოფ ბავშვებს განსაკუთრებით სჭირდებათ მეგობრებთან კომუნიკაციის შენარჩუნება. დაეხმარეთ გარდატეხის ასაკში მყოფ თქვენს ბავშვებს სოციალური მედიის და სხვა უსაფრთხო გზების მეშვეობით დაუკავშირდნენ თავიანთ მეგობრებს. ეს არის ის, რაც ერთად შეგიძლიათ გააკეთოთ!

აღსანიშნავია, რომ ბავშვის უფლებათა კოდექსი, მშობლისგან ან სხვა პასუხისმგებელი პირებისგან, პირდაპირ კრძალავს ბავშვის მიმართ ფიზიკური ძალადობის, ფიზიკური დასჯის ან სხვა ფორმის სასტიკი და დამამცირებელი სასჯელის, როგორც დისციპლინის ზომის, გამოყენებას.



ინტერნეტთან დაკავშირებული საფრთხეების შემცირება

ფიზიკური იზოლაციის პერიოდში ბავშვები და მოზარდები უფრო მეტ დროს ატარებენ ინტერნეტში. სხვადასხვა ქვეყნის გამოცდილება გვიჩვენებს, რომ ამ პროცესში იზრდება ონლაინ ძალადობის შემთხვევები. ბავშვები და მოზარდები, შესაძლოა, შემდეგი რისკების წინაშე აღმოჩნდნენ:

- პერსონალური ინფორმაციის გამჟღავნება
- ბავშვის წვდომა მისი ასაკისთვის შეუფერებელ ინფორმაციაზე, პორნოგრაფიაზე, უხამს სიტყვებზე, ძალადობის შემცველ მასალაზე
- „სექსთინგი“ - სექსუალური დატვირთვის მქონე გზავნილების, ფოტოების და ვიდეოების გაგზავნა ტელეფონით ან კომპიუტერით
- თანატოლების მხრიდან ჩაგვრა.

ინტერნეტის გამოყენებასთან დაკავშირებული საფრთხეების თავიდან ასაცილებლად, პირველ ყოვლისა, უნდა დააწესოთ წესები:

- შეათანხმეთ ბავშვებთან, როდის შეეძლება ინტერნეტით სარგებლობა
- უმჯობესია, თუ მშობლები, რისკების შესახებ, ბავშვებს გულახდილად და მეგობრულად დაელაპარაკებიან
- სასურველია ასეთი წესის შემოღება: სახლში, ინტერნეტით სარგებლობა შესაძლებელია მხოლოდ საერთო ოთახში/სივრცეში, სადაც ოჯახის სხვა წევრებიც იმყოფებიან (უფრო მეტად 10-12 წლის ბავშვების შემთხვევაში)

- ბავშვებს შეახსენეთ, რომ მათ გვერდით ხართ და იქნებით ნებისმიერ შემთხვევაში და დაეხმარებით სირთულესთან გამკლავებაში. ასევე უთხარით, რომ თქვენთვის მნიშვნელოვანია იცოდეთ, რა აღელვებს ბავშვს, და მშვიდად მოისმინეთ მათი პრობლემა. უთხარით, რომ შეუცდომელი არავინაა. მნიშვნელოვანია, ბავშვმა იცოდეს, რომ მათთვის ყველაზე ძვირფასი ადამიანები და ოჯახის წევრები მათ გვერდით არიან.



ბავშვზე ძალადობის და უგულბეალოფის შესაძლო ნიშნები

ემოციური ძალადობის შესაძლო ნიშნები:

- მეტისმეტად გულჩათხრობილია, ეშინია, ან ღელავს, არასწორად არ მოიქცეს
- ქცევის უკიდურესი გამოვლინებები (მეტისმეტად დამჯერი, მომთხოვნი, პასიური, აგრესიული)
- არ აქვს მიჯაჭვულობა მშობელთან ან აღმზრდელთან
- ასაკისთვის შეუსაბამოდ, ზრდასრულივით იქცევა (უვლის/ზრუნავს სხვა ბავშვებზე) ან შეუსაბამოდ ბავშვურია/ინფანტილურია (თითს წოვს, ისტერიკას მართავს).

ფიზიკური ძალადობის შესაძლო ნიშნები:

- ხშირად აქვს დაზიანებები ან გაურკვეველი წარმომავლობის სისხლჩაქცევები, ნაჭრილობები, ან სხვა დაზიანებები
- ყოველთვის ფხიზლობს და გაფაციცებულია, თითქოს რაღაც ცუდს მოელის
- დაზიანებები წააგავს ხელის ან ქამრის ნაკვალევს
- ერიდება შეხებას, კრთება უეცარ მოძრაობებზე, ან თითქოს სახლში წასვლის ეშინია
- დაზიანებების დაფარვის მიზნით, ამინდისთვის შეუსაბამო ტანისამოსი აცვია, მაგალითად, გრძელმკლავიანი პერანგი ცხელ ამინდში.

უგულბეალოფის შესაძლო ნიშნები:

- პატარა, ან დიდი ზომის ტანსაცმელი აცვია, ტანისამოსი ქუჭყიანია, ან ამინდის შეუსაბამო
- ჰიგიენის დაცვის მუდმივი პრობლემა (ანეწილი და დაუბანელი თმა, მოუნესრიგებელი ფრჩხილები, არასასიამოვნო სუნი)
- მიშვებული/მკურნალობის გარეშე დატოვებული დაავადება და ფიზიკური დაზიანებები
- ხშირად იმყოფება ზედამხედველობის/ყურადღების გარეშე ან მართო, ან საფრთხის შემცველ პირობებში თამაშობს
- ხშირად აგვიანებს, ან აცდენს სკოლას

სექსუალური ძალადობის შესაძლო ნიშნები:

- უჭირს სიარული ან ჯდომა
- ამჟღავნებს სქესობრივი აქტის შესახებ ასაკისათვის შეუსაბამო ცოდნას, ან გამომწვევად იქცევა
- ძალიან ცდილობს, მოერიდოს კონკრეტულ პირს, აშკარა მიზეზის გარეშე
- არ სურს ტანსაცმლის გამოცვლა სხვების თანდასწრებით ან ფიზიკურ აქტივობებში მონაწილეობა
- სახლიდან გარბის



მართალია, ძალადობა და უგულბელობა ნებისმიერი ტიპის ოჯახში შეიძლება შეგვხვდეს, მაგრამ გარკვეულ სიტუაციებში ბავშვები გაცილებით უფრო მაღალი რისკის წინაშე იმყოფებიან.

ოჯახში ძალადობა. იმ შემთხვევაშიც კი, თუ ძალადობის მსხვერპლი მშობელი მაქსიმალურად ცდილობს ბავშვების დაცვას, ოჯახში ძალადობა მაინც ძალიან საზიანოდ აისახება ბავშვებზე. გამოსვლა/გამორიდება ბავშვების დასაცავად საუკეთესო გზაა.

ალკოჰოლისა და ნარკოტიკული საშუალებების ბოროტად მოხმარება. როდესაც მშობლები ალკოჰოლური თრობის ან ნარკოტიკების ზემოქმედების ქვეშ იმყოფებიან, შესაძლოა, ვერ მოახერხონ ბავშვების მოვლა, ვერ მიიღონ ბავშვის აღზრდის პროცესში ჯეროვანი გადაწყვეტილებები, ან ვერ გააკონტროლონ ხშირად საშიში იმპულსები. ნარკოტიკული საშუალებების ბოროტად მოხმარებას, ასევე შეიძლება მოჰყვეს ფიზიკური ძალადობა.

მკურნალობის გარეშე დატოვებული ფსიქიკური დაავადება. მშობლებს, რომლებსაც ანუხებთ დეპრესია, შფოთვითი აშლილობა, ბიპოლარული აშლილობა, ან სხვა ფსიქიკური დაავადება, შესაძლოა გაუჭირდეთ საკუთარი თავის მოვლა, რომ აღარაფერი ვთქვათ ბავშვების მოვლა-აღზრდაზე. ფსიქიკური აშლილობის მქონე, ან ტრავმა გადატანილი მშობელი შეიძლება დისტანცირდეს ბავშვებისაგან, გულჩათხრობილი იყოს, ან უეცრად ბრაზდებოდეს გაურკვეველი მიზეზით. მშობლისთვის/აღმზრდელისთვის ფსიქიკური ჯანმრთელობის და ფსიქოსოციალური დახმარების აღმოჩენა გულისხმობს და განაპირობებს ბავშვებისთვის უკეთესი პირობების შექმნას.

ბავშვის აღზრდის უნარ-ჩვევების ნაკლებობა. ზოგიერთ მშობელს/აღმზრდელს არასოდეს შეუსწავლია ბავშვის აღზრდისათვის აუცილებელი უნარ-ჩვევები. მაგალითად, მშობლების მოლოდინი იმის თაობაზე, თუ რამდენი მოვლა სჭირდებათ ახალშობილებს და პატარა ბავშვებს, შესაძლოა, არარეალური იყოს. ან მშობელს, რომელზეც ბავშვობაში ძალადობდნენ, შესაძლოა მიაჩნდეს, რომ ბავშვები თავადაც ამავე მეთოდებით უნდა აღზარდოს. მშობლებისთვის, ბავშვის აღზრდის შესახებ ცოდნის გადაცემა, თერაპია, და აღმზრდელთა მხარდაჭერის ჯგუფების შეთავაზება, შესანიშნავი რესურსია უკეთესი აღზრდის უნარ-ჩვევების შესაძენად.

სტრესი და მხარდაჭერის ნაკლებობა. ბავშვის აღზრდა, შესაძლოა, ძალიან დიდ დროს მოითხოვდეს და სტრესული იყოს, განსაკუთრებით, თუ ბავშვს მშობელი/მშობლები ოჯახის და მეგობრების დაუხმარებლად, ან მშობლების ურთიერთობაში პრობლემების ან ფინანსური სირთულეების პირობებში ზრდიან. ასევე რთულია შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე, განსაკუთრებული საჭიროებების მქონე, ან რთული ქცევის მქონე ბავშვის აღზრდა. მნიშვნელოვანია, მშობლებმა მიიღონ საჭირო მხარდაჭერა, რათა ემოციურად და ფიზიკურად შეძლონ ბავშვზე ზრუნვა და მისი მხარდაჭერა.



რჩევები ბავშვისათვის

გასაგებია, რომ ძალიან რთულია, როდესაც აქტიური ბავშვები, რომლებიც მანამდე გარეთ ატარებდნენ დროს, მეგობრებთან ერთად ერთობოდნენ, ახლა მშობლებთან ერთად არიან სახლში გამოკეტილები და მსოფლიოში მიმდინარე მოვლენებსა და ცვლილებებს აკვირდებიან. ამან შესაძლოა შფოთვა გამოიწვიოს და ოჯახში დამატებითი დაძაბულობა წარმოქმნას; ამ დროს მათთვის სასარგებლო იქნება სასულიერო პირების, ფსიქოლოგების, უფროსების, რომლებსაც ენდობიან, დახმარება. ბავშვებმა უნდა იცოდნენ, რომ ისინი მარტოები არ არიან, და რომ არსებობენ ადამიანები, რომლებიც მზად არიან მათ მოსასმენად და მხარდასაჭერად. ასევე კარგია, თუ ბავშვებს ეცოდინებათ, რომ მათაც შეუძლიათ დახმარება გაუწიონ ხანდაზმულებს - ბებია-ბაბუას, მეზობლებს და ნათესავებს, რომლებმაც, შესაძლოა, არ იცოდნენ, როგორ გამოიყენონ ტექნოლოგიები დანარჩენ სამყაროსთან ურთიერთობისათვის.

ბავშვებმა უნდა იცოდნენ, რომ მათ, ან მათი თანატოლების მიმართ ძალადობა მიუღებელია. ყველა ბავშვს აქვს უფლება აღიზარდოს მშვიდ და უსაფრთხო გარემოში. მათ მიმართ ძალადობა არასოდეს არის მათი ბრალი. დახმარებისთვის შეუძლიათ დარეკონ ცხელ ხაზზე - 116 006.

გთავაზობთ რამდენიმე რჩევას იზოლაციის პერიოდში ბავშვების პოზიტიური განწყობილების მაქსიმალურად შესანარჩუნებლად.

ვარჯიში - მართალია, ამ პერიოდში გადაადგილება შეზღუდულია, მაგრამ მნიშვნელოვანია ფიზიკური აქტივობის შენარჩუნება, არა მხოლოდ ორგანიზმისთვის, არამედ ფიზიკური ჯანმრთელობისთვისაც.

კარგი კვება და საკმარისი რაოდენობის სითხის მიღება - მნიშვნელოვანია დაბალანსებული კვება. სასურველია ბავშვების ჩართვა კერძების დაგეგმვასა და საჭმლის მომზადების პროცესში. დღის განმავლობაში ბავშვებმა ბევრი წყალი უნდა მიიღონ.

შემოქმედებითი აქტივობა - შეგიძლიათ დახატოთ, დაწეროთ, დაუკრათ ინსტრუმენტზე, ან ავტობუსი ააწყოთ მუყაოს ყუთებისგან, შეგიძლიათ მთელი არსებით გადაეშვათ შემოქმედებით აქტივობაში. არ იღელვოთ, თუ შემოქმედებითი პროცესის შედეგი შთამბეჭდავი არ გამოვა (თქვენი სურვილის მიუხედავად) - აქ მთავარი პროცესია.

ადამიანებთან ურთიერთობა - ეს ალბათ ყველაზე მნიშვნელოვანია. ადამიანისათვის ძალიან მნიშვნელოვანია ურთიერთობები, პანდემიის გამო კი, დისტანცირებულნი ვართ სხვა ადამიანებისაგან. უბრალოდ ერთ ფიზიკურ სივრცეში არყოფნა არ ნიშნავს, რომ შეუძლებელია სხვა გზებით ურთიერთობა. დაუთმეთ დრო ადამიანებთან ურთიერთობას.

თუ მაინც შფოთავთ - სცადეთ ზემოთ ჩამოთვლილი ყველა ხერხი და თუ არცერთი მათგანი არ გაამართლებს, მაშინ გააკეთეთ რაღაც ისეთი, რისი გაკონტროლებაც შეგიძლიათ. ჩამოწერეთ, რა გაღელვებთ - მაგალითად, დღიურში, შემდეგ კი გვერდზე გადადეთ.



ძალადობის შემთხვევების შესახებ შეტყობინება

როგორც კი შეიტყობთ ძალადობის სავარაუდო ან დადასტურებული შემთხვევის შესახებ ინფორმაციას, ურჩიეთ ინფორმაციის მომწოდებელს შეტყობინება გააკეთოს ცხელ ხაზზე, ან თავად გააკეთეთ ეს:

ბავშვის მიმართ ჩადენილი ძალადობის შესახებ შეტყობინება უნდა გაკეთდეს ცხელ ხაზზე: 116-006 (სახელმწიფო ზრუნვისა და ტრეფიკინგის მსხვერპლთა და დაზარალებულთა დახმარების სააგენტო, სსიპ). ამ ხაზზე დარეკვის შემთხვევაში, ძალადობის მსხვერპლ ბავშვებს და ქალებს შეუძლიათ მიიღონ სოციალური მუშაკის დახმარება, გადაუდებელ შემთხვევებში კი, მათ, შესაძლოა, უსაფრთხო თავშესაფრით სარგებლობაც შესთავაზონ.