

Contreras Z. (2016) Helping our children: a support group for children of domestic violence (tesi) <https://scholarworks.calstate.edu/downloads/dv13zx59r>

Ogni anno, si stima che tra 3,3 e 10 milioni di bambini siano esposti a violenza domestica nelle loro case (Herrenkohl et al, 2010). La ricerca dimostra che i bambini che sono stati esposti a violenza domestica possono sperimentare diverse reazioni emotive, comportamentali, fisiologiche e sociali per aver assistito a eventi traumatici. Assistere a violenza domestica può provocare rabbia, isolamento o sentimenti di auto-colpevolizzazione. I bambini possono avere difficoltà a dormire, a concentrarsi a scuola e a crescere in modo sano. Inoltre, i bambini che hanno assistito a violenza domestica possono avere difficoltà a creare o mantenere relazioni. Mentre i bambini che assistono a episodi di violenza domestica possono essere seguiti in terapia individuale, la partecipazione a un gruppo di supporto può normalizzare le emozioni che potrebbero provare, può aiutare i bambini a stabilire e mantenere amicizie e fornire sane strategie di coping e tecniche di gestione della rabbia.

Strength United, un centro di formazione clinica che offre terapia individuale e di gruppo, può utilizzare questo programma quando fornisce un trattamento a bambini che sono stati esposti a violenza. Il programma è composto da diciannove interventi. Il gruppo è suddiviso in dieci sessioni di un'ora e mezza settimanali. Il gruppo comprendeva bambini tra i 9 e i 12 anni, valutati prima dell'inizio del trattamento con il TSCC. L'ambiente era curato in modo da favorire il lavoro comune. Gli strumenti utilizzati comprendevano produzione artistica, gioco e metodi mutuati dalla TF-CBT.

Sessione 1: Introduzioni/Costruire un rapporto

La prima sessione si concentrerà sulla costruzione di un rapporto tra il terapeuta e i bambini, e tra tutti i membri del gruppo. La prima sessione servirà anche a definire lo scopo del gruppo e a fornire una breve psicoeducazione su cosa sia la terapia e perché i bambini siano lì. Yalom (2005) riferisce che tra le preoccupazioni della terapia di gruppo c'è la mancanza di riservatezza, pertanto i counselor dovranno stabilire le regole del gruppo e fornire una spiegazione semplice della riservatezza. Il counselor dovrà quindi spiegare il TSCC e distribuire le schede ai bambini. Una volta completate le valutazioni, il gruppo inizierà con un rompighiaccio a scelta del terapeuta. Il bambino compilerà quindi il modulo "Tutto su di me" fornito nel programma e gli verrà chiesto di condividere alcune delle sue risposte.

Sessione 2: Ciclo della violenza/Pianificazione della sicurezza

La seconda sessione dovrebbe continuare a costruire un rapporto e a incoraggiare la coesione del gruppo. I counselor dovrebbero esplorare i segnali d'allarme di un episodio di violenza domestica e fornire una psicoeducazione sul ciclo della violenza. Secondo il sito TF-CBT (2005), la psicoeducazione aiuta a chiarire informazioni inappropriate che i bambini potrebbero aver ricevuto dall'autore del reato o che potrebbero aver costruito da soli. Spiegare il ciclo della violenza contribuirà a ridurre parte della confusione relativa all'incoerenza a casa. Al bambino dovrebbe essere consegnato un opuscolo sul ciclo della violenza. Durante questa sessione, i counselor dovrebbero discutere la pianificazione della sicurezza e utilizzare il piano di sicurezza fornito per aiutare i bambini a pianificare un percorso di azione da intraprendere nel caso in cui la violenza si verifichi nuovamente. Murray et al. (2013) sostengono che la sicurezza sia una priorità nelle prime fasi del trattamento e una componente fondamentale della TF-CBT. Fornire ai bambini la tabella "Come mi sento oggi" per valutare l'andamento della sessione. I counselor dovrebbero concludere la sessione con la respirazione controllata.

Sessione 3: Miti vs. Fatti

La terza sessione dovrebbe consistere in una breve revisione del piano di sicurezza. Il counselor dovrebbe discutere gli opuscoli "Miti vs. Fatti" per i bambini. Il counselor dovrebbe coinvolgere i bambini in una discussione su questi opuscoli. Il counselor dovrebbe prestare particolare attenzione alle emozioni o alle distorsioni cognitive rivelate dai partecipanti. Il counselor dovrebbe quindi utilizzare il quiz sull'autostima fornito nel programma. Il counselor dovrebbe concludere la sessione con il rilassamento muscolare progressivo proposto negli opuscoli. Il sito TF-CBT (2005) sostiene che il rilassamento muscolare progressivo può aiutare i bambini a controllare la loro ansia.

Sessione 4: Plastilina

Il terapeuta dovrebbe fornire ai bambini della plastilina per stimolare i sensi mentre iniziano a interagire tra loro. Dovrebbero essere disponibili plastiline di diversi colori e ai bambini dovrebbe essere chiesto di scolpire qualcosa che riveli al resto del gruppo chi sono. Il terapeuta dovrebbe quindi porre domande sui colori scelti e sul perché il bambino abbia scelto di costruire quella scultura. Questo fornirà informazioni su ciò che è importante per il bambino. Se c'è abbastanza tempo dopo che tutti hanno condiviso, i bambini dovrebbero usare la plastilina per identificare le emozioni. Se i bambini incontrano difficoltà, può essere fornito un foglio informativo sulle emozioni. Il terapeuta dovrebbe quindi chiedere ai bambini quale emozione hanno rappresentato e quando si sono sentiti in quel modo.

Sessione 5: Disegno

Ai bambini verrà chiesto di disegnare se stessi e la propria famiglia e, utilizzando un quaderno di interpretazione/punteggio per l'arteterapia, il terapeuta valuterà i disegni. La valutazione aiuterà a fornire al terapeuta informazioni sulla percezione che il bambino ha di sé stesso e della propria famiglia. Aiuterà anche a identificare casi di abuso e paure che i bambini potrebbero avere. Il terapeuta coinvolgerà i bambini in una conversazione sui loro disegni e chiederà loro di condividerli. Il terapeuta identificherà eventuali emozioni negative rappresentate dai disegni dei bambini. I bambini compileranno quindi l'opuscolo sulla cura di sé fornito nel curriculum.

Sessione 6: Identificare la rabbia

Barker et al. (2008) sostengono che i bambini testimoni di episodi di violenza presentano livelli più elevati di aggressività, rabbia e ribellione nei confronti dei genitori. Durante questa sessione, i consulenti mirano a sviluppare le capacità di coping che i bambini possono utilizzare quando si sentono arrabbiati. Il consulente inizierà chiedendo ai bambini se sanno cos'è la rabbia e come sanno che qualcuno è arrabbiato. Ai bambini verrà poi chiesto di fornire esempi di cosa fanno quando sono arrabbiati. Il consulente procederà quindi a leggere ai bambini "La mucca lunatica" o chiederà a dei volontari di leggere la storia. "La mucca lunatica" aiuterà i bambini a identificare ed esprimere i sentimenti di rabbia e fornirà un'attività che i bambini possono utilizzare per gestirla. Il consulente dovrebbe avere tutto il materiale pronto per il bambino e incoraggiarlo a mettere i pensieri di rabbia, rappresentati da brillantini, in un barattolo.

Sessione 7: Palline antistress

La ricerca dimostra che gli effetti dell'esposizione alla violenza domestica nei bambini includono ansia e depressione (Israel e Stover, 2009). In questa sessione, i consulenti discuteranno di ansia con i bambini e chiederanno se manifestano mai sintomi di ansia. I consulenti dovrebbero incoraggiare i bambini a discutere di come l'ansia giochi un ruolo nella loro vita quotidiana e se ci sono momenti in cui sono in grado di superarla. I consulenti dovrebbero quindi rivedere le strategie di coping che i bambini hanno imparato finora e introdurre le palline antistress. Le palline antistress possono essere utilizzate quando il bambino si sente arrabbiato o ansioso per problemi quotidiani. Tutto il materiale deve essere pronto prima dell'inizio della sessione.

Sessione 8: Risoluzione dei conflitti

L'ottava sessione si concentrerà sulla risoluzione dei conflitti. Secondo la Domestic Violence Roundtable (2008), i bambini che crescono osservando gli abusi sulle proprie madri crescono con un modello di relazioni intime in cui una persona usa l'intimidazione e la violenza sull'altra per ottenere ciò che vuole. A causa della mancanza di buoni modelli di riferimento, i bambini hanno difficoltà a costruire relazioni significative. In questa sessione, i consulenti dovrebbero consentire ai bambini di generalizzare gli attributi positivi della risoluzione dei conflitti alla loro vita scolastica e ad altri ambiti. Esempio: evitare i conflitti a casa, portando alla resilienza e alla capacità di evitare le discussioni a scuola. I consulenti discuteranno quindi di risoluzione dei conflitti e forniranno dei pupazzi che i bambini possono usare per simulare i ruoli. I consulenti incoraggeranno i bambini a simulare la risoluzione dei conflitti e loderanno i progressi dei bambini.

Sessione 9: Autostima

Fantuzzo e Mohr (1999) indicano che i bambini che assistono a violenza domestica hanno anche sentimenti di auto-colpevolizzazione e che l'esposizione alla violenza domestica è stata collegata a una diminuzione dell'immagine di sé e dell'autostima. Questa sessione mira ad aumentare un'immagine positiva

di sé. Nella nona sessione, al bambino vengono forniti tre fogli di carta e matite colorate. Su un foglio di carta, i bambini vengono invitati a disegnare o scrivere come si vedono, sull'altro foglio di carta viene chiesto loro di disegnare come li vede il mondo e sull'ultimo foglio di carta viene chiesto loro di scrivere o disegnare come vorrebbero essere visti/vedere se stessi. Il terapeuta dovrebbe quindi fare il giro della stanza e chiedere a ogni membro di condividere i propri disegni. Il terapeuta può mettere in discussione eventuali convinzioni negative del bambino e incoraggiare ogni membro a dire qualcosa di carino su di lui per migliorare la propria immagine di sé. Fantuzzo e Mohr (1999) indicano che i bambini che assistono a violenza domestica hanno anche sentimenti di auto-colpevolizzazione e che l'esposizione alla violenza domestica è stata collegata a una diminuzione dell'immagine di sé e dell'autostima. Questa sessione mira ad aumentare l'immagine positiva di sé.

Sessione 10: Mantenimento/Termine

Nell'ultima sessione, i counselor dovrebbero esplorare i sentimenti relativi alla conclusione del gruppo e discutere di come i bambini manterranno le strategie di coping sviluppate nel gruppo. Si esaminerà il piano di sicurezza. Durante l'ultima sessione verrà utilizzato un intervento del programma Windows Between Worlds. I bambini creeranno delle farfalle in viaggio e il counselor leggerà la storia di accompagnamento. I bambini diranno poi cosa si portano via dall'esperienza fatta in gruppo. I bambini dovranno anche completare il loro TSCC nell'ultima sessione.

Conclusione

La violenza domestica è un problema che colpisce non solo la persona direttamente vittima degli abusi, ma anche i bambini in casa e gli altri membri della famiglia. Un numero crescente di bambini è esposto alla violenza e non cerca un trattamento per gli eventi traumatici. Ricercare i problemi che i bambini esposti alla violenza domestica devono affrontare è stata un'esperienza che fa riflettere e un po' triste. Ha evidenziato la necessità di interventi che i consulenti possono utilizzare con i bambini. L'idea di inserire questi interventi in un contesto di gruppo e creare un curriculum di gruppo è stata ispirata dal gruppo di supporto per la violenza domestica. I membri del gruppo sono stati in grado di legare e creare amicizie al di fuori del gruppo, e i bambini che spesso provano vergogna, senso di colpa e stigma a causa della violenza domestica meritano la stessa opportunità.

Lavorare sia con donne che con bambini esposti a violenza domestica è stata un'esperienza inestimabile. Avere l'opportunità di lavorare con sopravvissute a traumi e implementare interventi che funzionano e suscitano cambiamenti evidenti è stato straordinario. La dedizione di tutti i consulenti e del personale che lavora presso Strength United è fonte di ispirazione e ha contribuito in larga misura alla motivazione di questo progetto. Il progetto è anche ispirato dai clienti che ci hanno concesso l'opportunità di lavorare con loro, che si sono aperti e hanno condiviso le loro esperienze e che hanno scelto di fare il primo passo verso la guarigione: è stato davvero un piacere. Sebbene il curriculum sia stato un lungo processo, è stato un piacere dedicare tempo e impegno alla costruzione di un gruppo che possa essere di beneficio per i bambini che hanno vissuto eventi traumatici.

Incoraggio altri professionisti della salute mentale a considerare l'implementazione di questo curriculum quando lavorano con bambini che hanno assistito a violenze in famiglia. I bambini sono vulnerabili alla violenza domestica e spesso la interiorizzano, credendo che sia in qualche modo colpa loro. Questo curriculum ha lo scopo di aumentare l'autostima, sviluppare capacità di adattamento e migliorare le relazioni interpersonali. Speriamo che questo aiuti i bambini ad affrontare ciò che hanno vissuto.

Da pagina 66 a 91 sono accessibili gli strumenti utilizzati nel gruppo.