

Interviu cu psihologa Mariana Tremasov: Rolul consilierii psihologice în instituțiile de învățământ

Astăzi facem cunoștință cu Mariana Tremasov, o tânără psihologă din Chișinău care activează în cadrul Colegiului „Alexei Mateevici” din orașul Chișinău de mai bine de 6 ani. Mariana ne vorbește despre rolul crucial al consilierii psihologice în instituțiile de învățământ și impactul acesteia asupra bunăstării sănătății emoționale echilibrate și asupra prevenirii sau combaterii violenței în familiile elevilor și elevelor.



În calitate de psihologă al unei instituții de învățământ, cum explicați fenomenul violenței domestice?

Este un fenomen care mă sensibilizează. Cazurile sunt tot mai multe și situațiile tot mai diferite. În urma oricărui caz ajung la concluzia că o influență foarte mare asupra formării personalității, a stării de bine a elevilor și elevelor, o are familia. Stilul de educație al multor părinți este încă cel autoritar, bazat pe violență. În primul rând este vorba de modelele pe care le-au văzut și le-au învățat de la părinții lor, modele care ar putea să fie transmise din generație în generație. Copiii văd în familie și continuă pe aceeași notă, fie în mod conștient sau inconștient. Un alt factor care dezvoltă agresivitatea este consumul de alcool. Și lipsa banilor dezvoltă grave probleme într-o familie. Utilizarea exagerată a tehnologiilor la o vârstă foarte mică, inhibă controlul voinței, gestionarea emoțională nu are loc și dezvoltă agresivitatea.

Ce poate face un psiholog/o psihologă, ca să schimbe aceste percepții?

Pedagogii care vorbesc elevilor despre caracteristicile unei relații armonioase, fenomenul violenței și stările firești prin care trec persoanele aflate în stare de criză, au capacitatea să-i sensibilizeze și-au chiar să le schimbe acestora percepțiile. Eu desfășor activități cu elevii și elevele unde abordez aceste subiecte de fiecare dată când am ocazia. La fiecare sfârșit de semestru organizez o ședință cu părinții elevilor din anul I pentru a discuta despre nivelul de adaptare al tinerilor și tinerelor și pentru a le reaminti faptul că familia stă la baza personalității fiecăruia dintre noi. Atunci când organizez activități încerc, în primul rând, să cresc încrederea în mine în calitate de psihologă și specialistă. Odată ce aceștia au încredere, vor ști că se pot adresa oricând la mine și au pe cine conta.

De-a lungul carierei dvs., au existat cazuri de violență domestică unde ați fost nevoită să interveniți?

A existat un caz care m-a marcat. Este vorba despre două surori din Chișinău. Eram diriginta grupei. Când am descoperit problema, ele aveau 17 ani. Aveau niște reguli pe care erau obligate să le respecte în familie. La nivel de comportament îmi dădeam seama că există ceva în neregulă. Elevele învățau foarte bine, niciodată nu au intrat în conflicte cu colegii/colegele, dar erau inhibitate și retrase. În urma unei discuții, am aflat de la aceste surori că se confruntă cu mai multe probleme în familie și că le sunt încălcate drepturile fundamentale. Actele, împreună cu cardul bancar pe care primeau bursa, le erau luate de către mamă, iar acasă, pe frigider, exista o listă

cu pedepse în cazul în care regulile mamei nu erau îndeplinite. Fetele au fost adesea supuse violenței din partea mamei. Cu tatăl însă, se simteau în siguranță, dar din păcate nu aveau ocazia să petreacă mai mult timp cu el pentru că lucra mult pentru a întreține familia, mama fiind în concediu de maternitate. Având în considerare mai multe detalii pe care mi le-au povestit elevele, am înțeles că mama acestora se confruntă cu dereglări psihice. Le-am îndemnat să facă poze după ce erau agresate fizic, să fotografieze lista de pedepse afișată pe frigider și locul unde dormeau fetele - bucătăria. În tot acest timp le-am oferit consiliere.

Ce le-a determinat pe fete să vorbească?

Temele pe care le-am abordat în cadrul unei lecții le-a sensibilizat. Am discutat despre consilierea familială și stările unei persoane care trece printr-o situație de criză și ce ar putea să se întâmple dacă situația continuă; despre psihopedagogia familiei, factorii care contribuie la o relație armonioasă, dar și factorii distrugători, comportamentele care duc la relații nesănătoase între membrii unei familii. Atunci am discutat inclusiv despre fenomenul violenței.

Care sunt pașii parcurși în a documenta cazul, în a interveni și a ajuta victimele?

În primul rând am discutat cu profesoara din colegiu care predă lecții de juridică. Am fost orientată către Direcția Generală pentru Protecția Drepturilor Copilului, dar îmi era frică de faptul că fetele ar putea renunța la declarații, pentru că se simteau victimizate. Am apelat la Centrul de Drept al Femeilor. Am mers și la A.O. Institutul pentru Familie și Inițiative Sociale, unde fetele au și fost primite la ședințe de terapie. Am aranjat și orarul ședințelor ca să corespundă cu cel al studiilor ca să nu fie suspectate de către mamă. După o perioadă destul de scurtă, am observat o schimbare a modului în care adolescentele gândesc. Au devenit mult mai încrezute în forțele proprii, mai independente și aveau mai mult curaj. Atunci când au împlinit 18 ani, treptat, timp de câteva zile, și-au adunat lucrurile, iar într-o zi nu s-au mai întors acasă, trecând cu traiul la un centru de plasament. În seara ceea am

fost telefonată de către mamă, care mi-a spus că fetele nu au venit acasă de la colegiu și am fost amenințată de către aceasta.

Cum a evoluat situația acestor fete pe care le-ați ajutat să iasă dintr-un mediu vicios?

Sunt deja trei ani de când au plecat de acasă. Au stat o perioadă la un centru de plasament, ulterior au fost transferate la alt centru. Între timp s-au angajat și stau la chirie. La părinți nu s-au mai întors. Au mai încercat să discute cu tatăl lor, el evită să interacționeze cu ele. Atunci când fetele propun mamei să îi viziteze, aceasta le răspunde că nu mai are nevoie de ele.



Ce recomandări aveți pentru psihologi și psihologe care activează în instituții de învățământ?

În primul rând să le placă meseria. Sunt multe provocări care îi pot determina să renunțe, însă nu ar trebui să le fie frică să ceară ajutor atunci când au nevoie. Există organizații care oferă sprijin în diverse probleme și persoane care se implică cu toată dăruirea. Și noi, în calitate de psihologi/psihologe, avem nevoie de mai multe instruiri pentru a putea face față momentelor în care oferim consiliere victimelor violenței în familie. Încurajez psihologii să organizeze mai multe activități privind comportamentele disfuncționale și să implice cât mai des elevii și elevele în discuții pentru a-i motiva să vorbească despre problemele cu care se confruntă.

În cadrul colegiului unde activați a fost recent implementat un proiect pilot privind testarea ochelarilor de realitate virtuală (VR). Spune-ne despre utilitatea instrumentului VR în discuțiile care au avut loc cu tinerii?

Avantajul instrumentului de Realitate Virtuală (VR) constă în primul rând în aspectul digital, care este în interesul și pe placul tinerilor și tinerelor. Dacă e să vorbim despre utilitate, consider foarte benefică posibilitatea de a înrola (in)direct elevii și elevele într-un scenariu anumit și de a le arăta care sunt potențialele consecințe ale unui comportament neadecvat și violent în raport cu alți colegi și colege, dar și cum să manifeste o atitudine empatică față de evenimentele la care sunt martori sau martore.

În anul 2020, autoritățile au fost sesizate în aproximativ 13 mii de cazuri de violență în familie (cu peste o mie de cazuri mai multe decât au fost raportate în anul 2019 și cu aproape 2000 de cazuri mai multe comparativ cu anul 2018. Aceste date sunt prezentate în studiul „Evaluarea răspunsului sistemului de justiție penală la cazurile de violență în familie”.

Toate femeile și fetele au dreptul la o viață fără violență în familie! Raportează cazurile de violență despre care cunoști la numărul unic de urgență **112 sau la Telefonul de Încredere pentru Femei și Fete **0 8008 8008**.**

Ce sfaturi aveți pentru femeile și fetele care nu îndrăznesc să vorbească despre faptul că sunt victime ale violenței?

Să nu-și piardă speranța, să acționeze și să solicite ajutor. Există, și cu siguranță o să găsească, acea persoană, organizație sau centru de plasament care o să le sporească încrederea de a vorbi despre acest fenomen prezent în viețile lor. Datoria noastră este să susținem femeile care trec prin astfel de situații, să le îndrumăm și să raportăm cazurile de violență autorităților competente.

