

## Мифы и факты о жестоком обращении с детьми

**Миф № 1:** Жестокое обращение – это только когда родители избивают ребенка.

**Факт:** Физическое насилие является лишь одним из видов жестокого обращения с детьми. Пренебрежение и эмоциональное насилие могут быть столь же разрушительными для ребенка, а их меньшая заметность – значительно снижает шанс вмешательства в ситуацию третьих лиц и выявления проблемы.

**Миф № 2:** Только плохие люди жестоко обращаются со своими детьми.

**Факт:** Несмотря на кажущуюся очевидность такого мнения, мир все же не делится на «черное» и «белое». Не все эти родители вредят своим детям намеренно. Многие из них сами стали жертвами насилия в детстве, и просто копируют эту модель поведения на своих детях. Другие страдают от психических заболеваний, или от наркотической зависимости.

**Миф № 3:** Жестокое обращение с детьми никогда не случается в «хороших» семьях.

**Факт:** Жестокое обращение с детьми случается не только в бедных семьях или плохих районах. Эта проблема лежит вне расовых, экономических или культурных границ. Есть некоторые семьи, кажущиеся всем образцовыми, однако за дверями их домов скрываются очень неприглядные вещи.

**Миф № 4:** Большинство детей страдает от рук незнакомцев.

**Факт:** Насилие со стороны незнакомых людей случается, однако в большинстве случаев агрессором является член семьи или ближайший друг семьи.

**Миф № 5:** Из детей, подвергшихся жестокому обращению, всегда вырастают жестокие люди.

**Факт:** Да, эти дети находятся в группе [риска](#), и нередко бессознательно воспроизводят модель жестокого поведения на собственных детях. С другой стороны, многие взрослые, пережившие жестокое обращение в свой адрес, имеют очень сильную мотивацию уберечь собственных детей от того, через что прошли они сами, и потому становятся отличными родителями.

## Последствия жестокого обращения с детьми

Все виды жестокого обращения с детьми наносят глубокие шрамы. Некоторые из этих шрамов могут быть физическими, но эмоциональные

травмы не менее важны, они имеют долгосрочные последствия, влияют на всю оставшуюся жизнь, нарушают душевное здоровье ребенка, искажают самосознание, подавляют способность иметь здоровые отношения с другими людьми, способность нормально функционировать дома, в школе или на работе.

### **Некоторые последствия жестокого обращения:**

Отсутствие доверия окружающим, трудности построения отношений с окружающими. Если вы не можете доверять собственным родителям, кому вообще вы можете доверять? Насилие со стороны родителей потрясает само основание будущих межличностных отношений. Если отсутствует базис родительской любви, доверия, уважения – то крайне сложно научиться доверять другим людям, или даже понять, кто из них заслуживает доверия. Это может привести к страху перед отношениями или привязанностями, из-за опасений подвергнуться строгому контролю или насилию. Это также может привести к нездоровым отношениям, просто из-за отсутствия опыта нормальных межличностных отношений.

Основополагающие чувства обесцениваются или искажаются. Если ребенку не говорили в детстве снова и снова, что он умница, что он красив, ловок, силен, любим и все на свете сможет – позже ему крайне сложно поверить в это. Такой человек склонен к чрезвычайно низкой самооценке, он не стремится получить хорошее образование, он соглашается на низкооплачиваемую работу, потому что не верит, что может что-то большее или стоит чего-то. Особенно глубоки психические травмы у детей, перенесших сексуальное насилие: ярмо стыда, неуверенности в себе и недоверия окружающим – преследует таких людей до старости.

Проблемы с выражением эмоций. Дети, подвергшиеся хроническому насилию, не имели возможности безопасно выражать свои эмоции. В результате, эмоции искажались самым нелепым образом. Став взрослыми, эти люди испытывают приступы необъяснимой тревоги, депрессии или гнева. Чтобы подавить в себе эти тягостные ощущения они нередко прибегают к алкоголю или наркотикам.

### **Виды жестокого обращения с детьми**

Есть несколько видов жестокого обращения с детьми, но основным элементом, который объединяет их, является негативное эмоциональное воздействие на ребенка. Дети нуждаются в предсказуемости, структуре,

четких границах; им нужно быть уверенными в том, что родителям крайне важна их безопасность. Однако в неблагополучных семьях дети никогда не могут предсказать действия своих родителей. Мир этих детей непредсказуем, это страшное место без правил. Что сейчас случится: дадут ли ему пощечину, строго закричат, проигнорируют его? Будет ли ужин сегодня на столе? Эта неопределенность разрушает до основания ощущение безопасности у ребенка, и дает взамен чувство неопределенности и одиночества.

### **Эмоциональное насилие над ребенком**

Палки и камни могут сломать кости, но и слова способны причинить не меньшую боль. Эмоциональное насилие может серьезно повреждать психическое здоровье ребенка, нарушать его социальное развитие, и последствия таких психологических травм могут отравлять жизнь этому человеку до самой старости. Примеры эмоционального насилия над детьми, включают:

Постоянные унижения, порицание и упреки в сторону ребенка.

Постоянное негативное сравнение с другими детьми.

Убеждение ребенка в том, что в нем нет ничего хорошего, что он «ничего не стоит», что он «плохой», что он является «обузой» или «ошибкой» родителей.

Частые крики, угрозы или запугивание ребенка.

Игнорирование ребенка ради наказания, или из чувства отвращения у нему.

Ограничение физического контакта с ребенком: лишение его объятий, поцелуев, или других проявления родительской любви.

Проявление насилия при ребенке в отношении супруга, братьев или сестер, домашних животных.

### **Невыполнение базовых родительских обязанностей**

Детская безнадзорность – крайне распространенный тип жестокого обращения с детьми. Она заключается в невыполнении родителями самых базовых функций, таких как достаточное питание ребенка, одежда, средства гигиены, или родительская забота. Детская безнадзорность не всегда очевидна. Иногда родитель может внезапно потерять способность ухаживать за ребенком, из-за серьезной травмы, депрессии или тревоги. Но чаще всего безнадзорность и оставление ребенка в опасности связано с злоупотреблением алкоголем или наркотическими препаратами.

Дети старшего возраста могут не показывать посторонним людям признаки безнадзорности, они иногда берут на себя функции заботы о родителях. Но их собственные физические и эмоциональные потребности остаются неудовлетворенными.

### **Физическое насилие над ребенком**

Физическим насилием называется нанесение телесных повреждений, травм ребенку. Это может быть как результатом преднамеренной попытки причинить вред ребенку, так и непроизвольным последствием безудержного гнева. Это также может являться результатом суровой дисциплины; таких методов, как порка ремнем, или других телесных наказаний, которые являются неуместными ввиду возраста ребенка или его физического состояния.

Многие родители и опекуны, применяющие физическое насилие в отношении детей, настаивают, что их действия являются лишь формой дисциплины, что они таким способом воспитывают ребенка. Однако есть четкая граница между использованием физического наказания ради дисциплины и физическим насилием над ребенком: воспитание ребенка, обучение его отличать добро от зла – не должно сопровождаться хроническим страхом.

#### ***Различия между физическим насилием и строгой дисциплиной***

*Физическое насилие, в отличие от физического наказания, содержит следующие элементы:*

***Непредсказуемость.*** Ребенок никогда не знает, что спровоцирует физическое наказание и гнев родителя. В семье нет четких границ или правил. Ребенок вынужден постоянно пребывать в страхе, поскольку не уверен, что следующее его действие не спровоцирует родителя на побои.

***Зависимость от степени гнева.*** Тяжесть физического наказания зависит от степени гнева и мотивируется желанием утвердить контроль, а вовсе не соотносится со степенью проступка, не вызвана мотивацией любви и обучения ребенка. Чем злее сегодня родитель, тем сильнее тяжесть побоев – родитель словно вымещает свою злобу через рукоприкладство.

***Использование страха, как регулятора поведения.*** Родители, которые используют физическое насилие, считают, что их дети должны бояться их. Они целенаправленно держат ребенка в страхе, чтобы он «не распоясался», и часто применяют для этого побои. Однако на самом деле они учат ребенка лишь тому, как избегать ударов и побоев, а вовсе не тому, как

*правильно следует себя вести, или в какую сторону следует развиваться их личности.*

### **Сексуальное насилие над ребенком: скрытый вид насилия**

Сексуальное насилие над ребенком является самой трудной формой жестокого обращения, это связано с тем, что оно спрятано под толстым слоем тайны, вины и стыда. Важно понимать, что сексуальное насилие не всегда связано с генитальным контактом. Занятие сексом на глазах у ребенка, демонстрация ему сексуального материала, рассматривание гениталий ребенка без телесного контакта или съемки детской эротики или порнографии – также являются формами сексуального насилия.

Когда в газетах или по телевидению рассказывают о сексуальном маньяке, педофиле, похищавшем и насилувавшем детей – мы чувствуем справедливый гнев и ненависть. Но вы должны понимать, что обычно сексуальное насилие происходит совсем не так. Гораздо чаще опасность исходит от близкого родственника или друга семьи, от кого-то, с кем ребенок хорошо знаком, и кому он вполне доверяет. Такому виду насилия подвергаются далеко не только девочки-подростки. Мальчики и девочки независимо от возраста, могут подвергнуться сексуальному насилию взрослого человека. Дети упорно скрывают случаи сексуального насилия над собой, из-за стыда, чувства вины, страха наказания и насмешек.

### **Проблема наличия стыда и вины у детей, подвергшихся сексуальным надругательствам**

Помимо физических повреждений, которые могут быть вызваны сексуальным насилием, эмоциональная составляющая вызывает мощную травму с далеко идущими последствиями. Дети, подвергшиеся сексуальному насилию, мучаются от чувства стыда и вины. Они очень часто считают себя виноватыми в случившемся, считают, что сами спровоцировали взрослого, и недооценивают его вину. Это может спровоцировать у ребенка сильнейшую ненависть к себе, и серьезные сексуальные проблемы с возрастом; может привести к чрезмерной распушенности, или напротив – неспособности иметь интимные отношения.

Стыд от пережитого сексуального насилия очень мешает гармоничному развитию ребенка. Такие дети испытывают массу тревог: они волнуются, что другие дети не поверят им, будет злиться на них, дразнить их; они боятся, что рассказав о происшедшем, они спровоцируют развод родителей. Из-за этих всех этих препятствий ложные обвинения от ребенка в

сексуальном насилии, совершенном в отношении его – являются чрезвычайно редкими, поэтому если ребенок сообщил вам об этом – не вздумайте проигнорировать это заявление!

### **Признаки жестокого обращения с детьми**

Чем раньше удастся прекратить жестокое обращение с ребенком, тем больше у него шансов на [выздоровление](#). Жестокое обращение с детьми не всегда очевидно. Однако заметив некоторые косвенные признаки жестокого обращения с ребенком, вы сможете выявить проблему и попытаться защитить ребенка от обидчика.

Разумеется, наличие таких симптомов само по себе не является неоспоримым доказательством того, что ребенок подвергается жестокому обращению. Но эти симптомы заставят вас насторожиться и присмотреться внимательнее к этой семье.

#### Симптомы эмоционального насилия у ребенка:

Чрезмерная боязливость, тревога, сомнение или беспокойство о том, что он делает что-то неправильно.

Вычурные крайности в поведении (слишком податливый, или слишком требовательный; чрезмерная пассивность, или напористая агрессия).

Отсутствие привязанности к родителю или опекуну.

Слишком взрослое поведение (забота о других детях) или слишком инфантильное поведение (раскачивание, сосание пальца, закатывание истерик).

#### Симптомы физического насилия у ребенка:

Частые травмы или необъяснимые синяки, рубцы, или порезы.

Ребенок находится всегда «настороже», словно должно случиться что-то плохое.

У травм ребенка явный насильственный «почерк», например ровный след от ремня, или следы от кулака.

Ребенок уклоняется от прикосновений, вздрагивает при резких движениях, боится идти домой.

Носит несоответствующую ситуации одежду ради маскировки травм, например рубашку с длинными рукавами в жаркий день.

#### Симптомы безнадзорности у ребенка

Неподходящая погоде, ситуации; или грязная одежда.

Постоянно низкий уровень [личной гигиены](#) (запах пота, спутанные невымытые волосы и тд).

Физические травмы или болезни, по поводу которых отсутствует адекватное лечение.

Ребенок часто находится без присмотра, или играет в опасных местах, или занимается опасными для жизни и здоровья играми.

Часто опаздывает или прогуливает школу.

#### Предупреждение признаки сексуального насилия у детей

Проблемы при сидении или ходьбе.

Демонстрирует избыточные познания или чрезмерный интерес к теме секса, неуместный в этом возрасте, или даже пытается вести себя соблазнительно.

Прилагает большие усилия, чтобы избежать встречи с конкретным человеком, без видимой на то причины.

Не хочет переодеваться в присутствии взрослого, хотя раньше это не было проблемой; избегает физического контакта (например, объятий).

Инфекции, передающиеся половым путем, или [беременность](#), особенно в возрасте до 14 лет.

Побеги из дома.

#### **Факторы риска жестокого обращения с детьми**

Несмотря на то, что жестокое обращение с детьми встречается во всех семьях, даже тех, которые выглядят очень благополучными для окружающих, все же есть некоторые обстоятельства, увеличивающие риск жестокого обращения с детьми.

**Насилие в семье.** Насилие в семье, происходящее на глазах ребенка, является сильнейшим травмирующим фактором само по себе. Даже если мать делает все возможное, чтобы защитить своих детей от насилия, даже если отец не трогает детей никогда, но регулярно избивает мать - ситуация от этого не становится менее разрушительной. Если супруг начал регулярно избивать жену – лучшим способом защиты детей является разрыв такого брака.

**Алкоголь и наркомания.** Жизнь в семье с [алкоголиком](#) или наркоманом – трудное испытание для детей, и в любой момент может легко привести к жестокому обращению и безнадзорности. Пьяные родители не в состоянии заботиться о своих детях, принимать правильные родительские решения и контролировать свои, часто опасные, импульсы. Злоупотребление психоактивными веществами также зачастую приводит к физическому насилию.

### **Психическое заболевание члена семьи без адекватного лечения.**

Родители, которые страдают от [депрессии](#), тревожных расстройств, биполярных расстройств или других психических заболеваний не всегда могут позаботиться о самих себе, тем более о своих детях. Психически больной родитель часто бросает своих детей без присмотра, или быстро вспыскивает беспричинным гневом. Адекватное лечение психического заболевания нередко позволяет избежать этих явлений и улучшает качество заботы о детях.

**Отсутствие навыков воспитания детей.** Некоторые родители не имеют самых базовых навыков ухода за ребенком и его воспитания. Например, родители-подростки могут иметь нереалистичные представления о том, что требуется для ухода за маленькими детьми. Или родители, которые сами были жертвами жестокого обращения в детстве, просто не представляют, что собственных детей можно воспитывать как-то иначе. В таких случаях школа родителей, психотерапия и группы поддержки родителей – способствуют приобретению необходимых родительских навыков.

**Стресс и отсутствие поддержки.** Воспитание ребенка – это серьезный труд, особенно если это приходится делать в одиночку, без поддержки со стороны семьи, друзей или общества; особенно если родитель испытывает серьезные финансовые трудности. Уход за ребенком с инвалидностью, особыми потребностями в уходе, или со сложностями в поведении - также является серьезной проблемой. Крайне важно получать эмоциональную и физическую поддержку в таких ситуациях.

### **Распознать неподобающее поведение в самом себе**

Что делать, если вы вдруг узнали в описанных ситуациях своего ребенка, что делать, если вы и есть этот агрессор? Вы хотите это исправить? Вы чувствуете гнев, разочарование, и не знаете куда обратиться? Воспитание детей является одной из величайших жизненных проблем, и может вызывать гнев и разочарование у людей с самым закаленным характером. Если вы выросли в семье, где ругань, крик или физическое насилие было нормой, вы можете просто не знать других способов воспитания своих детей.

Признание наличия своей проблемы является крупнейшим шагом к получению помощи. Если вы сами подвергались жестокому обращению, вы знаете как трудно сейчас вашим детям. Возможно, на вас накладывали несправедливые и жестокие наказания, а мать была слишком пьяна, чтобы



приготовить ужин. Возможно, для ваших родителей было в порядке вещей обзывать вас глупцом, неуклюжим тюфяком или никчемным ребенком. Возможно, ваш отец регулярно избивал мать у вас на глазах.

Мы – взрослые, и у нас есть возможность обернуться назад. Мы можем осознавать и справлять ситуацию. Перечитайте разделы выше, и подумайте, что из этого вы совершаете? Что из этого вы пережили сами, когда были ребенком? Ниже приведен список симптомов, указывающих на то, что вы пересекли линию добра и зла, и поступаете со своими детьми жестоко и неподобающе.

### **Как узнать, что Вы сами пересекли черту?**

*Вы не можете остановить свой гнев. Вы иногда трясете ребенка, или швыряете его. Вы кричите на него во всю глотку, и не можете остановить себя.*

*Вы чувствуете эмоциональную отрешенность от своего ребенка. Вы нередко чувствуете себя настолько перегруженным, что у Вас нет никакого желания заниматься ребенком. День идет за днем, и вы просто хотите, чтобы в доме была тишина, чтобы ребенок просто оставил вас в покое.*

*Удовлетворение повседневных потребностей вашего ребенка кажется вам невозможным. Если у вас не получается ежедневно пеленать ребенка, кормить или отводить в школу – это признак того, что ситуация выходит из под контроля.*

*Другие люди выражают озабоченность ситуацией в вашей семье. Это может вызывать у вас гнев в отношении их, вы можете считать, что это не их дело. Возможно, вы правы. И все же, внимательно обдумайте то, что они говорят. Не являются ли их претензии справедливыми?*

### **Как разорвать порочный круг жестокого обращения с детьми?**

Если вы подверглись жестокому обращению в детстве, то с появлением собственных детей может вызвать у вас забытые воспоминания и чувства. Это может случиться сразу после родов, или гораздо позднее. Вы можете быть шокированы или подавлены тем, что не способны более контролировать свой гнев. Однако знайте, вы можете изучить новые способы управления своими эмоциями и сломать старые порочные шаблоны.

Помните, что вы - самый важный человек в мире вашего ребенка. Это серьезная причина, чтобы измениться, и вы не будете одиноки на этом пути – вам доступны помощь и поддержка.

### **Несколько советов**

**Узнайте, что является нормой в каждом возрасте ребенка, а что нет.** Читайте книги по воспитанию детей. Если вы будете обладать верными знаниями, то не будете требовать невозможного от своего ребенка, и это поможет вам избежать разочарования и гнева на обычное поведение ребенка. Например, новорожденные вовсе не должны спать всю ночь без еды, а малыши совсем не собираются спокойно сидеть на одном месте долгое время.

**Осваивайте новые родительские навыки.** Мало сдерживать негативные эмоции, мало знать, как не следует поступать – крайне важно знать, что следует делать вместо всего этого. Начните с изучения правильных методов воспитания, и установления четких правил и границ для ваших детей. Классы для родителей, книги и семинары являются лишь некоторыми способами получения этой информации и этих навыков. Вы также можете обратиться за помощью к другим родителям, нередко именно от них можно получить удивительно простые и действенные советы и рекомендации.

**Позаботьтесь о себе.** Если вы сами не получаете достаточного отдыха и поддержки, или чувствуете себя разбитым и усталым, то вы гораздо легче сможете поддаться гневу. Недосыпание, столь частое среди родителей маленьких детей, делает вас более раздражительным и уставшим – а это именно то, чего вы пытаетесь избежать.

**Получите профессиональную помощь.** Разорвать круг семейного насилия может быть очень трудно. Если вы не можете остановить себя, несмотря на все усилия – знайте, пришло время обратиться за помощью к профессионалам. Это психотерапия, школа родителей или консультация психиатра. Это иногда нелегко осознать и нелегко сделать. Соберите волю в кулак и сделайте это, наградой вам будет благодарность и любовь собственных детей.

**Узнайте, как можно контролировать свои эмоции.** Первый шаг к достижению этого контроля – осознание того, что негативные эмоции существуют. Если Вы сами подверглись жестокому обращению в детстве, то у вас могут быть серьезные трудности со спектром эмоций. Будучи ребенком, Вы, возможно, отрицали или подавляли их, и теперь они выплескиваются без вашего контроля.

## **Как помочь чужому ребенку, если вы заметили, что он подвергается жестокому обращению в семье?**

Что нужно делать, если у вас есть основания подозревать, что какой-то конкретный ребенок подвергается жестокому обращению в своей семье? Как вы можете повлиять на ситуацию? Или как реагировать, если ребенок напрямую обратился к вам за помощью и защитой от этой ситуации? Вы можете быть растеряны или подавлены, столкнувшись с такой ситуацией, и это совершенно нормально. Жестокое обращение с детьми – крайне сложная тема, ее очень трудно осознать и еще труднее изменить.

Однако, вам следует помнить, что если у вас получится остановить жестокое обращение с ребенком – вы сможете круто изменить его дальнейшую судьбу в положительную сторону. При разговоре с пострадавшим ребенком лучше, что вы можете сделать – это спокойно заверить его в вашей безоговорочной поддержке. Если вы не можете найти нужных слов – пусть за вас говорят ваши дела. Помните, что жестокое обращение – чрезвычайная травма для ребенка. Ваша задача – успокоить ребенка и предоставить максимальную поддержку и помощь.

### **Советы по ведению разговора с пострадавшим ребенком**

**Избегайте отрицания, проявлений сомнений, и сохраняйте спокойствие.** Новость о жестоком обращении с ребенком может показаться вам неправдоподобной, может шокировать и расстроить вас. Однако если вы покажете ребенку свое недоверие, шок или отрицание того, о чем он говорит – ребенок может немедленно испугаться, замолчать и вы потеряете всякий дальнейший контакт с ним. Будьте настолько спокойны и настолько участливы, насколько умеете.

**Не допрашивайте.** Пусть ребенок расскажет вам сам, своими словами о том, что произошло. Не допрашивайте ребенка, не задавайте наводящих вопросов. Это может запутать и взволновать ребенка, и затруднить его дальнейший рассказ.

**Убедите ребенка в том, что он совершенно не виноват.** Рассказывать о таких вещах – крайне сложно для ребенка он нередко чувствует за собой вину за произошедшее, или за то, что он рассказывает вам это. Крайне важно убедить его в обратном: ребенок не виноват в произошедшем, и он поступил смело и правильно, рассказав вам об этом.

**Безопасность прежде всего.** Если вы чувствуете, что ваша безопасность или безопасность ребенка окажется под угрозой, если вы попытаетесь вмешаться, оставьте эту работу профессионалам. Вы можете быть куда более полезны после вмешательства профессионалов, ваша поддержка в дальнейшем может быть крайне важна для ребенка.

### **Сообщите органам опеки или полиции о жестоком обращении с ребенком**

Если вы подозреваете, что ребенок подвергается насилию в семье, крайне важно дать возможность профессионалам помочь этой семье. Многие люди боятся заявлять в полицию из-за официозности, другие не хотят вмешиваться в жизнь других семей.

Существует множество отговорок, которыми свидетели семейного насилия оправдывают свое бездействие.

**Я не хочу вмешиваться в дела чужой семьи.** Последствия жестокого обращения с детьми отравляют всю будущую жизнь этому ребенку, влияют на будущие отношения с другими людьми, подавляют чувство собственного достоинства, и, к сожалению, увеличивают риск насилия в семье, которую создаст такой человек, когда вырастет. Помогите разорвать порочный круг насилия над этим ребенком, калечащий судьбы нескольких поколений подряд.

**Что, если я разрушу чью-то семью?** Приоритет службы защиты детей состоит в сохранении изначальной семьи. Постановка семьи на учет как неблагополучной – вовсе не означает автоматического изъятия ребенка из семьи в детский дом, кроме случаев явной опасности жизни и здоровью ребенка. Сначала родителям предоставляется всяческая поддержка и множество шансов измениться.

**Если я сделаю анонимный звонок** – этим родителям все равно станет известно обо мне. Анонимность человека, сообщающего о проблеме, является приоритетной задачей. От вас не потребуется никакой документации. Агрессор никаким способом не сможет вычислить, кто именно сообщил органам опеки о случае неблагополучия в семье.

**Меня никто не станет слушать.** Делай, что должен, и будь что будет. Лучше попытаться и ошибиться, чем ничего не предпринять и потом сожалеть. Слишком многое поставлено на кон – жизнь, здоровье и безопасность ребенка. Это стоит того, чтобы рискнуть.