

# Как избежать домашнего насилия над ребенком

Слова «**насилие в семье**» звучат очень серьезно, грозно – и большая часть читателей этой статьи с облегчением подумает: «Это не о нас, это о каких-то страшных людях, которые бьют и насиляют жен и детей, про них и слова-то хорошего никто не скажет!»

Говоря о насилии в семье, хотелось бы остановиться не на таких очевидных и всеми признаваемых асоциальными формах семейного взаимодействия, как избиение с нанесением тяжких телесных повреждений, а на менее заметных, «простых» и даже привычных, а иногда и одобряемых.

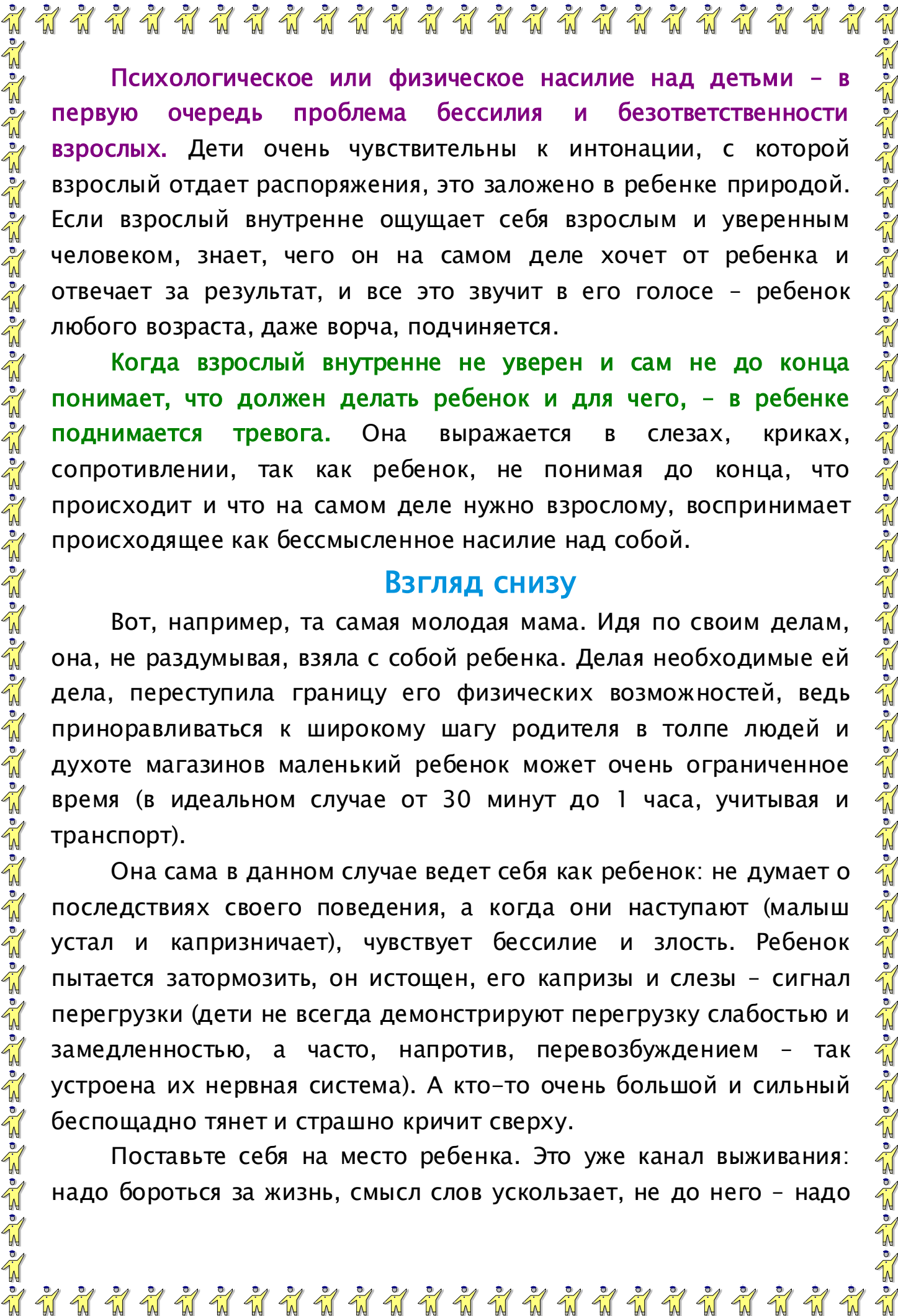
## Такое бывает...

Как часто на улице или в магазине рослая молодая мама



тащит за руку, почти выдергивая ее из плеча, малыша лет 3-4, а то и младше, и с высоты своего роста во весь голос поливает его бранью... Ее главный аргумент: «Он меня достал, он делает это назло мне!»

Окружающие стыдливо отводят глаза: с одной стороны, тяжело на это смотреть, с другой – не покидает чувство, что и сами не без греха. **Двойственность нашего отношения к психологическому и физическому насилию над детьми в семье выплеснулась на страницы и экраны СМИ при появлении проекта закона о защите детей.** Зазвучал не одинокий голос, а целый хор: «Если детей нельзя бить, давить, грубо принуждать, то мы перед ними бессильны, мы с ними не справимся, **мы не знаем, как управлять их поведением без насилия**».



**Психологическое или физическое насилие над детьми – в первую очередь проблема бессилия и безответственности взрослых.** Дети очень чувствительны к интонации, с которой взрослый отдает распоряжения, это заложено в ребенке природой. Если взрослый внутренне ощущает себя взрослым и уверенным человеком, знает, чего он на самом деле хочет от ребенка и отвечает за результат, и все это звучит в его голосе – ребенок любого возраста, даже ворча, подчиняется.

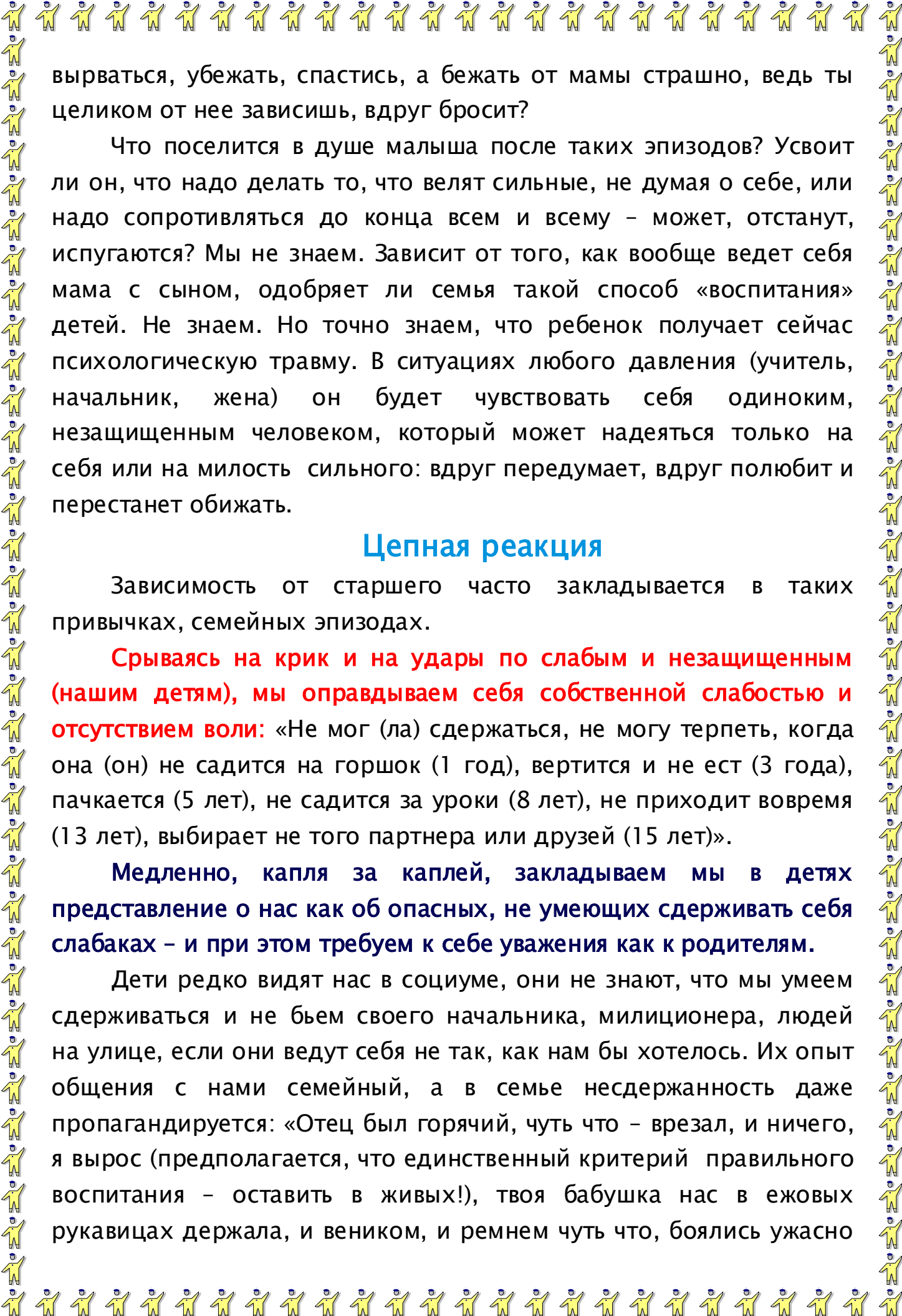
**Когда взрослый внутренне не уверен и сам не до конца понимает, что должен делать ребенок и для чего, – в ребенке поднимается тревога.** Она выражается в слезах, криках, сопротивлении, так как ребенок, не понимая до конца, что происходит и что на самом деле нужно взрослому, воспринимает происходящее как бессмысленное насилие над собой.

### **Взгляд снизу**

Вот, например, та самая молодая мама. Идя по своим делам, она, не раздумывая, взяла с собой ребенка. Делая необходимые ей дела, переступила границу его физических возможностей, ведь приноравливаясь к широкому шагу родителя в толпе людей и духоте магазинов маленький ребенок может очень ограниченное время (в идеальном случае от 30 минут до 1 часа, учитывая и транспорт).

Она сама в данном случае ведет себя как ребенок: не думает о последствиях своего поведения, а когда они наступают (малыш устал и капризничает), чувствует бессилие и злость. Ребенок пытается затормозить, он истощен, его капризы и слезы – сигнал перегрузки (дети не всегда демонстрируют перегрузку слабостью и замедленностью, а часто, напротив, перевозбуждением – так устроена их нервная система). А кто-то очень большой и сильный беспощадно тянет и страшно кричит сверху.

Поставьте себя на место ребенка. Это уже канал выживания: надо бороться за жизнь, смысл слов ускользает, не до него – надо



вырваться, убежать, спастись, а бежать от мамы страшно, ведь ты целиком от нее зависишь, вдруг бросит?

Что поселится в душе малыша после таких эпизодов? Усвоит ли он, что надо делать то, что велят сильные, не думая о себе, или надо сопротивляться до конца всем и всему – может, отстанут, испугаются? Мы не знаем. Зависит от того, как вообще ведет себя мама с сыном, одобряет ли семья такой способ «воспитания» детей. Не знаем. Но точно знаем, что ребенок получает сейчас психологическую травму. В ситуациях любого давления (учитель, начальник, жена) он будет чувствовать себя одиноким, незащищенным человеком, который может надеяться только на себя или на милость сильного: вдруг передумает, вдруг полюбит и перестанет обижать.

### Цепная реакция

Зависимость от старшего часто закладывается в таких привычках, семейных эпизодах.

**Срываясь на крик и на удары по слабым и незащищенным (нашим детям), мы оправдываем себя собственной слабостью и отсутствием воли:** «Не мог (ла) сдержаться, не могу терпеть, когда она (он) не садится на горшок (1 год), вертится и не ест (3 года), пачкается (5 лет), не садится за уроки (8 лет), не приходит вовремя (13 лет), выбирает не того партнера или друзей (15 лет)».

**Медленно, капля за каплей, закладываем мы в детей представление о нас как об опасных, не умеющих сдерживать себя слабаках – и при этом требуем к себе уважения как к родителям.**

Дети редко видят нас в социуме, они не знают, что мы умеем сдерживаться и не бьем своего начальника, милиционера, людей на улице, если они ведут себя не так, как нам бы хотелось. Их опыт общения с нами семейный, а в семье несдержанность даже пропагандируется: «Отец был горячий, чуть что – врезал, и ничего, я вырос (предполагается, что единственный критерий правильного воспитания – оставить в живых!), твоя бабушка нас в ежовых рукавицах держала, и веником, и ремнем чуть что, боялись ужасно

– и ничего, школу закончили, в институт поступили, наверное, правильно (логика: если бы не тряслись от страха, ничего бы в жизни не добились!)». Часто семья, привыкшая решать свои проблемы, сбрасывая на ребенка накопившуюся в других отношениях агрессию через побои, оскорбления, крики, делегирует право так же обращаться со своим ребенком другим людям.

Например, что означают слова отца, обращенные к учительнице: «Вы с ним поостроже, он слов не понимает?»



Разрешение давить на ребенка, кричать, когда и она, и ребенок знают, что семья оставила его без защиты.

### Воспитывая жертву

Внутри себя любой родитель хотел бы вырастить сильного, успешного, уверенного в себе

человека. Может ли стать таким человек, которому без сожаления причиняют боль те, кто должен его любить и защищать? А часто еще и перебрасывают ответственность: «Я никогда ни с кем так себя не вел, я не такой человек, это ты своим поведением ужасным довел меня до того, что я себя не помню». Родители часто так говорят, а ребенок слышит: виноват не тот, кто бьет (палач), а тот, кого бьют (жертва). Вел бы себя по-другому – и палач оставался бы хорошим человеком!

Эту идею поддерживают СМИ и организации, связанные с детьми: дети сейчас ужасны, жестоки, у них нет ценностей, с ними невозможно поладить. Надо ужесточать, следить, давить, иначе не справимся. Мы не берем крайние формы: стрелять, сажать, всех в армию – и гонять. Возникает ощущение, что **взрослый мир категорически не хочет быть взрослым и обижается, что дети не хотят играть с ним в поддавки требуют усилий, воли, понимания происходящего и осознанности действий.**



Если говорить серьезно, то проблема жестокости и бесчувствия родителей по отношению к собственным детям (это и есть насилие в семье) – прежде всего проблема беспомощности перед ответственностью за живого, растущего и любимого маленького человека. В стране, прошедшей очень тяжелый путь, на котором насилие и жестокость часто становились нормой (войны, террор, голод), любить детей и гордиться ими, наслаждаться даже их ошибками было слишком большой роскошью – вырастить бы.

Тяжелые времена переворачивают правильную модель взаимодействия в семье: родители рожают детей и растят их для того, чтобы детям было хорошо в их собственной жизни и они могли так же вырастить своих детей. Тогда жизнь развивается и становится богаче. Перевернутая модель: дети должны жить так, чтобы родителям было хорошо и спокойно. Но ни один ребенок на свете не способен сделать спокойными и счастливыми своих взрослых родителей. Их жизнь всегда только в их руках.

### Зачем мы это делаем?

И в тот момент, когда так хочется ударить, заорать на ребенка, потому что плохо тебе, родитель должен задать себе вопрос: **а для чего я сейчас это делаю, как это скажется на том, кого я рашу?**

А если уж сорвался, не сдержался – скажи ребенку правду о том, что тебе стыдно быть несдержанным, что ты не прав, когда бьешь и кричишь, но его поведение все равно было неверным и так нельзя.

У ребенка появится возможность уважать вас как человека, пытающегося сдерживаться, сильного (может извиниться только сильный, уверенный в себе, слабый до последнего пугает, чтобы боялись – объясняйте это детям).

Главное – у вашего ребенка снизится уровень страха перед вами и вашей агрессией и появится возможность осознать свое поведение.

В семье, где много агрессии и напряжения между родителями, бабушками и дедушками, дети иногда не выдерживают, оттягивают агрессию на себя, делают что-то, чтобы взрослый сорвался, выпустил накопившееся.

Дети подсознательно, а иногда и осознанно боятся копящейся во взрослых агрессии и «идут на опережение». Мы все были детьми и, если вспомнить, не были так уж ужасны и непредсказуемы, хотя нашим родителям было не всегда легко с нами. Таковы и наши сегодняшние дети. Просто они очень нуждаются в нас, взрослых. И было бы очень здорово, если бы мы перестали мучить друг друга, а прикладывали бы силы к восстановлению жизненного равновесия в замечательной паре «взрослый – ребенок».

