

Психологическое (эмоциональное) насилие

Под **психологическим насилием** понимается постоянное или периодическое вербальное или невербальное (то есть выраженное словами или другими способами) оскорбление ребёнка, угрозы и унижения со стороны родителей, обвинения в том, в чём он не виноват, демонстрация нелюбви и неприязни, постоянная ложь или искажение действительности, в результате чего ребёнок теряет доверие к взрослому или к самому себе, а также предъявляемые к ребёнку требования, не соответствующие его возрастным возможностям.

Психологическое насилие настолько широко распространено, что, вероятно, нет человека, который хотя бы раз в жизни не сталкивался с ним, – однако при этом именно его реже всего воспринимают как насилие. Проявления этого вида насилия, так же, как и физического, могут быть разнообразными. Назовём лишь **несколько основных способов** поведения родителей, которые принято считать психологическим насилием над ребёнком.

Эмоциональная отгороженность. Родители не заботятся об эмоциональных потребностях и нуждах ребёнка. Например, ребёнок с увлечением пытается рассказать родителям о том, какую замечательную картину он нарисовал в детском саду, или о том, что учитель похвалил его в школе за помощь в уборке класса, т. е. хочет поделиться с родителями своим успехом. Но родители отмахиваются, говорят, чтобы он не мешал, шёл играть в свою комнату и т. п. В первый раз ребёнок может подумать, что он действительно не вовремя подошёл к маме с папой, и он попытается снова. Но если такая ситуация повторяется постоянно, то наступает отчуждение от родителей.

Враждебное отношение. Родители перекладывают на ребёнка ответственность за свои собственные неудачи, используют его в качестве «козла отпущения». Они говорят ребёнку, что от него нет никакого толку, постоянно оскорбляют, могут не разговаривать с ним в качестве наказания, акцентируют внимание исключительно на отрицательных чертах характера, никогда не обнимают и не целуют его. Дети часто слышат от родителей: «От тебя одни неприятности!», «Ты ничего не можешь сделать как надо!», «Ты меня бесишь!», «Ты мне надоел!», и, самое страшное, - «Лучше бы ты не родился!». В результате ребёнок чувствует себя ненужным и нежеланным, у него снижается самооценка, он считает, что его не за что любить и уважать, притом распространяет эти убеждения не только на свою семью, но и на более широкий круг общения.

Непоследовательность. Противоречивая реакция на поступки ребёнка. Ребёнок должен усвоить, что у каждого действия есть определённые последствия. Если же мама с папой по-разному реагируют на один и тот же его поступок, то ребёнку трудно понять, правильно ли он делает и как ему вести себя в такой ситуации в будущем. Не менее сложно ребёнку сориентироваться, когда в

одной и той же ситуации один и тот же родитель реагирует по-разному, в зависимости от своего настроения в данный момент.

Пример. Восемилетний Серёжа без разрешения взял папин фотоаппарат, вынес его во двор и стал фотографировать друзей. Вечером он показал папе получившиеся снимки. Папа, будучи в хорошем настроении, похвалил сына за интересные фотографии. Через несколько дней Серёжа опять взял фотоаппарат, не сказав ничего родителям. На улице он с увлечением фотографировал всё, что казалось ему заслуживающим внимания. Мальчик с трудом дождался папиного возвращения с работы и бросился к нему со словами: «Папа, папа, посмотри, какие интересные фотографии я сделал!..» Но сегодня папа был не духе. Он набросился на сына с криком: «Кто тебе разрешил брать фотоаппарат? Он стоит денег, а если ты его сломаешь или у тебя его украдут? Ещё раз такое повторится, и я тебя выпорю!»

Ложь и невыполнение обещаний, данных ребёнку. Родители не выполняют обещаний, данных ребёнку, или лгут ему. Причём в первую очередь это касается самых мелких, «неважных» с точки зрения взрослого обещаний – ведь из них состоит каждый день.

Пример. Шестилетний Коля всю неделю ждал выходного дня, чтобы пойти с родителями в парк, куда они обещали отвести его ещё в прошлые выходные. Но тогда у родителей не получалось, и они сказали, что пойдут в парк в следующее воскресенье. Однако в воскресенье папа уехал с друзьями на рыбалку, а к маме в гости зашла подруга. Они устроились на кухне, пили чай и разговаривали. Коля несколько раз пытался напомнить маме о походе в парк, но мама сказала, что сегодня ей некогда, и они отправятся туда в следующее воскресенье.

Завышенные ожидания и требования, не соответствующие возможностям или возрасту ребёнка.

Пример. Родители отдали Леночку в секцию фигурного катания. Они мечтают о том, что дочка станет известной спортсменкой и будет побеждать на международных соревнованиях. Но девочке не нравится фигурное катание, у неё плохо получаются упражнения. Тренер говорит об этом родителям, советует не мучить ребёнка и отдать в другую, более подходящую секцию. Но мама с папой решили, что дочка должна стать прославленной фигуристкой, и ругают её за промахи. А когда на первых соревнованиях Леночка выступила очень плохо, родители просто наказали её.

Пример. Родители наказывают трёхлетнего ребёнка за то, что он во время еды пачкается, роняет еду на пол и т. п.

Пример. Мама быстро идёт по улице и тянет за руку малыша, который, конечно же, не успевает за ней. Мама начинает на него кричать и шлепает его.

Неспособность или нежелание признать, что ребёнок – это самостоятельная личность, имеющая право на своё собственное мнение и личное пространство. Родители читают переписку ребёнка, могут прослушивать его телефонные разговоры, имеют привычку выбирать за ребёнка, чем ему заниматься, какой кружок посещать, с кем дружить и какие фильмы смотреть. Когда требования родителей не противоречат желаниям ребёнка, ничего страшного не происходит. Но если в таких ситуациях основной принцип взрослых – «я лучше знаю, что тебе нужно!», то подобное отношение уже становится насилием. Им же можно считать и желание родителей «сделать лучше» или «переломить ребёнка».

Пример. Володе 8 лет, он очень любит рисовать, и у него это хорошо получается. Но родители считают, что важнее для ребёнка – занятия музыкой, поэтому заставляют его ходить в музыкальную школу, которую Володя тихо ненавидит.

Пример. Родители 13-летней Оли – очень обеспеченные люди, и им не нравится, что дочь дружит с Алесей, мама которой работает уборщицей в магазине.

Пример. Вите 14 лет. Каждый вечер, когда он ложится спать, мама проверяет его карманы. Если Витя дома разговаривает по телефону, мама старается подслушать, о чём он говорит. Однажды Витя забыл дома мобильный телефон, и мама прочитала все полученные и отправленные СМС-сообщения.

Изоляция. Ребёнку не разрешают играть со сверстниками, не дают возможности получать опыт нормального социального общения. Таким образом, родители формируют у ребёнка ощущение, что он не может ни на кого полагаться.

Пример. Родители 9-летней Лены не разрешают ей ходить в гости к сверстникам, гулять во дворе, принимать участие во внешкольных мероприятиях, и строго следят за тем, чтобы после школы девочка сразу шла домой. Мама приходит в школу и интересуется у учительницы, с кем Лена общается.

Угрозы и запугивание. Взрослый постоянно оскорбляет и запугивает ребёнка; заставляет что-либо делать, угрожая бросить его или кому-то отдать, либо применить насилие по отношению к братьям, сёстрам, другим членам семьи или к домашним животным. Например, отец говорит ребёнку, что если тот принесёт из школы плохую оценку, выпорот его ремнём. Родители рассказывают ребёнку страшные истории, которые плохо заканчиваются.

Пример. Пятилетний ребёнок «плохо себя ведёт», не слушается родителей, разбрасывает игрушки. Мама говорит ему, что когда папа придёт с работы, он накажет непослушного сына и поставит в угол до самого вечера.

Пример. Когда шестилетний Семён начинает себя плохо вести, мама угрожает оставить его одного или отдать «дяде милиционеру».

Игнорирование. Ребёнок ощущает только физическое присутствие родителей, а эмоционального контакта с ними у него нет. Родители не обращают внимания на ребёнка, не интересуются им, не выражают по отношению к нему никаких эмоций.

Пример. В семье двое детей: 9-летняя Марина и 12-летний Егор. Марина – любимица родителей, а Егор постоянно чувствует себя ненужным и нелюбимым. Родители обсуждают с Мариной, как у неё прошёл день, что было интересного, рассказывают ей о своих новостях. Егора, конечно же, кормят, покупают ему одежду и другие необходимые вещи. Но никто не интересуется его делами и не рассказывает ему о семейных новостях. Если Егор пытается что-то рассказать родителям, его просто не слушают.

Уничтожение личных вещей ребёнка. Родители делают это, чтобы получить контроль над ребёнком, добиться его подчинения. Как правило, выбирают самые любимые игрушки, потому что так можно быстрее достичь желаемого результата.

Пример. У 5-летней Кати было много игрушек, но любимым был старенький медвежонок. Когда девочка делала что-то не так, как хотелось маме, или не слушалась её, мама угрожала, что выбросит медвежонка. Однажды Катя с родителями приехала к бабушке в деревню, захватив с собой любимую игрушку. Увлёкшись игрой, девочка не сразу пришла обедать. Мама звала её несколько раз, а потом схватила медвежонка и на глазах у дочки бросила его в горящую печь... Даже по прошествии многих лет, став взрослой женщиной, Катя вспоминает эту ситуацию и говорит о том, какую боль испытала в тот момент. И она до сих пор не смогла простить своей маме этот случай.

Запрет на встречи с одним из родителей после развода. Часто после развода мама запрещает ребёнку встречаться с папой, пытаясь таким образом «отомстить» мужчине за то, что её личная жизнь не сложилась. Также под запрет нередко попадает общение с бабушкой и дедушкой, к которым ребёнок привязан не менее сильно.

Пример. Родители 8-летнего Димы развелись и сейчас живут отдельно. Дима живёт с мамой и бабушкой. Они не разрешают мальчику не только встречаться с папой, но и общаться по телефону. Папа иногда приезжает к школе, чтобы увидеться с Димой, но, если мама узнает об этом, она сильно ругает Диму, а потом звонит папе и ругается с ним. Однажды, в день рождения сына, папа приехал в школу и привёз ему подарок, о котором тот давно мечтал. Вечером мама, увидев подарок и узнав, что его принёс папа, выбросила его в мусорное ведро, а Диму отругала за то, что он опять «тайком» встречался с папой. После этого она позвонила бывшему мужу, и они долго ссорились. Дима сидел в комнате и плакал. Ему было очень жалко красивой игрушки, а ещё он не мог по-

нять, почему всё так происходит – ведь он одинаково сильно любит и маму, и папу, и знает, что они тоже любят его.

Последствия психологического насилия для ребёнка

Эти и другие виды психологического насилия могут оказать серьёзное негативное влияние на развитие ребёнка, особенно если насилие исходит от родителей.

Главными последствиями насилия являются:

Низкая самооценка. Ребёнок, страдающий от эмоционального насилия, вырастает с уверенностью, что он плохой, бестолковый и заслуживает только плохого отношения. Дети считают, что взрослый всегда прав, и, если родители говорят – он ни на что не годен, значит, так и есть на самом деле.

Эмоциональные проблемы. Замедляется эмоциональное развитие ребёнка. Это выражается в том, что он не может или не умеет, а чаще – просто боится проявлять эмоции (допустим, свою радость или огорчение), не способен рассказывать о собственных чувствах, и поэтому ему тяжело понять чувства других людей.

Проблемы в построении отношений. Ребёнку очень тяжело устанавливать и поддерживать отношения с окружающими, потому что он не умеет выражать свои чувства и понимать чувства других; кроме того, он не испытывает доверия к людям.

Ещё одно серьёзное последствие психологического насилия – то, что ребёнок может стать жертвой других видов насилия, в частности, **насилия в киберпространстве.**

В последнее время часто приходится слышать от родителей: «дети целыми днями сидят за компьютером и больше ничем не интересуются». Некоторых родителей беспокоит то, что дети чаще общаются с виртуальными друзьями, чем с ребятами из реального мира. Причины этого могут быть самыми разными, и не всегда такое общение должно вызывать опасение. Мамам и папам необходимо понять: сегодня Интернет стал важной частью жизни многих детей. В виртуальном пространстве они вступают в такое же взаимодействие, как и в реальном мире, общаются с друзьями и сверстниками, доверяют им свои секреты и обмениваются информацией. Именно благодаря Интернету появились новые формы развлечений и организации досуга. Например, в социальных сетях общаются большие группы людей, живущих в разных странах; зачастую их объединяют общие хобби или области деятельности. Интернет позволяет расширить свой круг знакомств, узнать о другом образе и стиле жизни, что не всегда легко сделать в реальном мире.

Однако следует помнить: иногда ребенок уходит в Сеть потому, что чувствует себя неуютно в обычной жизни. Дети обращаются к виртуальным друзьям-

ям за помощью, в поиске решения своих проблем. Специалисты считают, что те дети, которым трудно заводить друзей в школе, во дворе, которые не находят понимания среди близких, чаще других своих сверстников ищут дружбы и общения в Интернете. Они же порой становятся жертвами разных видов насилия в киберпространстве. Злоумышленники, «охотящиеся» за детьми в Сети, хорошо осведомлены о музыкальных новинках и актуальных увлечениях детей и подростков; они могут поддержать разговор на любую тему. Наблюдая за участниками различных форумов и чатов, общаясь в социальных сетях, такие люди определяют потенциально уязвимых детей, которые кажутся одинокими, расстроенными, ищут помощи и поддержки. Взрослые выслушивают рассказы об их проблемах, сочувствуют им и постепенно завоевывают доверие. Будучи, как правило, хорошими психологами, они стараются привлечь ребенка своим вниманием, заботой, добротой и даже подарками, то есть именно тем, чего не хватает ему в обычной жизни.

После установления контакта онлайн взрослый может убедить ребенка перейти из публичного чата в частный или продолжить общение при помощи электронной почты. Если ребенок соглашается, взрослый переходит к еще более активным действиям, конечной целью которых является вовлечение ребенка в сексуальные отношения в реальной жизни. Злоумышленник начинает обсуждать с ребенком интимные вопросы, показывает материалы откровенно сексуального характера, пытается ослабить влияние моральных запретов. Если ребенок не противится получению таких материалов, то злоумышленник старается добиться встречи с ним.

Выбранный в качестве жертвы ребенок может быть также вовлечен в изготовление порнографии. Преступники просят детей выслать им свои фото, которые используют для изготовления порнографической продукции, или сами фотографируют ребенка при помощи веб-камеры. Эти материалы могут быть использованы для шантажа ребенка – в случае отказа от встречи «вживую» и от сексуальных отношений со злоумышленником. Если рядом с ребенком нет человека, которому он мог бы рассказать о происходящем, велика вероятность того, что он пострадает от сексуального насилия в реальном мире.

Если ребенок (подросток) говорит вам, что подвергается насилию, то:

– Поверьте ему. Он не будет лгать о пережитом издевательствах, особенно если рассказывает очень эмоционально, с подробностями, эмоции соответствуют пережитому состоянию.

– Не осуждайте его. Ведь совершил насилие другой человек, а пострадал ваш ребенок.

– Внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте его, показывая, что понимаете всю тяжесть его страдания.

– Не преуменьшайте его боли, говоря, что «не случилось ничего страшного, все пройдет...».

– Не отвергайте его, если он, обратившись к вам, встретит осуждение, страх, гнев, то что может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.

К сегодняшнему дню в нашей стране на основе положений международных документов была создана достаточно масштабная система защиты прав и свобод ребенка, в том числе, от насилия и жестокого обращения. Такую деятельность ведут разные органы и учреждения:

Социально-педагогическая и психологическая служба в учреждениях образования:

– Комиссии по делам несовершеннолетних;

– Органы опеки и попечительства;

– Территориальные центры социального обслуживания населения (ТЦСОН);

– Учреждения здравоохранения;

– Правоохранительные органы. Если вы подвергаетесь насилию в семье и решили призвать обидчика к ответу, обращайтесь в правоохранительные органы по телефону 102.

– Религиозные организации. Вы также можете обратиться в религиозные организации, где вас выслушают, дадут совет и помогут найти способ решения проблемы.

– Общественные организации. В Республике Беларусь существует ряд общественных организаций, которые могут оказать Вам психологическую, социальную, а иногда – и юридическую помощь, если вы попали в ситуацию домашнего насилия.