

## **ЖЕСТОКОЕ ОБРАЩЕНИЕ С ДЕТЬМИ: ДИАГНОСТИКА, КОРРЕКЦИЯ, ПРОФИЛАКТИКА**

(Методическое руководство для врачей, психологов, педагогов, социальных работников, родителей)

### **ГЛАВА 1. НАСИЛИЕ НАД ДЕТЬМИ: ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ВИДЫ**

#### **1. Насилие над детьми: определение, распространённость, причины**

Понятия "насилие" или "жестокое обращение с детьми" (англ. - child abuse) и "пренебрежение" (англ. - neglect) являются достаточно новыми для специалистов, работающих с детьми. Поэтому очень важно поначалу иметь точные определения жестокого обращения и его видов.

**Жестокое обращение с детьми** (насилие) - это любое поведение по отношению к ребёнку, которое нарушает его физическое или психическое благополучие, ставя под угрозу состояние его здоровья и развития.

#### **ПРИЧИНЫ ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ**

Насилие, как правило, является результатом комплекса различных причин, но степень их влияния при тех или иных формах насилия различна. Существует также понятие психологических факторов риска или групп риска для детей и родителей по возникновению насилия.

#### **В группу риска родителей входят:**

- 1) люди, которые сами подвергались насилию в детстве;
- 2) люди, которые страдают психическими расстройствами (депрессия, шизофрения, эпилепсия);
- 3) люди, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;
- 4) испытывающие экономические и социальные трудности;
- 5) молодые матери (до 18 лет);
- 6) семьи со сложным психологическим климатом.

#### **В группу риска детей входят:**

1) дети младенческого и раннего возраста, отличающиеся беспокойностью и раздражительностью, что зачастую приводит к фрустрации матерей и проявлению жестокого физического обращения с их стороны; согласно статистическим данным, большинство случаев жестокого физического обращения с детьми случилось в первые два года жизни;

2) дети с физическими и психическими отклонениями; у ряда родителей дети, имеющие видимые физические отклонения, умственную отсталость или другие выраженные дефекты вызывают реакцию отвержения, раздражения и даже агрессии;

3) дети с гиперактивным и импульсивным поведением, что часто раздражает и утомляет родителей и довольно часто толкает их на путь физического наказания ребёнка, однако следует отметить, что плохое поведение детей в ряде случаев уже является результатом жестокого обращения с ними.

#### **Различают четыре основных формы жестокого обращения с детьми:**

1. Эмоциональное (психологическое) насилие.
2. Физическое насилие.
3. Сексуальное насилие.
4. Пренебрежение (заброшенность, беспризорность).

#### **1.2. Эмоциональное насилие**

**ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ (ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ) НАСИЛИЕ** – это хронические формы поведения, при которых ребёнка унижают, оскорбляют, высмеивают, тем самым нарушая нормальное развитие его эмоциональной сферы. Психологическое насилие включает в себя продолжающееся, длительное и распространяющееся поведение.

Дети, подвергающиеся эмоциональному насилию, как правило, не получают никаких позитивных ответов или подкреплений со стороны родителей или опекунов. Всё хорошее, что делает ребёнок, как правило, игнорируется взрослыми, а любые негативные стороны поведения ребёнка всячески подчёркиваются, сопровождаются оскорблениями и суровыми наказаниями. В результате эмоции ребёнка развиваются односторонне, самооценка занижается, ребёнок не и состоянии понимать свои чувства, чувства других и не может выработать адекватное эмоциональное реагирование. Любое

общение с родителями сопровождается эмоциональным напряжением, страхом, волнением. К психологическому насилию можно также отнести частые конфликты в семье, происходящие на глазах у детей, втягивание ребёнка в ситуацию развода или раздела имущества.

**Выделяют 6 форм поведения родителей, приводящих к эмоциональному насилию:**

1. Отказ родителей от детей.
2. Изоляция детей:
  - а) эмоциональная,
  - б) физическая.
3. Запугивание.
4. Постоянные оскорбления.
5. Игнорирование.
6. Развращение детей.

### **1.3. Физическое насилие**

**ФИЗИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ** - это любое неслучайное нанесение телесных повреждений ребёнку в возрасте до 18 лет родителем или лицом, осуществляющим опеку. К физическому насилию относят также случаи, когда родители умышленно не предотвращают возможности причинения телесных повреждений.

Общая статистика такова: мальчиков избивают в три раза чаще, чем девочек, 60 % пострадавших - дошкольники и 40% - школьники. Среди зверски избитых и помещенных в стационар детей 10 % погибают от травм и различных осложнений. При этом жестокое обращение с детьми родители, конечно, скрывают, а врачи оставляют как бы незамеченным.

Ряд различных видов жестокости представляет такую картину: избиение; привязывание к стулу, кровати; запираение в темной комнате, чулане; лишение пищи и питья; принуждение к неудобным длительным позам (стояние на одной ноге, сидения на корточках и т. д.); стояние на коленях на полу на рассыпанной крупе; пытки (тушение о тело ребёнка зажженных сигарет, удары электрическим током, зажигание перед лицом спичек и т. д.); принуждение к пьянству, курению и другим пагубным пристрастиям; различные виды сексуального насилия; постоянное запугивание, изощренные виды жестокости (удушение, порезы, уколы, клизмы и др.).

Жестокое обращение с детьми может иметь различную природу. Бывает как бы вынужденным - родители не справляются с ребёнком, "вынуждены" прибегать к физическим наказаниям. Может носить случайный характер. Нередко связано с тяжелыми психическими заболеваниями взрослых.

И, наконец, последняя причина, о которой хотелось бы сказать. Так называемая семейная эстафета жестокости. Она передается из одного поколения в другое и является "эталонной" отношений в семье. Иногда и сами дети провоцируют жестокость взрослых и словами, и действиями. Одна агрессия накладывается на другую, а проигравшей стороной все равно остается ребёнок.

Педиатры, детские хирурги, травматологи, психиатры, детские гинекологи и другие специалисты должны хорошо знать клинику жестокого обращения с детьми. Ведь они часто первыми обнаруживают избитых детей, оказывают медицинскую помощь жертвам родительской агрессии.

Медицинское обследование является частью более широкого процесса оценки состояний ребёнка. Некоторые травмы и состояния почти всегда являются следствием насилия, но их признаки могут быть не специфическими, что может затруднить интерпретацию.

### **1.4. Сексуальное насилие**

**СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ** — это использование ребёнка и подростка другим лицом для получения сексуального удовлетворения.

В целом в литературе не существует единого мнения по поводу определения сексуального насилия, так как оно может включать в себя такие понятия, как сексуальное оскорбление, сексуальное нападение, изнасилование, развращение, инцест, показ порнографии детям, использование детей для производства порнографической продукции и проституции.

**Инцест** - это сексуальные контакты между двумя людьми, связанными тесными родственными узами, невзирая на возраст. Инцест может происходить между отцом и дочерью, отцом и сыном, братом и сестрой, матерью и дочерью, наиболее частым вариантом является насилие со стороны отца или отчима. Проблема инцеста является одной из самых сложных, так как насилие совершается близким родственником.

По данным литературы распространённость сексуального насилия в детстве среди женщин в

разных странах колеблется от 7% до 36%, а среди мужчин – от 3% до 29%. В большинстве исследований установлено, что девочки и женщины в 1,5-3 раза чаще подвергаются сексуальному насилию, чем мальчики и мужчины. Из приведенных цифр видно, что распространенность сексуального насилия в разных странах варьирует, что, по всей видимости, связано с различиями в определении сексуального насилия в разных странах, однако даже 3% являются большой цифрой и ясно, что данная проблема является международной.

### **1.5. Пренебрежение детьми**

**ПРЕНЕБРЕЖЕНИЕ** - это форма жестокого обращения с детьми, при которой родителями или опекунами не обеспечиваются элементарные нужды ребёнка, такие, как еда, одежда, образование и забота о здоровье.

В данном случае речь идёт о семьях, где детей недостаточно кормят или пищу готовят непригодным способом (например, грудным детям дают плохо обработанную, не протертую пищу), где детей одевают не по погоде, где ребёнка игнорируют и не проявляют к нему должного внимания, не заботятся о здоровье ребёнка, не выполняют медицинских рекомендаций, не отдают по возрасту ребёнка в школу, а если он всё-таки начал посещать школу, практически не интересуются его успеваемостью, не контролируют посещение школы. К вариантам пренебрежительного отношения относятся случаи, когда маленького ребёнка отпускают гулять одного в вечернее время или рядом с проезжей частью. А также когда ребенок из-за небрежности взрослых может выпить оставленное без присмотра сильнодействующее лекарство, опрокинуть на себя горячую воду, выпасть из окна многоэтажного дома или получить сильный удар электричеством.

## **ГЛАВА 2. СИМПТОМЫ, ДИАГНОСТИКА И ПОСЛЕДСТВИЯ НАСИЛИЯ**

### **2.1. Симптомы, диагностика и последствия эмоционального насилия**

Эмоциональное насилие, несмотря на то, что обывателю кажется этот вид насилия наиболее легким, на самом деле оставляет иногда более глубокий след в жизни человека, чем остальные. Заживают раны и затягиваются рубцы, полученные в результате физического насилия, вылечиваются заболевания, полученные после сексуального злоупотребления, но раны в душе, нарушения психики и болезненные всплески воспоминаний мучают ребёнка еще долгие годы.

#### Симптомы и диагностика эмоционального насилия

##### **Внешние показатели:**

- ✓ Отстает в физическом развитии;
- ✓ Существенные недостатки в речевом развитии;
- ✓ С трудом поддается воспитательному воздействию;
- ✓ Отстает в общем развитии от детей своего возраста (развитие памяти, внимания, восприятия, мышления, моторики);
- ✓ Ночное и/или дневное недержание мочи;
- ✓ Психосоматические жалобы, такие как головная боль, боль в животе; говорит, что ему «плохо», колет в области сердца и т. д.

##### **Эмоциональные и поведенческие реакции ребёнка:**

- ✓ Слишком активно ведет себя, мешая другим;
- ✓ Имеет странные привычки (кусаются, монотонно раскачивается, щиплетя, сосет палец и т. д.);
- ✓ Плохо спит; ночные приступы страха;
- ✓ Не умеет играть с другими детьми;
- ✓ Всего боится;
- ✓ Часто имеет навязчивые идеи;
- ✓ Дает истерические реакции;
- ✓ Или наоборот: заторможен, отрешен, не включается в разговор или работу;
- ✓ Эмоционально невосприимчив, равнодушен;
- ✓ Грустен, депрессивен;
- ✓ «Приклеивается» к любому взрослому в поисках внимания и тепла.

#### Последствия

Ежедневные крики в доме, унижающие высказывания, конечно, оставляют глубокий след в психике ребёнка и влияют на формирование его как личности.

**Личностные особенности ребёнка, подвергающегося эмоциональному насилию:**

- ✓ Заниженная самооценка;
- ✓ Низкий уровень самоуважения;
- ✓ Агрессивность или безразличие;
- ✓ Чувство одиночества и ненужности;
- ✓ Отсутствие друзей;
- ✓ Небольшой стресс вызывает чувство тревоги и возбуждения.

Дети, пережившие позор и унижение в семье, как правило, точно так же будут вести себя со своими собственными детьми. Причины этого кроются в том, что они просто не имеют другого опыта общения между детьми и взрослыми. Чувства, с которыми ребенок придет во взрослый мир, будут ограничены; такие люди не способны на нежность, любовь и эмпатию.

Обычно у них возникают трудности с пониманием других людей, они злобны, недоверчивы и несчастны. Сознание того, что «он плохой, глупый, неуклюжий» отравляет им жизнь. Самооценка и самоуважение крайне низкие.

Моделируя поведение взрослых, которое сопровождало его всю жизнь, такой человек будет создавать вокруг себя такую же нестерпимую обстановку.

### Насилие с экрана

Сегодня дети подвергаются воздействию насилия с экранов, больше чем когда-либо. Под экраном мы подразумеваем экраны ТВ, видео, компьютерные игры, а также Интернет.

Что же смотрят наши дети? (по Victor C. Strasburger and Edward Donnerstein)

- ✓ 61% программ содержит насилие;
- ✓ 26% насилия показывают с применением оружия;
- ✓ 22,4% всех музыкальных клипов включают те или иные виды насилия;
- ✓ Каждый год подростки слышат около 15000 шуток и намеков, касающихся секса.
- ✓ Интернет содержит большое количество порнографических сайтов.
- ✓ Показ алкоголя, сигарет или наркотиков присутствует в 70% программ, а также в 38 из 40 самых популярных фильмов и в половине всех музыкальных видео.

Нет еще фундаментального труда о вреде экранного насилия на психику ребёнка, но некоторые исследования показывают, что дети, которые часто получают воздействие насилия с экранов, имеют общие характеристики:

- ✓ Копируют то, что видят на экране и сами начинают себя вести насильственным образом;
- ✓ Копируют грубую речь;
- ✓ Получают представление о том, что насилие - это нормально и является неотъемлемой частью повседневной жизни;
- ✓ Или же становятся более робкими и боязливыми.

Длительное сидение перед экраном телевизора или компьютера также уменьшает физическую активность, чтение и общение с друзьями.

## **2.2. Симптомы, диагностика и последствия физического насилия**

### Симптомы и диагностика физического насилия

#### **Внешние показатели:**

- ✓ Синяки и кровоподтеки на теле в различной степени заживания, нанесенные шнуром, ремнем, палкой и т. д.
- ✓ Необъяснимые следы ожогов, как правило, от сигарет на пятках, ладонях, спине и ягодицах.
- ✓ Ожоги горячим предметом (от зажигалки, сковородки, утюга и т. д.).
- ✓ Внутренние повреждения (разрыв печени, в результате удара в живот).
- ✓ Переломы, вывихи или растяжения, главным образом черепа, носа, лица, в разных стадиях заживания.
- ✓ Наличие на голове участков без волос.
- ✓ Шрамы, следы связывания, следы ногтей, следы от сжатия пальцами.
- ✓ След от руки, следы укусов на коже.
- ✓ Необычное состояние ребёнка после насильственного приема лекарств или алкоголя.
- ✓ Умерший ребёнок с признаками насилия.

#### **Эмоциональные и поведенческие реакции у ребёнка:**

- ✓ Ощущает тревогу в общении с взрослыми.
- ✓ Испытывает чувство вины.

- ✓ Проявляет крайние формы поведения; или агрессивность, или нежелание общаться.
- ✓ Боится родителей.
- ✓ Боится идти домой.
- ✓ Жалуется, что родители бьют.
- ✓ Часто смотрит в одну точку, ничего не видя вокруг.
- ✓ Может долго лежать на одном месте, озираясь вокруг.
- ✓ Не плачет при осмотре врача.
- ✓ Путано отвечает на вопросы.
- ✓ Болезненно реагирует на плач других.
- ✓ Иногда ведет себя чрезмерно по-взрослому.
- ✓ Пытается манипулировать другими, чтобы привлечь к себе внимание.
- ✓ Имеет низкую самооценку.
- ✓ Необъяснимые изменения в поведении (прежде жизнерадостный ребёнок - теперь постоянно грустен, задумчив, замкнут).
- ✓ Побег из дома.
- ✓ Ношение неподходящей к погодным условиям одежды (чтобы скрыть кровоподтеки).

Бьют и жестоко обращаются с детьми всех возрастов, даже с младенцами. Наиболее частые повреждения у младенцев бывают в результате тряски. Трясти младенцев очень опасно. Голова, младенца слишком большая по сравнению с остальным телом. Когда головку не поддерживают, она свободно падает, т. к. мускулы шеи еще не способны ее удерживать. Тряска заставляет голову двигаться слишком быстро вперед и назад с большой силой. Когда это происходит, крошечные кровеносные сосуды лопаются, и кровь внутри мозга ребёнка может быть причиной: слепоты, глухоты, припадков, трудностей с обучением, повреждения мозга или даже смерти.

#### Последствия

Дети, пострадавшие от любых видов насилия или недостойного обращения, похожи между собой тем, что все они пережили также психологическую травму.

Дети становятся недоверчивыми и боязливыми, они могут считать посторонних людей опасными и непредсказуемыми. У них формируется низкая самооценка, отсутствуют такие черты личности, как самоуважение и самоконтроль. Часто жажда мести приводит к тому, что ребёнок, жертва насилия, сам становится агрессором и провоцирует других на драки и ссоры. Любое недостойное обращение с ребёнком является для него уроком того, что такое поведение взрослых с детьми приемлемо, и в будущем он будет моделировать такое же поведение. Из опрошенных подростков-правонарушителей две трети подвергались жестоким наказаниям с раннего детства. Реакции посттравматического стресса, в том числе постоянный возврат всплеск воспоминаний, приводят к низкой концентрации на уроке, а затем и к низкой успеваемости.

У детей, которые с раннего детства являются жертвами физического насилия, встречается нарушение центральной нервной системы, бывает низкий уровень интеллекта, задержка психического развития и могут быть проблемы с речью.

Травмы головы, переломы конечностей и другие повреждения обрекают на плохое здоровье в течение всей жизни.

### **2.3. Симптомы, диагностика и последствия сексуального насилия**

#### Симптомы

##### **Внешние показатели:**

- ✓ Порванное, запачканное или окровавленное нижнее бельё.
- ✓ Трудности при ходьбе и сидении.
- ✓ Жалобы на боль в области половых органов, боли в животе непонятного происхождения, головная боль.
- ✓ Опухоль или раздражение в области половых органов.
- ✓ Синяки на внешних половых органах.
- ✓ Кровотечение из половых органов.
- ✓ Выделение из половых органов.
- ✓ Гематомы на груди, ягодицах, нижней части живота, бедрах.
- ✓ Следы спермы на одежде, коже и в области половых органов, бёдер.

##### **Характер травм и заболеваний:**

- ✓ Повреждение генитальной, анальной области, в том числе нарушение целостности девственной плевы.
- ✓ «Зияние ануса».
- ✓ Заболевания, передающиеся половым путем.
- ✓ Беременность.
- ✓ Венерическая болезнь.
- ✓ Недержание кала («пачкание одежды»), энурез.
- ✓ Нервно-психические расстройства.
- ✓ Психосоматические расстройства.
- ✓ Мочеполовые инфекции и боли в горле.

### **Особенности психического состояния и поведения ребёнка:**

#### Дети дошкольного возраста:

- ✓ Ночные кошмары и нарушение сна.
- ✓ Встревоженность и страхи.
- ✓ Регрессивное поведение (поступки, характерные для более младшего возраста).
- ✓ Несвойственные возрасту знания о сексуальном поведении, а также сексуально-агрессивные игры со сверстниками, игрушками или с самим собой.
- ✓ Открытая мастурбация.
- ✓ Боится оставаться один с кем-то.
- ✓ Жалуется взрослым на сексуальные посягательства.

#### Дети младшего школьного возраста:

- ✓ Резкое ухудшение успеваемости.
- ✓ Посттравматические стрессовые расстройства, неспособность концентрироваться.
- ✓ Несвойственные возрасту знания о половых вопросах, сексуально-окрашенное поведение.
- ✓ Гнев, агрессивное поведение.
- ✓ Ухудшение взаимоотношений со сверстниками и родителями, не являющимися насильниками.
- ✓ Деструктивное поведение.
- ✓ Мастурбация.

#### Подростки:

- ✓ Депрессия.
- ✓ Низкая самооценка.
- ✓ Агрессивное, антисоциальное поведение.
- ✓ Проблемы в школе.
- ✓ Социальная изоляция.
- ✓ Затруднения с половой идентификацией.
- ✓ Сексуализированное поведение.
- ✓ Угрозы и попытки самоубийства.
- ✓ Употребление алкоголя, наркотиков.
- ✓ Проституция, беспорядочные половые связи.
- ✓ Уходы из дома.
- ✓ Насилие (в том числе сексуальное) по отношению к более слабым.

#### Диагностика

Распознать сексуальное насилие очень трудно. Во-первых, свидетельства бывают очень редко, во-вторых, насильник всегда отрицает факт насилия. Поэтому огромное значение для диагностики имеет слово ребёнка. Чаще всего дети не хотят говорить.

Причин такого молчания несколько:

- ✓ Ребёнка запугивали.
- ✓ Он стыдится говорить об этом.
- ✓ Его убедили хранить «секрет».
- ✓ Он считает себя виноватым во всем.
- ✓ Его убедили, что такие отношения нормальны, и это происходит со всеми.

Для своевременной диагностики сексуального насилия большое значение имеют часто проводимые медицинские обследования, во время которых нужно обращать внимание на внешние

признаки насилия, описанные выше. Особое значение при сборе анамнеза имеет описание семьи, т. к. инцест чаще всего встречается в дисфункциональных и антисоциальных семьях. Также нужно серьезно насторожиться, если ребёнок сам говорит о насилии. Дети крайне редко сочиняют такие вещи, и, если он говорит об этом, скорее всего он говорит правду. Также о возможном насилии могут сообщить соседи, родственники и другие люди.

Сексуальные темы во время игры, рисования, в разговоре, сексуально окрашенное поведение могут указывать на перенесенное насилие. Чрезвычайная осведомленность и вопросах секса также подтверждает возникшее подозрение.

Если вы имеете налицо только один какой-то признак насилия - это уже повод, чтобы насторожиться, но если их несколько - это повод начать расследование.

Начиная интервью с ребёнком, пострадавшим от сексуального насилия, психолог, терапевт, следователь или социальный работник должен помнить, что он имеет дело с ребёнком, находящимся в состоянии посттравматического стресса.

## **2.4. Симптомы, диагностика и последствия пренебрежения детьми**

### Пренебрежение физическими нуждами ребёнка

#### *Внешние показатели и поведенческие реакции:*

- ✓ Очень худой или очень толстый ребёнок. Из-за неправильного, несоответствующего возрасту питания ребёнок или не прибавляет в весе, или наоборот выглядит очень толстым. Может быстро прибавлять в весе, пока находится в больнице.
- ✓ Очень бледный, анемичный ребёнок. Родители не следят за тем, чтобы ребёнок получал все витамины и необходимые для его развития продукты.
- ✓ Грудной ребёнок "ищет еду" губами. Мать забывает кормить или не хочет кормить ребёнка; или даёт ему пищу, несоответствующую возрасту.
- ✓ Жадно ест, когда предлагают.
- ✓ Опрелости у грудных детей, постоянно грязный ребёнок. Ребёнку не меняют пеленки, не моют его, не выполняют элементарные гигиенические требования.
- ✓ Ребёнок одет не по погоде. В холодную погоду ребёнок ходит без теплой одежды и обуви.

### Пренебрежение эмоциональными потребностями ребёнка

#### *Поведенческие и эмоциональные реакции:*

- ✓ Ребенок не ищет инициаций со стороны родителей. Зная, что родители только раздражаются, когда ребёнок ищет их внимания, он перестает просить у них помощи и старается как можно реже обращаться к ним.
- ✓ Неласковый ребёнок. Ребёнок моделирует поведение родителей, которые никогда не проявляют нежных чувств по отношению к нему (не гладят его по голове, не берут на руки, не целуют).
- ✓ Старается привлечь внимание любого взрослого, виснет на нём. С удовольствием уходит с чужими.
- ✓ Ребёнок, испытывающий чувство одиночества. Несчастный ребёнок. Ребенок часто находится запертым один дома.

### Пренебрежение поддержанием и восстановлением здоровья ребёнка:

- ✓ Ребёнка не показывают врачу, когда это требуется по состоянию здоровья, не лечат его.
- ✓ Отказываются от необходимых процедур, прививок, предписания врачей.
- ✓ Не проводят обследования ребёнка.
- ✓ Не вызывают скорую помощь, когда это необходимо.

### Пренебрежение получением ребёнком образования:

#### *Внешние показатели и поведенческие реакции:*

- ✓ Задержка психического развития и речи.
- ✓ Ребёнок пропускает школу или часто опаздывает.
- ✓ Ребёнок пропускает школу по причине того, что смотрел за другими детьми.
- ✓ У ребёнка может быть "школьный невроз" из-за страха перед школой и отсутствия помощи родителей.
- ✓ Всегда невыполненные домашние задания.
- ✓ Родители не бывают в школе и не интересуются успеваемостью ребёнка.

### **ГЛАВА 3. ОСНОВЫ ТЕРАПИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ ЖЕРТВ НАСИЛИЯ**

В лечении жертв насилия применяются психотерапевтические методы и медикаментозная (биологическая) терапия. Медикаментозная терапия обычно назначается детскими психиатрами (в районах, где их нет, она может быть назначена невропатологом или педиатром). Медикаментозная терапия может проводиться амбулаторно, а в сложных случаях и стационарно. Подробная схема медикаментозной терапии может быть применена на практике только врачами-психиатрами или невропатологами (в крайних случаях - педиатрами).

Большая роль в терапии посттравматического стрессового расстройства отводится психотерапии. К сожалению, у нас в стране единичные специалисты владеют методами психотерапией детей подростков. Поэтому мы сочли нужным ниже изложить основы психотерапии для того, чтобы профессионалы, работающие с жертвами насилия, могли, как минимум, знать, как построить свою работу с ребенком, на что направить свои действия, как беседовать с детьми, пострадавшими от насилия.

#### **3. 1. Основы терапии и реабилитации детей, пострадавших от эмоционального насилия**

1. Следует помнить, что эмоциональное насилие нередко сочетается с физическими наказаниями в виде шлепков, подзатыльников, порки ремнём, а значит, высок риск совершения физического насилия с нанесением телесных повреждений.

2. Перед началом лечения необходимо тщательное исследование ситуации в семье, школе, среди сверстников ребенка.

3. Роль и участие родителей, школы в лечении должны быть четко определены с самого начала.

4. В ряде случаев необходимо лечение родителей (депрессия, тревожные расстройства и т. п.).

5. Наиболее адекватной является семейная терапия, но она может совмещаться и с другими видами терапии. Важная роль отводится обучению родителей.

6. Основными мишенями психотерапевтической работы у детей, подвергшихся эмоциональному насилию, являются чувство вины, низкая самооценка, неумение понимать эмоции других и оценивать свои собственные эмоции, неправильные, дезадаптивные модели поведения.

#### **3. 2. Основы терапии и реабилитации жертв физического и сексуального насилия**

1. Обеспечение безопасности и уверенности.

Нельзя рассчитывать, что ребёнок избавится от реакций, в основе которых травма, пока у него не сложится реальное ощущение безопасности. Когда психолог или психотерапевт твёрдо уверен, что ребёнок в безопасности, необходимо медленно и терпеливо помочь усвоить самому ребёнку, что он в безопасности, хотя иногда это может быть крайне трудным делом. Бывают ситуации, когда реальную безопасность доказать тяжело (насильник не пойман милицией, или не осуждён и находится на свободе). В таких случаях необходимо использовать все возможные методы, такие, например, как договор с родителями о том, чтобы ребёнок не оставался один. В тех случаях, когда сами родители являются насильниками, целесообразно помещение ребёнка в больницу, в приют, к родственникам и т. п.

2. Процесс лечения должен быть комплексным и включать в себя работу с родителями, учителями и, в отдельных случаях, с сотрудниками правоохранительных органов, которые неправильным ведением интервью с ребёнком, созданием ситуации, когда ребёнок должен неоднократно повторять обстоятельства травмы, могут только усугубить его состояние.

3. Уважайте право ребёнка молчать о насилии и травме, не выясняйте подробностей и обстоятельств травмы, если ребенок сам этого не хочет.

4. Необходимо в первую очередь снять чувство вины, как как многие дети считают, что они сами виноваты в случившемся. Необходимо сказать ребёнку: "Ты не виноват, ты действительно ничего не мог сделать в этой ситуации". Также необходимо беседовать с родителями, так как они очень часто склонны обвинять ребенка, что он "пошёл не той улицей", "не закрыл за собой дверь", долго не рассказывал родителям о случившемся.

5. Ребёнка следует понимать с точки зрения всех особенностей детского поведения.

6. У детей часто могут возникать страхи, порождаемые определенными местами, людьми и т. п., детей следует ограждать от подобных ситуаций, а также избегать помещения ребенка в "неконтролируемую среду", провоцирующую страх, например рассказы о привидениях после отбоя в летнем лагере.

7. Лечение должно быть длительным. В среднем общее количество психотерапевтических сессий



составляет 12, с частотой 1-2 раза в неделю, затем ребёнок должен наблюдаться в течение 1-2-х лет. Кажется, что наконец ребёнок в порядке. Вместо этого думайте: "Ребёнку нужно, по меньшей мере, год на восстановление в спокойном окружении на каждый год травмы или деформирующего обращения". Помните, что если вы не уверены, что можете лечить ребёнка, перенесшего насилие или этот случай слишком тяжёл для вас, то лучше направить ребёнка к специально обученному специалисту или постоянно консультироваться с таким специалистом.

8. Наконец, помните и о себе, работа эта крайне тяжела, она истощает эмоционально, физически и душевно.

### **3.3. Основы терапии и реабилитации детей, пострадавших от пренебрежения**

1. Начинать необходимо с диагностики семейно-педагогической запущенности.

2. В случаях, когда ситуация в семье практически некоррелируемая (алкоголизм, наркомания, асоциальное поведение родителей), необходим контакт с органами опеки и попечительства с целью улучшения социальной ситуации для ребёнка - передача его родственникам или опекунам или в интернатное учреждение временно или постоянно; в ряде случаев необходимы "жёсткие" меры, такие, как лишение родительских прав. Однако в каждой конкретной ситуации следует до конца помнить, что лучшей средой для ребёнка является семья, и отлучать ребёнка от семьи следует лишь тогда, когда никакие другие решения осуществить невозможно.

3. Работа должна быть комплексной и включать в себя все возможные виды социальной поддержки семьи, обучение родителей и работу с самим ребенком. Если ребёнок всё-таки помещён в интернатное учреждение, он также нуждается в длительной психолого-педагогической коррекции, включающей в себя привитие бытовых навыков, обучение правилам безопасного поведения, правилам поведения в обществе, коррекцию поведенческих расстройств, если таковые уже сформировались.

## **ГЛАВА 4. ПРОФИЛАКТИКА НАСИЛИЯ НАД ДЕТЬМИ**

### **4.1. Работа с родителями по профилактике и предотвращению жестокого обращения с детьми**

Известно, что 85% родителей детей до 12 лет используют физические наказания, но только 8 из 10% из них считают их эффективным методом воспитания, а 65% предпочли бы воспитывать детей как-то иначе, но не знают как. Для того чтобы рассмотреть подходы в профилактике, необходимо ещё раз, более подробно, чем в 1-й главе, остановиться на группах риска. Кроме того, большая часть рекомендаций данного раздела уже представлена в форме обращения к родителям.

#### **Когда же родители прибегают к жестокому обращению с детьми:**

- ✓ Они рассержены на ребёнка.
- ✓ Они сердиты по другим причинам.
- ✓ Они не знают, что делать, когда ребёнок поступает не так, как надо.
- ✓ Они сами подвергались насилию в детстве и теперь не знают других способов обращения с детьми.

#### **Семьи - группы риска по жестокому обращению с детьми:**

- ✓ с хронической стрессовой ситуацией (неполные, с материальными трудностями, изолированные семьи);
- ✓ проблемы с психическими заболеваниями одной из членов семьи;
- ✓ члены семьи изолированы друг от друга на длительное время;
- ✓ молодые матери (16 лет и младше);
- ✓ со сложным психическим климатом;
- ✓ есть дети с проблемами поведения;
- ✓ антисоциальные семьи, в которых употребляют алкоголь и наркотики;
- ✓ где есть грудные дети, с нарушением питания и сна;
- ✓ не выполняются медицинские и педагогические рекомендации;
- ✓ есть дети, перенесшие психическую травму;
- ✓ родители сами подвергались в детстве жестокому обращению;
- ✓ переехавшие семьи;
- ✓ бездомные;
- ✓ с низким образовательным уровнем родителей.

**Семьи, в которых родители бьют детей, обычно имеют следующие взгляды на поведение ребёнка:**

- ✓ Негативное восприятие ребёнка;
- ✓ Видят в плохом поведении умышленное непослушание;
- ✓ Не понимают разницу между позитивным и негативным поведением;
- ✓ Концентрируются только на негативном и полностью игнорируют позитивное поведение ребёнка.

**Такие родители обычно имеют следующую стратегию дисциплины:**

- ✓ Использовать больше силовых техник убеждения;
- ✓ Больше физического наказания - как главного средства контроля;
- ✓ Больше карательных методов, меньше рассуждений.

Родители, которые часто используют физические наказания, заблуждаются по поводу их результатов. Они добиваются только видимости послушания со стороны детей. Обычно, когда детей не видят, они, все равно, поступают так, как им хочется, а не так, как от них требуют.

**Почему нет смысла наказывать ребёнка физически:**

1. Не улучшает поведение;
2. Может вызвать обратную реакцию к ухудшению поведения;
3. Может появиться чувство мести;
4. Вызывает чувство обиды и возмущение;
5. Развиваются такие качества, как трусливость и изворотливость;
6. Ребёнок привыкает к физическим наказаниям и уже не реагирует на них.

Быть родителями - это одна из самых трудных работ в жизни. Оглядываясь назад, многие из них хотели бы изменить те отношения с детьми, которые остались в прошлом. Они говорят, что могли бы проводить больше времени со своими детьми и не обижать их. Но тогда, когда это было возможно, они не знали, как это сделать. Поэтому важно научить родителей быть родителями. Ведь прежде чем приступить к выполнению какой-либо работы, мы сначала учимся. И только такой работе, как быть родителями, мы начинаем учиться после того, как ими становимся.

Как избежать жестокого обращения в семье? Для этого надо, чтобы родители понимали нужды ребёнка, знали возрастные особенности его развития, его нужды и желания.

**НОВОРОЖДЕННЫЙ**

**Что любят младенцы?**

- ✓ Прижаться к вам;
- ✓ Лежать на вашей груди;
- ✓ Смотреть через ваше плечо, когда вы поддерживаете его головку;
- ✓ Лежать на ваших руках лицом к ним лучшая позиция для улыбки и разговора друг с другом;
- ✓ Младенцы также любят нежный массаж.

Но больше, чем во всем остальном, они нуждаются в том, чтобы мы заботливо поддерживали их головку и шею.

**Что младенцы не любят?**

- ✓ Когда их держат, не поддерживая головку или спинку;
- ✓ Быть на вытянутых руках взрослых, что дает ребёнку чувство беспокойства и опасности;
- ✓ Любое грубое обращение, такое, как слишком сильное объятие или когда ему насильно толкают в рот бутылочку или соску;
- ✓ Когда его внезапно хватают;
- ✓ Очень грубую игру;
- ✓ Тряску — что может быть причиной серьезного повреждения или даже смерти.

**Если ребёнок плачет:**

Плач - это единственный способ, который младенец может использовать, чтобы рассказать нам, как он себя чувствует или что он в чем-то нуждается.

Если вы проверили вес (не голоден ли он, не хочет ли пить и т. д.), а плач все равно не прекращается, попробуйте;

- ✓ Прижмите его (помните: взять и прижать к себе плачущего ребёнка не значит его баловать);
- ✓ Нежно покачайте малыша в коляске или люльке;
- ✓ Спойте ему тихонько;
- ✓ Походите с ребёнком на руках;
- ✓ Включите спокойную музыку.

Если ребенок плачет как-то необычно или вы думаете, что он чувствует себя плохо, проконсультируйтесь у вашего врача.

**Если вы уже не можете выносить плач малыша:**

- ✓ Наберите побольше воздуха и медленно выдохните. Положите ребёнка в безопасное место. Выйдите в другую комнату и посидите несколько минут, возможно, с чашкой чая или у ТВ — это поможет вам успокоиться. Когда вам станет лучше, вернитесь к ребёнку;
- ✓ Попросите друзей или родственников посидеть с ребенком, чтобы вы могли отдохнуть;
- ✓ Старайтесь не сердиться на ребёнка, потому что это только сильнее его "заводит";
- ✓ Никогда не давайте вашим чувствам заходить слишком далеко.

Существует много способов решить ваши проблемы. Нужно просто проконсультироваться с врачом или другими специалистами.

**РЕБЁНОК ОТ 1 ДО 5 ЛЕТ**

Между 1 - 2 годами ребёнок учится через "вижу, слышу, ощущаю".

До 2 лет невозможно заставить детей быть послушными, потому что они не осмысливают, что делают что-либо неверно. Например, годовалый ребёнок открывает для себя, что когда он какает своей едой на пол, это издаёт совершенно невообразимый звук и создает изумительный образ, и он с удовольствием делает это снова и снова. Если вы сердитесь на него, это ставит его в тупик, но он все равно не увидит никакой связи между вашей сердитостью и его поведением.

В первые дни кормление ребёнка тесно связано с выражением любви, что может стать эмоциональной основой для ваших будущих отношений. Всегда помните, что если ваш ребенок отказывается кушать вашу пищу, это не значит, что он отрицает вас или вашу любовь. Разрешите ребёнку кушать самому, как только он сможет это делать и решать, когда для него достаточно.

К 2-м годам большинство детей будут копировать реальные слова, и примешивать к ним собственные. Поощряйте это, как только можете. Ваш ребёнок учится языку от вас, поэтому говорите с ним правильно, насколько сможете с самого начала, если вы даже находите это немного смущающим.

В возрасте от 3 до 5 лет основной характеристикой ребенка является исследование мира через игру. Игра является неотъемлемой частью практики ребёнка и обогащения его кругозора. Только очень несчастные или больные дети не хотят играть. Играя, вы можете помочь своему ребенку освоить новые навыки, поэтому никогда не чувствуйте себя виноватым, потратив время на игру. Однако не считайте себя обязанным присоединяться к игре все время. Детям нужно делать какие-то волнующие открытия самим.

Вашему ребёнку нужно чувствовать, что вы поощряете его усилия, иначе он не будет получать от них удовольствия и прекратит стараться тогда, когда будет трудно. Взгляд вашего ребёнка на себя основывается на том, что вы говорите ему. Поэтому старайтесь поощрять его не только за достижения, но и за попытки тоже. Если вы смеетесь над ним и говорите, что он глупый или неловкий, он безоговорочно поверит вам.

Старайтесь сделать жизнь легче для себя, уберите все опасные, бьющиеся или ценные предметы, так чтобы ребёнок мог осторожно исследовать окружающую среду, и вы сможете чувствовать себя более спокойно.

Обеспечьте ребёнка различными игрушками - деревянные ложки и пластиковые чашки являются для ребёнка такими же волнующими, как и дорогие новые игрушки. Если вы не уверены в том, какие игрушки соответствуют возрасту ребенка, спросите у вашего врача или у друзей с детьми.

Лучшими играми для 3-летнего ребенка становятся виши кастрюли и крышки, дверцы шкафов и шифоньеров, песок, вода и краски. Он готов учиться у вас всему, поэтому будьте терпеливы, когда малыш начинает мучить вас бесконечными вопросами. Хорошо было бы обеспечить ребёнка книгами и кассетами. Дети этого возраста любят разные истории, песни и хотели бы слушать их снова и снова, чем иногда сильно досаждают домашним. Все дети этого возраста только учатся отличать плохое поведение от хорошего, и учатся общепринятым правилам и нормам. Поэтому было бы глупо требовать от 3-5-летнего ребёнка выполнения правил, которые он еще не знает. Прежде чем кричать на ребенка или ударить его за непослушание, оцените его возможности в этом возрасте.

**Как избежать физического наказания, когда 3-5 - летний ребёнок вас не слушает:**

1. Отвлеките его или переключите на другой вид деятельности;
2. Если он играет с опасными предметами, уберите их повыше, так, чтобы он не мог их достать;
3. Поиграйте вместе с ним, чтобы контролировать, чем он играет и в какие игры;

4. Наказанием для ребёнка будет уже то, что вы не обратите на него внимания и перестанете ему улыбаться;

5. Если вы чувствуете, что теряете контроль над собой и больше не можете сдержаться, уйдите в другую комнату и устройте себе отдых или перерыв. Попробуйте расслабиться и не думать о неприятности или просто досчитайте до 10 и начните думать опять.

### РЕБЁНОК ОТ 5 ДО 7 ЛЕТ

Возраст детей в это время еще называют возрастом игры. Но в это время основным содержанием игры уже становятся отношения между людьми. Вводится сюжет, а к 7 годам появляется игра по правилам, т. е. выполнение взятой на себя роли.

Ребёнок на этом этапе уже может обучаться по программе, но только если он принимает ее. Он обычно делает только то, что захочет сам, поэтому разумнее всего все виды обучения строить в игровой форме. За период с 3 до 7 лет ребёнок переживает два возрастных кризиса и, конечно, избежать конфликтов с ним довольно-таки трудно. Если ребёнок демонстрирует агрессивное или неподобающее поведение, предложите родителям некоторые методы, взятые из арсенала поведенческой терапии:

**1. Метод "Делай" - "Не делай".** Научите родителей, что есть вещи, которые улучшают взаимодействие между детьми и взрослыми и которые ухудшают их. Метод «Делай» показывает, что можно использовать для улучшения отношений.

«Делай» (этот метод использует чувство гордости):

- ✓ Описывай. Описывайте подходящее поведение. Причины: разрешает ребёнку лидировать, показывает, что вы интересуетесь, моделирует речь, удерживает детское внимание.
- ✓ Отражай. Поддерживайте правильное поведение и нужный разговор. Причины: показывает ребёнку, что вы его действительно слушаете, демонстрирует понимание, улучшает вербальное общение, повышает самооценку, появляется теплота в отношениях.
- ✓ Имитируй. Имитируйте нужную игру. Причины: позволяет ребёнку вести игру, показывает ребёнку, что вы вовлечены в игру, учит ребёнка, как играть с другими.
- ✓ Поощряй. Поощряйте подходящее поведение. Причины: улучшает поведение, повышает самоуважение, дает понять ребёнку, что вы довольны.
- ✓ Используйте энтузиазм. В голосе должен чувствоваться задор. Причины: держит ребенка заинтересованным, помогает ребёнку отвлечься, когда он все игнорирует.

Метод «Не делай» учит тому, чего нужно избегать при общении с ребёнком для улучшения взаимодействия.

«Не делай»:

- ✓ Не давай команды. Избегайте во время игры с ребёнком давать команды. Причины: не даете ребёнку лидировать, это может быть причиной того, что ребёнку с вами неприятно;
- ✓ Не задавайте много вопросов. Причины: это может выглядеть так, что вы не слушаете ребёнка, или не согласны с ним, вы лидируете и разговоре.
- ✓ Избегайте критики. Причины: это не работает на улучшение поведения, наоборот, может усиливать критикуемое поведение, понижает самооценку, усиливает неприятное взаимодействие.

**2. Игнорирование.** Если ребёнок ведет себя неподходящим образом, игнорируйте такое поведение (до тех пор, пока оно не опасно).

- ✓ Не смотрите на ребёнка, не разговаривайте, не смейтесь, не хмурьтесь. Причины: держите ситуацию в своих руках, помогает ребенку заметить разницу между вашими реакциями на плохое и хорошее поведение, уменьшает плохое поведение;
- ✓ Игнорируйте каждый раз;
- ✓ Ожидайте улучшение поведения.

**3. Остановка игры.** Если ребёнок демонстрирует совершенно неподобающее поведение (причиняет боль, плюет, сквернословит, ломает что-либо и т. д.).

**4. Установление ограничений.** Непослушание всегда должно сопровождаться установлением ограничений: «У тебя только два выбора: Ты можешь либо..., либо взять тайм-аут».

**5. Тайм-аут или «Горячий стул».** Если ребенок не подчинился предупреждению о тайм-ауте, это всегда должно сопровождаться процедурой тайм-аута. Ребёнок должен отправляться на стул и находиться там 3 минуты.

## РЕБЁНОК С 7 ДО 13 ЛЕТ

Взросление детей и кризис 7 лет всегда сопровождаются трудностями во взаимоотношениях детей и родителей. Начиная с 7-летнего возраста, ребёнок вступает в новую фазу жизни, где главной становится идея обучения. Теперь все усилия направлены только на успехи в учебе, получение хороших отметок, установление отношений с учительницей и новым коллективом. Игра отходит на второй план, но все еще важна для ребёнка. Только игра теперь тоже меняет содержание, она снижает свое развивающее значение.

Ребёнок в возрасте от 7 до 13 лет также переживает два возрастных кризиса. Часто родителям кажется, что они вообще не в состоянии справиться с ребёнком.

Кризис 7 лет связан с изменением ведущей деятельности ребёнка и его обобщением переживаний по поводу успеха или неуспеха. Также ребёнок 7 лет способен оценивать свои возможности и способности. Возникает ориентация на нормы и правила, созданные взрослыми. Обычно ребёнок ведет себя плохо только в присутствии близких взрослых. Плохое поведение ребёнка состоит в игнорировании привычных правил и носит характер избегания.

Кризис 13 лет (подростковый) характеризуется эмоциональной неустойчивостью, резкими изменениями в поведении. Нарушения носят провокационный, конфликтный характер.

Ощущение себя личностью, чувство взрослости, развитие самосознания придают подростку уверенности и силы. 13-14 лет обычно последний возраст, указанный в литературе, когда родители еще прибегают к физическим наказаниям.

### **Стратегия для родителей, имеющих подростков:**

- ✓ Показывайте подростку свою заинтересованность в его делах;
- ✓ Уважайте взгляды подростка;
- ✓ Дайте подростку почувствовать, что, несмотря на его свободу и независимость, вы всегда готовы помочь и защитить;
- ✓ Будьте гибкими со старшими детьми и подростками, слушая их и ведя переговоры, вы уменьшаете силу их неприятия родительских решений;
- ✓ Уважайте потребность подростка к уединению. У него должно быть его личное пространство, время наедине с собой и тайны по поводу его личных отношений;
- ✓ Дайте подростку добавочное время для выполнения вашего задания или просьбы;
- ✓ Составьте и напишите семейные правила;
- ✓ Почитайте на досуге буклеты и брошюры для родителей. Они рассказывают о банальных истинах, но лишней раз заставляют задуматься о методах воспитания.

### **ПРОФИЛАКТИКА СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ**

Гораздо легче предотвратить сексуальное насилие в отношении вашего ребёнка, чем испытывать глубочайшее чувство вины за то, что не уберегли его.

#### **Родители должны знать, что:**

1. Жертвами насилия могут быть как девочки, так и мальчики.
2. Насилие может совершаться в отношении детей всех возрастов, включая и детей до 1 года.
3. В 85-98% случаев дети знакомы с насильником. И не просто знакомы, а часто испытывают к нему чувство любви и доверия.
4. Чаще всего насилие происходит в доме жертвы, либо в доме насильника.
5. Насильником может быть человек любого возраста, любой расы и любого социального положения.
6. Сексуальное насилие ничего общего не имеет со страстью, это проблема власти.

Защитить детей от сексуального насилия - одна из главных задач родителей.

#### **Советы родителям:**

1. Запомните правило «три К», всегда знайте: Куда пошел ваш ребенок; Кто пошел с ним и Когда он должен вернуться.

2. Всегда отмечайте взрослых, которые уделяют слишком много внимания вашему ребёнку и дарят ему дорогие подарки, покупают сладости, ищут возможности остаться наедине с вашим ребёнком и т. д.

3. Ваш ребёнок должен знать с детства, кто его может трогать, а кто нет, и какие части тела считаются интимными. А также, что интимные части тела никто (кроме самого ребёнка, врача и мамы) не может трогать. Для того чтобы ребёнок понял, о чем идет речь, используйте выражения типа: «у тебя

под одеждой», «у тебя под трусиками». Можно также добавить: «если кто-нибудь захочет потрогать тебя здесь, скажи мне». Пусть ребёнок выучит правила сексуального поведения, приведенные ниже.

4. Объясните детям разницу между «плохим» и «хорошим» секретом. Например, скажите, что хранить в секрете сюрприз на день рождения — это хорошо, но не рассказать взрослым, если кто-то доставляет тебе неприятные ощущения или обижает тебя — это плохо.

5. Научите детей доверять интуиции и говорить «нет» в ситуациях, когда они чувствуют себя с кем-то некомфортно.

6. Не оставляйте маленьких детей одних на площадках, в магазине, в парке без наблюдения близких взрослых.

7. Объясните детям, что они не должны подходить к незнакомым машинам и к незнакомым людям. Дети также не должны уходить даже со знакомыми людьми прежде, чем спросят вашего разрешения.

8. Научите подростков выбирать самый безопасный (а не самый близкий) путь возвращения вечером домой. Также вы должны знать, с кем они пойдут или кто их будет встречать.

9. Слушая ребёнка, применяйте «активное слушание». Ребёнок должен знать, что если его что-либо беспокоит, вы всегда выслушаете и поможете.

10. Соблюдайте правила сексуального поведения при детях, приведенные ниже.

#### **Правила сексуального поведения для детей (по Barbara Bonner):**

1. Можно дотрагиваться до своих интимных частей тела, будучи наедине с собой.
2. Нельзя дотрагиваться до интимных частей тела другого человека.
3. Нельзя позволять другим людям дотрагиваться до ваших интимных частей тела.
4. Нельзя показывать интимные части тела другим людям.
5. Контролируйте свое сексуальное поведение, чтобы окружающие чувствовали себя комфортно.

#### **Правила сексуального поведения для взрослых:**

- ✓ Контролируйте игры детей, чтобы знать, где они и что они делают. Не разрешайте играть при закрытых дверях, если вы не уверены в ком-либо из детей.
- ✓ Желательно, чтобы ребёнок не купался в ванной с другими детьми и не спал в одной кровати с кем-либо. Также предпочтительно, чтобы ребёнок спал в комнате один.
- ✓ Нельзя давать возможность детям подавлять младших или уязвимых детей.
- ✓ Нельзя держать в доме откровенно сексуальные материалы.
- ✓ Взрослые должны быть наедине в ванной или спальне. В доме должны быть установлены четкие правила о вхождении ребёнка и спальню к взрослым (например, стук в дверь). Если взрослые собираются заняться сексом, они должны принять меры, чтобы дети не могли войти или наблюдать их частично раздетыми, или откровенно разыгрывать сексуальное поведение, когда это могут видеть дети.
- ✓ Взрослые должны быть скромны при детях. Нельзя ходить раздетыми или обнажёнными, если дети находятся рядом. Однако совершенно нормально, если вы показываете доброе отношение друг к другу.
- ✓ Не разрешайте ребёнку спать или купаться со взрослыми.
- ✓ Взрослые должны научить ребенка соблюдать эти правила. Важно, чтобы и дети, и взрослые соблюдали их.

### **ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ ПРЕНЕБРЕЖИТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ К ДЕТЯМ**

Все родители должны знать, что если у них есть ребенок, то они обязаны заботиться о нем наилучшим образом. Причем знать это должны как матери, так и отцы, даже если они не живут с ребёнком. Ничто не является оправданием того, что дети лишены присмотра, не накормлены, вовремя не вылечены и т.д.

#### **Что нужно каждому ребёнку, чтобы вырасти здоровым и полноценным человеком:**

- ✓ Уважение. Идеи вашего ребёнка о том, что является самым важным, могут быть отличными от ваших. Постарайтесь помнить об этом, когда ваш ребёнок хочет сказать вам что-нибудь срочно, даже тогда, когда вы очень заняты.
- ✓ Физическая забота. Это понятие включает в себя тепло в доме, адекватную одежду и

достаточное количество еды, вовремя сделанные прививки, лечение, обеспечение безопасности ребёнка и т. д.

- ✓ Похвала и призы. Они помогут ребёнку чувствовать уважение к себе и доверие к взрослым.
- ✓ Внимание. Слушайте детей, и не только тогда, когда они что-то говорят словами, но и тогда, когда они пытаются показать вам это всем своим поведением.
- ✓ Доверие. Дайте знать ребёнку, что вы доверяете ему, и что бы ни случилось, вы ему поверите и поможете,
- ✓ Любовь. Это самое необходимое, в чем нуждается любой человек.

**Что должен делать каждый родитель, чтобы обеспечить его всеми нуждами:**

1. Хорошо и правильно кормите ребёнка, вовремя лечите, одевайте соответственно погоде и возрасту.

2. Следите за развитием ребёнка и за успеваемостью в школе.

3. В большинстве ситуаций дети в возрасте до 8 лет не должны быть одни, особенно в крупных городах. Даже когда они играют с другими детьми, кто-то из близких взрослых должен присматривать за ребёнком.

4. Никогда не оставляйте детей без присмотра в таких местах, как парки или магазины. Не оставляйте их также в машине или около магазина, даже если вы вышли только на несколько минут.

5. Если вы находитесь в людном месте, не отпускайте руку ребенка ни на минуту. Не уходите слишком далеко вперед от ребенка.

6. Как только ребёнок будет способен запомнить, научите его, как его полностью зовут, адрес и номер телефона. Потренируйтесь с ним, пока не убедитесь, что он запомнил.

7. Уже с двух или трех лет вы можете начинать учить ребёнка личной безопасности. Скажите ему очень простым языком, что он никогда, ни с кем не должен уходить, прежде чем не спросит разрешения у родителей.

8. Более старших детей научите правильно переходить дорогу, делать покупки и спрашивать у взрослых дорогу, если они её забыли. Дети должны всегда говорить вам, куда они идут, с кем и когда вернуться.

9. Запишите себе имена, адреса и телефоны всех друзей, у которых может быть ваш ребёнок.

10. В очень людных местах нужно обговорить заранее, где вы встретитесь, если потеряете друг друга (около справочной или кассы № ...), Убедитесь, что ребёнок знает, к кому нужно обратиться за помощью. Это должен быть не просто взрослый, а надёжный взрослый — полицейский, взрослый с маленьким ребёнком, работник магазина.

11. Помогите воспитать в ребёнке такие качества как самоуважение, используя много поощрений, любви и внимания. Опасные взрослые или те, кто плохо воспитывает своих детей (оставляет их без присмотра, плохо кормит и т. д.), должны быть исключены из круга общения вашего ребёнка.

12. Научите ребёнка, что он никогда не должен делать для взрослых то, что им не хочется или не нравится, даже для тех, кого они хорошо знают. Никогда не заставляйте детей целовать или обнимать тех взрослых, с которыми они не хотят делать это.

13. Слушайте детей, особенно тогда, когда они стараются сказать вам о вещах, которые их беспокоят. Дайте детям знать, что вы всегда воспринимаете их серьёзно и сделаете все, чтобы они чувствовали свою безопасность.