

# «Попередження жорстокості та насильства в сім'ї»

Ми живемо в світі, однією з характерних ознак якого є насильство. Нині Україна потерпає від жорсткої економічної кризи, перехідний період якої характеризується зростанням злочинності. На такому фоні актуальною є проблема насильства в сім'ї. За даними Центру соціологічних досліджень при НАН України близько 70 % жінок потерпають від різних форм приниження і знущання в родині. Це відображається на дітях, які або безпосередньо самі страждають від насильства, або переймають «соціальну естафету» насильницьких дій. За даним соціологічного дослідження «Насилля серед дітей та підлітків», встановлено, що витoki жорстокості та насильства частіше за все треба шукати в сім'ї. Так, близько 60 % батьків систематично так чи так виявляють агресивне ставлення до своїх дітей, у 17 % таких батьків агресивність характеризується особливою грубістю. Таким чином, домашнє насильство вже стало національною ганьбою. Поняття «сім'я» у нас звичайно асоціюється з безпекою і захистом, із місцем, де можна знайти відпочинок і порозуміння. Проте дедалі частіше дізнаємося про існування сімей, у яких люди живуть ніби «в зоні військових дій». І страждають від цього слабкі, незахищені. Перш за все — діти.

Що ж ми розуміємо під словами «домашнє насильство»? Яке значення вкладаємо в цей термін? У психологічній літературі домашнє насильство — це:

- дія або бездіяльність одного з членів сім'ї, спрямована проти інших членів сім'ї;
- використання переваги сили чи влади, яка позбавляє членів родини особистих прав і свобод, і стає загрозою для їхнього життя і здоров'я (фізичного та психічного).

Як бачимо, це визначення охоплює 4 характерні ознаки насильства:

1. умисна дія;
2. порушення прав і свобод;

3. перевага однієї людини над іншими;
4. шкода.

Насильство є таким порушенням прав і свобод людини, яке унеможлиблює її самозахист.

*Фізичне (тілесне) покарання* як спосіб контролю за поведінкою різко полегшує відчуття провини (покарали — значить зняли відповідальність, спрацював механізм, який дозволив уникнути провини). Без почуття провини (в розумних межах, а не такої, яка постійно пригнічує) неможливе формування здорової самосвідомості. Людина ж може контролювати свою поведінку тільки завдяки власній самосвідомості. Якщо ви умисно заважали формуванню у вашої дитини нормальної самосвідомості, будуйте і надалі ваші відносини на каральній основі. Покарання — це моральний замах на здоров'я: фізичне і психічне. Покарання не повинно «витісняти» любов. Покараний — вибачений. Інцидент вичерпано — сторінку перегорнуто. Наче нічого й не трапилось. Про старі гріхи ані слова, не заважайте починати спочатку! Хоч би що трапилось, хоч би якою була провинна, покарання не повинно сприйматися дитиною як перевага вашої сили над її слабкістю, як приниження. Дитина повинна боятися не покарання, а того, що вона може прикро вразити вас.

*Агресивність* — це не тільки заподіяння шкоди, це впевненість у своєму праві вирішувати все за інших, маніпулювати. Використовуючи різні засоби тиску на дітей, батьки заохочують їхню надмірну залежність від них, ставляться як до власності, а не до людини, яка має право рости і ставати незалежною, впевненою, бути собою. Таким чином, батьківське почуття власності — поганий порадник у вихованні, воно розвиває в дітях надмірну компромісність, залежність, надмірне підпорядкування дорослим, низький опір зовнішньому тискові. Наслідки такого виховання: брак впевненості в собі, деформація ставлення до себе, приниження себе, низька самооцінка. Що більше насильства в дитинстві, то більша імовірність впасти в залежність у дорослому віці.

Особистість дитини часто оцінюється з точки зору її покірності. Дуже помиляються батьки, які вважають, що основою правильних стосунків з дітьми є слухняність у найгіршому розумінні цього слова: без зайвих розмов робити тільки так, як кажуть батьки. Такі батьки нехтують почуттями і думками дитини, вважають, що вона не має права на власну думку, вчинок, а значить, не визнають її особистістю, окремою від них самих. Вчать не мати своєї позиції і відстоювати її, а підкорятися, пасувати перед авторитетами. Слепа слухняність призводить до того, що дитина стає безініціативною, пасивною, несамостійною, безвільною, безпомічною, не вміє брати на себе відповідальність, може легко

підпадати під вплив, стати виконавцем чужої волі, легкою здобиччю сильних і владних людей.

Не слід покладатися у вихованні тільки на силу, інакше ви привчаєте дітей зважати тільки на силу (хто сильніший, той і правий). Не треба «сильнодіючих ліків» (криків, погроз, покарань) у простих ситуаціях, приберезіть їх на крайні випадки, інакше ви скоро вичерпаєте себе, а ліки перестануть діяти. Система залякування дітей, що побутує в деяких родинах, призводить до неправдивості та нещирості — особливого способу самозбереження. Тяжкі переживання нищать атмосферу рівноправності, вкрай негативно позначаються на формуванні таланту особистості, спричиняють психастенічні реакції, імпульсивні дії та афекти. Батьки часто звертаються до силових методів виховання, тому що, на їхню думку, вони менш витратні і більш результативні. Так, короткочасний результат буде. Але це не свідома поведінка, а поведінка, яка постійно потребує вашого (зовнішнього) контролю. Внутрішній контроль (свідома саморегуляція) таким чином не формується: дитина намагається поводитися краще не тому, що вона усвідомлює необхідність приймати певні норми і відповідати їм, а тому, що боїться покарання, а, значить, вчиться хитрувати, пристосовуватися. Це шлях деформацій характеру, завдання шкоди особистості, а не розвитку її. Працювати ж, перш за все, над собою, над подоланням набутих стереотипів, над розвитком власної поведінки вчитись конструктивних форм подолання конфліктів, ефективній взаємодії з власною дитиною — це шлях значно складніший, він потребує постійних душевних витрат, але дієвіший і ефективніший. Це робота на перспективу — формування здорової особистості.

Тілесні покарання роблять дитину не господарем свого тіла і своєї психіки, а її рабом, вони нав'язують їй досвід поразки, прищеплюють безпорадність, безпомічність, призводять до деградації, приниження гідності дитини, оздоблюють її. Надто бурхливі прояви обурення, безконтрольні вибухи гніву, люті, оскаженіння з боку батьків розпалюють погані нахили дітей, привчають їх до нестриманості, злості, безконтрольних вибухів емоцій. Батькам слід усвідомити, що на негативних емоціях позитивну особистість ще ніхто не виховував.

Пригнічення особистості дитини може закінчитись великим вибухом, зробить її агресивною, призведе до відкритого протесту. Агресивність завжди породжує іншу агресивність, яка може бути спрямована на тих же батьків, на ровесників або на самого себе (аутоагресивність аж до спроб самогубства).

Жорстоке ставлення до дітей — це крайній ступінь невиправданої перестановки ролей, коли батьки помилково вважають, що мають право на те, щоб діти

емоційно підтримували їх, задовольняли їхні емоційні потреби, коли намагаються вирішувати свої емоційні проблеми за рахунок дітей, «зриваються» на них. Якщо нав'язати дитині цю ненормальну роль, вона не буде розвиватись як слід. Коли наші власні емоційні ресурси вичерпуються, щоб уникнути психічного виснаження, треба намагатися якнайшвидше відновити свої сили (молитва, медитація, спілкування з природою, з друзями, нові інтереси), взяти «тайм-аут» у конфлікті з дитиною і, в першу чергу, заспокоїтися самому.

Отже, будь-яке насильство — це завжди психічна травма, яка деформує особистість, перешкоджає нормальному психічному розвитку дитини, руйнує її психічне здоров'я. Батьки мають усвідомити, що найважливіша умова успішного виховання — становлення правильних стосунків з дітьми. Для того, щоб досягти взаєморозуміння з ними, треба усвідомити, що основа спілкування в сім'ї — доброзичливість, довірчі відносини.

«Людина формується все життя: змінює погляди, звички, принципи, і тільки дитинство залишається незмінною константою на весь наш шлях, і кожен несе в собі власну долю як хрест або яскравий веселий ліхтарик.»

Для тих, хто кричить про необхідність «твердої руки», я хочу розповісти історію, яку почула від однієї літньої жінки. Коли вона була молодою мамою, люди вірили, що без різки гарної людини не виховаєш, — тобто сама вона в це не вірила, але одного разу її маленький син провинився, і їй здалося, що він уперше в житті заслуговує того, щоб його добряче відшмагали. Вона наказала йому піти і самому зірвати різку. Хлопчик пішов і довго не повертався. Нарешті він повернувся весь у сльозах і сказав: «Різки я не знайшов, але ось тобі камінь, який ти можеш у мене кинути». Тут мати теж розплакалась, тому що раптом побачила все очима дитини. Дитина, мабуть, розмірковувала: «Мама хоче зробити мені боляче, для цього і камінь підійде...»

Потім вона поклала камінь на кухонну полицю, де він і залишився лежати як вічне нагадування про обіцянку, яку вона дала собі у той момент — жодного насилля!..

Непогано було б нам усім покласти на кухонну полицю невеличкий камінець як нагадування дітям і самим собі — жодного насилля!..»

Дорослому інколи важко порозумітися з дітьми саме тому, що вони існують у різних системах цінностей, значень, настроїв. Дитина — це не просто інша людина, це — зовсім інший психологічний простір, якісно відмінне світосприйняття. Отже, шановні батьки, пам'ятайте про це! І останнє, про що не слід забувати: здоров'я дітей — у наших руках. То ж частіше покладайтеся на свою любов та інтуїцію, не вирішуйте власні проблеми коштом здоров'я своїх дітей, бо сім'я є основною точкою опори дитини.

