


ЖЕРТВА – СВИДЕТЕЛЬ - АГРЕССОР

В любой ситуации насилия её участники занимают одну из трёх позиций:

ЖЕРТВА-СВИДЕТЕЛЬ-АГРЕССОР

Прочтите ниже приводимые описания и попытайтесь определить, не было ли в Вашей жизни ситуации, когда Вы испытывали схожие ощущения и переживания?

 Вы совместно с вашим ребёнком подвергаетесь различным формам психологического (оскорбления, шантаж и пр.), физического (избиения и пр.), сексуального (унизительные, развратные действия) насилия со стороны близкого родственника, члена семьи.

Вы чувствуете, что не можете защитить ни ребёнка, ни себя. Ваш ребёнок регулярно демонстрирует агрессивное поведение по отношению к сверстникам, одноклассникам и к Вам. Вам приходится постоянно выслушивать обвинения и угрозы в свой адрес и в адрес Вашего ребёнка по поводу наступления негативных последствий (отчисление из школы, заявление в полицию и пр.)

 **СВИДЕТЕЛЬ** Ваши попытки повлиять на его поведение безуспешны.

Вы подозреваете, что причиной изменения поведения Вашего ребёнка (скрытность, агрессивность, страхи, сексуализация) являются насильственные действия третьих лиц (одноклассники, педагоги, родственники, посторонние).

Вы в панике.

ЖЕРТВА – СВИДЕТЕЛЬ - АГРЕССОР

Вы имеете возможность наблюдать вышеперечисленные признаки у знакомого Вам ребёнка (друга вашего сына, соседских детей и пр.).

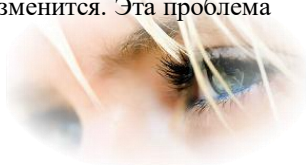
Вы не знаете каковы Ваши возможные действия по привлечению внимания соответствующих специалистов к данному факту.

Вы чувствуете, что в процессе общения с ребёнком, Вам трудно контролировать свои эмоции («срываетесь на крик», чрезмерно обвиняете ребёнка, получаете удовлетворение от его подчинённого положения, слёз, страха) и поведение (предъявляете несправедливые требования к ребёнку, возникает желание «отыграться» на ребёнке за неудачи на работе и конфликты с супругом, физически наказывать, ограничить свободу действий, отказать в выполнении просьбы и пр.)

АГРЕССОР

Вы испытываете скрытое чувство стыда, родительской некомпетентности, раздражения на самого себя, беспомощность.

Если Вы нашли себя в одной из перечисленных групп, не отчаивайтесь: если Вы действительно хотите помочь своему ребёнку и самому себе, ещё не всё потеряно, действуйте быстро и аккуратно. Всё в Ваших руках! **ПОМНИТЕ!** Без вашего активного участия в ситуации ребёнка к лучшему ничего не изменится. Эта проблема очень трудна, но разрешима.





Возможные варианты Ваших действий, если Вы - «Жертва»:

Если Вы подвергаетесь насилию со стороны супруга
(супруги)

Скажите себе:

Нужно уважать и любить себя и своего ребёнка! Никто не имеет право заставлять меня что – либо делать насильно! Попробуйте осознать это самим (попытка сообщить об этом супругу может стоить Вам здоровья, а то и жизни).

Сделайте:

1. Если Ваша жизнь в опасности:

- Заранее договоритесь с друзьями о представлении временного убежища, с соседями о вызове милиции, если они услышат шум и крики из вашей квартиры;
- Держите документы, ключи, деньги доступном месте (дома или у родни, в друзей), чтобы, взяв их, можно было быстро покинуть квартиру;
- Спрячьте свои записные книжки и т.п., чтобы обидчик не смог найти Вас;
- Выучите наизусть телефоны местных служб помощи (кризисный центр, телефон доверия и т.д.);
- Если ситуация критическая, покидайте дом незамедлительно.

Помните, под угрозой Ваша жизнь и жизнь Вашего ребёнка;



ЖЕРТВА

«Пожар!» и

т.п. Это может остудить нападающего, а у Вас будут свидетели происшествия.

2. Если Вы не можете выйти из квартиры, необходимо:

- Запереться в ванной с телефоном и позвонить в милицию, друзьям, соседям.

3. Если Вам удалось встретиться с медицинскими работниками:

- Расскажите, кем, когда., где Вами и Вашим ребёнком получены побои, покажите их, убедитесь, что врач подробно занёс всё в медкарту;

- Получите справку о Вашем обращении в больницу по поводу побоев (в ней должны быть: номер карты, дата обращения, ФИО врача, штамп мед. учреждения).

4. Если Вы обратились за помощью в милицию:

- При общении ведите себя как можно более спокойно: покажите полицейским телесные повреждения, материальный ущерб (при наличии такового);

- Расскажите им о других случаях, расскажите о свидетелях;

- Потребуйте принять от Вас заявление. При отказе требуйте телефон начальника;

- Запишите ФИО полицейских, служебные телефоны, номер протокола;

- Если это необходимо, потребуйте у работников полиции направление на судебно-медицинскую экспертизу;

- На следующий день подойдите в полицию и оставьте

ЖЕРТВА

ещё одно заявление дежурному полицейскому.

Проследите, чтобы заявление было внесено в регистрационный

журнал; получите талон-уведомление с номером регистрации;

- Если в срок от 3 до 10 суток со дня подачи заявления не было принято решение (возбуждение дела, отказ в возбуждении, передача в суд или прокуратуру), либо Вы не согласны с ним, то Вы можете обжаловать действия сотрудника полиции в выше стоящих инстанциях (РУВД или прокуратуре).

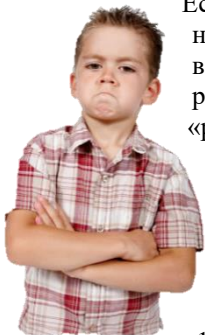
Если в роли агрессора Ваш ребёнок, настройтесь на то, что проблема прежде всего у него, и Ваша задача – помочь ему её решить, а не на «принятие мер», не на «решение проблем с поведением ребёнка», а на понимание.

Скажите ребёнку:

«Когда ты ведёшь себя подобным образом, я чувствую...»

Сделайте:

1. Посмотрите на ситуацию его глазами и разберитесь, что же им руководит, что мешает налаживать нормальные отношения с другими детьми, с Вами?



2. Попробуйте определить, чем похожи ситуации проявления агрессии между собой, чем похоже Ваше поведение, в ответ на которое возникает его агрессия?
3. Поговорите с ребёнком о Ваших мыслях и чувствах по этому поводу, выскажите свою искреннюю озабоченность

СВИДЕТЕЛЬ

Вашими отношениями и надежду на изменение к лучшему.

4. Обратитесь за помощью к специалистам.



Возможные варианты Ваших действий, если Вы - «Свидетель»:

Если Вы подозреваете насилие по отношению к своему ребёнку, попытайтесь определить, что именно Вы наблюдаете в его поведении.

Общие признаки насилия над детьми, проявления жестокости по отношению к ребёнку:

1. Необъяснимые изменения в поведении (прежде жизнерадостный ребёнок теперь постоянно грустен, задумчив, замкнут, одинок);
2. Беспокойство, тревожность, неумение сосредоточиться;
3. Общее избегание физического контакта.

Признаки физического насилия (избиения и пр.)



1. Несоответствие характера повреждений и объяснений, которые даёт ребёнок;
2. Случаи причинения себе вреда, жестокое обращение с животными;

СВИДЕТЕЛЬ

3. Общее избегание физического контакта.

Признак сексуального насилия над детьми (принуждение к сексуальным играм, половому контакту и пр.):

1. несвойственные возрасту сексуальные игры, в том числе с другими детьми;
2. стремление полностью закрыть своё тело;
3. боязнь раздеваться (например, отказ от участия в занятиях физкультурой или в процедуре медосмотра);
4. боязнь оставаться в помещении наедине с определённым человеком;
5. излишняя уступчивость по отношению к старшим, посторонним.

Признаки эмоционального насилия (словесное оскорбление, угрозы и пр.):

1. постоянно печальный вид, неумение общаться, нервный тик;
2. эмоциональная невосприимчивость, равнодушие.



Признаки издевательства над ребёнком в школе:

- нежелание идти в школу, возвращение из школы подавленным, плач без причины;

СВИДЕТЕЛЬ

- отсутствие рассказов о своей школьной жизни;
- одиночество: его никто не приглашает в гости и он никого не хочет звать к себе;
- путано и неясно объясняет порванную одежду, утрату денег, вещей.

Если ребёнок подтвердил в разговоре с Вами, что он – жертва насилия скажите ребёнку:

1. **Я тебе верю** (это поможет ему понять, что Вы в состоянии помочь).
2. **Мне жаль, что с тобой это случилось** (Вы пытаетесь понять его чувства).
3. **Это не твоя вина** (он не одинок в подобной ситуации: многие его сверстники с разными вариантами агрессии в той или иной момент взросления).
4. **Хорошо, что ты мне об этом сказал** (он правильно сделал, обратившись за помощью).
5. **Я люблю и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность** (это поможет Вашему ребёнку с надеждой посмотреть в будущее).

Сделайте:

1. **Будьте спокойны.** Вашему ребёнку было очень сложно рассказать Вам об этом, и он, в свою очередь, ждёт от Вас поддержки, а не истерики и обвинений.
2. Постарайтесь **узнать как можно больше** о событии, но помните, это не допрос, а беседа.

3. После беседы позвоните на телефон горячей линии, телефон доверия, опишите ситуацию и **выслушайте все рекомендации.**

СВИДЕТЕЛЬ

4. Если Вашему ребёнку угрожают в школе, **сообщите о проблеме представителям администрации в письменной форме**, зарегистрировав обращение через приёмную и сохранив у себя копию. Ваш ребёнок или школа, возможно, не захотят, чтобы Вы сделали это, но насилие не должно повториться и тем более допускаться: продемонстрируйте ребёнку пример уверенных, решительных действий в ситуации.

5. **Будьте готовы к сотрудничеству** с педагогами, администрацией, родителями других детей.

6. **Объединяйтесь с теми, кто заинтересован в решении аналогичной проблемы**, вступите в группу взаимопомощи родителей жертв (это поможет избежать типичных ошибок, сократить время на поиск эффективных способов поддержки ребёнка, и т.п.).

7. Установление или признание факта насилия – это самый трудный, но первый шаг: **Пройдите обследование с ребёнком (с его согласия) у соответствующего специалиста** (при необходимости).

Если Вы стали свидетелем жестокого обращения с чужими детьми:

1. **Будьте осторожны.** Попытки самостоятельно оказать воздействие на взрослого агрессора могут поставить под угрозу Вашу безопасность и безопасность Вашего ребёнка. Реально оцените свои возможности, прежде чем вмешиваться непосредственно.

2. **Не занимайтесь самодеятельностью.** Будучи свидетелем физического насилия по отношению к детям, попытайтесь полнее представить себе обстановку, собрать

АГРЕССОР

информацию и доказательства, чтобы обоснованно привлечь к наблюдаемому случаю сотрудников служб, либо правоохранительных органов.

3. Убедившись, звоните



**Возможные варианты
если вы стали свидетелем
Скажи мне: «Пожалуйста,**



1. Я постараюсь справиться с собой, чтобы перестать кричать на тебя, помоги мне в этом: разрешаю прерывать меня, когда я начинаю кричать (скажи мне: «Пожалуйста, поговори со мной спокойно!»).

2. Если тебе трудно говорить со мной, можешь зажимать ладонями уши.

3. Услышав просьбу ребёнка или увидев его реакцию, попробуйте использовать фразы:

- «Спасибо за напоминание, я забыл(а) об этом,



поскольку был(а) расстроен(а)».

- «Прости, ты не заслужил, чтобы на тебя кричали. То, что ты сделал, нехорошо, но и кричать на тебя тоже не следует».

АГРЕССОР

- «Давай начнём всё сначала. Я огорчён(а), потому что ты не соглашаешься со мной».

Сделайте:

Не доводите до предела. Лучший способ совладать с гневом – это заявить об этом тому, кто вас разозлил. Просто скажите: «Я рассержен(а) на тебя, потому, что...»

Придумайте своё ругательство. Если Вы не можете сдержаться, чтобы не обзвать ребёнка, оставьте при себе всякие «дурак» и «бестолочь», скажите ему: «Ух ты, барабулька-конопулька!». Вместо того, чтобы повышать голос, скорчите рожицу или зарычите.

Заведите дневник и записывайте туда всё, что вызвало ваш гнев. Иногда мы сами провоцируем определённое поведение людей по отношению к нам, часто нас злят похожие ситуации. Оценка поможет Вам найти причину гнева и изменить собственное поведение.

Научитесь делать паузу: сделайте глубокий вдох и сосчитайте до десяти, мысленно наберите в рот воды.

Если есть возможность, прогуляйтесь.

Дайте волю своим чувствам! Вспышки гнева и злости – это защитная реакция организма – если Вам нужно выразить свои эмоции на физическом уровне, сделайте это – возьмите подушку и начните боксировать по ней,

напишите письмо ненависти и сожгите его, закройте в машине и покричите во всё горло.

АГРЕССОР

Помните: эти техники и упражнения помогут временно снять агрессию и избавиться от гнева, но не устранят изначальную причину их возникновения. Обратитесь к специалисту за квалифицированной помощью.

Берегите себя!



Если Вы не нашли себя ни в одной из перечисленных групп, Вы можете приложить усилия, чтобы Ваш ребёнок и Вы сами никогда не испытали чувства страха, беспомощности и унижения.

Сделайте:

1. Дайте ребёнку почувствовать Вашу любовь.

Каждый вечер перед сном говорите ему это, гладьте, обнимайте, целуйте.

2. Старайтесь оценивать поступок, а не личность ребёнка.

Оскорбления «Ты намусорил хуже свиньи» унижают ребёнка, снижают его самооценку, приучают к собственной неполноценности. Положительная оценка поведения «Молодец! Настоящий мужчина, помогаешь маме!» позволяет осознать ребёнку собственную состоятельность, повысить уверенность в своих силах.

3. Предоставляйте ребёнку право разумного выбора важных аспектов его жизни, проявляйте уважение к его выбору. Хвалите его.

Свобода выбора в разумных пределах, атмосфера уважения к личности ребёнка формируют в нём чувство собственного достоинства и самоуважения.

4. Научите ребёнка говорить «Нет».

Объясните ребёнку, что сказать «Нет» - это целая наука, которую не всегда до конца постигают даже взрослые люди. Отказывая, важно смотреть собеседнику в глаза. Голос должен быть твёрдым и уверенным. Дайте

возможность ребёнку говорить «Нет» Вам в повседневной жизни, проявите уважение к его выбору.

5. Поддерживайте дружбу Вашего ребёнка со сверстниками.

Разрешайте видеться у Вас дома, чаще проводите время вместе. Когда детей есть друзья, они редко становятся жертвами издевательств и насилия.

Всё Вы это знаете...
Теперь главное – понять.
Прочитайте ещё раз.



ТЕЛЕФОНЫ ПОМОЩИ:

Кировский центр социальной помощи семье и детям:

Адрес: г. Киров, ул. К. Либкнехта, 107

Отделение срочного социального обслуживания:

(8332) 38-19-92

Отделение дневного пребывания несовершеннолетних:

(8332) 38-18-51

Отделение профилактики безнадзорности
несовершеннолетних (ПБН): (8332) 64-91-14

Отделение реабилитации несовершеннолетних с
ограниченными физическими и умственными
возможностями: (8332) 38-19-92

Адрес: г. Киров, ул. Тимирязева, 8

Отделение психолого-педагогической помощи;
телефон: (8332) 33-22-75; факс: (8332) 33-23-00

ТЕЛЕФОНЫ ПОМОЩИ:

Уполномоченный по правам ребёнка в Кировской области

аппарат Уполномоченного по правам человека в
Кировской области почтовый адрес: ул. Дерендяева, 23, г.
Киров 610000 тел./факс (8332) 64-43-74

Уполномоченный по правам ребенка в Кировской области
ШАБАРДИН Владимир Валерьевич

телефон: (8332) 64-10-85

Управление опеки и попечительства администрации города Кирова

610017, г. Киров, ул. Воровского, д. 79, офис 114
(8332) 54-60-49, (8332) 54-49-66

