Как уберечь подростка от насилия

Насилие – это принуждение, неволя, действие стеснительное, обидное, незаконное, своевольное.

Под домашним или семейным насилием понимают определенную систему поведения одного члена семьи по отношению к другому (другим), имеющую целью сохранение власти, контроля и внушение страха**.**

Насилие в семье – это вид отношений между близкими людьми, когда один притесняет другого или причиняет ему какой-либо ущерб. Существует еще другое определение: **под семейным насилием** понимают систематические агрессивные и враждебные действия в отношении членов семьи, в результате чего объекту насилия могут быть причинены вред, травма, унижение или иногда смерть.

Насилие совершается и в подростковой среде.

Целью насилия, как правило, является завоевание тех или иных прав и привилегий, а также господства и контроля над человеком путем оскорбления, запугивания, шантажа и др.

Жертвами насилия чаще всего становятся самые незащищенные члены семьи (женщина, ребенок, престарелые члены семьи, инвалиды). В 70% случаев пострадавшими от насилия в семье являются женщины и дети.

Чаще всего встречается сочетание нескольких видов насилия одновременно.

В отношении детей выделяют следующие виды насилия:

1. ***Пренебрежение нуждами ребенка*** (моральная жестокость, запущенность) – это отсутствие со стороны родителей элементарной о нем заботы, в результате чего нарушается его эмоциональное состояние и появляется угроза здоровью и развитию ребенка.
2. ***Психическое /эмоциональное/*** – это умышленное унижение чести и достоинства одного члена семьи другим или подростками, моральные угрозы, оскорбления, шантаж и т.п.
3. ***Экономическое*** **–** это попытки лишения одним взрослым членом семьи другого возможности распоряжаться семейным бюджетом, иметь средства и право распоряжаться ими по своему усмотрению, экономическое давление на несовершеннолетних и т.п.
4. ***Сексуальное*** – это посягательство какого-то члена семьи, а также подростков на половую неприкосновенность другого, в частности сексуального характера по отношению к несовершеннолетним членам семьи. Это вовлечение ребенка с его согласия и без него в сексуальные действия со взрослыми. Согласие ребенка на сексуальный контакт не дает основания считать его ненасильственным, поскольку ребенок не обладает свободой воли и не может предвидеть все негативные для себя последствия. Иногда сексуальное насилие рассматривают как разновидность физического насилия. Что такое инцест? **Инцест –** сексуальные отношения между кровными родственниками.
5. ***Физическое*** **–** это умышленное нанесение вреда здоровью, причинение физической боли, лишение свободы, жилья, пищи, одежды и других нормальных условий жизни, а также уклонение родителей несовершеннолетних детей от заботы об уходе, здоровье, безопасности.

Как проявляется то или иное насилие?

1. *Запугивание и угрозы* – внушение страха криком, жестами, мимикой; угрозы физического наказания милицией, спецшколой, богом; проявление насилия над животными; угрозы бросить ребенка или отнять его, лишить денег и др.
2. *Изоляция* – постоянный контроль за тем, что делают женщина или ребенок, с кем дружат, встречаются, разговаривают; запрет на общение с близкими людьми, посещение зрелищных мероприятий и др.
3. *Физическое наказание* – избиение, пощечины, истязания, таскание за волосы, щипание и др.
4. *Эмоциональное* (психическое) насилие – не только запугивание, угрозы, изоляция, но и унижение чувства собственного достоинства и чести, словесные оскорбления, грубость; внушение мысли, что ребенок - самый худший, а женщина - плохая мать или жена, унижение в присутствии других людей; постоянная критика в адрес ребенка или женщины и др.

Причины возникновения насилия в семье многочисленны. Среди них можно выделить две группы: одна причины, находящиеся в самой семье, во взаимоотношениях между ее членами; другая - вне семьи. Одна группа причин нередко порождает другую. Чаще всего насилие совершается в стрессовой ситуации. За последние годы наблюдается рост различных видов насилия и в благополучных семьях.

Внешние причины насилия:

- распространение в обществе алкоголизма, наркомании;
- кризис морали;
- кризис культуры;
- влияние СМИ, постоянно демонстрирующих сцены насилия над личностью, картины террористических актов, акты вандализма, садизма и др.

Причины возникновения насилия, лежащие в самой семье: материальные трудности; наличие в семье безработного; нерешенная жилищная проблема; алкоголизм и пьянство среди членов семьи; наличие наркоманов в семье; неполная семья; отчим или мачеха в семье; ребенок-инвалид или с проблемами со здоровьем; нежеланный ребенок; трудный ребенок; снятие многих моральных запретов; семейные конфликты; самоутверждение за счет слабых; культ жестокости,

Домашнее насилие – это повторяющийся с увеличением частоты цикл: физического, словесного, духовного и экономического оскорбления с целью контроля, запугивания, внушения чувства страха.

Это ситуации, в которых один человек контролирует или пытается контролировать поведение и чувства другого. Внутри семейного насилия как обобщенной категории существуют более специфические категории, определяемые природой отношений между обидчиком и жертвой, а также условиями их жизни.

Люди, живущие в ситуации насилия и являющиеся пострадавшей стороной, могут испытывать следующие чувства:

- ужас
- сверхбдительность
- смятение
- чувство беспомощности, безнадежности или бессилия
- беспокойство о безопасности

- чувство вины
- чувство подавленности
- кошмары по ночам
- потеря уверенности в себе
- навязчивые воспоминания
- приступы тревоги
- депрессия
- фобии
- печаль
- мысли о самоубийстве
- самообвинения
- изменения сексуальной активности
- алкогольная/наркотическая зависимость
- желание возмездия

Виды насилия над детьми и влияние на детей.

Физическое насилие – действия или отсутствие действий со стороны родителей или других взрослых, в результате которых физическое или умственное здоровье ребенка нарушается или находится под угрозой повреждения. Например, телесные наказания, удары ладонью, пинки, царапанье, ожоги, удушение, грубые хватания, толкание, плевки, применение палки, ремня, ножа, пистолета и т.д.

Влияние на ребенка (поведенческие и психологические индикаторы):

- при повреждении любых органов тела происходит нарушения в органах чувств, задержка развития, малоподвижность;
- дети могут становиться агрессивными, тревожными, что сказывается на их отношении с другими людьми;
- могут быть необычайно стеснительными, нелюбопытными, избегать сверстников, бояться взрослых и играть только с маленькими детьми, а не с ровесниками;
- страх физического контакта, боязнь идти домой;
- тревога, когда плачут другие дети, тики, сосание пальцев, раскачивание.

В подростковом возрасте, периоде взрослости, в семейной жизни лица, подвергавшиеся физическому насилию в детстве, могут быть жестоки с окружающими. Очень важным отличием жертв во взрослом возрасте является неспособность справляться с проблемами, а также искать и получать помощь от окружающих людей. Когда ребенок-жертва не получает помощи от собственных родителей, это подрывает его способности к поиску помощи и взаимоотношениям с людьми в будущем.

Отсутствие заботы о детях – невнимание к основным нуждам ребенка в пище, одежде, жилье, медицинском обслуживании, присмотре.

Влияние на ребенка:

- не растет, не набирает подходящего веса или теряет вес. Ребенок постоянно голодает, попрошайничает или крадет пищу;
- брошенный, без присмотра, не имеет подходящей одежды, жилища;
- нет прививок, нуждается в услугах зубного врача, плохая гигиена кожи;
- не ходит в школу, прогуливает школу, приходит в школу слишком рано и уходит из нее слишком поздно;
- устает, апатичен, отклонения в поведении, вандализм.

Эмоционально дурное обращение с детьми (психическое насилие):

- обвинение в адрес ребенка (брань, крики);
- принижение его успехов, унижение его достоинства;
- отвержение ребенка;
- длительное лишение ребенка любви, нежности, заботы и безопасности со стороны родителей;
- принуждение к одиночеству;
- совершение в присутствии ребенка насилия по отношению к супругу или другим детям;
- похищение ребенка;
- причинение боли домашним животным с целью запугать ребенка.

Влияние на ребенка:

- задержка в физическом, речевом развитии, задержка роста (у дошкольников и младших школьников);
- импульсивность, взрывчатость, вредные привычки (сосание пальцев, вырывание волос), злость;
- попытки совершения самоубийства, потеря смысла жизни, цели в жизни (у подростков);
- уступчивость, податливость;
- ночные кошмары, нарушения сна, страхи темноты, боязнь людей, их гнева;
- депрессии, печаль, беспомощность, безнадежность, заторможенность.

Сексуальное насилие над детьми – любой контакт или взаимодействие между ребенком и человеком, старше его по возрасту, в котором ребенок сексуально стимулируется или используется для сексуальной стимуляции. Это:

- ласка, эротизированная забота;
- демонстрация половых органов, использование ребенка для сексуальной стимуляции взрослого;
- изнасилование с применением силы, орально-генитальный контакт;
- сексуальная эксплуатация (порнографические фотографии с детьми);
- проституция.

Влияние на ребенка:

- ребенок обнаруживает странные (причудливые), слишком сложные или необычные сексуальные познания или действия;
- может сексуально приставать к детям, подросткам, взрослым;
- может жаловаться на зуд, воспаление, боль в области гениталий;
- может жаловаться на физическое нездоровье;
- девочка может забеременеть;
- ребенок может заболеть болезнями, передающимися половым путем;
- скрывает свой секрет (сексуальные отношения со взрослыми или со сверстником) из-за беспомощности и привыкания, а также угрозы со стороны обидчика.
- Если хотя бы на один из этих пунктов есть ответ "да", то необходимо обратиться за помощью.

ЕСЛИ РЕБЕНОК (ПОДРОСТОК) ГОВОРИТ ВАМ, ЧТО ПОДВЕРГАЕТСЯ НАСИЛИЮ, ТО:

- поверьте ему. Он не будет лгать о пережитом издевательстве, особенно если он 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 это может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.

Как помочь детям разобраться с их чувствами?

- Дети показывают свои страдания и волнения при помощи своего поведения – сверхчувствительного, замкнутого или шаловливого. Дайте ребенку дополнительную поддержку, подбодрите его/её и будьте терпимыми, когда он/она находится в стрессовом состоянии.
- Будьте чуткими к чувствам, которые ребенок вербально или невербально выражает.
- Помогите детям научиться говорить о своих чувствах вместо того, чтобы ребенок просто замкнулся, научите разрешать проблемы словесно, а не физическим методом.
- Проводите беседы о чувствах, выражая Ваши собственные переживания, замечайте чувства ребенка ("Мне становится грустно, когда я спорю со своими друзьями, возможно и тебе тоже").
- Детей младшего возраста необходимо научить понимать свои чувства. Это помогает им войти в эмоции, более точно распознать их и справиться с ними. (Ребёнку младшего возраста: "Думаю, что ты плачешь потому, что ты устал(а)" или "Я знаю, что Джоан забрала твой мяч и тебя это расстроило").
- Помогите детям научиться успокаиваться самостоятельно, когда они расстроены. Например, иногда ребенку постарше необходимо просто немного времени побыть одному.
- Убедите ребёнка, что у всех детей возникают реакции на определенные ситуации ("Иногда дети пугаются и это нормально", "если что-то не работает, это тебя раздражает").
- Иногда детям легче ответить на комментарий, чем на прямой вопрос, если что-то не так. ("Ги, ты выглядишь немного расстроенным. Наверно, ты думаешь о своей мамочке").
- Бывает так, что детям легче комментировать чувства ребенка в контексте чувств большинства детей ("Большинству детей становится страшно и грустно, когда их папа и мама ссорятся").

Как разговаривать с подростками на тему насилия в отношениях

Из-за своей неопытности подростки особенно восприимчивы к традиционно принятым ролям мужчины и женщины, в т.ч. к мнению о том, что женщины должны быть пассивными и уступчивыми, а мужчины должны доминировать и

иметь право поддерживать свою власть с помощью жестокости. Это приводит к тому, что подростки чувствуют замешательство по поводу того, что является нормальным поведением в области сексуальности, принятия решений, предохранения от беременности, и им трудно судить о том, какое поведение можно назвать насильственным. Однако из-за своей неопытности подростки также особенно восприимчивы к информации об отношениях с противоположным полом. Если мы будем работать эффективно, мы сможем научить подростков искусству отношений, которое они будут использовать в течение всей жизни.

Моделирование уважительного отношения.

У вас важная роль в предотвращении насилия не только потому, что вы помогаете в проведении этой программы, а также потому, что вы сами являетесь образцом уважительного отношения. Занятия, которые проводит 1 мужчина и 1 женщина, особенно эффективны, т.к. ведущие могут показать уважительное отношение к школьникам, а также моделировать уважение и равенство между мужчиной и женщиной.

Уважительное отношение к школьникам – это проявление уважения к их индивидуальным особенностям и понимание того, что многим школьникам трудно говорить о насилии, особенно если они являются жертвами насилия в семье, в отношениях друг с другом или в других ситуациях. При проведении занятий с активным участием школьников необходимо проявлять уважение к учащимся. Ведущие должны подталкивать школьников к тому, чтобы они думали и развивались, но следует избегать критики и нетерпеливости.

Разговаривая с подростками

Разговор с подростками о насилии на стадии свиданий может быть осложнён тем, что они оказывают противодействие, считая, что взрослые "читают им мораль". Для подростков в целом, а особенно для мальчиков, трудно открыто участвовать в обсуждении темы насилия. Наилучших результатов можно достичь, когда мы готовы выслушать то, что говорят подростки и учиться у них. Также ценным подходом является обучение подростков тому, как разговаривать со сверстниками на тему насилия на стадии свиданий.

Особенно трудно разговаривать на эту тему с мальчиками-подростками. Важно помочь мальчикам понять, что одной из причин насилия является дискриминация по отношению к женщине. Однако следует учитывать ту важную роль, которую играют в их жизни взрослые женщины и возможность того, что мальчики могут сильно зависеть от них. Также ясно, что мальчики-подростки, хотя они уже подражают стереотипам мужчин, не имеют доступа к полной социальной, культурной, общественной власти взрослых мужчин. Мальчики и девочки, особенно в раннем подростковом возрасте, также ненамного отличаются друг от друга по размеру и физической силе. Но по мере роста этих различий в подростковый период, мальчики чаще имеют возможность применять власть и контроль в своих отношениях с девушками.

Когда вы говорите о том, как мальчики и мужчины злоупотребляют своей властью, отметьте, что вы не выделяете никого конкретно и что вы говорите об общей проблеме, а не о конкретных людях.

Предотвращение насилия

Хотя программа направлена на предотвращение насилия в близких отношениях, насилие в разных видах существует в мире: между взрослыми и детьми, на рабочем месте, между учителями и учениками и во множестве других ситуаций. Узнав о насилии на стадии свиданий, подростки также получают навыки, которые помогут им понять и избежать насилия в различных аспектах жизни. Вооружённые знаниями о том, что такое насилие, подростки могут работать над построением свободных от насилия отношений и устанавливать стандарты взаимного уважения и равенства, которые они перенесут в свою взрослую жизнь.

ПРЕРВАТЬ ОТНОШЕНИЯ - ТРУДНО.

Знаете ли вы кого-нибудь, кого бросили? Или кого-то, кто хочет разорвать отношения с кем-то, но не знает, как? Может быть, это случилось с вами. Разрыв отношений может быть очень сложным, и часто люди обижаются. Ниже мы приводим список "Что можно делать" и "Что нельзя делать", который поможет вам легче пережить разрыв отношений.

Что можно делать

Если можете, объясните причину
Проявляйте уважение
Выслушайте
Найдите способы справиться со своими чувствами, например:
ведите дневник;
поговорите с друзьями;
займитесь спортом;
слушайте музыку;
обратитесь к психологу.
Может быть легче прервать отношения, если вы договоритесь о следующем:
1. Вы будете проводить время вместе?
2. Можете ли вы звонить друг другу?
3. Хотите ли вы оба остаться друзьями? (только при обоюдном согласии)
Если оба согласны:
1. Как вы будете друзьями?
2. Как вы будете общаться с общими друзьями?

Чего нельзя делать

Угрожать
Преследовать человека, чтобы узнать, с кем он(а) встречается
Звонить, если вы не договорились, что это можно делать
Думать, что то, что вы остались друзьями, значит, что вы снова будете вместе
Обзывать.
Распространять слухи или пытаться отомстить другим способом
Изолировать себя
Быть в одиночестве
Разрывать отношения, чтобы заставить человека делать то, что вы хотите
Разрывать отношения, чтобы быть в расчете
Пытаться заразить человека СПИДом или венерической болезнью.