Как распознать насилие. Тревожные признаки

Насилие не всегда легко заметить. Особенно если травмирован не собственный ребенок, а знакомый или, скажем, сосед.

Но помощь нужна в любом случае!

О том, чем опасно физическое или психологическое насилие и как спасти ребенка от «комплекса жертвы», рассказывает ведущий тренер Федерального научно-методического центра в области психологии и педагогики толерантности Елена Горинова.

Виды насилия

Насилие бывает разное. И это не обязательно синяки или ссадины. Оно может проявляться различными способами.

1. ***Физическое:*** побои, травмы, нанесение телесных повреждений.
2. ***Эмоциональное:*** буллинг, родительские действия, которые, на первый взгляд, не выглядят как насилие (оскорбления, игнорирование, обесценивание, гиперопека).
3. ***Сексуальное.***
4. ***Гипоопека:*** бездействие, несоблюдение обязанностей родителями или опекунами. Неоказание заботы, пренебрежение правилами гигиены, непредоставление ребенку комфорта, питания и т. д.

Распространено мнение, что насилие может существовать только в неблагополучной семье асоциальных, маргинальных людей. Многие думают, что насильственные действия встречаются в неблагополучных районах. В реальности насилие по отношению к детям не зависит от благосостояния, уровня культурного развития, национальности, образования и дохода взрослых членов семьи. Оно происходит не только в приютах, но и в обычных семьях.

Посттравматическое расстройство

Человек, подвергшийся насилию, может годами страдать от посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).

Изначально считалось, что ПТСР — это психологическое расстройство, которому подвержены люди, пережившие катастрофы, стихийные бедствия и военные действия. Сейчас это нарушение психики фиксируется у людей, подвергшихся бытовому и социальному насилию. Оно наблюдается у детей, и цифры неутешительные — от 5 до 98%.

Стихийное бедствие — единичный случай. Буллинг, троллинг или жестокое обращение с ребенком происходит систематически и приводит к формированию *комплекса жертвы*. В таких случаях ребенок вынужденно и постоянно подвергается насилию, и последствия этих действий имеют долговременный и отложенный во времени эффект.

Пострадавший от стихийного бедствия подвергается единичному воздействию, но у ребенка с комплексом жертвы формируется комплекс вины. Он думает, что виноват сам, и даже не пытается обратиться за поддержкой. Ребенок может попытаться убежать, закрыться в себе и не привлекать никого для борьбы с агрессором. Никто может и не догадываться, что мальчик или девочка из класса или по соседству — жертвы физического или эмоционального насилия.

Проявления посттравматического стрессового расстройства

1. Усиление чувства тревоги: постоянное беспокойство, нарушение сна, испуг от резких жестов.
2. Бессонница, ночные кошмары или, наоборот, чрезмерная сонливость.
3. Нарушения пищевого поведения: отсутствие аппетита, которое может привести к анорексии, или обратные явления — обжорство, булимия.
4. Апатия, потеря интереса к тому, что раньше волновало.
5. Проблемы с учебой, угасание познавательных способностей и мотивации.
6. Нарушения речи: немотивированный мутизм, заикание, ситуативная немота.
7. Воспроизведение травмирующих событий в повторяющихся играх или рисунках (у детей дошкольного возраста).
8. Предпочтение жестоких компьютерных игр, где преобладают убийства и жестокость. Возможно, так он пытается выместить ПТСР на персонажах игры.
9. Депрессивные настроения и пессимизм (у подростков).
10. Агрессия по отношению к окружающим.
11. Аутоагрессия: самоповреждение, нанесение порезов.
12. Девиантное поведение или суицидальные наклонности, которые можно заметить в соцсетях.
13. Экстремальное поведение: зацепинг, руфинг и т. п.
14. Пристрастие к алкоголю и другим веществам.

Почему дети ничего не рассказывают?

Если у ребенка уже сформировался комплекс жертвы, то он будет воспринимать происходящее как норму. Он будет молчать, чтобы не навредить близким. Ребенок боится последствий: главное, чтобы не было хуже. Когда обидчик — близкий взрослый, к которому ребенок испытывает любовь и привязанность, он будет его защищать. Ребенок будет скрывать от посторонних какие-то факты, которые могут негативно отразиться на родителях. Он не расскажет о том, что мама о нем не заботится и его не любит.

Из-за чувства вины ребенок считает себя ответственным за все происходящее. Ему стыдно быть жертвой. Он боится, что его будут презирать за то, что он плохой. Поэтому предпочитает молчать. Это объясняется работой защитных психических механизмов. Пытаясь отдалиться от травмирующей боли, ребенок убеждает себя в том, что ничего страшного не случилось и он в безопасности.

Все это разрушает доверие к взрослым. Травмированный ребенок не знает, что такое доверительные отношения, он не ждет от взрослых ничего хорошего. А к кому

обратиться за помощью и поддержкой, он не понимает. К тому же комплекс жертвы заставляет ребенка испытывать бессилие и беспомощность.

Кажется, что жертвой насилия или агрессии становятся определенные люди, которые ведут себя как-то не так, странно выглядят и обладают какими-то особенностями. Но на самом деле жертвой насилия и агрессии может стать абсолютно любой человек.

Негативные последствия

Как правило, взрослые предпочитают не замечать тревожные признаки в поведении ребенка, думая, что это приметы возраста и все пройдет. Но это только усугубляет положение. Бывает, что родители только повышают требования: «Учиться не хочешь? Опять двоек нахватал! Сиди теперь дома! Пока все не выучишь, никуда не пойдешь!»

Что должно насторожить

- ✓ Неухоженность и неопрятность.
- ✓ Остановка в физическом развитии.
- ✓ Несоответствующая одежда.
- ✓ Ребенок все время голодный.
- ✓ Болезненный вид и пренебрежение медицинской помощью.
- ✓ Ребенок постоянно находится в одиночестве.
- ✓ Систематические опоздания на уроки, прогулы.

Почему взрослые ничего не предпринимают?

- ✓ Многие взрослые находятся в плену некой «культурной нормы»: «Нас били, и ничего, выросли же хорошими людьми».
- ✓ Буллинг воспринимается как урок и опыт для «закаливания характера».
- ✓ Стереотипное мышление: «Все через это проходят».
- ✓ Выгораживание члена семьи. Например, мама оправдывает папу, который бьет ребенка, ведь «отец знает, как надо».
- ✓ Избегание проблем и нежелание разрешать сложившуюся ситуацию. Бессилие. Оправдание агрессора.
- ✓ Отсутствие родительской компетенции и сосредоточение взрослого только на материальном обеспечении семьи.
- ✓ Взрослые не всегда готовы думать и говорить на «запретные» темы. Ребенок не может рассказать, а взрослые не готовы слушать, что по отношению к нему кто-то произвел неподобающие действия.
- ✓ Недоверие к специалистам, пренебрежение психологической помощью.
- ✓ Нежелание вмешиваться в дела окружающих («сами разберутся» и т. п.).
- ✓ Незнание особенностей подросткового возраста.

В случае подозрений

Если есть сведения о насильственных действиях по отношению к ребенку, ни в коем случае нельзя на него злиться и гневаться. Нужно мягко и осторожно с ним поговорить. Так, чтобы побудить его рассказать, что произошло.

Недопустимо демонстрировать ужас. Это только усугубит комплекс вины. Подросток обязательно перенесет его на себя. Необходимо сделать все возможное, чтобы подросток не почувствовал отвращения. Ведь оно заставит ребенка чувствовать, что в произошедшем виноват именно он.

В этом случае необходимо успокоить и подбодрить ребенка, чтобы он понял: вы ни в чем его не обвиняете. Нужно дать мягкую обратную связь: подчеркнуть, что это могло случиться с каждым, и оказать моральную поддержку. Нужно объяснить, что испытывать такие чувства — нормальная реакция психики.

Важно дать подростку шанс выговориться, не перебивать его и не торопить. Следует поделиться с ребенком своими намерениями: обратиться к психологу, социальному педагогу или в правоохранительные органы. Он должен об этом знать.

Ответственность

Случаи домашнего насилия — установленные и те, что только требуют доказательства, — нельзя оставлять без внимания. Обидчики и домашние тираны должны понести наказание. Статьи именно за домашнее насилие в УК РФ не существует. Но в зависимости от нанесенного вреда жертве преступление можно квалифицировать по статьям 111, 112, 115, 119 и 132 УК РФ.

Ответственность за домашнее насилие будет зависеть от способа осуществления и последствий, вызванных насильственными действиями. Обидчика может ожидать назначение штрафа, принудительные работы или работы исправительного характера. Возможно также ограничение свободы на срок до 2 лет или тюремное осуждение на тот же срок. Самым строгим наказанием за увечья средней тяжести является лишение или ограничение свободы на срок до 3 лет, а также арест до 6 месяцев. В случае если домашнее насилие имеет тяжкие последствия, злоумышленнику грозит тюремное заключение на срок до 8 лет.

Не следует игнорировать даже сомнения и подозрения по поводу домашнего насилия. Безнаказанность и терпение жертвы побуждают тирана продолжать свои действия. Главное — не молчать!