

Дай шанс ребенку

После того, как произошел акт насилия, будь рядом с ребенком. Честно расскажи о происшедшем, поговори с ребенком об испытываемых им чувствах. Утешь его. Если ты чувствуешь, что оказалась не в состоянии повести себя в соответствии с потребностями и ожиданиями ребенка, свяжись с кем-то из близких ему людей, которые бы помогли вернуть ребенку чувство безопасности.

Скажи ребенку, что о нём позаботятся. Будь с ним рядом, спроси, как он себя чувствует, обними его, посади на колени. Ребенок сам сумеет отдалиться, если у него возникнет потребность побыть одному.

Дай ребенку время собраться с силами и позволь ему потосковать. Не заставляй его сразу выполнять домашние задания или идти в школу. Дай время поиграть в любимые игры. У занятого играми ребенка ослабляется чувство ущемленности, и ему легче разобраться в своих чувствах. Если ребенок носит с собой какую-то игрушку или другую вещь, не забирай ее у него. Скорее всего, ребенок ищет в ней защиты и ему важно иметь ее при себе.

Уделяй ребенку особое внимание, старайся с ним общаться. Порисуй вместе с ребенком, смастери что-нибудь или поиграй с ним. Возня на фоне интересующих ребенка занятий помогает поддерживать с ним контакт. Например, занятие рисованием после ситуации насилия помогает ребенку освободиться от возникшего стресса.

Разговаривай с ребенком

Не бойся говорить с ним об акте насилия – тем самым ты поможешь ребенку освободиться от унижительной тайны. Помогни ему понять, что он – не единственный из детей, который пережил насилие в семье.

Говори о пережитом и о своих мыслях в отношении будущего. Не лги и не приукрашивай действительность! Учитывай уровень развития ребенка и выбирай понятные ему слова.

Объясни, где сейчас находится и чем в данную минуту занят причинивший насилие человек. Расскажи ребенку о планах на будущее, даже если они еще смутные. Знание о наличии других возможностей кажется ребенку более безопасным, чем неизвестность и страх перед тем, что может принести будущее.

Никогда не ставь ребенка в положение принимающего решения, решения должна принимать только Ты! Ищи для себя помощи – и ставь об этом ребенка в известность. Этим ты поможешь и ему.

Расскажи о насилии

Расскажи ребенку, что такое насилие, расскажи, что такое преступление. Скажи, что насилие не может считаться внутрисемейным делом, объясни, что ему нельзя стыдиться семейного насилия. Своя семья не может быть плохой, но внутри неё существуют проблемы, и для их решения необходима помощь со стороны.

Расскажи ребенку, что в каждой семье происходят ссоры и раздоры, но только в некоторых семьях ссоры заканчиваются насилием. Ссоры являются частью обычной семейной жизни – но только не насилие. Скажи, что не существует такой причины, которая бы оправдала насилие одного человека в отношении другого, даже если другой при этом действительно сделал что-то нехорошее.

Объясни ребенку, что человек имеет право на разные чувства – в то числе и на злость, но никому не дано право причинять боль другим, прикрываясь своими чувствами. Если кто-то,

находясь в ярости, делает другому больно, этот «кто-то» нуждается в помощи, чтобы научиться понимать свои чувства и управлять ими.

Избавь ребенка от чувства вины

Скажи ребенку, что ссоры между родителями касаются отношений исключительно между ними, хотя, возможно, что их причиной послужили какие-то моменты, которые касаются непосредственно ребенка. Подчеркни, что ребенок никогда не виноват в происходящем насилии, даже если ребенок повел себя исключительно плохо и проявил непослушание, или недостойно повел себя в школе. Разъясни ребенку, что насилие присутствует в семье вне зависимости от того, хорошо или плохо он себя ведет.

Из выросшего в среде насилия ребенка способен получиться душевно более здоровый и лучше справляющийся с проблемами взрослый, если будучи ребенком он:

- способен просить о помощи;
- в состоянии достигать положительной реакции других для улучшения своего положения;
- в состоянии настолько дистанцироваться от своей дисфункциональной семьи, чтобы семья не являлась единственным фактором, под чьим влиянием он формируется;
- в состоянии налаживать связи с теми общественными атрибутами, которые ценятся в обществе и к которым относятся семья, школа, социальные группы
- в состоянии замечать тех взрослых, которые предлагают ему постоянную защиту и заботу, и общаться с ними.