**Виступ на батьківських зборах:**

**«Сім’я – простір без насильства»**

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 витоки 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:

умисна дія;

порушення прав і свобод;

перевага однієї людини над іншими;

шкода.

Насильство є таким порушенням прав і свобод людини, яке унеможливлює 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 формуванння 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 провина, 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 заоохочують 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. Сліпа 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, прибережіть 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, завдавання 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 розвиткові 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.

Знаєте скільки коштує людина? Ось скільки коштуєте ви самі, ваші діти? За підрахунками одного вченого, – не більше 5 доларів. Він склав вартість металів у тій кількості, що знаходяться у нашому організмі, вартість води, якої є найбільше у нашому тілі, додав незначну кількість дорогоцінних сумішок, підсумував, і ось вийшло, що ми з вами фактично нічого не варті.

Таке повідомлення хоч-кого обурить. Але саме у такому відношенні до життя інших і криється причина насильства.

Люди не цінують життя одне одного. Декому навіть подобається бути жорстоким, і він вважає це розвагою. Подібно до злочинців, деякі, на перший погляд звичайні люди, насолоджуються стражданнями інших. Крім того, мільйони із задоволенням дивляться фільми, насичені сценами брутальності і жорстокості.

Ось буденний приклад: влітку діти, в оздоровчому таборі передивлялися відеофільми, і знаєте які вони замовляли? Не про тварин та природу, навіть не дитячі пригодницькі, а ті в яких було більше жорстокості – про динозаврів, які одне одного розривали на шматки. Коли я запропонувала їм подивитись щось інше, не таке жахливе, вони так бурхливо почали заперечувати, кажучи, що вдома вони й не таке дивляться. Вони ніби хизувалися один перед одним, які страшненні фільми вони бачили. Одна дитина з другого класу повідала, що їй сподобалась така сцена у фільмі: «дівчина відрубала батькові голову й з’їла її неначе торт, якого подають під час святкування дня народження». Інші діти похвалялися, що бачили й не таке, і зі смаком переповідали, що саме.

Бачили б ви очі цих дітей! Я відчула свою повну безпорадність, намагаючись зрозуміти, як батьки допускають, щоб їхні діти дивились таке жахіття. Невже вони не усвідомлюють до чого можуть призвести такі «страшилки»?

Я вам зараз розповім невигаданий, підкреслюю, реальний випадок. П’ятнадцятирічний підліток задушив подушкою своїх двох маленьких сестер, зарізав старшу сестру потім матір, тяжко ранив сусідку, яка прибігла на галас, а після цьго побіг до товариша і там вистрибнув з шостого поверху і розбився. Коли повернувся батько з роботи, з його великої сім’ї нікого не залишилось. Так ось, з’ясувалося, що перед цим, останні два роки, цей підліток грався у дуже жорстокі комп’ютерні ігри, і ніхто йому цього не забороняв. Хочу іще раз наголосити, цей жахливий випадок трапився не десь на так званому “дикому заході”, а у нашому обласному центрі. А отже подібне може трапитися у будь-якій сім’ї, якщо не вдатися до завчасних запобіжних заходів.

Адже психіка дитини під впливом сучасної тале-відео продукції та комп’ютерної ігроманії не може залишатися здоровою. І питання лише у тому, коли та у якій сфері життя підростаючої людини виявляться небезпечні наслідки.

Це дуже серйозно. Тож попросіть своїх дітей показати вам, в які ігри вони грають, які мультики і фільми вони дивляться, зокрема й по мобільних телефонах, чи не культивується у них насилля? Краще буде позбутися всього, що може негативно впливати на мозок ваших дітей. Замисліться, що в першу чергу вам самим жити зі своїми дітьми, і якщо вони стануть жорстокими, то у більшій мірі страждати будете ви самі від цього.

Але як розпізнати, що є насиллям, а що ні? Це запитання не безпідставне. Мені потрібно було поговорити з одним хлопцем, який ображав інших, при цьому дуже жорстоко себе поводив. Так ось, виявилось, що він навіть не усвідомлював, що інші сприймають його поведінку, як таку, що принижує їхню гідність, що їм дуже від цього погано. І він розповів, що у дитинстві його дуже принижував батько, часто бив його і матір. В результаті, він сам перейняв таку поведінку по відношенню до однолітків.

Знаєте, яким правилом він керувався? «Ти не мужик, якщо не можеш довести цього іншим. А довести це можна тільки силою, щоб тебе боялися.»

Тож чи не закладаємо ми самі у підсвідомість власних дітей, що тільки завдяки насильству і жорстокості можна вижити у цьому світі? «Виживає сильніший!» Потрібно гризтись, кусатись, рвати на шматки, не з’їси сам, з’їдять тебе. Знайомі твердження?

І ось з таким розумінням випускаються у світ наші діти. Одні зі зломленою психікою, що так і не довели, що вони сильніші, «що вони – мужики», а інші, як переможці, яким усе дозволено, які звикли мучити оточуючих, отримуючи насолоду від страждань інших.

Як нам жити у такому світі?

Коли доводиться вести з дітьми профілактичну бесіду з цього питання, я зупиняюсь на деяких важливих істинах.

1. По-перше, розповідаю про «закон бумеранга», це такий же самий закон, як і закон земного тяжіння, знаєш про нього, чи не знаєш, а він діє.

Так ось, багатьом відомо, що все що ми робимо по відношенню до інших, повертається до нас самих. Якщо робимо добро, у нашому житті теж буде багато доброго. Але якщо робимо зло, то це зло повернеться не тільки до нас самих, але скажеться й на наших дітях. Ось чому в давнину так боялися прокляття, боялися вчинити зло. Цілі роди, представниками яких було скоєне злочин, через деякий час повністю вимирали (приблизно у третьому – четвертому поколінні починалося виродження).

2. Також ми обговорюємо такі вислови, як «кров притягує до себе кров», «насильство породжує насильство».

Цікаво, що б ви самі відповіли, на цю народну мудрість. Діти просто над цим ніколи не замислювались, а коли починали таке обговорення, то вони погоджувались, що «якщо відповідати злом на зло, проблема не вирішиться, а, навпаки, зла стане ще більше».

3. Діти дізнаються, що жертва може сама стати насильником, поводячись з іншими так само, як поводились із нею. Найжорстокішими злочинцями частіше стають саме ті, над ким знущалися. І найперше, з ким зводяться рахунки, це з тими хто довів їх до такого стану.

4. Приходиться також пояснювати, що насильством є не тільки бійка та вбивство. Звичайні у дитячому середовищі штовхани, прозвиська, глузування, все, що порушує права іншого, принижує його гідність – вже є таким насильством, яке може завдавати нестерпного болю.

Наприкінці хочу зупинитися ще на одному виді насильства.

– Це насилля над емоціями дітей — постійне критикування і принижування дитини, її розумових здібностей та особистої гідності. Таке словесне насилля може зруйнувати дух дитини.

Тож шановні батьки! Усвідомте: насилля починається в серці й розумі; спосіб дій визначається способом мислення. Перегляньте спосіб життя вашої родини. Встановіть сувору батьківську заборону на перегляд насильницьких сцен у фільмах та комп’ютерних іграх. А щоб ця заборона була сприйнята дітьми з розумінням, то може почнемо з самих себе? І ще, не підштовхуйте дітей вирішувати свої проблеми за принципом «з вовками жити, по вовчому вити». Ви ж не хочете самі жити серед вовків, якими можуть стати власні діти по відношенню до вас?

Якщо ж ми навчимося по-справжньому любити наших дітей та мудро виявляти турботу про їхнє майбутнє, то й діти віддячать нам любов’ю та турботою.

«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 поличку, 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.