

*Что представляют собой родители, которые жестоко обращаются со своими детьми?*

*Обычно они находятся в стрессовых условиях или переживают крушение своих жизненных планов. **Наиболее общие проблемы, характерные для таких родителей, — это депрессия, одиночество, супружеские раздоры, безработица, злоупотребление психоактивными веществами, развод, насилие в семье, сильное пьянство и беспокойства, связанные с работой.***

## **Порочный круг насилия**

Некоторые родители осознают, что они плохо обращаются со своими детьми, но не способны себя остановить. Другие родители, подвергающие своих детей жестокому обращению, буквально ненавидят их или чувствуют к ним отвращение. Детские мокрые, грязные пеленки, плач, потребности невыносимы для таких родителей. Мать, жестоко обращаясь со своим ребенком, вероятно, считает, что ее ребенок нарочно досаждаст ей. Нередко родители с подобными психическими отклонениями мечтают, что ребенок немедленно сделает их счастливыми, когда же ребенок (которому обычно нет и трех лет) «разочаровывает» их, следует смертельно опасная реакция.

В основе большинства случаев жестокого обращения с детьми лежит порочный круг насилия, который перетекает от одного поколения к другому. Приблизительно одна треть всех тех родителей, кто подвергался жестокому обращению в детстве, плохо обращается со своими собственными детьми. Еще одна треть родителей обычно не проявляют жестокости к своим детям. Однако они могут так поступать, находясь в состоянии стресса. Такие родители просто никогда не учились тому, как любить детей, общаться с ними и воспитывать их. Короче говоря, большинство детей, подвергающихся жестокому обращению со стороны своих родителей, позднее сами начинают проявлять жестокость к своим детям.

Те, кто разрывает этот порочный круг, вероятнее всего, будучи детьми, получали эмоциональную поддержку от взрослых людей, хорошо к ним относящихся, прошли курс психотерапии в связи с этой проблемой или находили эмоциональную поддержку у своих друзей.

*Специалисты рекомендуют тем родителям, кто испытывает желание встряхнуть или ударить плачущего ребенка, постараться проделать следующее:*

- Выйти из комнаты и позвонить другу.*
- Включить какую-нибудь успокаивающую музыку.*
- Сделать 10 глубоких вдохов и успокоиться; затем сделать еще 10 вдохов.*
- Пойти в другую комнату и выполнить какие-нибудь упражнения.*
- Принять душ.*
- Сесть, закрыть глаза и живо представить себе, что находитесь в каком-нибудь приятном месте.*
- Если ни одна из предложенных стратегий не помогает, обращайтесь за психологической помощью.*



ГБУ НСО СРЦН г.Татарск  
Адрес: Новосибирская область,  
г.Татарск, ул.Татарская, 7

Телефон/факс: 8(383)642-14-16

Телефон: 8(383)642-01-92

Эл. почта: priyt23@sznsk.ru

Подготовили: Мартынцова Т.Г.,  
Моор Н.А.

педагоги –психологи отделения  
социальной реабилитации.

## Рекомендации родителям



*«Оглянись во  
гневе!»*