

Когда происходят события, связанные с насилием и жестокостью, взрослые — родители или учителя — нередко задаются вопросом: как об этом разговаривать с детьми? Первая реакция — оградить детей от ужасных деталей, которые тиражируют СМИ и в частности ТВ (хотя, именно по причине распространенности СМИ, это сделать полностью невозможно). В свою очередь, такая реакция приводит к тому, что мы пытаемся вообще умолчать о проблеме, не вдаваться в детали и ничего не объяснять, ограничивая мир ребенка миром его интересов и потребностей.

Но на самом деле, это не совсем верно. Дети должны понимать, что происходит, и — самое главное — учиться справляться с жизненными трудностями.

Мы предлагаем вам несколько важных советов, как правильно вести себя и общаться с детьми на болезненные сложные темы, которых сейчас так много в нашей жизни.

Узнайте о чувствах

Сначала создайте такую атмосферу, в которой дети могли бы рассказать о своих чувствах. Затем объясните, что печаль, грусть, подавленность, страх, гнев, ярость и другие подобные эмоции — это естественные реакции на насилие и несправедливость. И что вы сами чувствуете время от времени то же самое. Помогите детям научиться преодолевать неприятные эмоции, переключаясь на что-то другое: впечатления, дела, события.

Выслушайте

Вместо того, чтобы догадываться или предполагать, что ребенок знает о ситуации, спросите об этом! Предложите задать вопросы, внимательно слушайте и воспринимайте ответы максимально серьезно.

Отвечайте честно

Отвечайте на детские вопросы по существу и рассказывайте о том, что ребенок хочет знать. Формулируя ответ, учитывайте возраст детей. Старайтесь отвечать спокойно, четко, конкретно и прямо.

Не стесняйтесь признаться в том, что не можете ответить на некоторые вопросы. Наоборот: это возможность вместе с ребенком найти или сформулировать ответы!

Кроме того, дети должны знать, что на некоторые вопросы не существует правильного ответа: когда мы сталкиваемся с насилием или когда люди совершают ужасные поступки. Можно дать понять, что это беспокоит взрослых так же, как и детей.

Старайтесь поощрять мирный путь решения проблем

В беседах постарайтесь делать акцент на том, что насилие — не выход, а месть не является конструктивным решением. Обсуждайте с детьми и подростками ненасильственные варианты реагирования на насилие, а также пути решения проблем мирным путем.

Избегайте жестоких сцен и образов

Старайтесь держаться подальше от сцен насилия, появляющихся в СМИ. Обращайте внимание детей на примеры или образы любви и поддержки, которую проявляет абсолютное большинство людей во всем мире.

Ограничьте доступ к СМИ

Это стоит сделать, чтобы дети меньше подвергались влиянию тревожной информации. Если же не всегда получается, старайтесь быть рядом с ребенком и помогайте разобраться со сложными и хаотичными сообщениями. Это будет способствовать развитию медиа-грамотности и критического мышления.

Сосредоточьтесь на важном

Вместо повышенного внимания к сенсационным компонентам того или иного события, старайтесь больше рассказывать детям о его проблемах и причинах, чтобы помочь им лучше ориентироваться в окружающем мире и понимать нюансы происходящего.



Не допускайте предвзятости и ненависти

Если вы обсуждаете события, в которых задействованы различные культурные или религиозные группы в других странах, старайтесь избегать стереотипной оценки. Расскажите о разнообразии культур в мире и равноправии людей, к которому нужно стремиться. Когда предвзятость или необъективность появляется в репортажах и сообщениях СМИ, обязательно акцентируйте на этом внимание детей. Тем самым вы научите ребенка быть осведомленным в вопросах проявления нетерпимости, а также реагировать на это корректным образом. Всегда настаивайте на том, что нетерпимость и дискриминация — это плохо, а также обсуждайте с детьми способы противодействия.



Следите за «тревожными сигналами»

Всегда отслеживайте признаки того, что событие, связанное с насилием, причиняет ребенку боль и страдания: особенно это касается детей, переживших травматические инциденты в прошлом.

Если ребенок не может заснуть, плохо ест, боится посещать школу или заниматься привычными делами, постоянно держится рядом с родными, ведет себя отстраненно или у него есть проблемы с поведением, пожалуйста, найдите возможность обратиться к врачу или психологу.



КАК ГОВОРИТЬ С ДЕТЬМИ О НАСИЛИИ?



Міністерство
соціальної політики
України

