Предотвращение жестокости по отношению к детям

Что может быть сделано для того, чтобы предотвратить жестокое обращение с детьми? В настоящее время создано множество общественных организаций для того, чтобы выявить тех детей, которые подвергаются избиениям, или тех, о ком не заботятся родители. Однако узаконенное «попечение» над детьми, подвергающимися жестокому обращению, не приносит положительных результатов. Суд может принять решение о том, чтобы взять попечительство над ребенком, или родители могут охотно согласиться поместить его в детский дом. Забота о ребенке в детском доме может быть гораздо лучшей, чем дома, но вполне вероятно, что эта забота может также дополнительно травмировать ребенка. В некоторых случаях ребенку разрешают оставаться дома с родителями, но в строгом соответствии с эффективными программами обучают родителей умению заботится о детях и справляться со стрессовыми ситуациями. Было бы лучше, если бы таким навыком обучали в средней школе.

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

- Выйти из комнаты и позвонить приятелю.

- Включить какую-нибудь успокаивающую музыку.

- Сделать 10 глубоких вздохов и успокоиться, затем сделать еще 10 вздохов.

- 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.