

➤ Перестаньте сравнивать своего ребенка с «идеальным ребенком», не завышайте требования к своему ребенку, учитывайте его возраст и возможности.

➤ Постарайтесь понять, что из страха быть наказанным и из опасения, что «родители его не любят», ребенок вместо того, чтобы исправиться, может начать врать, протестовать, мстить родителям непослушанием.

➤ Наказания применяйте только в виде запрещения. Запрещения должны быть конкретно сформулированы. Наказание эффективно тогда, когда ребенок осознает свои ошибки.

➤ Основной способ поощрения – похвала.

➤ Не связывайте материальное поощрение с конкретными достижениями ребенка, его послушанием.

➤ Наказание не может разрешить проблему, а только усугубляет конфликт.

➤ Попробуйте следующее:

- подумайте, что очень скоро Вы будете раскаиваться в том, что не смогли сдержать гнев и наказали ребенка;

- прежде чем наказать ребенка или накричать на него, сосчитайте про себя до десяти;

- подумайте, почему Вы рассердились, что вызвало ваш гнев;

- постарайтесь глубоко вдохнуть, задержать дыхание, а потом медленно выдохнуть, повторите этот прием несколько раз и Вы почувствуете, что стали значительно спокойнее;

- если вы рассердились на ребенка, не копите гнев, а сразу скажите ему, что вызывает у вас неудовольствие;

- постарайтесь найти какие-нибудь свои приемы психологического «сброса» напряжения.

➤ Не пытайтесь сразу обвинить ребенка. Может быть поступок ребенка, за который вы его наказываете, – это сигнал тревоги, говорящий, что ребенок попал в трудную ситуацию? Вы можете помочь своему ребенку, поддержать его, не прибегая к физическому наказанию.

По вопросам обращайтесь по адресу:

**454047, г. Челябинск,
ул. Румянцева, 19а**



**ПОЛЕЗНЫЕ
ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:**



www.семья-центр.рф

www.88002000122.ru

www.telefon-doveria.ru

www.fond-detyam.ru

www.ya-roditel.ru



454047 г. Челябинск,

ул. Румянцева, 19-а

ул. Жукова, 44-б

8 (351) 700-17-71

8 (351) 700-15-51

**Челябинский областной
центр социальной защиты «Семья»**



Жестокое обращение с детьми



(для родителей)

Жестокое обращение с детьми – это умышленное или неосторожное обращение или действия со стороны взрослых, которые привели к травмам, нарушению в развитии, смерти ребенка, либо угрожают его правам и благополучию.

Выделяют четыре основные формы насилия в отношении детей:

- **Психологическое (эмоциональное) насилие** - это однократное или хроническое воздействие на ребенка, враждебное или безразличное отношение к нему, приводящее к снижению самооценки, утрате веры в себя, формированию патологических черт характера, вызывающее нарушение социализации.

Выделяют следующие формы психологического насилия:

1. Отвержение, неприятие ребенка, принижение его достоинства:

- враждебное отношение к ребенку, унижение, в том числе публичное;
- оскорбление (формирование стабильного чувства страха);
- высмеивание ребенка за проявление естественных эмоций (любви, горя и т.п.);
- брань, насмешки и т.д.

2. Терроризирование

- угроза убить ребенка, причинить ему физический вред.
- угроза оставить ребенка в опасной ситуации;
- угроза совершить насилие над самим ребенком, запугивание («Не будешь слушаться – накажу», «Ещё одна двойка – и я возьмусь за ремень») и др.

3. Изоляция.

- лишение ребенка возможности встречаться и общаться со сверстниками или взрослыми как дома, так и вне его. У ребенка в этом случае возникает ощущение полного одиночества, изоляции от других людей.

4. Развращение.

- побуждение ребенка к антисоциальному поведению: занятию проституцией, порнографией; преступной деятельностью; употреблению наркотиков; жестокости по отношению к другим.

5. Игнорирование.

- нежелание или неспособность взрослого взаимодействовать с ребенком;
- отсутствие проявлений привязанности к ребенку, любви, заботы и т.д.

- **Пренебрежение основными нуждами ребенка** заключается в нежелании или неспособности родителей или лиц, их заменяющих, удовлетворять основные нужды ребенка, необходимые для развития физических, эмоциональных и интеллектуальных способностей.

Пренебрежительное отношение к детям может привести к несчастным случаям, отравлениям и другим, опасным для жизни и здоровья ребенка последствиям.

- **Физическое насилие** – это преднамеренное нанесение ребенку побоев, травм, повреждений, вследствие чего страдают его физическое и психическое здоровье и развитие, в особо тяжелых случаях наступает летальный исход.

- **Сексуальное насилие** – вовлечение ребенка с его согласия или без такового в прямые или не прямые действия сексуального характера с взрослым с целью получения последним сексуального удовлетворения или выгоды.



Если ребенок говорит Вам, что подвергается насилию, то:

- поверьте ему. Он не будет лгать о пережитом издевательствах, особенно если он рассказывает очень эмоционально, с подробностями, эмоции соответствуют пережитому состоянию;

- не осуждайте его. Ведь совершил насилие другой человек, а пострадал ваш ребенок;

- внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте его, показывая, что понимаете всю тяжесть его страдания;

- не преуменьшайте его боли, говоря, что «не случилось ничего страшного, все пройдет...»;

- не отвергайте его: если он, обратившись к Вам, встретит осуждение, страх, гнев, то это может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.

Семья - основной источник психологического благополучия ребенка.

Если Вы готовы строить гармоничные отношения с детьми, придерживайтесь следующих правил:

- Общаюсь с ребенком, всегда говорите о конкретных ситуациях, поступках. Не давайте оценку личности, характеру ребенка. Категорически избегайте диагноза и прогноза его судьбы.

- В центре ваших высказываний должны находиться чувства, эмоции, переживания. Научите ребенка узнавать, понимать, выражать и оценивать свои собственные чувства.

- Если Вы что-то требуете от ребенка, не оставляйте его наедине с проблемой, сотрудничайте с ним.

- Попробуйте изменить ситуацию, в которой ваш ребенок проявляет нежелательное поведение так, чтобы ребенку незачем было вести себя неправильно.