



## ДЕТИ ОТ РОЖДЕНИЯ ОБЛАДАЮТ ОСНОВНЫМИ СВОБОДАМИ И НЕОТЪЕМЛЕНЫМИ ПРАВАМИ.

Согласно Конвенции о правах ребенка, все дети имеют право на выживание, здоровье и образование, на заботливую семейную обстановку, игры и культуру, на защиту от всех видов эксплуатации и дурного обращения, а также на то, чтобы их голоса и мнения учитывались при решении существенных вопросов

Каждый ребенок имеет право на жизнь без насилия и жестокости. Родители – самые близкие для ребенка люди – в первую очередь ответственны за его безопасность и защиту.

Однако все чаще основными методами воспитания становятся телесные наказания, крики, оскорбления, унижения и запугивания.

Жестокое обращение с ребенком и неудовлетворение его жизненных потребностей становится все более распространенным явлением в наших семьях.

### **✚ физическое насилие**

*это удары рукой, ремнем или другим предметом, встряхивание, скручивание уха, принуждение стоять на коленях и т.п.*



**ПРИМЕР.** Ребенок поиграл с игрушками и отказывается их убирать. Мама всеми способами пыталась сломить сопротивление ребенка («Я их выброшу, а тебе дам ремня» и т.д.), однако это только вызывало протест у малыша. А можно было действовать по-другому: помочь убрать игрушки, играя («Давай я спрячусь, а когда зайду увижу, что нет на полу игрушек», «Давай вместе спрячем игрушки в домик», «Давай найдем волшебную палочку, которая поможет нам убрать в комнате» и т.п. Вариантов может быть много. Здесь главное – показать ребенку, что вы «не бросаете» его в трудную минуту)

*Родители наказывают ребенка, так как думают, что это научит его «правильному поведению», но в большинстве случаев сталкиваются с тем, что такой метод «не работает».*

**Объясните малышу приемлемую модель поведения. ОБЪЯСНЯТЬ НАДО ТОЖЕ УМЕТЬ!**

### **✚ эмоциональное (или психологическое насилие)**

*это крики, оскорбления, нецензурная брань, постоянная критика и принижение успехов ребенка, демонстрация неприязни к ребенку, запугивание, угрозы бросить ребенка или отдать его чужому, отказ говорить с ребенком.*

В результате всего этого у детей формируется комплекс неполноценности, отмечаются частые приступы беспокойства, тоски, чувства одиночества, ухудшается успеваемость в школе, состояние здоровья, повышается риск быть подверженным дурному влиянию улицы. Жизнь таких детей часто не складывается из-за ложного осознания собственной никчемности, неумения построить отношения с окружающими, отсутствия веры в себя.

**Прежде чем обращаться за помощью к специалистам по поводу неадекватного поведения вашего ребенка, проанализируйте свое отношение к вашему малышу.**

### **✚ сексуальное насилие**

*это сексуальный контакт, непристойные сексуальные прикосновения, изнасилование, вовлечение в порнографическую деятельность и т.п.*

У детей, пострадавших от сексуального насилия, развиваются тяжелые депрессии, часто приводящие к попыткам самоубийства

### **✚ неудовлетворение основных жизненных потребностей ребенка**

*это непредоставление ребенку хорошего питания, одежды, жилья, медицинской помощи, воспитания, образования, отсутствие гигиены, оставление ребенка без присмотра*

Неудовлетворение жизненных потребностей ребенка приводит к формированию у него эмоциональной холодности и жестокости.

## **КАК ВОСПИТАТЬ РЕБЕНКА БЕЗ НАСИЛИЯ?**

**ЗАПОМНИТЕ:** манеру говорить, жесты и мимику малыш копирует у родителей! Ребенок наблюдает, как реагирует папа, когда мама просит его что-то сделать; он запоминает, с каким настроением родители уходят на работу, как общаются со своими друзьями, говорят ли «спасибо» друг другу, обнимаются ли они, проявляют ли взаимное уважение.

## **ПРАВИЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**✚ умейте «расшифровать» поведение ребенка, чтобы понять его потребности** (за любыми капризами ребенка надо искать причину такого поведения (это может быть неудовлетворенная физическая или эмоциональная потребность, или излишняя чувствительность ребенка)

**✚ умейте быть последовательными и предсказуемыми** (частой причиной капризов детей являются непоследовательные поступки самих родителей. Сегодня ребенка наказывают за что-то, а завтра – нет. Мама запрещает что-то, а папа – нет. Реакция родителей на один и тот же поступок ребенка должна быть одинаковой и стабильной не менее пяти раз подряд, чтобы можно было говорить об эффективности используемого метода воспитания.)

**✚ обучите ребенка способности проявлять свои чувства, выражая их в приемлемой форме** (когда ребенок злится, в его организме происходит выброс адреналина, и тогда он дерется, толкается, плюется, кусается или швыряет предметы, потому что не знает, как справиться с этим потоком энергии. Дети нуждаются в том, чтобы взрослые помогли им направить энергию в нужное русло.

Можно дать ребенку кусок пластилина – чтобы месить его кулаками, газету – чтобы рвать или комкать ее, подушку – чтобы колотить по ней, сколько душе угодно. Очень важно научить ребенка приемлемым способам выражения своего недовольства. **НО, если вы кричите и хлопаете дверью – он будет поступать так же!**)

✚ **доступно объясняйте ребенку правила поведения** (вспомните, сколько раз вы сталкивались с ситуацией, когда ребенка ругают за то, что он шумит, балуется в магазине и т.д. А рассказывают ли этим детям, как нужно себя вести? Родителям проще дернуть его за руку, прикрикнуть, **НО** не объяснив правила поведения)

✚ **умейте контролировать свои действия** (если у вас появляется желание встряхнуть или ударить плачущего ребенка, попробуйте сделать следующее: выйдите из комнаты и позвоните кому-то из друзей; включите спокойную музыку; сделайте 10 глубоких вдохов и постарайтесь успокоиться; сядьте, закройте глаза и представьте, что находитесь в каком-нибудь красивом и приятном для вас месте. **ЕСЛИ** ни один из предложенных способов вам не помогает, стоит обратиться за помощью к специалисту, например, к психологу)

✚ **не «воспитывайте» на расстоянии** (не нужно из кухни кричать «Прекрати!», нужно подойти и объяснить, почему делать этого не нужно)

✚ **не выражайте свой запрет фразами «Нельзя, и все!», «Нет, потому что нельзя!»** (они ничему не учат ребенка. Следует объяснять, почему «нельзя»)

### **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ**

**Не воспитывайте детей, они все равно будут похожи на Вас.  
Воспитывайте себя.  
Дети – зеркало родителей.**



Если Вы или Ваш ребенок пострадал от насилия, то не нужно винить себя и умалчивать проблему. Найдите время и силы обратиться к специалисту, ведь последствия насилия могут оказать влияние на всю дальнейшую жизнь.

**ЗДЕСЬ ТЕБЕ ПОМОГУТ**  
Центр здоровья подростков и молодежи  
«Надежда»



**АНОНИМНО, ДОСТУПНО, БЕСПЛАТНО**

Наш адрес: г.Орша, ул.Пионерская. 15  
(Детская поликлиника №1)  
Центр «Надежда» работает ежедневно, кроме выходных и праздничных дней

Время работы: 8.00 – 17.00 (обед: 13.00 – 14.00)

Телефон консультативной помощи **50 57 50**

Телефон медицинского психолога **51 17 21**

**Автор:** медицинский психолог ЦЗПиМ «Надежда»  
- Гуминская С.Л.

УЗ ОЦП Детская поликлиника №1  
Центр здоровья подростков и молодежи «Надежда»



Орша, 2020