

**Памятка для родителей**  
**«Как избежать насилия в семье»**  
**Уважаемые папы и мамы!**

В жизни человек встречается не только с добром, но и со злом, приобретает не только положительный, но и отрицательный опыт.

Добро лечит сердце, зло ранит тело и душу, оставляя рубцы и шрамы на всю оставшуюся жизнь.

**Запомните эти простые правила в нашей непростой жизни...**

1. Обсудите с подростком вопрос о помощи различных служб в ситуации, сопряженной с риском для жизни.
2. Проговорите с ним те номера телефонов, которыми он должен воспользоваться в ситуации, связанной с риском для жизни.
3. Дайте ему ваши рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.
4. Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать вам не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.
5. Каждую трудную ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним.
6. Обсуждайте с ребенком примеры находчивости и мужества людей, сумевших выйти из трудной жизненной ситуации.
7. Не иронизируйте над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально. Помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы.
8. Если проблемы связаны только с тем, что ваш ребенок слаб физически, запишите его в секцию и интересуйтесь его успехами.
9. Если кто-либо из числа ваших знакомых и друзей вызывает у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не общайтесь больше с этим человеком.
10. Не опаздывайте с ответами на вопросы вашего ребенка по различным проблемам физиологии, иначе на них могут ответить другие люди.

11. Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства проявлял ответственность за свои поступки и за принятие решений.
12. Учите ребенка предвидеть последствия своих поступков, сформируйте у него потребность ставить вопрос типа: что будет, если?..
13. Если ваш ребенок подвергся сексуальному насилию, не ведите себя так, как будто он совершил нечто ужасное, после чего его жизнь невозможна
14. Не обсуждайте при ребенке то, что произошло, тем более с посторонними и чужими людьми.
15. Не формируйте у своего ребенка комплекс вины за случившееся.
16. Не позволяйте другим людям выражать вашему ребенку сочувствие и жалость. Это формирует принятие им установки, что он не такой, как все.
17. Дайте возможность своему ребенку проговорить с вами самую трудную ситуацию до конца и без остатка. Это поможет ему освободиться от груза вины и ответственности.

**Это нужно знать каждому родителю!**

**Сами того не понимая, мы можем причинять страдания своему ребёнку!**

### **Эмоциональное насилие**

- длительная неадекватная реакция взрослых в ответ на экспрессивное поведение ребёнка.

### **Психологическое насилие**

- длительное неадекватное поведение взрослых, подавляющее личность ребёнка, его творческий и интеллектуальный потенциал.

Примеры эмоционального и психологического насилия:

#### **1. Запугивание ребенка:**

- ему внушают страх с помощью действий, жестов, взглядов;
- используют для запугивания свой рост, возраст;
- на него кричат;
- угрожают насилием по отношению к другим (родителям ребенка, друзьям, животным и так далее).

## 2. Использование силы общественных институтов:

- религиозной организации, суда, полиции, школы, спецшколы для детей, приюта, родственников, психиатрической больницы и так далее.

## 3. Использование изоляции:

- контролируют его доступ к общению со сверстниками, взрослыми, братьями и сестрами, родителями, бабушкой и дедушкой

Над ребенком также совершают эмоциональное насилие, если:

- унижают его достоинство;
- используют обидные прозвища;
- используют его в качестве доверенного лица;
- при общении с ребенком проявляют непоследовательность;
- ребенка стыдят;
- используют ребенка в качестве передатчика информации другому родителю (взрослому).

## **К ребенку относятся жестоко, если используют угрозы:**

- угрозы бросить его (а в детском доме - исключить и перевести в другое учреждение);
- угрозы самоубийства, нанесения физического вреда себе или родственникам;
- используют свои привилегии: обращаются с ребенком как со слугой, с подчиненным;
- отказываются сообщать ребенку о решениях, которые относятся непосредственно к нему, его судьбе: о посещениях его родителями, опекунами, ребенка перебивают во время разговоров.

Формы эмоционального, психологического и экономического насилия часто возводятся в ранг "системы воспитания", и бывает очень трудно скорректировать такую позицию людей, долг которых - забота, защита, опека, руководство, помощь и товарищество (это то, что должно вкладываться в понятие "воспитание").

### *Родителям о наказании*

- Применяя любой вид насилия по отношению к ребёнку ребенка, Вы учите его бояться Вас.
- Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им дурной пример.
- Физические наказания требуют от родителей меньше ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.
- Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает вести себя неадекватно.
- У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям.
- Если Вы наказываете своего ребенка под «горячую руку», это означает, что Вы хуже владеете собой, нежели требуете от ребенка.

Методист Гнедко П.А.