

**ПАМЯТКА  
О ЖЕСТОКОМ ОБРАЩЕНИИ**

**Уважаемые родители (законные представители)  
несовершеннолетних, помните!!!**

**Когда большой, значимый взрослый бьет маленького ребенка, ребенок чувствует беспомощность и фрустрацию.**

Эти чувства могут в дальнейшем сделать ребенка депрессивным или агрессивным. Учите своих детей, как вы хотите, чтобы они себя вели. Маленькие дети обычно не понимают, что они делают неправильно. Обязательно будьте последовательны в своих примерах.

**Когда вы бьете ребенка, вы не учите его решать проблемы.**

Вы только заставляете чувствовать его плохо по отношению к самому себе. Низкая самооценка может остаться у него на всю жизнь. И следите за своими словами – они могут ударить еще сильнее.

**Физическое насилие приводит к тому, что у ребенка появляется желание отомстить.**

Учите своих детей с помощью слов, речи. Старайтесь добиться понимания ими правил, которые вы установили у себя дома. Это могут быть правила безопасности, времени и порядка принятия пищи или отхода ко сну. Сделайте все возможное, чтобы правила были максимально простыми и соблюдались всеми членами семьи.

**Физические наказания смещают понимание ребенком «правильного и неправильного»**

Только подумайте - имеет ли смысл бить ребенка за то, что он только что ударил кого-то? Уведите, уберите ребенка с того места, где он только что кого-то ударил. Будьте последовательны и жестки (в следовании правилам). Каждый раз давайте ребенку знать: какое поведение вы от него ожидаете и что случится, если он не сделает этого (пойдет в свою комнату, не будет смотреть телевизор или потеряет какую-то другую привилегию).

**Если вы бьете ребенка, вы тем самым показываете ему, что бить - это нормально и приемлемо.**

Дети будут думать, что это нормальная практика - добиваться желаемого с помощью насилия. Учите своих детей другим способам выражать свои эмоции, например, словами. Затем – примите, покажите им, что вы принимаете их чувства и эмоции. Покажите, что вам не все равно.

**Физическое насилие травмирует эмоции ребенка.**

Оно также может повлиять на успеваемость ребенка в школе и взаимоотношения с друзьями. Замечайте и поддерживайте все хорошее, что делает ваш ребенок. Дайте ему знать, что вы любите его просто за то, что он у вас есть.

**Поведение детей, которых бьют, становится агрессивным и деструктивным.**

Физическое насилие дает ребенку больше оснований для плохого поведения. Оно как бы учит их "ты плохой, поэтому ты можешь, имеешь право делать плохие вещи". Когда ребенок постарше делает что-то плохое, попробуйте использовать "тайм-ауты". Благодаря тайм-ауту, вы изолируете ребенка прежде всего от себя на несколько минут. Посадите его на стул или кресло, лестницу, или отведите в свою комнату. Пусть он вернется оттуда тогда, когда он сможет контролировать свои действия (но ребенок не должен оставаться там часами! Обычно тайм-аут длится несколько минут, до 10). При этом не забывайте поддерживать своих детей, когда они поступают правильно и делают хорошие вещи.

### **Физическое насилие не учит детей внутреннему контролю.**

Никогда не шлепайте ребенка. Ребенок, которого шлепают, никогда не научится управлять своим поведением: он всегда будет искать кого-то еще, кто бы говорил ему, что правильно делать, а что неправильно. Такие дети обычно руководствуются принципом: «Я не должен ничего делать, иначе меня накажут», вместо «я не должен делать плохие вещи, потому что они плохие». Ваши ожидания должны быть по максимуму четкими. Поощряйте своего ребенка, когда он дружелюбен и настроен на сотрудничество. Поддерживайте его, когда он делает свой собственный хороший выбор.

### **Физическое насилие в любом виде пугает**

Контролируйте себя. Ничто не поможет ребенку, который себя не контролирует, лучше, чем взрослый, остающийся спокойным. Учите детей справляться с собственным гневом и эмоциями и не позволяйте им овладеть собой. Помните, что вы - взрослый человек.

**Иногда слишком уставший или встревоженный родитель начинает трясти кричащего – как грудного возраста, так и старше. Так делать нельзя ни в коем случае - это может привести к слепоте, повреждениям мозга или даже смерти ребенка. Что делать?**

**Остановитесь!** Если вас «достает» плач, обратитесь за помощью к другу, родственнику, соседке, попросите их посидеть с ребенком хоть десять минут, пока вы примете душ или просто выйдете на улицу, успокоитесь. Научитесь просить и принимать помощь других людей. В крайнем случае оставьте грудного ребенка в кроватке или манеже и уйдите в душ на 5 минут – пусть лучше ребенок плачет, чем вы причините ему непоправимый вред.

**Никогда не бейте ребенка, чтобы прекратить то или иное его нежелательное поведение «на людях».**

К сожалению, многие мамы и папы стесняются того, что ребенок время от времени выходит у них из-под контроля и это видят другие люди (а иногда и комментируют). И предпочитают прекратить это поведение с помощью насилия. Поймите, что как вам может быть неудобно, что ребенок раскапризничался на улице, в магазине, на празднике, ребенку в сто раз тяжелее пережить насилие, совершенное на виду у других (а что еще хуже - с одобрения чужих людей). Кроме того, вы таким образом даете понять ребенку, что его эмоции и его мнение ничего не значат для вас.

**Запомните** – ребенок не может и не должен быть «удобен» окружающим, это не игрушка, которую можно в нужный момент положить в ящик или выключить.

Постарайтесь подстроиться под ребенка, зная его расписание, пристрастия и заранее подумав, в каких случаях возможны конфликты. Даже если возникла непредвиденная ситуация, нет ничего страшного в том, что ребенок плачет или капризничает. Возьмите его на руки и идите домой, или отойдите в сторону, сядьте на лавочку и подождите, пока он успокоится. Стыдно должно быть посторонним наблюдателям, но не вам.

Если вы думаете, что ваши собственные проблемы оказывают влияние на то, как вы воспитываете своего ребенка, остановитесь, подумайте и обратитесь за помощью. В Интернете можно найти группу поддержки и поговорить о своих проблемах - анонимно или даже найти локальную помощь в своем городе.

Если вас наказывали в детстве, очень легко передать это поведение дальше. Вспомните, как вы себя чувствовали ребенком. А также попытайтесь найти время для себя. Вы почувствуете себя лучше и станете лучшим родителем своему ребенку.

## **ПРИНЦИПЫ СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ**

### **1. Ваш малыш ни в чем не виноват перед Вами:**

- ни в том, что появился на свет;
- ни в том, что создал Вам дополнительные трудности;
- ни в том, что не дал ожидаемого счастья;
- ни в том, что не оправдал Ваши ожидания.

**И Вы не вправе требовать, чтобы он разрешил за Вас эти проблемы.**

**2. Ваш ребенок** – не Ваша собственность, а самостоятельный человек. И решать до конца его судьбу, тем более ломать по своему усмотрению ему жизнь. Вы не имеете права. Вы можете лишь помочь ему выбрать жизненный путь, изучив его особенности и интересы, и, создав условия для их реализации.

**3. Ваш ребенок** далеко не всегда и совсем не обязательно будет послушным и милым. Его упрямство и капризы также неизбежны, как сам факт его присутствия в семье.

### **4. Во многих капризах и шалостях Вашего малыша повинны Вы сами, потому что:**

- вовремя не поняли его;
- пожалели свои силы и время;
- стали воспринимать его через призму несбывшихся надежд или простого раздражения;
- стали требовать от него того, что он попросту не может Вам дать – в силу особенностей возраста или характера.

**Короче – не желали принимать его таким, каков он есть.**

### **5. Вы должны:**

- всегда верить в лучшее, что есть в вашем малыше;
- в лучшее, что в нем еще будет;
- быть уверенным в том, что рано или поздно это лучшее непременно проявится;
- сохранять оптимизм во всех педагогических невзгодах.

## **Основные параметры неправильного воспитания**

### **1. Непонимание своеобразия личностного развития детей.**

Например, родители считают ребёнка упрямым, в то время как речь идёт о сохранении элементарного чувства достоинства.

### **2. Неприятие детей.**

Неприятие: индивидуальности ребёнка, его своеобразие, особенностей характера.

**3. Несоответствие требований и ожиданий родителей возможностям и потребностям родителей возможностям и потребностям детей.**

### **4. Негибкость родителей в отношении с детьми:**

- недостаточный учёт ситуации, момента;
- несвоевременный отклик;
- фиксация проблем, застревание на них;
- запрограммированность требований;
- отсутствие альтернатив в решениях;
- навязывание мнений.

**5. Неравномерность отношения родителей** – недостаток заботы сменяется её избытком или наоборот.

**6. Непоследовательность в обращении с детьми:**

меняющие и противоречивые требования родителей.

**7. Несогласованность отношений между родителями – конфликт.**

**8. Аффективность** – избыток родительского раздражения, недовольства или беспокойства, тревоги и страха

**9. Тревожность:**

- беспокойство и паника по любому поводу;
- стремление чрезмерно опекать ребенка;
- не отпускать ребёнка от себя;
- предохранение от воображаемых опасностей;
- стремление делать всё для ребёнка заранее;
- навязчивая потребность постоянно давать советы, предостерегать.

**10. Доминантность:**

- безоговорочное подчинение своей точке зрения;
- стремление подчинить ребёнка;
- навязывание мнений и готовых решений;
- строгая дисциплина и ограничение самостоятельности;
- физическое наказание;
- постоянный контроль за действием ребёнка.

**11. Гиперсоциальность**

- повышенная принципиальность;
- чрезмерная требовательность;
- навязывание детям большого числа правил;
- бесконечное число порицаний и замечаний;
- нетерпимость к слабостям и недостаткам;
- отношение к детям, как взрослым.

**12. Недоверие к возможностям детей:**

- настороженность и подозрительность в отношении перемен;
- недоверчивость к мнению ребёнка;
- неверие в его самостоятельность;
- перепроверка его действий;
- предостережения и угрозы.

**13. Недостаточная отзывчивость** – несвоевременный отклик на просьбы детей, их потребности, настроение.