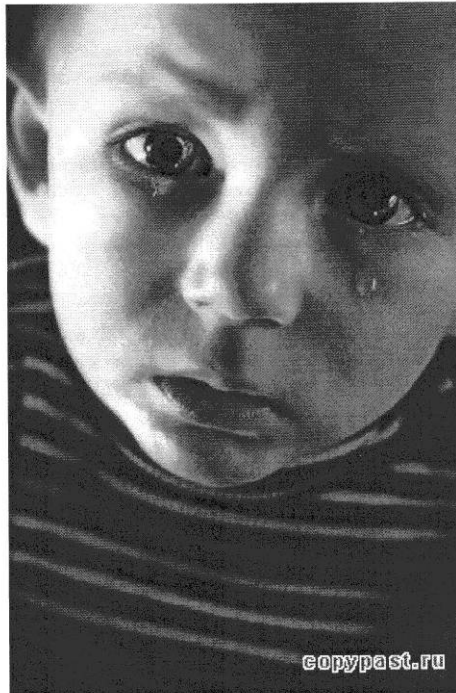


КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«По профилактике семейного неблагополучия, жестокого обращения с детьми, предупреждению преступности в отношении несовершеннолетних и защите их прав «В семье без насилия».



СОДЕРЖАНИЕ

Консультации для родителей

1. «Защита прав и достоинств ребенка»
2. Законы о правах и достоинствах ребенка
3. Памятка «Искусство быть родителем»
4. «Внутрисемейные отношения и эмоциональное самочувствие ребенка»
5. «Ласковое воспитание»
6. «Когда мама и папа изо дня в день ссорятся...»
7. «Злость и жестокость»
8. «Если у ребенка нет друзей»

«Защита прав и достоинств ребенка»

«При дефиците любви становится наказанием сама жизнь,

и тогда наказания ищут как последний шанс на любовь»

Результаты статистики говорят о том, что практически большую часть российских семей сегодня по той или иной причине можно отнести к разряду неблагополучных. Затянувшийся экономический кризис привел к тому, что большинство российских

семей попали в разряд малообеспеченных. По последним данным, наблюдается увеличение младенческой смертности, высока заболеваемость матерей, в 30 регионах России впервые после Великой Отечественной войны показатели смертности превысили показатели рождаемости. Растет число детей, рожденных вне брака. Увеличивается количество разводов из-за алкоголизма, наркомании, противоправных действий.

Все это не может не сказаться на взаимоотношениях между родителями и детьми. Современная семья включена в различные механизмы общественного взаимодействия, а потому социально-экономические катаклизмы, происходящие в нашей стране, не могут не способствовать усугублению детско-родительских отношений.

Необходимость поиска заработка, перегрузки на работе, сокращение в связи с этим свободного времени у родителей приводят к ухудшению их физического и психического состояния, повышенной раздражительности, утомляемости, стрессам. Свои стрессовые состояния, негативные эмоции родители нередко вышлескивают на тех, «кто под руку попадается», чаще всего - на детей, которые обычно не могут понять, почему взрослые сердятся.

Согласно исследованиям, родительская жестокость имеет место приблизительно в 45% семей. А если учитывать все подзатыльники, угрозы, запугивания, шлепки и т. п., то почти каждый ребенок хоть однажды сталкивался с проявлением жестокости, давления со стороны своих родителей., с так называемым «наказанием» за проступки, а по сути - нарушением прав и достоинств ребенка.

Наверное, невозможно представить процесс воспитания вообще без наказаний.

Для правильного воспитания родителям полезно знать,

какие формы наказаний существуют.

1. К самым неправильным, неблагоприятным формам следует отнести физическое воздействие.

85% родителей справедливо считают, что ударить ребенка - означает нарушить его права. Вместе с тем 74% из них допускают шлепок по мягкому месту и 11% - использование ремня как вида наказания. Обычно эта форма воздействия применяется тогда, когда сами родители слабо контролируют собственное поведение. Нет более нелогичной картины, чем мать, шлепающая своего ребенка со словами: «Драться нехорошо!» Вряд ли малыш поймет, что агрессия не лучший способ установления связей с миром, если этим способом пользуются его родители, пытаясь добиться послушания.

К физическим наказаниям не следует прибегать потому, что обычно после них ребенок ведет себя по-другому только в присутствии того, кто его наказал. Поэтому такое воздействие совершенно бесполезно, если родители хотят воспитать в ребенке желание поступать правильно под воздействием собственного внутреннего контроля, а не потому, что кто-то заставил.

2. Речевая агрессия (ругань, оскорбления), подобно физическим наказаниям, малоэффективна и ведет лишь к тому, что ребенок будет использовать эту модель

поведения со сверстниками.

3. Весьма распространенной формой являются так называемые сепарационные наказания, лишаящие ребенка части родительской любви (игнорирование его, отказ от общения с ним). Суть наказания сводится к изменению привычного для ребенка стиля отношений с родителями: его лишают тепла и внимания, хотя при этом продолжают о нем заботиться. Это чрезвычайно сильно действующая форма, и применять ее нужно крайне осторожно и только очень непродолжительное время.

4. Довольно распространенным в семье является наказание в виде лишения награды (сладостей, новых игрушек, прогулок и т. п.). Такой метод может привести к успеху, если только ребенок считает ограничение справедливым, если решение принято с его согласия или является результатом предварительного уговора. Целесообразнее использовать не отмену, а отсрочку радостного события. При этом нельзя лишать ребенка того, что необходимо для его полноценного развития: еды, свежего воздуха, общения со сверстниками.

Известный российский психолог Владимир Леви написал «Семь правил для всех»:

- Наказание не должно вредить здоровью - ни физическому, ни психическому. Более того, по идее, наказание должно быть полезным, не так ли? Никто не спорит. Однако наказывающий забывает подумать...
- Если есть сомнение, наказывать или не наказывать, - НЕ наказывайте. Даже если уже поняли, что обычно слишком мягки, доверчивы и нерешительны. Никакой «профилактики», никаких наказаний «на всякий случай»!
- За один раз - одно! Даже если проступков совершено сразу необозримое множество, наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу, а не по одному - за каждый. Салат из наказаний - блюдо не для детской души!
- Наказание - не за счет любви; что бы ни случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы и награды.
- Срок давности. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Иные, чересчур последовательные взрослые, ругают и наказывают детей за проступки, обнаруженные спустя месяц, а то и год (что-то испортил, стащил, напакостил), забывая, что даже в суровых взрослых законах принимается во внимание срок давности правонарушения. Риск внушить ребенку мысль о возможной безнаказанности не так страшен, как риск задержки душевного развития.
- Наказан - прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута, как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова. Не мешайте начинать жизнь сначала!
- Наказание без унижения. Что бы ни было, какая бы ни была вина, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение. Если ребенок считает, что мы несправедливы, наказание подействует только в обратную сторону!
- Ребенок не должен бояться наказания. Не наказания он должен страшиться, не гнева нашего, а нашего огорчения...

Законы о правах и достоинствах ребенка

Конвенция ООН о правах ребенка дает определение понятия «жестокое обращение» и определяет меры защиты и признание права каждого ребенка.

Уголовный кодекс РФ предусматривает ответственность за совершение насилия в отношении несовершеннолетних граждан.

Семейный кодекс РФ гарантирует права ребенка и применяет меру «лишение родительских прав» при непосредственной угрозе жизни и здоровью ребенка.

Закон РФ «Об образовании» утверждает право ребенка на уважение его человеческого достоинства.

Закон РФ «О защите прав детей» гласит: «Жестокое обращение с детьми, физическое и психологическое насилие над ними запрещены».

Агрессивное поведение взрослых, отрицательные ценности и черты характера становятся для ребенка предметом подражания. Если обратить внимание на слова и действия ребенка, легко понять особенности взаимоотношений взрослых в семье. Замечено, что в наибольшей степени агрессивность ребенка проявляется в игре с куклами, по отношению к младшим и физически слабым детям, к животным и т. д.

Нелюбовь, неприязнь к ребенку родителей вызывает у него ощущение незащитности, собственной ненужности и соответственно агрессивные проявления.

Интересно отметить расхождение в ответах детей и их родителей о наиболее типичных способах воспитательного воздействия. Оно наглядно показывает, что родители отдают себе отчет, какие методы были бы наиболее действенными и разумными, но на практике применяют способы более простые и привычные - физические наказания и ругань.

Наблюдения свидетельствуют о значительном количестве семей, где отношения строятся на основе сохранения видимой благожелательности, но ребенок беспомощен, жизнь его наполнена чувством тревоги. Такое состояние наносит ущерб сначала психическому, а затем и физическому здоровью ребенка.

Конечно, не всякая семья имеет положительный опыт воспитания и зачастую именно неумение родителей создать для ребенка такую обстановку, которая способствовала бы его личностному развитию и психологическому комфорту, является причиной возникновения конфликтов, агрессии, жестокости.

Добрые слова, обращенные к своим родителям, желание детей получать ответное внимание и ласку; должны стать нормой в детско-родительских отношениях!

Памятка «Искусство быть родителем»

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 вашего ожидания. И вы не вправе требовать, чтобы он разрешил вам эти проблемы.
2. Ваш ребенок - не ваша собственность, а самостоятельный **ЧЕЛОВЕК**. И решать до конца его судьбу, а тем более ломать по своему усмотрению ему жизнь вы не имеете право. Вы можете лишь помочь ему выбрать жизненный путь, изучив его способности и интересы и создав условия для реализации.
3. Ваш ребенок далеко не всегда будет послушным и милым. Его упрямства и капризы так же неизбежны, как сам факт его присутствия в семье.
4. Во многих капризах и шалостях малыша повинны вы сами, п! тому что вовремя не поняли его, не желая принимать его таким, каков он есть.

«Внутрисемейные отношения и эмоциональное самочувствие ребенка»

Характер взаимоотношений в семье — это основа ее эмоционального климата и условие для развития ребенка.

Признаки неблагоприятной семейной ситуации, которая может привести к распаду семьи, — ссоры, конфликты, непонимание между супругами. Жить в такой семье дискомфортно всем. Особенно восприимчивы к семейному климату дети дошкольного возраста, личностные качества которых только начинают закладываться.

Если родители вовремя обращаются за помощью к специалисту (педагогу, психологу, психотерапевту), появляется возможность нормализовать обстановку в семье.

Есть ситуации, когда супруги не видят необходимости в обращении к психологу: явных открытых конфликтов и враждебности нет, но есть разногласия, которые практически всегда присутствуют в каждой семье, и как результат — напряженность в отношениях, недовольство, претензии друг к другу. У ребенка в подобной семье появляются такие негативные качества, как тревожность, агрессивность, неорганизованность, стремление к лидерству и отгороженность, что может привести его к внутриличностным конфликтам.

Психологический климат семьи выражается в том, какие в ней преобладают отношения и настроения (восторженное, радостное, светлое, спокойное, теплое, тревожное, холодное, враждебное, подавленное).

При благоприятном микроклимате каждый член семьи чувствует себя равным среди равных, нужным, защищенным и уверенным. Он ощущает семью своеобразным пристанищем, куда приходит отдыхать, или колодезем, где черпает живительную свежесть, бодрость и оптимизм.

Главное в семье — чувство самоценности и стремление уважать право каждого

быть личностью, а не только хозяином дома или партнером.

Благоприятная психологическая атмосфера связана с таким общением, которое не в тягость кому-то из членов семьи.

Для того чтобы барометр вашей семьи всегда показывал хорошую погоду, постарайтесь овладеть следующими умениями.

- Держать улыбку (потому что именно лицо — визитная карточка).
- Обращать внимание на других (от вашего знания домашних зависит счастье семьи).
- Слушать, что говорят другие (ибо с глухими разговаривать трудно).
- Говорить «нет», не обижая (и в семье тоже нужна дипломатия).
- Не вступать в конфликты (учтите, что лучший способ выйти из конфликта — это не вступать в него).
- Ободрять других (оптимистам жить легче).

«Ласковое воспитание». Воспитание любовью

Этот метод самый простой и естественный, не требующих специальных знаний и умений. Что может быть проще, чем любить своего малыша, свою частичку? Но в наше "продвинутое" время многим родителям так сложно любить своих детей! Возможно, их самих не долюбили в детстве, не научили делиться чувствами, положительными эмоциями.

Даже взрослым, по мнению известных психологов (например, Эрика Берна), для нормального самочувствия, хорошего настроения необходимо определенное количество объятий, поцелуев, "поглаживаний" в день (у каждого - своя "мера"). Доказано, что если человек недополучает положенной "дозы" ласки, он становится раздражительным, чувствует себя одиноким и никому не нужным. Если для взрослого человека так важны положительные эмоции, то для малыша они жизненно необходимы!

Уже в животике у мамы малыш чувствует прикосновение, различает звуки (особенно мамин и папин голос), видит приглушенный свет. Если мама регулярно разговаривает с ним, поглаживает свой живот, устанавливается эмоциональный контакт, ребенок начинает "отвечать" маме, папе толчками, постукиваниями, повышением или понижением активности. Детишки, появившиеся у родителей, которые еще до рождения общались с ними, более спокойны, быстрее развиваются, устойчивы к стрессам. Вообще с ними меньше проблем, потому что, родители их лучше понимают.

В первые месяцы после рождения именно кожно-мышечные ощущения являются основным источником впечатления, помогают познавать собственное тело и окружающий мир. Затем к эмоциональным реакциям добавляются зрительные, слуховые, обонятельные. Почему малыши в домах ребенка так отличаются от своих "домашних" сверстников? Они пугливы, неуверенны в себе, малоинициативны,

позже начинают сидеть, ходить, говорить, у них плохо развито воображение, память, мышление. Такие малыши отстают от многих возрастных норм. Все объясняется очень просто - рядом с ребенком нет близкого человека, который реагирует на каждое его движение, улыбку, плач, кряхтение, который часто берет на руки, нежно прижимает, покачивает, успокаивает, хвалит. До 3-х лет ребенку необходимо постоянное присутствие мамы или другого близкого человека.

Еще совсем недавно (в 60-70 годы) было нормально, чтобы мама малыша через несколько месяцев после рождения ребенка выходила на работу, а младенца отдавали в ясли. Родителям советовали не баловать ребенка, не брать на руки без особой необходимости ("плачет, кричит - полезно, легкие развиваются"), чаще давать соску для успокоения. Результат такого воспитания плачевен - выросло поколение людей с ослабленным здоровьем, со многими психологическими проблемами (тревожность, закомплексованность, страхи и как следствие - алкоголизм, агрессивность и т.д.). Многие уже взрослые люди сталкиваются с проблемами при создании собственной семьи, т.к. их не научили в детстве делиться любовью, вниманием.

В настоящее время ученые доказали необходимость "ласкового" воспитания. Взрослея, становясь самостоятельным, человек несет в себе заряд родительской любви и внимания. По мере роста маленького человечка родителям необходимо следить, чтобы "эмоциональный резервуар" ребенка не опустошался. Чем он полнее, тем лучше развивается ребенок, тем легче его воспитывать.

Из чего состоит "ласковое" воспитание.

Контакт глаз. Это любящий взгляд родителей, готовность отреагировать на плач, смех, любое движение. Взгляд может успокоить, поддержать, развеселить, да и наказать тоже может. Ребенок нуждается в таком контакте с самого рождения.

Физический контакт. Это и "телячьи нежности", и "медвежьи шалости". Все зависит от возраста, индивидуальных особенностей ребенка, его темперамента. Ребенок никогда не перерастет потребность в физическом контакте, меняется только форма его проявления. Младенец нуждается в поглаживании, в нежных объятиях; дошкольник любит как поцелуи, объятия, так и шумные игры, встряхивания, пощипывания. Чем старше ребенок, тем дальше он отдаляется от родителей, но ему все еще необходим физический контакт в виде поцелуев, дружеских похлопываний, объятий.

Пристальное внимание. Оно позволяет почувствовать малышу, что он самый важный человечек в мире. Хотя бы 5-10 минут в день родители должны посвящать своему ребенку и только ему, забыв про свои "взрослые" дела. Это может быть и игра, и беседа, и чтение книги, какое-либо общее занятие. Ничто не должно отвлекать взрослого (телевизор, телефон, домашние дела и т.д.). Лишь удовлетворив потребность ребенка в эмоциональном контакте, родители могут добиваться дисциплины, самостоятельности. "Хорошего" воспитания легче добиться, когда ребенок чувствует, что его искренне любят и принимают таким, какой он есть, не стараясь унижить, "сломать".

Вспомните, когда в последний раз Вы ласкали своего ребенка? Сегодня утром? Или вчера? Попробуйте посчитать, сколько раз в день Вы применяли "ласковое" воспитание. Если получилось мало или отсутствует одна из составляющих (см. выше), то стоит задуматься и постараться изменить отношения с ребенком, сделав их более доверительными, нежными, доброжелательными. Можно просто обнять, поцеловать ребенка, можно сказать, как сильно Вы его любите, какой он умный,

хороший, подчеркнуть его достоинства. Любви и ласки много не бывает!

А можно поиграть в "эмоциональные" игры.

Поиск мягких игрушек (с двух лет)

Соберите все мягкие игрушки, которые есть в доме и уложите их под одеяло. Туда же забирается и ребенок. Он должен нащупать и назвать как можно больше игрушек. Можете сами забраться под одеяло вместе с малышом - будет еще веселее.

"Дотронься до..." (с 4-5 лет)

В игре принимают участие несколько человек, естественно, они все по-разному одеты. Ведущий говорит: "Дотронься до... синего!" Все должны быстро сориентироваться, обнаружить у участников в одежде названный цвет и дотронуться до него. Можно искать различные цвета, элементы одежды (рукав, кармашек, бантик, пуговица и т.д.). Важно, чтобы дотрагивались до каждого участника игры.

Игровой массаж

Можно испечь пирог (см. статью "Самооценка"). Можно делать легкий массаж спинки, ручек, ножек с поглаживаниями, растираниями, придумывая сказки и веселые истории.

Чаще устраивайте домашние праздники, и большие (день рождения, Новый год, 8 Марта), и маленькие (день солнышка, летний бал, воскресный обед).

Лечение любовью

Любовью и нежностью можно даже лечить! Если ребенок приболел, сильно устал, у него нарушено поведение, можно попробовать использовать внушение. Давно известно, что дети очень внушаемы. Но, к сожалению, такую особенность их психики взрослые часто используют во вред. Даже любящая мама может внушить ребенку страх, неуверенность в себе, плохое поведение своими словами. "Вечно ты копаешься", "Катя у нас- жадина", "Не подходи к собаке - укусит", "Ой, какая ты бледненькая!", "Давай я сам, все равно не сможешь" - это лишь немногие негативные установки, которые мешают полноценному развитию малыша. А ведь можно использовать свое влияние на ребенка с пользой! Вместо того, чтобы внушать малышу, какой он плохой, глупый и нелюбимый, попробуйте дать ему установку на хорошее поведение: "Какой ты молодец!", "Ты здоровый и сильный", "У тебя все получится", "Я в тебя верю"...

Можно использовать простейший гипноз и во сне. Когда ребенок спит, тихо сядьте рядом и говорите! Говорите, как Вы его любите, какой он хороший, умный, красивый. Можно заранее подготовить предложения-установки: "Завтра ты будешь спокойным, хорошо покушаешь", "Ты быстро выздоровеешь, завтра температура снизится, станет легче дышать", "Ты станешь меньше плакать и капризничать"... Старайтесь, чтобы установки были предельно четкими и конкретными. Таким образом Вы настраиваете организм ребенка на благотворные изменения. Для получения результата необходимо проводить такие "сеансы любви" регулярно. Важно, чтобы Ваше настроение соответствовало моменту. Не начинайте сеансы, если чем-то недовольны, рассержены, устали. Вы должны говорить искренне,

чувствовать к ребенку нежность, любовь, желание помочь. Не говорите слишком громко и эмоционально, чтобы не разбудить ребенка. Попробуйте! Может быть, Вам подойдет именно такой способ выражения любви и заботы?

«Когда мама и папа изо дня в день ссорятся...»

Баталии взрослых очень травмируют детей.

Худой мир лучше ссоры? Можно ли вообще уберечь малютку от конфликтов, возникающих между родителями? Хотим мы того или нет, но это почти неизбежный элемент в любых отношениях. Но одно дело, когда происходит небольшая размолвка, и совсем другое — когда одна из сторон упорно не желает «поступиться принципами» и сдерживать свою агрессию. В этих конфликтах страсти накаляются до предела. И волей-неволей малыш, оказывается, втянут в водоворот событий.

Психологи нередко слышат от маленьких детей высказывания типа: «Папа любит меня, но не любит маму» или «Мне нравится быть дома с мамой, потому что, когда приходит папа, он всегда ругается». В семье, где взрослые живут в состоянии скрытой агрессии, но сохраняют отношения «ради ребенка», дети, как правило, растут нервными, неуправляемыми и агрессивными, потому что они никогда не чувствуют себя по-настоящему защищенными, спокойными и довольными. Это только в поговорке «худой мир лучше доброй ссоры», хотя иногда двум людям удается прийти к компромиссу. Так, например, удачнее всего избегают ссор при ребенке супруги, строящие свои отношения спокойно, по-деловому и поэтому - ровно.

Несмотря на то, что в семье стараются избегать открытых скандалов и ссор, они происходят за закрытой дверью и маленький человечек все равно чувствует напряженную атмосферу. И это неудивительно, ведь окружающие малыша взрослые — это его мир, единый и неделимый, такой же, каким был мамин уютный животик. Поэтому любая конфликтная ситуация воспринимается ребенком как угроза для него самого.

Ложь во спасение?

К сожалению, не всегда удается сохранить семью. Что говорить малышу? Как готовить его к переменам в жизни? Как объяснить то, что происходит в семье? Эти и другие вопросы встают перед каждым родителем накануне развода. Прежде всего, не следует обманывать сына или дочь. Труднее всего дети прощают взрослым ложь, потому что они воспринимают ее как предательство. Конечно, не всегда и не все можно объяснять маленькому человечку, но вы должны сказать ему, что он ни в чем не виноват, что взрослые имеют право на собственные отношения, что реальная жизнь зачастую складывается непросто.

Не используйте ребенка как средство манипуляции, не настраивайте его против папы или мамы. Старайтесь после развода построить свои отношения таким образом, чтобы ребенок чувствовал себя любимым и ему не нужно было бы скрывать свои чувства по отношению к одному из родителей. Если у вас в связи этой проблемой возникают вопросы, обратитесь к специалистам.

Нередко дети как бы повторяют жизнь своих родителей. Известный американский психоаналитик Эрик Берн назвал это «сценарием жизни». По его определению,

сценарий — это своего рода план жизни, который начинает складываться еще в детстве под значительным влиянием родителей. Поэтому, если ребенок живет в атмосфере скандалов и ссор, либо видит, что родители холодны и сдержанны по отношению друг к другу, то, скорее всего, ему сложно будет создать собственную гармоничную семью. Вспомните свое детство. Проанализируйте, не «пишете» ли вы сценарий по второму кругу? Если это так, то не разумнее ли что-то изменить в жизни?

«Если у ребенка нет друзей»

Каждому человеку нужны друзья.

Друзья для маленького ребенка – это возможность вместе познавать окружающий мир – мир предметов, игр и человеческих отношений на доступном языке.

Отношения могут не складываться из-за стеснительности, неуверенности. Иногда дети не знают, что может быть интересно, привлекательно для других.

Как предотвратить проблему

- Помогите ребенку почувствовать себя уверенным: говорите ему о том, что у него получается хорошо, какие его качества привлекательны для окружающих
- Расскажите, как вы приобретали друзей в детстве, в какие игры играли
- Подскажите, какие слова можно сказать, чтобы привлечь внимание другого ребенка. Как реагировать на отказ
- Во время прогулки во дворе и парке побуждайте ребенка подходить к играющим детям, заводить знакомых и друзей
- Приглашайте сверстников ребенка в гости, обязательно придумывайте какое-нибудь занимательное дело, например настольную игру

Как справиться с проблемой, если она уже есть

- Не утешайте себя мыслью, что ваш ребенок более развит, более серьезен, чем его сверстники, и ему просто не интересно и не нужно общаться с детьми. Не думайте, что общение с вами, даже очень занимательное, способно полностью заменить детское общество
- Оглянитесь вокруг, подумайте, кого из детей ваших соседей, друзей и знакомых могут заинтересовать те знания и умения, которыми располагает ваш ребенок, кому могут показаться привлекательными ваши домашние игры. Договоритесь с родителями этих детей о визите к вам. Помогите детям познакомиться, начать разговор или игру.
- Примите участие в игре, старайтесь быть естественными и непринужденными. Если чувствуете, что контакт между детьми установлен, оставьте их
- Возможно, ребенок, долгое время изолированный от общества сверстников, поведет себя несколько необычным образом. Постарайтесь быть понимающим и снисходительным. Обязательно поговорите с ребенком о его чувствах после визита.