

Министерство образования и науки Пермского края Государственное  
бюджетное учреждение Пермского края  
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной  
помощи»

**СБОРНИК ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:  
что родителям важно знать для предотвращения  
жестокого обращения над ребенком и насилия  
в школьной среде**

ПЕРМЬ, 2022

Авторы-составители:

**Шведчикова Юлия Сергеевна**, заместитель директора ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

**Карманова Ольга Петровна**, методист ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Сборник для родителей что родителям важно знать для предотвращения жестокого обращения над ребенком и насилия в школьной среде / авт.-сост.: Шведчикова Ю.С., Карманова О.П. – Пермь: ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», 2022. – 100 с.

В данном сборнике, предназначенном для родителей, раскрывается, что такое насилие и каковы его виды, что подразумевается под жестоким обращением с ребенком. Действенные рекомендации и советы по воспитанию детей помогут родителям избегать в семейных отношениях насильственных методов взаимодействия. Помимо родителей, материалы сборника будут полезны всем специалистам общеобразовательных организаций.

© ГБУПК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», 2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ .....</b>	<b>4</b>
<b>1. ЧТО ТАКОЕ НАСИЛИЕ В ОТНОШЕНИЕ ДЕТЕЙ? .....</b>	<b>5</b>
<b>2. ВИДЫ НАСИЛИЯ: ИХ ПРОЯВЛЕНИЯ И ПОСЛЕДСТВИЯ .....</b>	<b>10</b>
<b>3. ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ КАК НЕДОПУСКАТЬ НАСИЛИЯ В ДОМАШНЕЙ СРЕДЕ .....</b>	<b>27</b>
<b>4. НАСИЛИЕ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ.....</b>	<b>36</b>
<b>5. ВОЗМОЖНОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ НАСИЛИЯ В ШКОЛЕ .....</b>	<b>41</b>
<b>6. ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ.....</b>	<b>52</b>
<b>7. НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ КАК УСЛОВИЕ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ .....</b>	<b>69</b>
<b>8. ОРГАНИЗАЦИИ, В КОТОРЫЕ МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПОМОЩЬЮ.....</b>	<b>81</b>
<b>9. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....</b>	<b>95</b>
<b>Список использованной литературы .....</b>	<b>96</b>

# ВВЕДЕНИЕ

Уважаемые родители!

Мы знаем, что воспитание – самое сложное дело на свете, поэтому не предлагаем «рецепт успеха». Мы готовы поделиться с Вами разными способами разрешения тех или иных ситуаций, которые ежедневно возникают при общении с детьми.

Каждый из нас имеет собственную модель семейного воспитания, усвоенную в детстве. Часто нам кажется, что мы воспитываем ребенка, делаем что-то ему во благо, но ребенком это может восприниматься как насилие над ним. Может возникнуть и ситуация, что ребенок, считающий нормой насильственные способы решения различных ситуаций, будет демонстрировать эти способы в отношениях с другими детьми.

К сожалению, ребенок может столкнуться с насилием в окружающей среде, в т.ч. и в школе.

Представленные в сборнике рекомендации предназначены в помощь родителям, чтобы обезопасить детей от всевозможных видов и форм насилия.



# 1. ЧТО ТАКОЕ НАСИЛИЕ В ОТНОШЕНИЕ ДЕТЕЙ?

Самым безопасным местом для ребенка является дом, семья. Именно здесь рядом с ребенком находятся люди, которые призваны любить и защищать его, заботиться о нем. Однако в последнее время все чаще приходится слышать о случаях жестокого обращения с детьми родителей и других членов семьи. При этом ребенок может столкнуться с насилием не только дома, но и в школе. Одна из основных задач родителей и других взрослых обезопасить детей от любых форм проявления насилия. Проблема насилия над детьми стоит достаточно остро во всем мире – и в то же время остается в тени, потому что немногие готовы говорить о ней публично и открыто.

**Насилие над ребенком – это любые действия или бездействие родителей либо других взрослых, в результате которых наносится вред физическому и психическому здоровью ребенка, создаются условия, мешающие его оптимальному развитию, а также нарушают права ребенка.**

## Факторы уязвимости детей

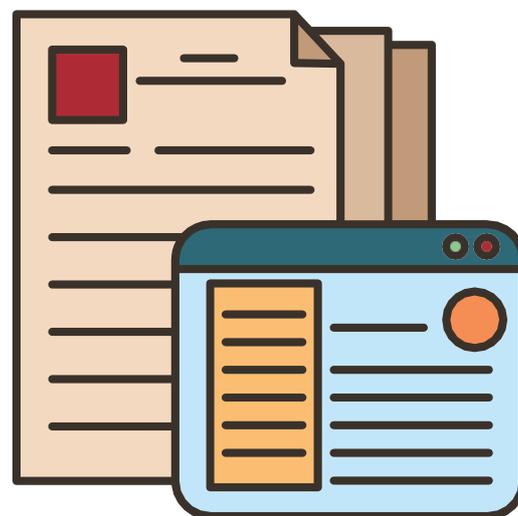
С младенческого возраста дети всегда были и остаются уязвимыми по отношению к различным формам насилия. Взрослые – те люди, которые могут обезопасить ребенка и создать условия физической и психологической безопасности.

Специалисты выделяют три основных фактора детской уязвимости:

- 1) отсутствие информации о насилии у родителей и детей;
- 2) бессилие и зависимость детей;
- 3) изолированность детей.

*Рассмотрим подробнее каждый из этих факторов:*

**1) Отсутствие информации о насилии.** Дети не имеют необходимой информации о насилии и могут воспринимать насильственные действия в отношении себя как приемлемые. Задача родителей помочь ребенку выстроить его психологические и физические границы, информируя его о приемлемых и неприемлемых способах взаимодействия с ним.



*С целью выстраивания и профилактики нарушения границ в семье, вы можете начать выполнять простые рекомендации:*

- ✓ уважайте и принимайте право ребенка иметь свое мнение;
- ✓ позволяйте делать выбор или участвовать в обсуждении вопросов, которые относятся к границам ребенка;

- ✓ разрешайте иметь, принимать и выражать все без исключения чувства, учите ребенка распознавать свои чувства и чувства других;
- ✓ позволяйте ребёнку сталкиваться с последствиями собственного выбора;
- ✓ учите ребёнка планировать дела и старайтесь придерживаться режима;
- ✓ давайте возможность ребёнку пользоваться его личными вещами так, как он хочет;
- ✓ четко говорите «нет» и соблюдайте договоренности;
- ✓ исключите физические наказания, крики, оскорбления;
- ✓ никогда не сравнивайте ребёнка с другими;
- ✓ не вторгайтесь в жизнь ребёнка под предлогом заботы;
- ✓ научите ребенка, что незнакомые взрослые никогда не должны обращаться за помощью к детям, а ребенок имеет право им отказывать.

**Бессилие и зависимость детей.** В силу своего возраста ребенок не имеет возможности справиться самостоятельно с возможным проявлением насилия по отношению к нему. Если при этом у ребенка не выстроены доверительные взаимоотношения с родителями, он остается один на один с обидчиком. Задача родителей – выстроить взаимоотношения с ребенком на основе доверия, когда ребенок может рассказать родителям о любой своей проблеме, не боясь последствий. *Подробнее о выстраивании доверительных отношений с ребенком можно прочитать в главе 6.*



**Изолированность ребенка.** Дети часто не знают, что могут рассказать о своих проблемах кому-то из взрослых: родителям, воспитательнице в детском саду или учительнице в школе, или руководителю художественной секции.

Также влиянию данного риска могут быть подвержены единственные дети в закрытых семьях, когда ребенок имеет опыт взаимодействия только со взрослыми, у него не формируются конструктивные навыки общения и взаимодействия с другими детьми.

Ребенку важно иметь круг близких людей, которым он может доверять. Всем, кто находится за пределами круга, ребенок ничего не должен и не обязан.

Задача родителей – научить ребенка обращаться за помощью к близким, для этого можете сделать и обсудить с ребенком следующее упражнение:

*Возьмите чистый лист бумаги.*

*1. Нарисуйте в середине жирную точку. Это место – вы, ваше личное пространство.*

*2. Нарисуйте вокруг этой точки круг – это ваша семья, родители и дети.*

*Это те, кого надо слушаться, с кем безопасно, кто может вас обнимать, целовать и к кому нужно обращаться за помощью, чтобы ни случилось. Те, кому нужно помогать.*

*3. Нарисуйте вокруг точки небольшой круг. Это – зона близких родственников, первый круг доверия. Бабушки, дедушки, тети, дяди, двоюродные братья и сестры — впишите сюда всех, ко-му вы сами доверяете.*

*С этими людьми тоже безопасно, с ними нужно быть вежливым, отвечать на расспросы, можно разрешать се-бя обнимать, целовать — если хочется. Можно принимать угощения, подарки, помогать. Но, если кто-то из них предлагает куда-то идти, — сначала нужно спрашивать разрешение у родителей. Если бабушка говорит одно, а мама — другое, мамино слово в приоритете.*

*4. Следующий круг доверия – это воспитатели, учителя, тренеры, друзья родителей, друзья детей.*

*Люди, с которым важно быть вежливыми, можно разговаривать, но*

на подробные расспросы о семье можно не отвечать. Чтобы куда-то пойти с кем-то из них — обязательно нужно разрешение родителей. Можно принимать угощения. Прикасаться эти люди могут, только если ребенок не против. Помогать им можно, если помощь по силам ребенку.

4. Еще один круг — соседи, врачи, дальние знакомые, продавцы и т.п.

С ними важно быть вежливым (здороваться, прощаться и говорить спасибо). На расспросы можно не отвечать. Принимать угощения — если родители разрешат. Трогать ребенка могут только по необходимости в присутствии родителя (врачи).

Никуда уходить с ними нельзя. Люди из этого круга обычно не просят помощи у детей, если это происходит — обязательно рассказать родителям.

5. За этим кругом находятся все остальные люди.

С ними можно не разговаривать. Ни в коем случае не принимать угощений и подарков, никуда не уходить, отказываться, если просят ребенка о помощи. В нормальной ситуации взрослый не будет просить незнакомого ребенка помочь ему, он должен обратиться к другому взрослому.

### Круги общения



## 2. ВИДЫ НАСИЛИЯ: ИХ ПРОЯВЛЕНИЯ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Насилие по отношению к детям может проявляться в различных формах. Специалисты выделяют четыре основных вида насилия:

1. физическое;
2. психологическое (эмоциональное);
3. сексуальное;
4. неудовлетворение основных жизненных потребностей ребенка.

Насилие, пережитое в детстве, не проходит бесследно – оно накладывает отпечаток на всю дальнейшую жизнь человека. Плохие отношения, непонимание между родителями и детьми часто порождают «цепочку» осложнений у современных детей и подростков, от трудностей в школе и заканчивая личностными проблемами.



**Поэтому родителям необходимо знать, с какими угрозами может столкнуться их ребенок.**

## Физическое насилие

Физическое насилие – это нанесение ребенку различных травм и телесных повреждений, которые причиняют ущерб его здоровью, нарушают развитие или лишают жизни.

Физическое насилие подразумевает избиение, истязание, пощечины, щипки, подзатыльники, шлепки, удары, прижигание горячими предметами, жидкостями, сигаретами; укусы, удушение или утопление; вовлечение ребенка в употребление алкоголя, наркотиков, а также отравляющих веществ или медицинских препаратов, вызывающих одурманивание.

*ПРИМЕР. За столом собрались гости. Уже подвыпивший отец наливает 13-летнему сыну алкоголь. Мальчик отказывается, на что отец говорит:*

*«Ты уже взрослый мужик, учись. Ты что, не хочешь выпить за здоровье отца?» Остальные гости поддерживают отца и заставляют мальчика выпить.*

*Наверное, кто-то из вас оказывался в подобной ситуации. Но разве вы думали о том, что на глазах у всех 13-летний мальчик подвергается физическому насилию?*

Безусловной формой насилия являются и физические наказания, на которых мы остановимся ниже. Возвращаясь к физическому насилию в целом, подчеркнем, что его применение по отношению к ребенку имеет самые разнообразные последствия, но, в любом случае, причиняет вред его физическому и психическому здоровью или даже создает угрозу для его жизни.

### Последствия физического насилия для ребенка

К *ближайшим* последствиям относятся характерные физические травмы и повреждения, а также изменения в эмоциональном состоянии ребенка.

**Страх.** У маленького ребенка из-за того, что он не знает, когда его будут бить в следующий раз, развиваются симптомы, обусловленные стрессом: тревога, головная боль, психосоматические расстройства (простуды, энурез, аллергия и т.п.).

Он всегда настороже, для него характерна повышенная возбудимость, ожидание нападения, а также страх перед возможной болью. Страх может проявляться как стремлением куда-то бежать, прятаться, так и глубокой заторможенностью, внешним безразличием, но в обоих случаях ребенок бывает охвачен тревогой, гневом. При этом, подвергающиеся насилию дети часто распространяют свой страх на всех взрослых.

**Депрессия и суицидальное поведение.** Дети постарше и подростки могут впадать в депрессию, чувствовать себя никчемными, ущербными. Они начинают хуже учиться, становятся агрессивными по отношению не только к своим сверстникам и к родственникам, но и к самим себе. У детей, переживших физическое насилие, глубокая депрессия часто сочетается с саморазрушительным поведением в таких формах как причинение увечий себе, суицидальные реакции, суицидальные попытки и желания.

**Побег из дома.** Результатом жестокого обращения в семье может быть побег из дома. Куда в таком случае отправится ребенок? Дети очень редко уходят к родственникам и друзьям. Чаще всего они оказываются на улице, где могут попасть в криминальную среду и начать совершать противоправные действия. Иногда формой побега становится то, что ребенок проводит все свое время вне дома, приходя только переночевать.

К *отдаленным* последствиям физического насилия относятся различные заболевания, нарушения физического и психического развития, а также изменения в поведении. Чем младше ребенок, тем больше вероятность того, что у него возникнут задержка речевого развития и/или неврозы.

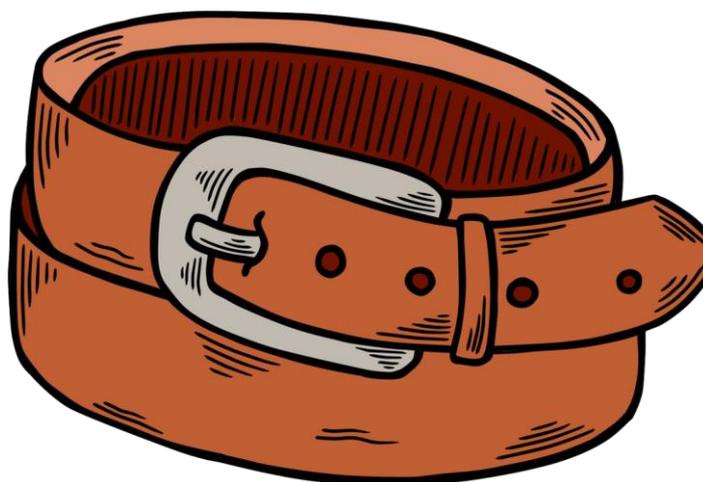
**Агрессивность и жестокость к окружающим.** В подростковом и взрослом возрасте, в семейной жизни люди, подвергавшиеся физическому насилию в детстве, могут быть жестоки с окружающими. Они способны применять насилие к представителям другой расы, представителям национальных меньшинств, просто к людям с другими взглядами или к тем, кто в данный момент по каким-то причинам их раздражает.

**Асоциальное поведение.** Результатом пережитой травмы может стать не только агрессивность, но и чрезмерная пассивность, отсутствие способности к самозащите. Такие дети нередко становятся жертвами преступников. Они вовлекаются в занятия проституцией, изготовление детской порнографии. По данным исследований, проведенных в некоторых зарубежных странах, 80% детей, вовлеченных в коммерческую сексуальную эксплуатацию, были жертвами физического или психологического насилия в своих семьях.

**Трудности в общении.** Во взрослом возрасте важной характеристикой жертв насилия является их неспособность справляться с проблемами, а также адекватно искать и получать помощь от окружающих людей. Дети, пережившие любой вид насилия, испытывают трудности в социализации: у них нарушены связи со взрослыми, нет соответствующих навыков общения со сверстниками, они не обладают достаточными знаниями и эрудицией, чтобы завоевать авторитет в школе, у них низкая

самооценка и т. д. Решение своих проблем эти дети часто находят в асоциальной среде.

Таким образом, жестокость воспроизводится на следующем уровне, в следующем поколении, и круг замыкается.



## **Психологическое (эмоциональное) насилие**

Физическое насилие, как правило, сопровождается психологическим (эмоциональным). Под психологическим насилием понимается постоянное или периодическое вербальное или невербальное (то есть выраженное словами или другими способами) оскорбление ребенка, угрозы и унижения со стороны родителей, обвинения в том, в чем он не виноват, демонстрация нелюбви и неприязни, постоянная ложь или искажение действительности, в результате чего ребенок теряет доверие к взрослому или к самому себе, а также предъявляемые к ребенку требования, не соответствующие его возрастным возможностям.

**Психологическое насилие настолько широко распространено, что, вероятно, нет человека, который хотя бы раз в жизни не сталкивался с ним, – однако при этом именно его реже всего воспринимают как насилие.** Проявления этого вида насилия, так же, как и физического, могут быть разнообразными. Назовем лишь несколько основных способов поведения родителей, которые принято считать психологическим насилием над ребенком.

**Эмоциональная отгороженность.** Родители не заботятся об эмоциональных потребностях и нуждах ребенка.

Например, ребенок с увлечением пытается рассказать родителям о том, какую замечательную картинку он нарисовал в детском саду, или о том, что учитель похвалил его в школе за помощь в уборке класса, т. е. хочет поделиться с родителями своим успехом. Но родители отмахиваются, говорят, чтобы он не мешал, шел играть в свою комнату и т. п. В первый раз ребенок может подумать, что он действительно не вовремя подошел к маме с папой, и он попытается снова. Но если такая

ситуация повторяется постоянно, то наступает отчуждение от родителей.

**Враждебное отношение.** Родители перекладывают на ребенка ответственность за свои собственные неудачи, используют его в качестве «козла отпущения». Они говорят ребенку, что от него нет никакого толку, постоянно оскорбляют, могут не разговаривать с ним в качестве наказания, акцентируют внимание исключительно на отрицательных чертах характера, никогда не обнимают и не целуют его. Дети часто слышат от родителей: «От тебя одни неприятности!», «Ты ничего не можешь сделать как надо!», «Ты меня бесишь!», «Ты мне надоел!» и, самое страшное, – «Лучше бы ты не родился!» В результате ребенок чувствует себя ненужным и нежеланным, у него снижается самооценка, он считает, что его не за что любить и уважать, притом распространяет эти убеждения не только на свою семью, но и на более широкий круг общения.

**Непоследовательность.** Противоречивая реакция на поступки ребенка. Ребенок должен усвоить, что у каждого действия есть определенные последствия. Если же мама с папой по-разному реагируют на один и тот же его поступок, то ребенку трудно понять, правильно ли он делает и как ему вести себя в такой ситуации в будущем. Не менее сложно ребенку сориентироваться, когда в одной и той же ситуации один и тот же родитель реагирует по-разному, в зависимости от своего настроения в данный момент.

Ложь и невыполнение обещаний, данных ребенку. Родители не выполняют обещаний, данных ребенку, или лгут ему. Причем в первую очередь это касается самых мелких, «неважных» с точки зрения взрослого обещаний – ведь из них состоит каждый день.

*ПРИМЕР. Шестилетний Коля всю неделю ждал выходного дня, чтобы пойти с родителями в парк, куда они обещали отвести его еще в прошлые выходные. Но тогда у родителей не получилось, и они сказали, что пойдут в парк в следующее воскресенье. Однако в воскресенье папа уехал с друзьями на рыбалку, а к маме в гости зашла подруга. Они устроились на кухне, пили чай и разговаривали. Коля несколько раз пытался напомнить маме о походе в парк, но мама сказала, что сегодня ей некогда, и они отправятся туда в следующее воскресенье.*

**Завышенные ожидания и требования,** не соответствующие возможностям или возрасту ребенка.

*ПРИМЕРЫ:*

*Родители наказывают трехлетнего ребенка за то, что он во время еды пачкается, роняет еду на пол и т. п.*

*Мама быстро идет по улице и тянет за руку малыша, который, конечно же, не успевает за ней. Мама начинает на него кричать.*

**Игнорирование.** Ребенок ощущает только физическое присутствие родителей, а эмоционального контакта с ними у него нет. Родители не обращают внимания на ребенка, не интересуются им, не выражают по отношению к нему никаких эмоций.

*ПРИМЕР. В семье двое детей: 9-летняя Марина и 12-летний Егор. Марина – любимица родителей, а Егор постоянно чувствует себя ненужным и нелюбимым. Родители обсуждают с Мариной, как у нее прошел день, что было интересного, рассказывают ей о своих новостях. Егора, конечно же, кормят, покупают ему одежду и другие необходимые вещи. Но никто не интересуется его делами и не рассказывает ему о семейных новостях. Если Егор пытается что-то рассказать родителям, его просто не слушают.*

*Главными последствиями насилия являются:*

- **Низкая самооценка.** Ребенок, страдающий от эмоционального насилия, вырастает с уверенностью, что он плохой, бестолковый и заслуживает только плохого отношения. Дети считают, что взрослый

всегда прав, и, если родители говорят – он ни на что не годен, значит, так и есть на самом деле.

- **Эмоциональные проблемы.** Замедляется эмоциональное развитие ребенка. Это выражается в том, что он не может или не умеет, а чаще – просто боится проявлять эмоции (допустим, свою радость или огорчение), не способен рассказывать о собственных чувствах, и поэтому ему тяжело понять чувства других людей.

- **Проблемы в построении отношений.** Ребенку очень тяжело устанавливать и поддерживать отношения с окружающими, потому что он не умеет выражать свои чувства и понимать чувства других; кроме того, он не испытывает доверия к людям.

Еще одно серьезное последствие психологического насилия – то, что ребенок может стать жертвой других видов насилия, в частности, насилия в киберпространстве.



## Сексуальное насилие

Сексуальное насилие – самый страшный вид насилия, который заключается в том, что ребенок используется взрослым человеком для получения сексуального удовлетворения.

Какую информацию усваивает ребенок, переживший сексуальное насилие? Он думает, что:

- если взрослые ласково обращаются с ним, то они хотят заняться сексом;
- невозможно получить то, что хочешь, если не вести себя сексуально;
- взрослые способны причинить боль, а родители могут не встать на защиту;
- мир – это ужасное место, где твои чувства никто не принимает в расчет.

Сексуальное насилие над детьми не только наносит им сильнейшую психологическую травму, но и крайне негативно влияет на их будущее развитие и эмоциональное состояние.

Ниже перечислены негативные последствия, которые проявляются у взрослых, ставших в детстве жертвами сексуального насилия.

**Депрессия.** Самый характерный для жертв сексуального насилия симптом, который может выражаться в чувстве безнадежности и ненужности, пессимистическом взгляде на жизнь, хронической тревоге, всевозможных страхах. Характерным является постоянное чувство стыда – даже по прошествии многих лет пострадавшие винят себя в случившемся. Некоторые жертвы сексуального насилия предпринимают

попытки самоубийства.

**Неадекватное сексуальное поведение и проблемы при сексуальных контактах.** Многие взрослые, пережившие в детстве насилие, подвержены чувству страха и тревоги. У них возникают серьезные проблемы во время половых контактов. Другие жертвы сексуального насилия, наоборот, не могут отделаться от мыслей о сексе, придают сексуальный оттенок любым отношениям, имеют множество кратковременных связей или начинают заниматься проституцией.

**Посттравматическое стрессовое расстройство.** Один из самых разрушительных его видов – периодически повторяющиеся ночные кошмары, а также навязчивые, не поддающиеся контролю «вспышки» воспоминаний, которые могут быть вызваны, например, запахами, звуками, определенными событиями и пр. Жертвы сексуального насилия вновь переживают случившееся и вновь испытывают чувство боли и отчаяния.

**Саморазрушающее поведение.** Оно выражается в том, что жертвы сексуального насилия начинают злоупотреблять алкоголем или наркотиками, занимаются членовредительством, совершают попытки самоубийства.

**Состояние «сверхбдительности» или, наоборот, мнимой беспомощности перед возможной опасностью.** Жертвам насилия зачастую кажется, что они находятся в опасности, которую не способны предотвратить. Они начинают вести себя крайне пассивно и становятся еще более уязвимыми перед повторным сексуальным насилием. Кроме того, их может отличать более терпимое отношение к насилию со стороны партнера. По данным исследований, женщины, которые в детстве были жертвами сексуального насилия, в два раза чаще выходят замуж за

мужчин, периодически избивающих своих жен, нежели женщины, не подвергавшиеся насилию.

### **Как защитить ребенка от сексуального насилия**

Лучший способ защитить детей – вооружить их знаниями (и это касается не только сексуального насилия). Учить детей правилам безопасности надо постоянно, меняя формы и подходы по мере взросления ребенка. При этом очень важно не говорить ребенку таких слов как «насилие», «насильник». Не следует запугивать ребенка, рассказывая ему ужасные истории. Страх обезоруживает и парализует; он мешает ребенку правильно вести себя в опасной ситуации.

Некоторые родители боятся убить в детях доверие к окружающим людям и к миру в целом, поэтому предпочитают не говорить об опасностях, которым может подвергнуться ребенок. Этого не произойдет, если во время таких бесед родители будут повторять ребенку, что большинство людей достойны доверия, но есть и такие – их, к счастью, немного – кто способен причинить вред. А поскольку отличить одних от других бывает трудно, надо соблюдать правила безопасности. (Эти правила вы можете найти в конце нашей брошюры.)

Разговаривая с ребенком старшего дошкольного и младшего школьного возраста, родители могут использовать приведенные далее рекомендации.

Объясните, чем «нормальные» прикосновения (похлопывания, объятия) отличаются от «ненормальных», вызывающих у ребенка дискомфорт или смущение. Можно объяснить, что «ненормальные» прикосновения – это когда кто-то касается тех частей тела, что скрыты под трусиками, купальником или плавками.

Обязательно объясните и то, что ребенку тоже не следует трогать взрослого в этих местах, даже если он говорит, что в этом нет ничего страшного. Кроме того, полезно рассказать ребенку о нежелательных поцелуях. Дети должны знать, что у них есть право распоряжаться своим телом и право говорить «нет», когда кто-то «ненормально» прикасается к ним.

**Скажите**, что ребенок сразу должен сообщить вам, если взрослый будет прикасаться к нему неподобающим образом или делать то, что смущает ребенка. Особо подчеркните: вы не будете сердиться, хотя взрослый человек и сказал ребенку, что необходимо все случившееся сохранить в тайне, чтобы родители не ругали его. Скажите: «Нет таких плохих вещей, о которых мы не могли бы поговорить с тобой». Важно, чтобы дети поняли: что бы ни случилось, это будет не их вина, и им нечего стыдиться. Кроме того, предупредите ребенка, что вы поверите ему, даже если взрослый человек будет убеждать его в обратном.

**Обсудите**, какими приемами, возможно, будут пользоваться взрослые, чтобы вовлечь ребенка в сексуальные действия. Например, взрослый (это может быть родственник или хороший знакомый семьи) будет убеждать, что они не делают ничего плохого, что все в порядке, и что он «научит» ребенка чему-то полезному. Или, наоборот, будет запугивать малыша.

Учитывая, что многие насильники прибегают к стратегии «это будет наш секрет», особенно важно объяснить детям, что такое «хорошие» секреты и чем они отличаются от «плохих». К «хорошим» секретам относится подготовка подарков к праздникам, дню рождения, приятные сюрпризы. Во всех остальных случаях, если взрослый человек говорит: «Это будет наш с тобой секрет», нужно срочно сообщить родителям или тому из взрослых (это может быть старшая сестра или брат), кому ребенок доверяет.

Доверительные отношения между родителями и детьми – это самое главное средство, позволяющее уберечь детей от посягательств преступников. Поэтому к рассказам ребенка надо относиться уважительно, не смеяться и не перебивать его, даже если иногда кажется, что он говорит о каких-то пустяках.

**Если же ребенок пострадал от сексуального насилия, нужно обязательно обратиться к специалистам, которые смогут профессионально помочь и ему, и родителям. Ни в коем случае не стоит самостоятельно заниматься расследованием случившегося – об этом надо сообщить в правоохранительные органы.**

## **Неудовлетворение основных жизненных потребностей ребенка**

Этот вид насилия подразумевает нежелание или неспособность родителей удовлетворять нужды ребенка, связанные с развитием его физических, эмоциональных и интеллектуальных способностей.

Такое происходит не только в тех случаях, когда семья испытывает материальные трудности. Иногда родители ведут себя подобным образом, пользуясь зависимым положением ребенка и, соответственно, злоупотребляя своими правами.

*ПРИМЕР. Папа был на работе, а маме срочно понадобилось сходить в магазин, и она оставила дома полуторагодовалую Таню со старшей сестрой Светой, которой исполнилось 6 лет. Пока мама отсутствовала, девочки стали играть в «больницу», и Света, достав из шкафчика таблетки, заставила Таню проглотить несколько штук. К счастью, малышку удалось спасти – мама, вернувшись из магазина, вызвала «скорую помощь».*

### **Формы неудовлетворения основных жизненных потребностей ребенка:**

- оставление ребенка без присмотра;
- неудовлетворение потребностей ребенка в питании, одежде, жилье и медицинской помощи;
- пренебрежение потребностью ребенка в получении адекватного образования.

**Оставление ребенка без присмотра.** Родители зачастую не обращают внимания на то, чем занимаются их дети, а эти занятия могут быть опасными и приводить к травмам или смерти – ведь малышу достаточно одного мгновения, чтобы дотронуться до утюга, задеть горячую кастрюлю, проглотить красивые пуговицы или яркие таблетки.

Более того, иногда взрослые оставляют малышей на длительное время дома одних или под присмотром других детей или пожилых людей, которые не способны должным образом о них позаботиться.

В подобных ситуациях возрастает риск несчастных случаев.

**Неудовлетворение потребностей ребенка в питании, одежде, жилье и медицинской помощи.** Иногда родители одевают детей не по погоде, и они постоянно болеют, получают обморожения или же, наоборот, тепловые удары либо солнечные ожоги. Детей кормят мало или некачественной пищей, поэтому они голодают, ищут еду в мусорных баках или выпрашивают ее. Что касается жилья, то оно не всегда является комфортным и безопасным (в квартире или доме плохо работает отопление, электрическая проводка открыта, царит антисанитария и т. д.). Родители не прилагают усилий для поддержания или восстановления здоровья ребенка: не приводят его на медицинские осмотры, отказываются от необходимых медицинских процедур, например, прививок, не обращаются к врачу в случае серьезной травмы. Ребенку не дают необходимых лекарств или нарушают их дозировку, невзирая на рекомендации врача.

*ПРИМЕР. Молодая мама, начитавшись информации в Интернете, решила, что она сама, не обращаясь к врачу, сможет оказать помощь 5-летнему ребенку, который несколько дней жаловался на боль в животе, и у него была небольшая температура.*

**Пренебрежение потребностью ребенка в получении адекватного образования.** Родители не заботятся о развитии способностей ребенка, не интересуются его успеваемостью в школе, отказываются от контактов с учителями. В результате ребенок часто опаздывает в школу или даже пропускает занятия, потому что родители утром не будят его или вообще оставляют дома для выполнения какой-либо работы, например, для присмотра за младшими детьми. Частое отсутствие в школе становится

причиной трудностей в учебе и недоразумений с учителями. В подобных ситуациях дети нередко подвергаются насмешкам и издевательствам сверстников, что приводит к страху перед школой и всем, что с ней связано. В итоге у ребенка формируется отвращение к процессу обучения в целом.



### 3. ПРАКТИЧЕСКИЕ СОВЕТЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ КАК НЕДОПУСКАТЬ НАСИЛИЯ В ДОМАШНЕЙ СРЕДЕ

#### Безусловная любовь (принятие)

Как создать доверительные отношения с ребенком? Что нужно делать, чтобы он вырос счастливым, успешным и уверенным в себе человеком? Специалисты говорят, что необходимо, прежде всего, научиться безусловно его принимать, т. е. любить не за то, что он красивый, умный, талантливый, а просто за то, что он есть.

Когда мы говорим ребенку: «Принесешь хорошую оценку – буду тебя любить», это означает, что мы принимаем его условно, что мы будем его любить, только если он что-то сделает (будет хорошо учиться, вымоет полы, сходит в магазин и т. д.). Такое оценочное отношение к ребенку очень распространено в нашей культуре. Мы считаем, что, если похвалишь ребенка, он будет хорошим, накажешь – перестанет совершать дурные поступки или плохо себя вести.

Но, к сожалению, это не всегда срабатывает, а не редко бывает и наоборот: чем больше ребенка ругают и наказывают, тем он хуже становится. Это происходит потому, что воспитывать – не значит дрессировать. И традиционная политика «кнута и пряника» часто не дает результатов.



**Потребность ребенка в любви и в том, чтобы чувствовать себя необходимым.**



У каждого ребенка есть потребность в любви и «нужности». Эта потребность удовлетворяется, когда мы говорим ребенку, что он хороший, мы его любим, ценим, он нам дорог и т. д.

Тот же смысл имеют улыбка, приветливый взгляд и ласковое прикосновение. В целом, ваше принятие ребенка проявляется не столько на вербальном уровне, сколько на уровне жестов, мимики, взглядов, и маленький человечек это сразу чувствует.

«Непринятые» дети испытывают обиду, одиночество, не хотят видеть родителей и общаться с ними; у них развиваются неврозы и другие заболевания, связанные с ощущением того, что они никому не нужны, никто их не любит, они «плохие» и т. д.

### **Родительские требования**

Требования родителей должны быть согласованы с другими взрослыми в семье. Это означает, что, если мама чего-то требует, то и папа, и бабушка, и дедушка должны поддерживать ее. Иначе ребенок, видя разные модели поведения, будет выбирать то одну, то другую, то третью. При этом он будет нарушать «правило», часто даже не понимая, что и почему делает не так. Иногда о подобных ситуациях говорят: дети испытывают «взрослые» требования «на прочность» и принимают их только тогда, когда понимают, что не могут изменить. Но лучше будет сказать – дети не видят в правиле правило, если ему не следуют все члены семьи, ведь у малышей еще не развито логическое (аналитическое) мышление, элементы которого формируются в 6-7 лет.

**Тон, которым родитель говорит о своем требовании, должен быть не повелительным, а дружеским, разъяснительным.**

Не стоит отвечать на вопрос ребенка: «Потому, что я так сказал», «Нет, и все!» Надо объяснить, почему вы что-либо запрещаете, но объяснить достаточно кратко. И предложения желательно строить в безличной форме: «Сладкое едят после обеда».

На вопрос ребенка: «Почему?» вы отвечаете: «Можно испортить аппетит. Сладким нельзя наедаться, потому что желудок будет неправильно работать», или «Спичками не играют, потому что это опасно. Огнем можно обжечься, а это больно» (вместо «Не трогай конфеты!», «Не смей играть со спичками!»). Чем старше становится ребенок, тем более длинные и подробные объяснения можно давать ему. В ходе таких бесед вы станете для ребенка интересным собеседником.

**Правил и ограничений не должно быть слишком много, и они должны быть разумно гибкими, иначе ребенок может вырасти вялым, малоинициативным.** Например, малыш с размаху бросает на пол чашку, раздаётся звон, чашка разбита вдребезги, ребенок испуган, расстроен и удивлен. Но мама, не понимая его состояния, начинает его ругать, изо всех сил пытаясь дать ему почувствовать, как велика его вина. А чувство вины – это очень тяжелое наказание, мешающее жить не только взрослым, но и детям. Было бы лучше вообще не давать ребенку столь хрупкий предмет, но, если это произошло, следует сказать: «Видишь, хрупкие предметы разбиваются, когда падают. Постарайся держать чашку покрепче, а лучше всего давай возьмем более прочную». Объяснив малышу причину события, вы поможете ему научиться предусматривать последствия своих действий. И не надо бояться, что ребенок вас не поймет. Тем не менее, будьте готовы к тому, что не все объяснения будут понятны или приняты с первого раза.

Самые эффективные результаты в процессе воспитания приносит

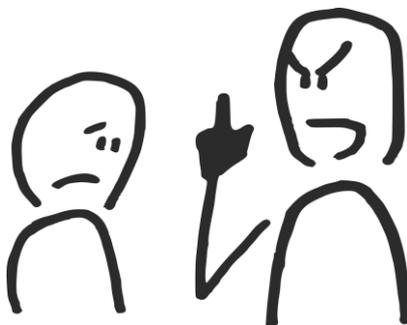
личный пример. Если родители наказывают ребенка за то, чего не исполняют сами, это вызывает у него протест и порождает чувство неуважения к ним.

### **Причины непослушания ребенка**

Непослушание не зарождается на пустом месте. Обычно у него есть причины, основными среди которых специалисты считают:

- борьбу за внимание;
- стремление к самоутверждению;
- желание «отомстить»;
- потерю веры в собственный успех.

Когда ребенок борется за внимание (даже негативное), то у родителя обычно появляется раздражение. В этом случае ему необходимо найти способ показать ребенку свое положительное внимание, например, придумать совместные занятия, игры или прогулки. Если же причина непослушания – стремление к самоутверждению, то у родителя возникает гнев. Тогда следует ослабить контроль над ребенком, которому необходимо накапливать собственный опыт принятия решений, пусть даже не всегда удачных. Что касается желания отомстить, то взрослым, прежде чем обижаться на ребенка, нужно спросить себя: что заставило его причинить вам боль? Что болит у него самого? Чем вы его обидели или продолжаете обижать? Когда будет найдена причина, тогда отыщется и способ ее устранить.



Самое тяжелое для ребенка – потеря веры в себя, в собственный успех. В этом случае родитель может быть сам охвачен чувством безнадежности и отчаяния, не зная, чем помочь своему ребенку. Умный родитель просто перестанет требовать «полагающегося поведения» или успехов. Стоит умерить свои ожидания, не критиковать ребенка, а, наоборот, помочь ему и поощрить. Отмечайте любой, даже самый маленький успех, хвалите его, радуйтесь его прогрессу или стремлению сделать хорошо и правильно, и тогда первые же удачи окрылят вашего ребенка, он поверит в свои силы и добьется большего.

#### Четыре принципа отношений между родителями и детьми

1. **Принцип равенства.** *Взаимоотношения должны поддерживаться на уровне партнерства, ведь «ребенок – это не будущий человек, а просто человек, обладающий свободой быть и стать, правом быть понятым и принятым, способностью принимать и понимать других» (В. Каган, доктор медицинских наук, американский психотерапевт и клинический психолог). Научитесь сотрудничать с ребенком и решать возникающие проблемы так, чтобы и вы, и он были довольны.*

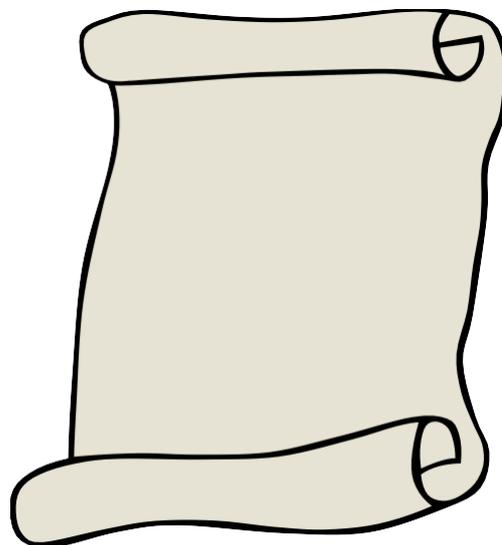
2. **Принцип добровольности как отсутствие насилия над личностью другого человека.** *Все виды насилия в отношении ребенка неприемлемы.*

3. **Принцип открытости и искренности.** *Будьте открыты и искренни в общении с ребенком. Выражайте свои чувства и разрешайте ребенку выражать свои. Признавайте свои ошибки и будьте честными – дети особенно остро чувствуют фальшь.*

4. **Принцип взаимного уважения.** *Чтобы добиться уважения ребенка, нужно уважать его: его чувства, желания, интересы, увлечения, ценности и т. д.*

## Четыре заповеди мудрого родителя

- Пытаться сделать из своего ребенка самого-самого – неблагодарное занятие. Всегда найдутся те, кто сильнее, быстрее, умнее, красивее и т. п. Не бывает, чтобы человек одинаково хорошо все знал и умел; даже самые взрослые и мудрые на это не способны. Хвалите ребенка за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!



- Не сравнивайте ребенка вслух с другими детьми. Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию. Если разговор о том, что

- Не шантажируйте ребенка. Навсегда исключите из своего лексикона такие фразы: «Я все для тебя делала, а ты...», «Я тебя растил, а ты...» Это называется шантажом и является самой нечестной из всех попыток устыдить. И самой неэффективной, потому что на подобные заявления 99% детей отвечают: «А я не просил меня рожать!»

- Никогда не выясняйте отношения с ребенком при свидетелях. Если возникает ситуация, заставляющая вас покраснеть (ребенок нахамил взрослому, устроил истерику в магазине), нужно твердо и решительно увести его с «места происшествия». Чувство собственного достоинства присуще не только взрослым, поэтому очень важно, чтобы разговор состоялся без свидетелей. После этого спокойно объясните, почему так делать нельзя, и постарайтесь узнать, зачем же ваш ребенок так поступил – наверняка этому есть причина. Вполне уместно будет пристыдить малыша, главное – помнить о чувстве меры. Ребенка нужно уважать и видеть в нем личность. Кроме того, воспитание – достаточно длительный

процесс, и мгновенных результатов здесь не бывает.

### **Способы выражения родительской любви**

Ребенок должен быть абсолютно уверен в вашей любви и приятии, это ему жизненно необходимо. Существует три способа открыть ребенку свою любовь.

**Первый способ – слово.** Называйте ребенка ласковыми именами, придумывайте домашние прозвища, рассказывайте сказки, пойте колыбельные, и пусть в вашем голосе звучит нежность, нежность и только нежность. Говорите ему: «я люблю тебя», «ты мне очень дорог». Почаще отмечайте его хорошие качества: «ты очень добрый», «ты такой заботливый», «ты очень веселый, и мне всегда интересно с тобой».

**Второй способ– прикосновение.** Иногда достаточно взять ребенка за руку, дотронуться до плеча, провести ладонью по спинке, погладить по волосам, поцеловать, чтобы он перестал плакать и капризничать. А потому – как можно больше ласкайте своего ребенка, не обращая внимания на советы многоопытных родителей. Психологи пришли к выводу, что физический контакт с родителями стимулирует физиологическое и эмоциональное развитие ребенка, и «переласкать» его невозможно.

**Третий способ – взгляд.** Не разговаривайте с ребенком, стоя к нему спиной или вполоборота, не кричите из соседней комнаты. Пока ребенок маленький, присаживайтесь на корточки, чтобы ваши глаза были на уровне его глаз, или поднимайте его на уровень их глаз, усаживая на стульчик, на свои колени. Подойдите, посмотрите ему в глаза и скажите то, что хотите. Ребенок не должен сомневаться в безусловности вашей любви. Он должен чувствовать, что ваше недовольство, раздражение или

гнев вызваны его поступком, ситуацией, а не им самим. Ваш ребенок не может быть плохим, потому что он - ваш. И тогда ребенок оплатит вам своей любовью, вниманием, уважением и доверием, а это дорогого стоит. Прочтите, пожалуйста, эту историю. Она заставит вас задуматься о том, как дети поддерживают родителей и выражают свою любовь.

### **Как эффективно разрешать конфликты**

Конфликты неизбежны даже при самых хороших отношениях в семье. Ведь конфликт – это не состояние, а способ разрешения противоречий и разногласий.

Американский социолог Ч. Ликсон говорил:  
*«Конфликты – это норма жизни. Если в вашей жизни нет конфликтов, проверьте, есть ли у вас пульс».* Конфликты возникают из столкновения интересов родителя и ребенка. Что же делать родителю?

Одни родители считают, что нужно настоять на своем (и тогда победителем будет родитель); другие – что лучше уступить ребенку (тогда победителем будет ребенок). Какой же вариант правильный? Оба они неверны, так как подобные решения конфликтов являются непродуктивными, приводят к недовольству и обиде одной или другой стороны. А конструктивный способ разрешения конфликтов заключается в том, чтобы выигрывали оба: и родитель, и ребенок. Этот способ предусматривает 5 шагов или этапов.

*Рассмотрим каждый этап подробно:*

#### **1. Прояснение конфликтной ситуации.**

Родитель внимательно выслушивает ребенка, используя способ «активного слушания» (о нем вы прочтете ниже), затем говорит ему о своем желании или проблеме в форме «я-сообщения» (также см. ниже).

**2. Сбор предложений** («Как нам поступить?»). Пусть ребенок первым выскажет свои предложения, а затем вы – свои. Все предложения (и ваши, и ребенка) записываются, после чего начинается совместное обсуждение каждого предложения.



**3. Выбор лучшего предложения (единогласно).**

**4. Детализация принятого решения.** Предположим, вы приняли решение, что ребенку пора самому ухаживать за своим котом. Детализация – показать, где миски, корм, как мыть миски, как чистить кошачий туалет, как часто надо это делать и т. д.

**5. Выполнение решения и проверка.** На последнем этапе, учитывая возраст ребенка, надо иногда напоминать ему о его обязанностях, помогать ему, если есть такая необходимость, и т. д. Иногда стоит новые, совместно выработанные правила записать и повесить в удобном месте. Если ребенок еще не умеет читать, к написанному можно добавить «говорящие» рисунки или картинки, вырезанные из журналов. Если в ходе вашего обсуждения вы договорились о новых правилах, которые затрагивают и вас, ваше поведение, сделайте аналогичную памятку и для себя.

## 4. НАСИЛИЕ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ

Часто родители связывают понятие «хорошая школа» не только с качеством образования, но и с обеспечением безопасности детей, с заботой об их здоровье (физическом и психическом), защищенностью детей в образовательном пространстве.

**Школьное насилие** – это вид насилия, при котором имеет место применение силы между детьми или учителями по отношению к ученикам или учениками по отношению к учителю. Школьное насилие подразделяется на эмоциональное и физическое.

*Виды эмоционального насилия:* насмешки, присвоение кличек, необъективные оценки и пр. Также к эмоциональному насилию относятся: отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и т.д.). Учителям важно следить за тем, чтобы вольно или невольно самим не спровоцировать насилие. Иногда бывает достаточно брошенной вскользь реплики: «Скажите спасибо Иванову, из-за которого весь класс остался без перемены», чтобы началась травля.

*К физическому насилию* относятся избиение, нанесение ударов, шлепки, подзатыльники, порча и отнятие вещей и др. Обычно физическое и эмоциональное насилие сопутствуют друг другу. Насмешки и издевательства могут продолжаться длительное время, вызывая у жертвы травмирующие переживания. Дети не могут справиться с насилием и хамством самостоятельно.

Систематическое насилие в школьной среде определяется понятием "Буллинг".

**Школьный буллинг** – явление нередкое. У жертв травли формируются комплексы, расшатывается психика; негативные отпечатки из детства преследуют людей даже во взрослом возрасте. Меры по искоренению буллинга нужно предпринимать незамедлительно, чтобы остановить моральное и физическое насилие над детьми.

Когда в школьном коллективе начинается травля одного ребенка или нескольких детей, по отношению к жертвам можно выделить 2 группы:

- Буллеры – дети, которые подвергают других насилию;
- Наблюдатели – дети, осознающие и видящие травлю, но не примыкающие к конфликту.

Наблюдатели, пытающиеся защитить себя от попадания в воронку конфликта, не всегда таким образом могут спасти свое ментальное здоровье. Они видят жестокое обращение с другим ребенком и сами начинают испытывать дискомфорт, вследствие чего в их психике остается негативный отпечаток. Данное явление называется «травма свидетеля»: мозг старается всеми возможными способами избегать травмирующих ситуаций, имеющих оттенки психического или физического насилия, которое дети наблюдали во времена обучения в школе.





Буллеры же, напротив, не могут похвастаться высокой способностью к эмпатии. Отсутствие сопереживания дает почву для регулярных жестоких действий. Осознание содеянного приходит только с возрастом, когда жизнь жертвы уже поломана.

Как правило, буллеры не растут в любви и заботе. Их семьи могут быть неблагополучными.

Если факт алкогольной или наркотической зависимости у взрослых отсутствует, это не является гарантией гармоничных взаимоотношений. Отец-тиран или деспотичная мать – люди, общение с которыми всегда угнетает, вследствие чего возникает желание «отыграться». Через буллинг дети показывают наличие власти в своих руках.

Травля выражается не только в нанесении увечий и порче имущества группой или отдельными лицами. Часто используются способы буллинга, приводящие к значительным негативным последствиям.

### **Словесная травля**

Буллеры в школе способны нанести ребенку тяжкий вред даже без прикосновений. Не зря существует выражение «словом можно убить». Действительно, после длительной травли в человеке словно отмирает внутренняя составляющая – ребенок становится озлобленным, недоверчивым, разочаровывается в мире и в себе.

Буллеры затрагивают внешность и стиль жертвы, оскорбляют ее родителей, насмеваются над увлечениями и материальным положением.

Они всегда находят ситуации, в которых можно задеть человека.

### **Косвенный (поведенческий) буллинг**

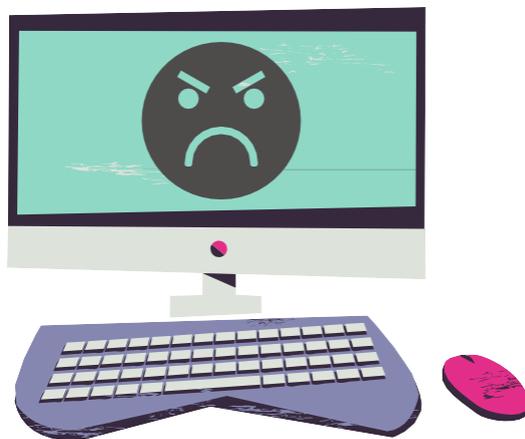
Вид травли, при которой ребенка вытесняют из общества, класса и любой другой небольшой группы. Косвенный буллинг выражается в форме бойкота, сплетен, очерняющих репутацию, намеренной демонстрации нежелания контактировать и вести общие дела. Организаторы травли манипулируют уязвимыми жертвами: ребенок начинает делать что-либо в угоду буллерам, чтобы возвысить свой статус. Но нападающие извлекают свою выгоду и продолжают принижать тех, кто не может им противостоять.

Масла в огонь всегда подливают тяжелые отношения в семье. Когда у жертвы буллинга не получается найти социальное одобрение ни в одной группе, она начинает чувствовать себя бесполезной ячейкой общества, отчужденной и ненужной. Мысли о собственной ничтожности часто приводят детей к попыткам совершения суицида: уход из жизни кажется лучшим решением проблемы.

### **Кибербуллинг**

Интернет – то место, в котором слухи разлетаются еще быстрее. Буллерам проще воплощать в жизнь все злодеяния посредством использования социальных сетей: писать посты с оскорблениями, создавать паблики, направленные против ребенка, публиковать неудачные фотки жертвы травли с колкими шутками.

Объект буллинга становится в разы уязвимее, если группа детей получает доступ к его перепискам. Буллеры-организаторы и соучастники узнают сокровенную информацию и начинают активно обмениваться ей, пересылая сообщения и обсуждая содержание вслух.



Чтобы добраться до личных материалов, дети, занимающиеся травлей, взламывают страницы жертв при помощи вредоносных ссылок, забирают включенный телефон прямо из рук и убегают с ним в места, где владелец не сможет их достать.

### **Как понять, что ребенок стал жертвой травли в школе?**

Дети, особенно те, которые вступили в пубертатный период, редко рассказывают родителям о своих проблемах. Но существуют «звоночки», свидетельствующие, что у ребенка начались сложности в школьном коллективе:

- У школьника стали появляться синяки, царапины и другие травмы, о происхождении которых он «не знает»;
- У ребенка стали чаще пропадать и ломаться вещи;
- Ребенок постоянно ищет поводы для непосещения уроков;
- Ученик школы пребывает в подавленном состоянии;
- Ребенок прибегает к селфхарму, что видно по шрамам и свежим порезам на его руках и ногах.

## 5. ВОЗМОЖНОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ НАСИЛИЯ В ШКОЛЕ

### Как начать разговор с ребенком?

Если родители подозревают, что у ребенка возникли какие-то проблемы в школе, обязательно нужно поговорить с ним об этом. Как можно начать подобный разговор?

Например, ребенку можно задавать такие вопросы:

- ✓ *Что делают твои одноклассники, когда начинается перемена?*
- ✓ *Ты любишь перемены?*
- ✓ *Что ты делаешь во время перемен?*
- ✓ *С кем из одноклассников ты проводишь время на перемене?*
- ✓ *Кто из одноклассников нравится тебе больше всего?*
- ✓ *Кто из ребят тебе не нравится?*
- ✓ *Что особенно он делает, почему не нравится тебе?*

Ответы на эти или аналогичные вопросы помогут родителям получить картину происходящего в школе. Важно задавать вопросы дружелюбно, демонстрировать ребенку свое участие, желание помочь и готовность слушать его мнение и оценки. Напрямую об отношениях со сверстниками лучше не спрашивать.



Также необходимо избегать давления на ребенка – это будет

дополнительно травмировать его и усугубит и без того неприятную ситуацию. Если ребенок уходит от ответов.

### **Как говорить с учителем?**

Классный руководитель, как правило, в курсе всего, что происходит в классе. Начать разговор с ним (с ней) можно, например, так:

– *Мария Ивановна, помогите мне, пожалуйста, разобраться, что происходит с моим ребенком. Мне очень хочется понять, с чем или с кем связаны перемены в его настроении и поведении.*

– *Мне стало известно, что мой ребенок подвергается насилию со стороны детей. Я хочу оградить его от этого. Чем вы мне можете помочь? Что мы можем сделать вместе? Как мы можем это сделать, чтобы не навредить еще больше?*

– *Может, вы замечали, с кем дружит мой ребенок?*

– *С кем из ребят у него бывают конфликты?*

– *Чем в основном он занимается на переменах?*

– *Мария Ивановна, мы составили примерный план того, что нужно сделать – с учетом пожеланий ребенка, и готовы начинать действовать уже сегодня. Давайте обсудим ваше участие.*

### **Что делать родителям, если их ребенка обижают сверстники?**

Когда родители узнают о сложившейся ситуации больше, следует вместе с ребенком наметить план действий (можно даже расписать, кто, когда и что будет делать). Очень важно понимать: одна из главных причин, по которым дети скрывают происходящее в школе – это страх, что родители своими действиями могут только усугубить ситуацию. Ребенок опасается, что его будут называть доносчиком, маменькиным сынком, ябедой; боится, что издевательства сверстников станут более изощренными, скрытыми, усилится психологическое давление.

Задача родителей заключается в том, чтобы убедить ребенка:

искать помощи – хорошо и правильно, он вовсе не ябеда, и взрослые сумеют помочь ему, не ухудшив положения.

Прежде чем действовать, родителям нужно обязательно поговорить с ребенком. Он знает ситуацию изнутри, хотя и не всегда может рассказать обо всем.

*Ребенку можно сказать:*

✓ *Как хорошо, что ты рассказал обо всем. Я думаю, тебе нелегко было это сделать.*

✓ *Нужно иметь большую смелость, чтобы попросить помощи у взрослых, когда попадаешь в трудную ситуацию. Хорошо, что ты это сделал. Давай вместе будем думать, как изменить положение.*

✓ *Я хочу, чтобы ты знал: мы тебе верим, и мы, твои родители, полностью на твоей стороне.*

✓ *Какие ты видишь пути решения проблемы?*

✓ *Как ты думаешь, что именно можно изменить в происходящем?*

✓ *Как ты думаешь, что нужно сделать, чтобы все это прекратилось?*

✓ *Предлагаю составить план действий. Но сначала давай разберем все возможные варианты, и ты сможешь понять, какой из них для тебя лучше.*

В случае, если ребенок длительное время подвергается физическому и эмоциональному насилию, лучшее, что можно и нужно сделать, – вывести его из травмирующей обстановки (например, сменить школу или, если это невозможно, временно перевести ребенка на режим домашнего обучения). Смена коллектива сверстников и школы нужна для того, чтобы появилась возможность строить новые отношения с детьми.

К тому же место, где ребенок терпел издевательства, уже само по себе является причиной его страданий. Чтобы избежать схожих трудностей на новом месте, нужно проанализировать способы общения,

которыми пользуется ребенок, и, при необходимости, помочь ему приобрести соответствующие навыки.

Если же ситуация не столь серьезна, и родители считают возможным оставить ребенка в старом коллективе, можно попробовать поговорить с обидчиками и их родителями. Но делать это нужно только с согласия ребенка, иначе родители лишь закрепят его беспомощность, пассивность и низкую самооценку. А это как раз те качества, которые делают ребенка непопулярным среди сверстников.

Кроме того, родителям стоит задать себе вопрос: «Не совершаю ли я сам чего-то такого, что отдаляет моего ребенка от сверстников и делает его уязвимым для проявлений насилия?», ведь иногда именно родители своими действиями невольно провоцируют насмешки ровесников их сына или дочери.

Эти действия могут выражаться в том, что:

- родители одевают ребенка без учета его пола, возраста и «моды» в детском или подростковом коллективе;
- родители убеждают ребенка, что он «самый лучший», «самый умный», что остальные дети хуже него, и поэтому недостойны того, чтобы он общался с ними.

Очень вредно критиковать ребенка, не умеющего постоять за себя. Это лишь укрепит его в мысли, что он заслуживает плохого отношения. Наоборот, любыми способами надо убедить ребенка в его ценности, значимости и важности. Ребенок, который знает, что он достоин уважения, сможет постоять за себя в нужный момент. Ваша позиция придаст ему сил и уверенности в себе, повысит его самооценку.

## Что родители могут посоветовать детям, которых обижают сверстники?

Самым распространенным видом насилия в детских коллективах являются оскорбления и насмешки. Если проблему не решать, то постепенно дело может дойти до откровенной травли ребенка, который станет изгоем в классе и объектом любой детской агрессии. Взрослые (родители, учителя, психолог) должны убедить ребенка в том, что неприятности не у того, кого дразнят, а у того, кто это делает. Ему следует объяснить: счастливый, довольный собой, своей внешностью и характером, уверенный в себе человек не станет обращать внимания на недостатки других.

Разговор можно провести примерно по такой схеме:

– Знаешь, существует хороший способ справиться с обидчиками: не показывать, как их слова тебя задевают, не давать понять, что ты принимаешь их близко к сердцу.

– Ты говоришь, что Света тебя все время дразнит, а другие девочки повторяют ее слова? Я думаю, тебе неприятно это слышать до такой степени, что хочется заплакать. Скажи, ты плакала в школе? До слез дело не дошло, но ты расстраивалась, и девочки это видели? И что, после этого они сразу переставали тебя дразнить? Начинали относиться к тебе лучше? Нет, все было совсем наоборот.

– Так, давай подумаем, как же поступить. Я, конечно, могу с ними встретиться и поговорить. Но, мне кажется, как только я уйду и ты останешься одна, все начнется снова. Как ты думаешь?

– Попробуй сделать по-другому. В следующий раз, когда ты услышишь обидные слова в свой адрес, возьми и громко засмейся или просто улыбнись. Да, это нелегко. Но подумай, чего добиваются Света с подружками? Расстроить тебя. И до сих пор так и происходило.

– А как ты думаешь, почему Свете так хочется обратить внимание других ребят на твои недостатки? Наверное, она не очень уверена в себе, иначе бы она так не поступала. Если ты засмеешься, то тем самым покажешь, что все ее слова – просто глупости, а она ведет себя не слишком умно. И другие это быстро поймут.

Ребенку очень трудно поверить в то, что подобное поведение – действительно хороший и реальный выход из положения. Для убедительности можно рассказать похожую историю из собственной жизни (или из жизни знакомых и родственников), сделав акцент на своих ощущениях и на том, что помогло справиться с трудностями. Необходимо попытаться убедить ребенка: действовать он должен сам, сказав ему, например: «Мы, конечно, не дадим тебя в обиду, но ведь мама с папой не всегда будут рядом с тобой. Значит, нужно учиться защищать себя самостоятельно. Попробуй, у тебя получится. Мы можем потренироваться, прежде чем ты сделаешь это в школе. Ты точно сможешь».

### **Как развивать у ребенка навыки общения?**

Самый важный навык, который нужно сформировать у ребенка – это умение налаживать дружеские отношения в детском коллективе. Чем лучше умеет общаться ребенок, тем меньше у него шансов оказаться в роли жертвы. Рекомендуется специально создавать ситуации, в которых ребенок может применять навыки общения: практиковать ролевые игры, приглашать родственников с детьми, друзей, знакомых. Важно также постараться сначала «разговорить» детей, спросить у них, чем они хотят заниматься, предложить сыграть во что-нибудь, например:

*– Ребята, вы уже решили, чем будете заниматься? Какое ваше любимое занятие?*

*– Во что вы больше всего любите играть?*

*– Мне очень интересно узнать, чего бы хотел каждый из вас. Родителям следует научить ребенка задавать вопросы собеседнику. Так, у сверстника можно спросить:*

*– Какое у тебя самое любимое занятие?*

*– Какие животные тебе нравятся?*

*– Какой у тебя любимый фильм? А любимый*



герой?

- *Какие книги ты любишь читать?*
- *Где ты больше всего любишь гулять?*
- *Кем ты хочешь быть, когда вырастешь?*

Важно рассказать ребенку, что почти всем людям нравится говорить о себе, они любят, когда проявляют интерес к их личности. Еще нужно научить его «приветливым» жестам, позам, манере говорить и мимике. Все эти знания и навыки помогут ему завязать и поддержать беседу, вести себя дружелюбно.

Дети в большинстве своем не осознают, что окружающие оценивают их по манере держаться. Можно использовать следующий метод: сфотографировать ребенка в позе, которую он сам считает «дружелюбной» (то же относится и к выражению лица). Затем нужно рассмотреть с ним фотографию и поговорить о том, как можно улучшить мимику, осанку. Лучше сделать несколько фотографий и обсудить их. Кроме того, важно рассказать и показать, какие черты выражают приветливость и открытость.

В частности, это:

- прямая осанка;
- «открытая» поза (руки и ноги не скрещены);
- ладони на виду (это знак дружелюбных намерений);
- улыбка и приятное выражение лица;
- взгляд в глаза.



Родителям следует объяснить ребенку, что быть приветливым – хорошо. Это помогает поддерживать дружеские отношения и находить новых друзей. Например, приветливые дети часто приглашают

сверстников к себе домой и сами ходят в гости, предлагают друзьям сходить в кино или просто прогуляться.

### **Что делать родителям в случае конфликта между их ребенком и учителем?**

Если у родителей есть уверенность или подозрение, что их ребенок находится в конфронтации с учителем, необходимо убедить ребенка: они верят ему и готовы разобраться в происходящем. Еще до встречи с педагогом нужно постараться прояснить ситуацию. Затем следует внутренне подготовиться к предстоящему разговору. Не исключено, что учитель сразу станет защищаться или, наоборот, «нападать» на родителей. Этому его учит прежний, не всегда приятный опыт подобного общения. Значит, очень важно сразу дать собеседнику понять, что родители ищут выход из ситуации и хотят сообща разобраться в ней.

Хорошо, если родители владеют грамотной техникой ведения беседы. Вот один из эффективных приемов. После того как собеседник закончил очередную мысль, нужно спросить:

«Если я вас правильно понял...» – и кратко повторить услышанное. Если собеседник подтвердит, что понят правильно, то следует высказать свое мнение. Чтобы чувствовать себя увереннее, полезно заранее потренироваться дома.

В ходе разговора может выясниться, что ребенок не прав. В этом случае родители должны принести извинения.

Если же не прав учитель, но он не находит в себе сил извиниться, нужно попробовать понять его. Учителю сделать это труднее, чем представителю любой другой профессии – из-за стереотипа, что педагог не имеет права на ошибку.



Скорее всего, учитель осознает свою вину и после разговора с родителями изменит отношение к ребенку. Если же нет, придется искать другие пути разрешения конфликта

Когда не прав оказывается учитель, это нужно объяснить ребенку. Не стоит бояться подорвать авторитет педагога: если ребенок будет знать и понимать, что всем людям свойственно ошибаться, это существенно облегчит его собственную жизнь. Понять поведение взрослого ребенку помогут такие слова: «Учитель ошибся, потому что устал (спешил, был чем-то расстроен, обижен и т. п.)». Скорее всего, так оно и было, и детей обычно вполне устраивает подобное объяснение.

Если же в конфликте виноват ребенок, то вместе с ним нужно спокойно обсудить, как исправить положение. При этом не следует настаивать на своих вариантах разрешения проблемы. Необходимо, чтобы ребенок сам предложил приемлемый для него выход, и тогда конфликт разрешится благополучно. Если же родитель видит, что ребенок пока не готов извиниться и изменить свою позицию, нужно поговорить с учителем и попросить его немного подождать. Правильное поведение родителей и учителя обязательно поможет найти путь к примирению, который устроит обе стороны.

Описанное выше поведение родителей приемлемо, когда речь идет о конфликте, а не о серьезных видах насилия в отношении ребенка, которые могут потребовать вмешательства вышестоящих или даже правоохранительных органов.



## **Что делать родителям, если учитель проявляет насилие по отношению к ребенку?**

Если речь идет о прямом насилии со стороны учителя, разрешить проблему значительно труднее. Однако сделать это нужно обязательно, воспользовавшись одним из предлагаемых способов.

**Первый способ.** Перевести ребенка в другой класс или школу. Такой путь не всегда приносит облегчение, поскольку неизвестно, как сложится школьная жизнь ребенка там, куда он будет переведен. Ему еще не раз придется столкнуться с людьми, которые будут его оценивать и относиться к нему не так, как хотелось бы ему или его родителям. Однако если родители видят, что справиться с психологическим напряжением ребенку не по силам, лучше решиться на этот шаг.

**Второй способ.** Будучи уверенными в своей правоте и не желая менять класс или школу, родители могут потребовать от учителя изменить свое отношение к ребенку. Этот способ – довольно рискованный, поэтому следует оценить свои силы, прежде чем им воспользоваться. Кроме того, надо четко представлять, чем это может грозить ребенку. Необходимо продумать меры, которые можно будет предпринять, если учитель не выполнит требований родителей.

**Третий способ.** Попытаться разрешить проблему в школьных стенах, а если не получится – обратиться за помощью в районное управление образования, городской комитет образования и т. д.

Задача родителей – помочь ребенку продолжать обучение в обстановке, исключаящей любое насилие, сформировать и сохранить его



## 6. ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ КАК ФАКТОР ПРОФИЛАКТИКИ.

В доверительных отношениях есть важная составляющая: при их наличии взаимодействие родителей и детей имеет постоянную основу, общение является ежедневным, систематическим. Это дает родителям возможность вовремя заметить перемены, которые происходят с ребенком (их причиной могут стать проблемные ситуации, в том числе, связанные с насилием в школе или на улице). Более того, не воспитатель или учитель будут рассказывать на собраниях о том, что происходит в группе детского сада или в классе – родители узнают обо всем от самого ребенка.

Как выстроить доверительные отношения с ребенком?

Часто родители не знают, что делать, если ребенок чем-то обижен, огорчен, плачет, кричит, у него плохое настроение и т. п. В этом случае его надо, прежде всего, выслушать. Но не просто выслушать, а сделать это при помощи метода «активного слушания».

*«Активное слушание»*

«Активное слушание» не является способом взрослого добиться своего от ребенка. Оно необходимо для установления доверительной атмосферы общения. В такой атмосфере легче решаются любые проблемы.

«Активно» слушать ребенка – значит, «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

*ПРИМЕР. Ребенок плачет от того, что у него отнял машинку его сверстник. Он приходит к маме, чтобы пожаловаться и попросить помощи и поддержки. Ребенок: Максим отнял у меня машинку!*

*Мама: Ты очень огорчен и рассержен на него (обозначение чувства).*

Такой ответ мамы может показаться непривычным. Обычно родители говорят: «Ну, ничего, поиграет и отдаст», «Забери у него свою машинку!» или «Ты уже большой, это твой друг – сам с ним и разбирайся!» Однако эти ответы оставляют ребенка наедине с его переживанием. Вы как бы сообщаете ребенку, что его переживание неважно, оно не принимается в расчет. А ответ по методу «активного слушания» демонстрирует ваше сочувствие.

Правила «активного слушания»:

- Повернитесь к ребенку лицом. Пусть ваши глаза и глаза ребенка будут на одном уровне. Если ребенок маленький, посадите его к себе на колени или сядьте вместе с ним на ковер.
- Ваши ответы на слова ребенка должны быть сформулированы в утвердительной форме («Ты очень огорчен и рассержен на него»), потому что фраза, оформленная в виде вопроса, не отражает сочувствия

В беседе с ребенком «держите паузу»; она помогает ему разобраться в своем переживании и почувствовать, что вы рядом. Иногда полезно повторить сказанное ребенком и только потом обозначить его чувство.

Научиться этому приему важно, потому что он поможет вам наладить взаимоотношения со своим ребенком и получить три полезных результата.



*Результаты «активного слушания»*

Во-первых, исчезнет или станет значительно слабее его переживание. Всем известно, что разделенная радость удваивается, а горе становится вдвое меньше.

Во-вторых, убедившись, что взрослый его внимательно слушает, ребенок будет рассказывать о себе все больше и больше. И тогда вы сможете намного лучше разобраться в его проблемах.

В-третьих, вам не потребуется решать проблему вместо своего ребенка. Получая от вас психологическую поддержку, он сам начнет продвигаться в решении своей проблемы по мере вашей беседы с ним, а это очень важно!

Кроме того, метод «активного слушания» отлично работает, если ваш ребенок переполнен положительными эмоциями и хочет рассказать вам о чем-то хорошем и радостном, что с ним произошло. В такой ситуации вы сможете еще раз вместе пережить волнующее событие и разделить с ребенком приятные воспоминания.

Чтобы научиться общаться со своим ребенком по методу «активного слушания», нужно отказаться от привычных и удобных «автоматических» ответов, которые психологи называют помехами, так как они не приносят ребенку ничего, кроме вреда.



#### *Помехи для «активного слушания»*

Известный американский психолог и психотерапевт Томас Гордон выделяет 12 таких помех:

1. Приказы, команды: «Убери!», «Замолчи!» и т. п. В этих фразах ребенок слышит нежелание родителя вникнуть в его проблему.

2. Предупреждения, предостережения, угрозы:

«Если не прекратишь плакать, я уйду». Угрозы бессмысленны: они загоняют ребенка в тупик. Кроме того, при частом повторении дети к ним привыкают и не реагируют на них.

3. Морализаторство, нравоучения: «Ты должен уважать взрослых!» Ничего, кроме скуки и давления, ребенок при этом не чувствует, потому что моральные устои воспитываются не «проповедями», а семейной атмосферой.

4. Советы, готовые решения: «Я бы на твоём месте...»

Детям необходимо научиться принимать решения, это формирует их самостоятельность. Родители должны давать детям такую возможность, хотя проще, конечно, дать совет.

5. Доказательства, логические доводы, «лекции»:

«Все время отвлекаешься, поэтому делаешь ошибки». На это дети обычно отвечают: «отстань», «хватит». Они перестают нас слышать, и возникает так называемая «психологическая глухота».

6. Критика, выговоры, обвинения: «Вечно ты!..»,

«Опять в комнате черт знает что!» Постарайтесь обращать внимание не только на отрицательные, но и на положительные стороны поведения ребенка. Для начала скажите ему в течение дня несколько добрых слов. Поставьте себя на место ребенка. Как вы думаете, хорошо бы мы себя чувствовали, если бы все время слышали упреки самых близких нам людей? А ведь очень часто в повседневном общении остаются только

негативные моменты – те, в которых вы указываете ребенку на его «недоделки» (убери комнату, вымой посуду, сложи игрушки, помой руки и т. д. Все хорошее остается «за кадром», как будто о нем даже не стоит упоминать.

7. Похвала. Довольно странно это слышать, но похвала также бывает не на пользу ребенку. Похвала – это оценка: сегодня похвалят, а завтра осудят. Ребенок может стать зависимым от похвалы и будет ориентироваться на мнения других людей. Лучше похвалу заменить просто одобрением: «Мне нравится, как ты это делаешь», «Я так рада, что у тебя все получилось», и т. д.

8. Обидные прозвища, высмеивание: «плакса-вакса», «Не будь лапшой!» Все это отталкивает ребенка и способствует тому, что он может разувериться в себе, а иногда даже сказать с обидой: «Ну и буду!»

9. Догадки, интерпретации: «Я вижу тебя насквозь!», «Небось, опять подрался!..» Естественно, детям неприятно, когда их «вычисляются» (иногда совсем безосновательно); это может вызвать агрессивную защитную реакцию: «Ну, хватит! Какое тебе дело!»

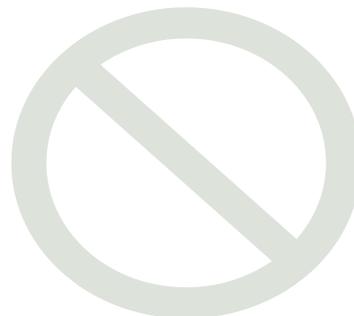
10. Выспрашивание, расследование: «Что же все-таки случилось? Я все равно узнаю». Если заменить вопрос утверждением, результат будет совсем другим, поскольку вопрос звучит как холодное любопытство, а утвердительное предложение – как понимание и участие. Надо сказать так: «У тебя что-то случилось».

11. Сочувствие на словах, уговоры, увещевания:

«Не обращай внимания», «Успокойся!», «Перемелется, мука будет». В этих фразах ребенок услышит пренебрежение к его проблемам,

отрицание или преуменьшение его переживаний.

12. Отшучивание, уход от разговора. Конечно, родители могут проявить чувство юмора, но проблема ребенка останется нерешенной. Не стоит шутить, если он охвачен сильными переживаниями.



### **Как родителю выражать свои негативные чувства**

Уже говорилось о том, что ребенка, охваченного сильными негативными чувствами, не следует наказывать, а нужно просто «активно» выслушать. Но что делать, если такими чувствами охвачены родители? Не стоит их держать в себе, молча переносить обиду, подавляя гнев и сохраняя спокойный вид. Обмануть ребенка вы не сможете, он «читает» ваши чувства по вашей позе, жестам, мимике и т. д. Как сообщить о своих отрицательных эмоциях ребенку, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас? В таком случае психологи говорят о «я-сообщениях» и «ты-сообщениях».

#### *Что такое «я-сообщения» и «ты-сообщения»*

Рассмотрим такую ситуацию. Вы приходите домой усталая, а у вашего сына друзья, музыка и веселье. На столе – грязная посуда. Вы испытываете чувство раздражения и обиды. Вы можете сказать:

«Тебе не приходит в голову, что я могу быть усталой? Убери за собой посуду!» Это называется «ты-сообщением», потому что в таких

высказываниях используются слова «ты», «тебе», «тебя». Такая фраза содержит выпад, обвинение или критику в адрес ребенка. А можно сказать и по-другому: «Меня обижает и сердит, когда я прихожу усталая и застаю дома беспорядок». Это – «я-сообщение», в таких фразах используют личные местоимения «я», «мне», «меня». Здесь нет ни нападок, ни критики, только выражение чувств говорящего.

Казалось бы, разница между этими фразами небольшая, однако в ответ на первую ребенок обижается, защищается, дерзит. Поэтому «ты-сообщений» желательно избегать. А с помощью второй фразы вы сможете выразить свои отрицательные эмоции в необидной для ребенка форме. Кроме того, выражая свои чувства и не сопровождая это приказом или выговором, мы оставляем за детьми возможность самим принять решение. И тогда, на удивление нам, они начинают учитывать наши желания и переживания.

### *Способы релаксации для родителей*

Если вам все же трудно справиться со своими эмоциями, попробуйте применить некоторые способы релаксации (расслабления), которые помогут успокоиться, расслабиться и удержаться от жестокого обращения с ребенком. Например:

- выйдите из комнаты и позвоните кому-то из друзей;
- включите спокойную музыку;
- сделайте 10 глубоких вдохов и постарайтесь успокоиться; затем сделайте еще 10 вдохов;
- пойдите в другую комнату и выполните какие-нибудь физические упражнения;
- примите душ;
- 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 индивидуальной психологической помощью.



## Что нужно делать родителям, чтобы их отношения с детьми были доверительными?

*Разговаривать с ребенком, задавать ему вопросы.*

Ребенок нуждается в общении не меньше, чем в пище и одежде. Чтобы узнать, как ему живется и как он себя чувствует в родном доме, родителю надо разговаривать с ребенком. Разговор—главный инструмент общения, и говорить следует обо всем, даже о самых незначительных событиях, произошедших с ребенком за день.

Примерно так можно построить беседу с ребенком, пришедшим из школы:

• *Какие уроки для тебя были самыми интересными? А почему? Что ты узнал на этом уроке?*

• *Что тебе хотелось бы изменить в школе? А как бы ты это сделал?*

• *Какой урок был самым трудным? Что было сложно понять? Что было сложно сделать? Чем я могу тебе помочь?*

• *Чем запомнилась большая перемена?*

• *Какое событие произошло сегодня в классе?*

• *С кем ты сегодня больше всех общался? Чем он тебе интересен? Что вы делали вместе? Что еще важного для тебя случилось сегодня?*

• *На что ты обратил внимание по дороге в школу?*

• *Что тебя сегодня больше всего удивило (огорчило, обрадовало, опечалило, расстроило, развеселило)? А что было самым приятным? Почему?*

Совсем необязательно использовать все предложенные примеры, однако любой из выбранных родителем вопросов поможет начать разговор с ребенком. Разумеется, у вас могут быть и другие темы для разговоров, которые не вошли в этот перечень.

Хорошо, когда и родители рассказывают ребенку о себе: о том, что было на работе, о чувствах, испытанных за день. Иногда родители хотят серьезно поговорить с ребенком, но у них не получается, потому что раньше они избегали таких разговоров, обрывали детей, ссылаясь на занятость. Именно поэтому родителям полезно включать в разговоры рассказы о том, что волновало, пугало или радовало их, когда они были в таком же возрасте, как их ребенок теперь. Важно делиться с ним яркими воспоминаниями из дошкольного детства, рассказами о переживаниях и впечатлениях в школьные годы. Такие родительские рассказы укрепляют доверие и улучшают взаимоотношения между родителями и детьми.

*Рассматривать семейный альбом с фотографиями.*

Рассматривание вместе с детьми альбома с семейными фотографиями или личного альбома ребенка помогает укрепить эмоциональную близость. Детям очень нравится перебирать свои фотографии, слушать рассказы о своих «приключениях». Родители всегда знают, что происходило до того, как была сделана фотография, что было после.



Они также могут рассказать об истории своих детских снимков или рассказать историю поколений семьи.

*Рассказывать о своих чувствах.*

Например, родитель испытывает раздражение по какому-либо поводу, но не говорит об этом ребенку. Ребенок, в свою очередь, догадывается о состоянии родителя по его мимике, позе, жестам, интонации. И, если ему говорят, что все хорошо, ребенок чувствует фальшь, у него появляется недоверие.

К тому же сильные эмоции все равно найдут выход в резких словах или действиях. Когда отрицательные эмоции озвучены, проговорены взрослым или ребенком, их накал уменьшается. Образец проговаривания своих чувств ребенку дает взрослый. Например:

«Я раздражаюсь, когда приходится повторять несколько раз, чтобы меня услышали». При этом важно, чтобы взрослые выражали все чувства, которые они испытывают к ребенку: и позитивные (восхищение, нежность, симпатию, любовь, радость от того, что у ребенка что-то получается, и т. п.), и негативные (гнев, раздражение, возмущение, недовольство, обиду и др.).

*Помнить, что реальный образ ребенка может не соответствовать родительским ожиданиям.*

Родители часто переживают: соответствует ли развитие ребенка его возрасту, кто его друзья, как он должен выглядеть, чем ему лучше увлекаться, какую профессию в дальнейшем осваивать и т. п. Чем больше ожиданий у родителей, тем больше разочарований может возникнуть. Важно помнить, что ожидания не всегда соответствуют возможностям ребенка.



Кроме того, у него есть свое представление об окружающем мире, о том, что для него наиболее интересно, важно и желанно. Родителям достаточно знать о чувствах ребенка, его интересах и увлечениях, о том, с кем он дружит, и т. д. Не следует переносить свои ожидания на его жизнь, лучше просто попробовать стать для него примером.

*Делать что-то вместе.*



Совместные занятия детей и родителей не только помогают детям стать более самостоятельными в будущем и получить разнообразные навыки, но и укрепляют их взаимоотношения с мамой и папой. У ребенка появляется самоуважение, чувство значимости, чувство общности со всеми членами семьи. Вместе можно ходить в магазины, делать подарок бабушке, собирать растения для гербария, выбирать новые чашки, играть в бадминтон, рисовать картинки, посвященные прошедшему отпуску, печь пирог или читать книжку.

*Дарить детям «специальное время».*

Суть «специального времени» заключается в том, что родители или один из них проводят с ребенком, например, 20- 30 минут в день, занимаясь тем, чем он захочет. Это время предназначено не для воспитательной или дисциплинарной работы, а для налаживания отношений. Ребенку можно сказать следующее: «Мне кажется, мы слишком мало времени проводим вместе. А ведь для меня так важно общаться с тобой. Давай сделаем так: каждый день у нас будет такое время, которое мы станем проводить вместе. Чем бы ты хотел в это время заниматься?» Если каждый день отводить пару десятков минут для

общения со своим ребенком (во время игр, совместной деятельности, прогулок, бесед и т. п.), это укрепит и улучшит ваши отношения с ним, а также защитит его от многих проблем в будущем.

*Поддерживать ребенка в трудных ситуациях, избегать критики.*

Когда ребенок, например, получил на уроке низкую оценку, родителям следует спокойно выяснить, почему это произошло: «Давай разберемся, что же у тебя не получается, и подумаем, что тут можно сделать...», «Ты очень огорчен из-за оценки?», «Можешь рассказать, какое задание у тебя было?», «Какая часть была трудной для тебя?», «Что помешало тебе выполнить задание?» Сгоряча родители могут сказать: «Ну, кто же так делает? Только портишь все», «Ты неумеха, сколько тебя ни учи – все бесполезно», «Что ты натворил?»

Однако, подвергаясь критике, ребенок может вообще перестать делать то, что у него плохо получается, а заодно приобретет неуверенность в своих силах. Поэтому родителям рекомендуется строить фразы примерно так: «Я очень радуюсь твоим успехам» (это надо говорить даже при незначительных успехах), «Давай попробуем сделать это еще раз, я тебе помогу», «Попробуй еще раз, у тебя обязательно получится!», «Ты такой самостоятельный – я тобой горжусь!».

Дети хотят, чтобы родители гордились ими, и из-за своей эмоциональности и ранимости тяжело переносят критику. Кроме того, не все дети понимают иносказательные выражения. Например, когда родители говорят: «горе мое», «За что мне такое наказание?», они просто хотят донести до ребенка информацию о том, что он сделал что-то не так и должен исправиться. Но дети подобные фразы воспринимают буквально: «Я горе для мамы (папы)».

Для детей их родители – главные люди в жизни, от которых ребенок ждет защиты, помощи, советов, поддержки, а не унижений и критики.

Необходимо полностью исключить из своего лексикона при общении с детьми такие фразы, как «Уйди с глаз долой», «Это твои проблемы», «Как ты мне надоел». Что бы ни случилось, нужно найти в себе силы и сказать: «Я тебя люблю и хочу тебе помочь. Давай разберемся вместе!»



*Разрешать ребенку высказывать собственное мнение.*

Родителям хочется, чтобы их дети были уверенными в себе и самостоятельными, умели высказывать и отстаивать свою точку зрения. При проведении семейных советов следует предложить ребенку высказать свое мнение по поводу обсуждаемой темы, и, пока он говорит, не перебивать и не комментировать его. Конечно же, это надо делать не для проформы, а будучи готовым иногда принимать точку зрения ребенка и действовать в соответствии с ней.

*Уметь слушать ребенка.*

Нужно стараться больше слушать и меньше говорить, выражать заинтересованность: «Я понимаю», «Это интересно», «В этот момент ты чувствовал...» При этом следует искренне вникать в смысл слов ребенка, задавать вопросы, уточнять непонятное, обращать внимание на жесты и мимику ребенка, поскольку не все можно выразить словами. По окончании рассказа можно подводить итоги, делать обобщения: «Главное в том, что ты сказала...», «То есть, получается такая ситуация...», «Если я правильно тебя поняла...».

*Следить за смыслом высказываний, интонацией и тембром голоса.*

Если родители стремятся создать доверительные отношения, им

необходимо выбрать приемы, которые помогут изменить подход к общению с ребенком. Прежде всего, следует проанализировать диалоги с ребенком, отметить, какие фразы они привыкли произносить в тех или иных ситуациях, затем попробовать несколько изменить этот текст, и, наконец, стараться следить за своей интонацией и тембром голоса. Например, вместо того, чтобы угрожающим тоном говорить: «Если не съешь обед, то не получишь десерта!», можно доброжелательно сказать ребенку: «А знаешь, сразу после того, как эта еда исчезнет с тарелки, на ней появится что-то вкусненькое!»

Можно мечтательно произнести: «Ох, вот если бы кто-то умел совершать фокусы и сделал так, чтобы вся эта посуда исчезла со стола... Может, ты умеешь?» Подобная фраза более уместна, чем «Опять не убрал за собой?!» Вместо того чтобы ворчать: «Ну, что ты так долго возишься?», можно сказать: «Я заметила, что ты делаешь это все лучше и быстрее»; а вместо «Сколько тебя можно ждать? Пошли скорее!», попробуйте бодрым голосом дать «команду»: «Давай проверим, кто быстрее? Побежали!».

Наладив доверительные отношения, родители смогут поговорить с ребенком на любые темы, например, о правилах безопасности, об учебе, о поддержании порядка, о выполнении требований. В разговоре должны быть и «детские» темы (например, о любимой компьютерной игре ребенка, об отношениях с одноклассниками, о мечтах). Если родители постоянно общаются со своим ребенком, то он, став взрослым, тоже будет общаться со своими детьми и с пожилыми родителями.

*Несколько рекомендаций для установления доверительных отношений с ребенком*

✓ *Приглашайте к себе домой друзей своего ребенка. Конечно, это хлопотно, но это стоит ваших усилий. В результате ваш ребенок будет доверять вам, и у него появится хорошая привычка: он будет знакомить*

*вас со своими новыми друзьями.*

✓ *Старайтесь быть дома к тому моменту, когда ребенок должен вернуться домой.*

✓ *Выражайте радость по поводу прихода ребенка домой.*

✓ *Обнимайте ребенка.*

✓ *Просите ребенка писать вам письма с рассказом о своих чувствах и переживаниях. И сами пишите такие письма ему.*

✓ *Оставляйте ребенку специальные записочки с поручениями и похвалами.*

**Ребенок, растущий в атмосфере счастья, любви и гармонии, и сам станет гармоничным самодостаточным человеком, для которого родители на всю жизнь останутся близкими, значимыми и дорогими людьми**

*Тест «Достаточно ли ваши контакты с детьми?»*

1. Считаете ли вы, что в вашей семье есть взаимопонимание с детьми?
2. Говорят ли с вами дети по душам, советуются ли по личным вопросам?
3. Интересуются ли они вашей работой?
4. Знаете ли вы друзей ваших детей?
5. Бывают ли они у вас дома?
6. Участвуют ли ваши дети вместе с вами в хозяйственных делах?
7. Проверяете ли вы, как они учат уроки?
8. Есть ли у вас общие с ними занятия и увлечения?
9. Участвуют ли дети в подготовке семьи к праздникам?
10. Предпочитают ли дети, чтобы вы были с ними во время детских праздников?
11. Обсуждаете ли вы с детьми прочитанные книги?



12. Бываете ли вы вместе в театре, на выставках и концертах?
13. Обсуждаете ли вы с детьми телевизионные передачи и фильмы?
14. Участвуете ли вы вместе с детьми в прогулках, в туристических походах?
15. Предпочитаете ли проводить отпуск вместе с детьми?

Ответы: «да» – 2 балла; «отчасти», «иногда» – 1 балл; «нет», «никогда» – 0 баллов.

Если вы набрали более 20 баллов, ваши отношения с детьми, в основном, можно назвать благополучными.

Если от 10 до 20 – удовлетворительными, но недостаточно многосторонними; подумайте, в чем они должны быть углублены и дополнены.

Если менее 10 баллов – то ваши если менее 10 баллов – то ваши контакты с детьми явно недостаточны. Необходимо решить, как их улучшить.

## 7. ПРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ В СЕМЬЕ КАК УСЛОВИЕ ПРОФИЛАКТИКИ НАСИЛИЯ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ

В настоящее время перед обществом необычайно остро стоит проблема нравственного воспитания детей всех возрастов, педагогическое сообщество заново пытается понять, каким образом привить современным детям нравственно-духовные ценности. Сегодня на ребенка с самого рождения обрушивается огромный массив информации: СМИ, школа, детский сад, кино, Интернет – все это скорее способствует размыванию нравственных норм и заставляет нас очень серьезно задуматься над проблемой эффективного нравственного воспитания собственного малыша.

Моральные основы человеческой личности закладываются ещё в раннем детстве. Нравственное воспитание детей нельзя откладывать на потом, как это, к сожалению, нередко происходит в наши дни. Сегодня многие родители больше озабочены карьерой и материальным достатком, чем нравственно – духовным воспитанием детей. Конечно, подобная смена приоритетов во многом обусловлена реалиями современной жизни, но это не оправдывает родителей, не уделяющих должного внимания развитию в детях высоких моральных качеств.



Если первоначальный нравственный опыт ребёнка окажется негативным, то исправить ситуацию впоследствии будет очень сложно.

Самыми лучшими человеческими качествами являются любовь к своей родине, к своему народу, любовь к человеку, постоянство в дружбе, любви, доброту, правдивость, справедливость, любовь к труду, стремление к знаниям. Отношение родителей друг к другу и к детям – главные факторы дальнейшей добропорядочной жизни последних.



Для того чтобы помочь ребенку максимально реализовать свои способности, родители должны:

- воспитывать ребенка, удовлетворяя его потребность в любви и безопасности;
- прививать ребенку моральные ценности, способствовать полноценному развитию его личности. Это предполагает установление определенных норм поведения, в чем основополагающую роль играет личный положительный пример, подаваемый родителями. При обозначении того, что не соответствует нормам хорошего поведения, и при установлении ограничений чрезвычайно

важно довести до сознания ребенка, что это делается, прежде всего, для его же безопасности и для становления его собственных жизненных ценностей;

- удовлетворять потребность ребенка в признании его как личности. Ребенок нуждается в повышенном внимании к себе: он хочет, чтобы его замечали, чтобы к нему прислушивались, иными словами, – чтобы его ценили как личность. Необходимо, чтобы родители проявляли интерес к повседневной жизни своих детей, выслушивали их и пытались понять их точку зрения;

- воспитывать самостоятельность, то есть укреплять веру ребенка в свои знания и умения, повышать способность контролировать себя и воздействовать на поведение окружающих.

*Корни нравственности зарождаются и произрастают из семьи.*

Семья обладает огромным диапазоном воспитательного воздействия. У истоков стоят родители. Если общую культуру человека определить как отношение человека (к Миру, себе, к другим, труду, природе), то в семье начинает формироваться культура поведения и культура общения. От того, как родители сами представляют это (собственный культурный уровень), какие ставят задачи, как отслеживают выполнение их, сознательно корректируя поведение детей, зависит успех нравственного становления ребёнка. Сначала понимание общего смысла и системы отношений лиц (семья, родственники, воспитатели, сверстники и т.д.), затем знание и умение (нормы и правила бытового социального взаимодействия), а дальше творение, подражание позитивному поведению значимых взрослых.

*Как передать ребенку нравственные ценности?*

В вашей семье растет ребенок. Как и всем родителям, вам хочется, чтобы он стал человеком высоко нравственным.



Что же является основой воспитания нравственности у детей?

О процессе воспитания ребенка в ранний период можно говорить как об общем его развитии в кругу тесных семейных отношений. Данный процесс нельзя разделить на физическое и нравственное воспитание. За начальный этап жизни ребенка полностью отвечают родители. Как вы кормите и одеваете малыша, как ласкаете и наказываете его, как разговариваете и играете с ним – все это имеет огромное значение не только для его физического, но и духовного роста. Любовь и забота, спокойствие и доброта не должны "превращаться" в смятение и грубость, безразличие и эгоизм по отношению к маленькому человечку. Ребенок, не знающий горя и страха, радостно открывающий и познающий мир, легко приобщается к морально-нравственному опыту взрослых.

Сама жизнь предоставляет малышу возможности чисто физически ощутить истинные ценности бытия. Он держит в руках пушистого котенка, трогает и целует портрет бабушки, висящий над его кроваткой, нюхает цветы и любуется красками природы... Его губы ощущают вкус меда, он чувствует капли холодной речной воды на своем теле, слушает пение птиц, поет и танцует вместе с вами, даже если все это кажется ему игрой. Все эти предметы, чувства, переживания не являются третьестепенным, что потом, во взрослом состоянии, отвергают.



Все это на протяжении жизни человека не теряет значимости и смысла, будь то действие, жест или эмоции. Ребенок, соприкасаясь с ними, приобретает свой подлинный духовный опыт.

Нравственность не является автономной областью знаний или каким-то предметом, который необходимо преподавать детям. Нравственность – это то, как вы все живете, что одухотворяет вашу жизнь. С ребенком не стоит рассуждать о нравственных ценностях – правдивости, любви, ответственности, послушании, добре, зле – как об отвлеченных понятиях. Нравственные ценности должны воплощаться в реальный опыт его существования. Хотя и нельзя говорить о нравственном воспитании малыша, но его целостное мирозерцание все же подготавливает его к восприятию нравственных ценностей. Открытие и осознание свободы и запретов, безопасности и любви, удовольствия от одобрения, веселой атмосферы семейных праздников и многого другого вливается в основу его нравственного развития.

*Положительные результаты применения позитивного воспитания:*

Для того чтобы помочь детям научиться позитивному поведению, родителям необходимо:

- постоянно уделять им внимание, интересоваться их отношениями со сверстниками и учебной работой в школе по мере того, как дети взрослеют;
- помогать детям понять возможные последствия тех или иных принимаемых ими решений;
- поощрять особым вниманием и похвалой любые положительные моменты в поведении детей и игнорировать мелкие нежелательные проступки;
- быть примером для детей в поведении, проявлять уважение в общении с ними и показывать конструктивные способы разрешения конфликтов.

Дети начинают легче ужиться и ладить с окружающими. У них возникает меньше трудностей с поведением, нормализуется эмоциональное состояние.

Если к ребенку относиться с уважением, то он, как правило, в свою очередь будет уважать окружающих и, в частности, своих будущих детей.

Позитивное воспитание способствует тому, что сами дети в будущем станут хорошими, «позитивными» родителями.



У родителей улучшаются отношения с детьми. Они начинают больше верить в свои силы, приобретают положительный настрой, становятся последовательнее и спокойнее со своими детьми. Снижается уровень напряженности, подавленности и вспыльчивости, что сокращает риск жестокого обращения с детьми. Родители учатся находить равновесие между своими семейными и профессиональными обязанностями, сокращается количество конфликтов между самими родителями.

Родителям, внушающим уважение своим детям, легче воздействовать на них в нужном направлении, поощряя желательное поведение и сокращая проявления нежелательного. Для этого необходимо, чтобы родители в свою очередь признавали, что и они совершают ошибки, беря на себя ответственность за них и за сложившиеся с ребенком отношения (вместо того чтобы пытаться переложить ответственность на него).

*Помните одну простую истину: ребенок вовсе не должен вести себя хорошо всегда, ибо так он никогда не приобретет опыт понимания, что хорошо, а что плохо.*

Значение родительского авторитета состоит в том, чтобы ребенок понял в результате совершенного проступка, как можно поступать и как поступать нельзя. Для этого нужен авторитет контакта и принятия.

Вам необходимо уйти от установки: «я говорю – ты делаешь». Всеми своими действиями Вы обязаны научить ребенка понимать, что он должен выбирать путь, по которому проживет свою жизнь. Авторитет родителей заключается лишь в том, чтобы разъяснить трудности выбранного пути и его последствия.

### ***Практические советы родителям***

- Научите детей выражать свое мнение.*
- Поощряйте живые семейные заботы, уважайте точку зрения своих детей, даже если вы с ними не согласны.*

*Научить своего ребенка иметь собственное мнение – важная воспитательная задача родителей.*

*- Рассказывайте ребенку, что вы думаете по поводу справедливости тех или иных действий.*

*- Когда случаются ситуации, которые требуют морального, нравственного решения, вовлекайте ребенка в них.*

*- Уроки нравственности важны для ребенка, чтобы в будущем он мог делать правильный выбор.*

*- Прививайте ребенку моральные ценности постоянно, подкрепляя конкретными примерами, пока у вас есть влияние на него.*

### **Семейные ценности как способ обучения морали и нравственности**

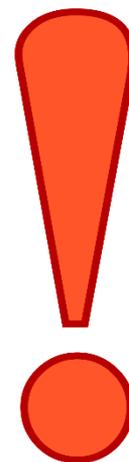
Чтобы ребенок принял ценности и усвоил их, нужно в первую очередь стать для него примером. Если вы сами не разделяете семейные ценности, ребенок обязательно это почувствует и последует вашему примеру. Поэтому хорошенько подумайте — а вы учитываете традиции семьи? Если нет, то почему?

Возможно, они просто устарели и пора модернизировать их так, чтобы они помогали жить в современном обществе. В любом случае, вы не можете требовать от ребенка соблюдать то, чего не соблюдаете сами.

Самое важное в семейных ценностях — это возможность сблизить

членов семьи, сделать их командой, которая может справиться с любыми невзгодами и каждый в ней имеет значение. Поэтому берегите фамильное наследие вместе, уделяя при этом достаточно внимания ребенку и позволяя ему или ей играть определенную роль, чтобы дать маленькому человеку почувствовать себя частью чего-то большего.

Ценности зачастую иррациональны, поэтому сложно объяснить ребенку, что они такое и зачем их придерживаться. Покажите детям свое отношение к ценностям семьи через эмоции и чувства, смело выражайте их и делитесь с другими. Это способствует развитию эмоционального интеллекта ребенка, который позволит ему вырасти человеком, способным к эмпатии.



Расскажите истории из собственной жизни, как семейные ценности повлияли на вас, когда они помогали, а когда приходилось делать непростой выбор. Будьте искренними с ребенком, когда передаете ему ваш опыт, и не бойтесь признавать свои ошибки, тогда между вами установятся доверительные отношения. Так вы станете для своих детей авторитетом. Но помните, что отношения в семье строятся на основе взаимного уважения, которого ребенок тоже заслуживает.

Семейные ценности — это в первую очередь забота друг о друге, поэтому не пытайтесь внушить их насильно. Навязчивость только оттолкнет растущую личность. Отношения в семье должны складываться таким образом, чтобы каждый ее член мог рассчитывать на поддержку близких, а не на

осуждение. Вряд ли человек захочет принять культуру, которая не принимает его.

Дети любят семейные традиции и ценности, если будут счастливы им следовать. И здесь очень важно поговорить о семейных традициях. Это принятые в семье нормы, манеры поведения, взгляды, которые передаются из поколения в поколение.

Семейные традиции и ритуалы, с одной стороны, — важный признак здоровой и функциональной семьи, а, с другой — один из важнейших механизмов передачи следующим поколениям законов внутрисемейного взаимодействия:

- распределения ролей во всех сферах семейной жизни;
- правил внутрисемейного общения;
- способов разрешения конфликтов и преодоления возникающих проблем.

- Семейные традиции и обряды основываются не только на общественных, религиозных и исторических традициях и обрядах, но творчески дополняются собственными, поэтому они уникальны.

*Откуда берутся семейные традиции?*



Семейные традиции бывают гласными — это те, о которых рассказывают, и негласными — те, о которых все члены семьи знают, придерживаются их, но не оглашают (чаще всего они относятся к бытовым вопросам, стилю общения, распределению обязанностей в семье).

Если хотите создать свои традиции, сделать это можно несколькими способами. Можно их придумать. А можно использовать ситуацию, которая показалась вам удачной. Например, вы однажды 1 января пригласили в гости соседей и друзей с детьми. Дети затеяли веселые игры, взрослые подхватили. В результате все отлично провели время, всем понравились посленовогодние посиделки. Так почему бы не сделать их традиционными? Главное, помните, что традиция должна доставлять радость всем членам семьи.

В некоторых случаях традиции можно заимствовать. Например, вы побывали в гостях у родственников или друзей. И увидели или даже поучаствовали в каком-то веселом, семейном занятии. Так почему бы его не проводить регулярно у себя дома, пригласив также друзей и родственников?

Традиции помогают укрепить доверие и близость между родными людьми и демонстрируют детям, какой на самом деле может быть семья.

### ***7 идей для сплоченной семьи***

Вот несколько оригинальных идей, которые могут стать вашей новой семейной традицией:



Календарь семейной погоды. В конце дня каждый член семьи рисует Солнышко, Облако или Грозу на Календаре семейной погоды. Солнышко — в семье все хорошо, день прошел замечательно. Облако — были небольшие сложности. Гроза — были серьезные неприятности. Благодаря такому календарю вы можете наглядно

видеть взгляд каждого члена семьи на семейную атмосферу и изменять ее.

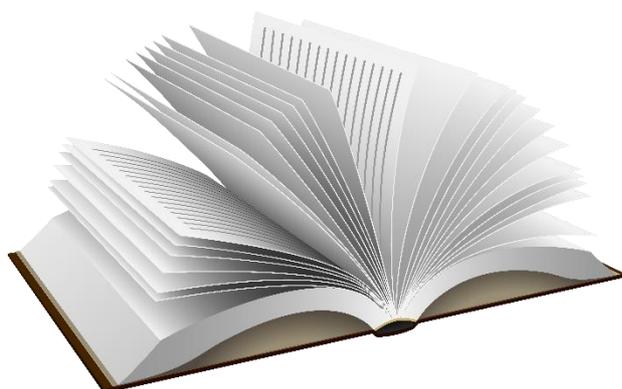
Осознанный ужин. За совместным ужином каждый член семьи по очереди предлагает тему для обсуждения: внутрисемейные решения, историческое событие, место будущего отдыха... Такая традиция помогает лучше узнать взгляды детей и их отношение к той или иной теме. В конце концов вы будете знать, чем интересуется ваш ребенок.

Здороваемся с радостью. Простая, но очень полезная традиция. Когда кто-то из членов семьи приходит домой, все его встречают объятиями, улыбками и добрыми словами.

Лидер дня. Раз в неделю (например, в выходной) назначаете кого-то из членов семьи Лидером дня. В этот день все слушаются Лидера, выполняют его поручения (что приготовить, где убрать, что читать или смотреть). Конечно, перед тем как ввести такую традицию, надо обговорить с детьми определенные правила: полезность принимаемых решений для всей семьи, «экологичность» задач, выполнимость и прочее.

#### Семейная книга событий.

Каждый член семьи может написать в этой книге свои впечатления от поездки, праздника, похода. Когда у вас гости, они тоже должны оставить заметку о себе в этой книге. Такую книгу весело читать всем вместе.



Коробочка «Пока меня не было...» Отличная вещь для разведенных

родителей и тех, кто часто бывает в командировках. Перед расставанием положить в эту коробочку видео, открытку, записку, маленький подарочек, фото в маленькой рамке. Когда ребенок будет скучать, он может открыть коробочку и прочитать ваше послание.

Семейное дерево. Нарисуйте семейное дерево, наклейте или нарисуйте листочки. На каждом листочке напишите имена и дни рождения всех членов семьи. Дети будут смотреть на них и поздравлять близких.

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок был счастливым и успешным. Чтобы он раскрыл свои таланты, чтобы у него было дело, которое приносит удовольствие и успех, и, конечно, счастливая семья! Научить ребенка любить семейные ценности и развивать традиции в семье — важная задача современных родителей, в которую стоит инвестировать свое время и внимание.

## 8. ОРГАНИЗАЦИИ, В КОТОРЫЕ МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПОМОЩЬЮ

Наименование	Деятельность	Контактные данные
<p><b>Уполномоченный по правам ребенка в Пермском крае</b></p> <p>Денисова Светлана Анатольевна</p>	<p><b>Задачами Уполномоченного являются:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• содействие обеспечению условий и гарантий признания, соблюдения и защиты прав и законных интересов ребенка;</li> <li>• содействие беспрепятственной реализации и восстановлению нарушенных прав и законных интересов ребенка;</li> <li>• совершенствование механизма обеспечения и защиты прав и законных интересов ребенка;</li> <li>• участие в совершенствовании законодательства Пермского края о правах и законных интересах ребенка и приведении его в соответствие с федеральным законодательством, общепризнанными принципами и нормами международного права;</li> <li>• правовое просвещение граждан в сфере реализации, соблюдения и защиты прав и законных интересов ребенка;</li> <li>• информирование общественности о состоянии соблюдения и защиты прав и законных интересов ребенка;</li> <li>• участие в международном сотрудничестве в области прав и законных интересов ребенка и содействие его развитию.</li> </ul>	<p>Адрес: г. Пермь, 614006, ул. Ленина, 51, каб. 110 Тел. +7(342)217-76-70 Сайт: <a href="http://perm-deti.ru/">http://perm-deti.ru/</a> Электронная почта: <a href="mailto:ombudsman@uppc.permkrai.ru">ombudsman@uppc.permkrai.ru</a></p>

		Приоритетным в деятельности Уполномоченного является защита прав и законных интересов детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.	
<b>ГБУПК «ЦППМСП»</b> <i>Государственное бюджетное учреждение Пермского края «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»</i>		<p><u>Центр осуществляет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-диагностическую работу;</li> <li>-коррекционную работу;</li> <li>-консультативную работу;</li> <li>-психопрофилактическую работу</li> </ul> <p><u>Деятельность Центра:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•консультирование родителей, педагогов, специалистов по вопросам сопровождения детей с ОВЗ,</li> <li>•диагностика проблем в воспитании, обучении и поведении детей от рождения до 18 лет,</li> <li>•коррекционные занятия с психологом, логопедом, дефектологом.</li> </ul>	<p>Центральный офис          Адрес: г. Пермь, ул. Казахская, 71          Тел. +7 (342) 262-80-85, +7 (342) 262-80-60          Электронная почта: <a href="mailto:psypis@mail.ru">psypis@mail.ru</a>          Сайт: <a href="http://www.cpmprk.ru/">http://www.cpmprk.ru/</a>          Директор: Мартыянова Майя Владимировна</p>
<b>ФИЛИАЛЫ</b>			
<b>1</b>	Верещагинский филиал	<p>Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Большесосновский муниципальный район</li> <li>•Верещагинский городской округ</li> <li>•Ильинский городской округ</li> <li>•Карагайский муниципальный район</li> <li>•Нытвенский городской округ</li> <li>•Оханский муниципальный район</li> <li>•Очерский городской округ</li> <li>•Сивинский муниципальный район</li> </ul>	<p>Адрес: г. Верещагино, ул. Ленина, д. 18          Тел. +7 (34254) 3-30-37          Электронная почта: <a href="mailto:vereshagino@cpmpk.ru">vereshagino@cpmpk.ru</a>          Руководитель филиала: Щекин Александр Сергеевич</p>
<b>2</b>	Кочевский филиал	<p>Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•Гайнский муниципальный округ</li> </ul>	<p>Адрес: с. Кочево, ул. Олега Кошевого, д. 2а          Тел. +7 (34293) 9-11-23          Электронная почта: <a href="mailto:kochevo@cpmpk.ru">kochevo@cpmpk.ru</a></p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>•Косинский муниципальный округ</li> <li>•Кочевский муниципальный округ</li> <li>•Городской округ г. Кудымкар</li> <li>•Кудымкарский муниципальный округ</li> <li>•Юрлинский муниципальный округ</li> <li>•Юсьвинский муниципальный округ</li> </ul>	Руководитель филиала – Цветкова Елена Петровна
3	Кунгурский филиал	Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала: <ul style="list-style-type: none"> <li>•Березовский муниципальный округ</li> <li>•Кишертский муниципальный район</li> <li>•Городской округ г. Кунгур</li> <li>•Кунгурский муниципальный район</li> </ul>	Адрес: г. Кунгур, ул. Гребнева, 83 Тел. +7 (34271) 4-00-53 Электронная почта: <a href="mailto:kungur-soglasie19@rambler.ru">kungur-soglasie19@rambler.ru</a> Руководитель филиала – Вичугова Елена Владимировна
4	Ординский филиал	Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала: <ul style="list-style-type: none"> <li>•Октябрьский муниципальный район</li> <li>•Ординский муниципальный округ</li> <li>•Суксунский городской округ</li> <li>•Уинский муниципальный округ</li> </ul>	Адрес: с. Орда, ул. 1 Мая, д. 8 Тел. +7 (34258) 2-00-57 Электронная почта: <a href="mailto:orda@cprmpk.ru">orda@cprmpk.ru</a> Руководитель филиала – Вичугова Елена Владимировна
5	Соликамский филиал	Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала: <ul style="list-style-type: none"> <li>•Александровский муниципальный район</li> <li>•Городской округ г. Березники</li> <li>•Красновишерский городской округ</li> <li>•Соликамский городской округ</li> <li>•Чердынский городской округ</li> </ul>	Адрес: г. Соликамск, ул. Степана Разина, д. 39 Тел. +7 (34253) 3-89-23 Электронная почта: <a href="mailto:solikamsk@cprmpk.ru">solikamsk@cprmpk.ru</a> Руководитель филиала – Кадочникова Оксана Александровна
6	Чайковский филиал	Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала:	Адрес: г. Чайковский, ул. Горького, д.22 Тел.+ 7 (34241) 9-56-15

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бардымский муниципальный район</li> <li>• Еловский муниципальный район</li> <li>• Куединский муниципальный район</li> <li>• Осинский городской округ</li> <li>• Чайковский городской округ</li> <li>• Частинский муниципальный район</li> <li>• Чернушинский муниципальный район</li> </ul>	<p>Электронный адрес: <a href="mailto:chaykovskiy@cpmpk.ru">chaykovskiy@cpmpk.ru</a>  Руководитель филиала – Коломойцева Светлана Александровна</p>
7	Чусовской филиал	<p>Муниципальные районы, округа и городские округа, которые относятся к зоне обслуживания филиала:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Горнозаводский городской округ</li> <li>• Гремячинский городской округ</li> <li>• Губахинский городской округ</li> <li>• Городской округ «Город Кизел»</li> <li>• Лысьвенский городской округ</li> <li>• Чусовской муниципальный район</li> </ul>	<p>Адрес: г. Чусовой, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 2/3  Тел. + 7 (34256) 3-79-76  Электронный адрес: <a href="mailto:chusovoy@cpmpk.ru">chusovoy@cpmpk.ru</a>  Руководитель филиала – Пирожкова Елена Анатольевна</p>
	<p><b>МБУ «ЦППМСП» г. Перми</b>   Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» города Перми.</p>	<p><u>Направления деятельности:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Служба примирения</li> <li>• Профилактика</li> <li>• Сопровождение детей</li> <li>• «Школа Профессионалов»</li> <li>• Повышение квалификации</li> </ul>	<p>Адрес: 614010, Россия, Пермский край, г. Пермь, Комсомольский пр., дом 84а  Телефон/факс: 8 (342) 2700-185, 8 (342)241-02-11  e-mail: <a href="mailto:mbou_cpms perm@mail.ru">mbou_cpms perm@mail.ru</a>  Сайт: <a href="https://xn--1lafhav.xn--p1ai/">https://xn--1lafhav.xn--p1ai/</a></p> <p><b>Адреса подразделений:</b>  1) В Свердловском районе:  614010, ул. Комсомольский пр., дом 84а.  2) В Дзержинском и Ленинском районах:  614000, ул. Монастырская, дом 87.  3) В Индустриальном районе:  614095, ул. Карпинского, дом 68.</p>

		<p>4) В Кировском районе: 614101, ул. Федосеева, дом 15.</p> <p>5) В Мотовилихинском районе: 614014, ул. Уральская, дом 51а.</p> <p>6) В Орджоникидзевском районе: 614030, ул. Вильямса, дом 71.</p>
<p><b>ВЕКТОР ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ</b> <b>АНО ДПО «Институт</b> <b>социальных услуг</b> <b>«ВЕКТОР»</b></p> <p><i>Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Институт социальных услуг и инноваций «ВЕКТОР»</i></p>	<p><b>Осуществляемые проекты и оказываемые услуги:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие эффективных технологий и услуг для детей и семей, испытывающих трудности в сфере воспитания и обеспечения прав детей;</li> <li>• профессиональное сопровождение специалистов социальной сферы;</li> <li>• повышение компетентности специалистов, помогающих профессии;</li> <li>• мониторинг и оценку качества социальных услуг;</li> <li>• оптимизацию управления системой защиты детства;</li> <li>• развитие некоммерческого сектора в деятельности по защите детей.</li> </ul>	<p>Адрес: 614010, г. Пермь, ул. Героев Хасана 7а, офис 244 Телефон: <u>+ 7 (342) 299 99 82</u> Электронная почта: <u>vectornko@mail.ru</u> Сайт: <u>http://vectornko.ru/about/</u></p> <p>Генеральный директор: Кожарская Вера Ивановна</p>
<p><b>МКУ СО «Психолого —</b> <b>медико-педагогическая</b> <b>комиссия» города Перми</b></p> <p><i>Муниципальное казенное учреждение системы образования "Психолого-медико-педагогическая консультация" г. Перми</i></p>	<p><b>Основные направления деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение обследования детей в возрасте от 0- до 18 лет;</li> <li>• Подготовка по результатам обследования рекомендаций по оказанию детям психолого-медико-педагогической помощи и организации их обучения и воспитания, подтверждение, уточнение или изменение ранее данных комиссией рекомендаций;</li> <li>• Оказание консультативной помощи родителям (законным представителям) детей, работникам образовательных учреждений, учреждений</li> </ul>	<p>Адрес: 614036, г. Пермь, ул. Нефтяников, 50 Телефон: +7(342) 226-79-00 Электронная почта: <u>pmpk2@yandex.ru</u> <u>pmpk59@obrazovanie.perm.ru</u> Сайт: <u>http://pmpk59.ru/</u></p> <p>Директор - Клоц Ростислав Иванович</p>

	социального обслуживания, здравоохранения, др. организаций; • Оказание федеральным государственным учреждениям МСЭ содействия в разработке индивидуальной программы реабилитации ребёнка-инвалида.	
<b>ГКУСО ПК ЦПД г. Перми</b> <i>Государственное казенное учреждение социального обслуживания Пермского края «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» г. Перми</i>		Тел. +7 (342) 253-31-31, +7 (342) 206-04-73 Email: <a href="mailto:cpdet.perm@social.permkrai.ru">cpdet.perm@social.permkrai.ru</a> Сайт: <a href="http://ddom3-perm.ru/">http://ddom3-perm.ru/</a>
Учреждение имеет структурные подразделения - отделения		Директор- Лебедева Елена Владимировна
1	Отделение по сопровождению семей с детьми ГКУСО ПК ЦПД г. Перми.  Отделение по сопровождению семей с детьми государственного казенного учреждения социального обслуживания Пермского края «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» г. Перми.	Основная цель отделения: • социальное обслуживание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, воспитывающихся под опекой, попечительством, в приемных семьях, а также их законных представителей (опекунов, попечителей, приемных родителей).
		Адрес: 614077 г. Пермь, ул. Светлогорская, 18 Тел. +7 (342) 253-31-31, +7 (342) 206-04-73 E-mail: <a href="mailto:semyadeti@bk.ru">semyadeti@bk.ru</a>  Заведующая отделением - Исаева Наталья Николаевна
2	Отделение «Маленькая мама»	<b>Оказываемые услуги:</b> 1. Проживание, питание, получение необходимой одежды и ухода для несовершеннолетней матери и
		Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/297/">https://srcnperm.ru/about/branches/297/</a>

		<p>ребенка (проживание совместно с ребенком в специально созданных условиях);</p> <p>2. Получение знаний и навыков, необходимых несовершеннолетним мамам (уход за новорожденным, развитие, общение, как устроить ребенка в детский садик, каких врачей необходимо посетить маме и малышу и т.д.);</p> <p>3. Помощь в разрешении трудной жизненной ситуации и защите своих прав (налаживание отношений в семье, оформление документов, пособий, льгот, консультации по вопросам обучения, трудоустройства, подготовки к самостоятельной жизни и т.д.);</p> <p>4. Помощь психологов и педагогов (в осознании себя в новой роли - «мамы», решении конфликтных ситуаций, отношений с противоположным полом и т.д.);</p> <p>5. Сопровождение после выбытия (по желанию, вы можете заключить соглашение на получение консультаций в нашем Центре, даже после выбытия);</p> <p>6. Содействие в обучении и получении профессии, а также в дальнейшем трудоустройстве.</p>	
3	Отделения социальной реабилитации (ОСР)	<p><b>Оказываемые услуги:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• предоставляют временный приют несовершеннолетним в условиях стационара,</li> <li>• временный приют несовершеннолетним в условиях семейных воспитательных групп,</li> <li>• предоставляют временного приюта детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей.</li> </ul>	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/300/">https://srcnperm.ru/about/branches/300/</a>
4	Кризисное отделение для женщин	Кризисное отделение для женщин и женщин с детьми, оказавшихся в трудной жизненной ситуации в результате домашнего насилия - отделение ГКУСО ПК	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/299/">https://srcnperm.ru/about/branches/299/</a> Телефон круглосуточный: 8-919-706-51-10

		<p>СРЦН осуществляет работу в двух направлениях:</p> <p><b>1.</b> Стационарная реабилитация (временное проживание): психологическая, правовая, социальная.</p> <p><b>2.</b> Консультативное отделение, реабилитация: психологическая, правовая.</p>	
5	Отделение по сопровождению семей с детьми (ОССД)	<p><b>Оказываемые услуги:</b></p> <p><b>1. Социальная помощь</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• консультирование семьи по социально-правовым вопросам;</li> <li>• информирование о возможностях оформления социальных выплат и льгот;</li> <li>• содействие в сборе и подготовке документов для получения социальной поддержки;</li> <li>• привлечение различных государственных и общественных организаций, с целью комплексного решения проблем семьи и детей;</li> <li>• совместное составление плана выхода из кризисной ситуации.</li> </ul> <p><b>2. Психологическая помощь</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• психологическая диагностика и консультирование;</li> <li>• проведение развивающих занятий для детей с учетом индивидуальных особенностей;</li> <li>• кризисное консультирование;</li> <li>• повышение родительской компетентности (в т.ч. в преодолении школьной неуспеваемости ребенка);</li> <li>• консультирование по вопросам разрешения конфликтных отношений в семье;</li> </ul>	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/298/">https://srcnperm.ru/about/branches/298/</a>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>оказание квалифицированной помощи в сохранении и восстановлении благополучия семьи, в преодолении социально-психологического кризиса.</li> </ul> <p><b>3. Юридическая помощь</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>помощь в оформлении, переоформлении и восстановлении документов;</li> <li>получение консультаций по подготовке и направлению соответствующим адресатам документов (заявлений, жалоб, справок и т.д.) необходимых для практического решения жизненно важных вопросов семьи с детьми и др.</li> </ul>	
6	Сектор сопровождения семейно-воспитательных групп (СССВГ)	Цель деятельности СС СВГ: создание условий для реализации приоритетного права ребёнка жить и воспитываться в семье.	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/435/">https://srcnperm.ru/about/branches/435/</a>
7	Отделение реабилитации для несовершеннолетних, употребляющих психоактивные вещества	<ul style="list-style-type: none"> <li>системная работа с психологом, имеющим специальную подготовку,</li> <li>непрерывное основное образование в условиях стационара,</li> <li>физические нагрузки и спортивные тренировки с учетом индивидуальных особенностей подростков,</li> <li>творчество (музыка, рисование, дизайн, рукоделие или ремесло, работа с растениями),</li> <li>реабилитационная работа с семьей и социальным окружением подростка, помощь в создании поддерживающей его ситуации.</li> </ul>	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/677/">https://srcnperm.ru/about/branches/677/</a>
8	Специализированное образовательное	Направление образования воспитанников СРЦН организовано по двум направлениям:	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/434/">https://srcnperm.ru/about/branches/434/</a>

	(методическое) подразделение (СО(м)П)	<p><b>Основное образование</b> - возраст обучающихся: 3-7 лет <i>базовый стационар «Радуга»</i></p> <p><b>Дополнительное</b> - возраст обучающихся: от 8 до 18 лет <i>базовый стационар «Радуга», филиалы: «Доверие», «Родник», «Милосердие», «Росинка»</i></p>	
9	Организационно-методическое отделение (ОМО)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проведение мониторингов эффективности и качества профилактических и реабилитационных услуг несовершеннолетним;</li> <li>• организация и проведение методических семинаров, тренингов, занятий для специалистов учреждений социального обслуживания населения;</li> <li>• осуществление исследовательской работы, апробация и внедрение профилактических и реабилитационных технологий;</li> <li>• разработка и внедрение межведомственных технологий взаимодействия государственных и негосударственных организаций и учреждений в осуществлении комплексной помощи семье и детям.</li> </ul>	Сайт: <a href="https://srcnperm.ru/about/branches/437/">https://srcnperm.ru/about/branches/437/</a>
ГБУДО ПК ЦППМСС	<p><i>Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Пермского края «Центр психолого-педагогического и медико-социального сопровождения»</i></p>	<p><b>Одна из специализаций Центра — семейная психология.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• в Центре организована Служба особого сопровождения (Служба SOS), специалист которой оказывают услуги социально-психологической реабилитации детям, ставшим жертвами насилия, и их родителям (законным представителям).</li> <li>• В рамках государственного задания в Центре реализуются мероприятия по организации временного пребывания детей-инвалидов в принимающих семьях.</li> </ul>	<p>Адрес: г. Пермь, ул. Екатерининская, д. 98. Телефон центрального офиса: (342) 212-89-70 Электронная почта: <a href="mailto:cpmss3@mail.ru">cpmss3@mail.ru</a> Электронный адрес сайта Центра: <a href="http://www.soscentrpk.ru">www.soscentrpk.ru</a> Сокол Татьяна Борисовна - Директор</p>

<p><b>ГБУ ПК «Центр комплексной реабилитации инвалидов»</b></p> <p><i>Государственное бюджетное учреждение Пермского края «Центр комплексной реабилитации инвалидов»</i></p>	<p>Основной деятельностью учреждения является проведение мероприятий по комплексной реабилитации инвалидов с целью их подготовки к интеграции их в общество.</p>	<p>Email: <a href="mailto:rehabperm@social.permkrai.ru">rehabperm@social.permkrai.ru</a> Тел. (342) 214-26-74 Адрес: 614094, г. Пермь, ул. Связистов, 11 а Директор — врач - Бронников Владимир Анатольевич</p>
<b>ОТДЕЛЕНИЯ РЕАБИЛИТАЦИИ</b>		
<p>1 <b>Служба Ранней помощи ГБУ ПК «Центр комплексной реабилитации инвалидов»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• СРП Дзержинского района г. Перми</li> <li>• СРП Орджоникидзевского района г. Перми</li> <li>• СРП Кировского района г. Перми</li> <li>• СРП г. Краснокамска</li> <li>• СРП г. Лысьвы</li> <li>• СРП г. Юсьвы</li> <li>• СРП г. Чайковского</li> <li>• СРП г. Березники</li> </ul>	<p><b>ЦЕЛЬ СЛУЖБЫ:</b> предоставить комплексную психолого-педагогическую и социально-педагогическую помощь семьям с детьми с особенностями в развитии, в том числе с детьми-инвалидами, от 0 до 4 лет.</p>	<p>Адреса: г. Пермь, Связистов 11А, (342) 206-09-46 г. Пермь, Б.Хмельницкого 56, (342) 251-42-47 г. Пермь, ул. Косякова 10, (342) 206-35-32 г. Краснокамск, ул. Шоссейная 6, (342 73) 44-120 г. Лысьва, ул. Куйбышева 6, (342 49) 67-60-5 Юсьвинский район, село Юсьва, ул. Дружбы 35/1. тел. (834) 246-27-034, <a href="mailto:nadkalina@yandex.ru">nadkalina@yandex.ru</a> г. Чайковский, ул. Мира, 37а тел. (834) 241-42-010, <a href="mailto:pge2005@yandex.ru">pge2005@yandex.ru</a> г. Березники, ул. Мамина-Сибиряка, 39 тел. (834) 241-42-010, <a href="mailto:dobrodeia@mail.ru">dobrodeia@mail.ru</a> тел: (342) 206-09-00 e-mail: <a href="mailto:srp@rehabperm.ru">srp@rehabperm.ru</a></p> <p>Руководитель Службы ранней помощи — Разумов Сергей Владимирович</p>
<p><b>Психологический центр "Вместе"</b></p>	<p>Центр психологической консультации «Вместе» предлагает услуги психологической помощи по различным вопросам. К основным услугам Центра</p>	<p>Адрес: г. Пермь, ул. Революции 3/7, 3 этаж, оф. 305-306 Тел:</p>

	относятся индивидуальное психологическое консультирование, семейное консультирование и терапия, профориентация, а также еженедельные курсы «Хорошие родители» и курсы для беременных.	8 (342) 278 78 71, 8 (951) 93 87 871 e-mail: <a href="mailto:vmeste59@yandex.ru">vmeste59@yandex.ru</a> Сайт: <a href="https://psiholog59.ru/">https://psiholog59.ru/</a>
<b>Детский нейропсихологический центр «Волшебная мозаика»</b>	Центр оказывает комплекс психологических услуг детям 2-16 лет и их родителям (по проблемам детско-родительских отношений).	Адрес: г. Пермь, ул. Чернышевского, 28, каб. 707 Тел. +7 (909) 103-88-71; 202-55-10 Сайт: <a href="https://npccentr.ru/">https://npccentr.ru/</a> E-mail: <a href="mailto:lilianabaranova@yandex.ru">lilianabaranova@yandex.ru</a>  Руководитель центра - Баранова Лилиана Анатольевна
<b>ПРОО «ПравДА вместе»</b>  <i>Пермская региональная общественная организация "Центр развития гражданской активности и формирования социальной безопасности "ПравДА вместе"</i>	<b>ПРОГРАММЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b> 1. На пути героя - социальная реабилитация несовершеннолетних, находящихся в конфликте с законом 2. Воспитание с любовью - профилактика буллинга в образовательной среде 3. КИБЕРбезопасностьДЕТИ - развитие у детей и молодежи навыков безопасного использования сети «Интернет» 4. Молодежный ресурсный центр «Компас добра» по поддержке детей и молодежи, находящихся в конфликте с законом, окружением и собой - вовлечение молодежи в профилактическое волонтерство	Адрес: г. Пермь, пр. Парковый, 20/2, этаж 2 Руководитель организации, Председатель Правления: Чернова Ирина Геннадьевна Тел: 8-909-107-58-14 8 342 224-86-46 - офис E-mail: <a href="mailto:pravdavmeste.perm@mail.ru">pravdavmeste.perm@mail.ru</a> Социальные сети: • <a href="https://vk.com/pravdavmeste">https://vk.com/pravdavmeste</a> - ПРОО "ПравДА вместе" (ВКонтакте) • <a href="https://www.instagram.com/pravdavmeste.perm/">https://www.instagram.com/pravdavmeste.perm/</a> / - ПРОО "ПравДА вместе" (Инстаграм)
<b>АНО ИПСВ</b>  <i>Автономная некоммерческая организация «Институт</i>	<b>Для родителей:</b> • консультирование по проблемам супружества, родительства, детства;	E-mail: <a href="mailto:resurs_family@mail.ru">resurs_family@mail.ru</a> Тел. +7 (963) 882-48-47 Сайт: <a href="https://anoipsv.ru/about/">https://anoipsv.ru/about/</a>

<p><i>поддержки семейного воспитания»</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• психодиагностика детско-родительских, супружеских отношений;</li> <li>• тренинги эффективного родительства.</li> </ul> <p><b>Для детей, подростков и молодежи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• психодиагностика проблем детского развития;</li> <li>• коррекционно-развивающая работа с детьми, подростками, молодежью;</li> <li>• проведение игровых программ, тематических смен в условиях детских оздоровительных лагерей;</li> <li>• подготовка молодежи к семейной жизни.</li> </ul>	<p>Директор АНО «Институт поддержки семейного воспитания» - Катаева Татьяна Сергеевна</p>
<p><b>Общественная организация «Я помогаю детям»</b></p>	<p>Основная цель: помочь ребятам из нуждающихся и неблагополучных семей вырасти наряду с другими детьми.</p>	<p>Адрес: г. Пермь, Пермская, 53 Тел. +7 342 202-60-60 Email: <a href="mailto:info@pd59.ru">info@pd59.ru</a> Основатель – Роман и Марина Водяновы</p>
<p><b>Муниципальное автономное учреждение "Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции"</b></p> <p><i>Город Березники</i></p>	<p>Специалисты Центра оказывают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Экстренную психологическую помощь детям и их родителям (законным представителям) в случаях острых кризисных состояний: суицидальные намерения, нарушение сексуальной неприкосновенности, жестокое обращение, конфликтные ситуации, употребление психоактивных веществ, тяжелые формы переживания горя и/или утраты.</li> <li>• Консультирование по телефону «горячей линии» +7(342)423-44-56. Телефонное консультирование направлено на оказание анонимной психологической помощи детям и подросткам до 18 лет по проблемам распространения и употребления психоактивных веществ (ПАВ).</li> </ul>	<p>Адрес: г. Березники, ул.Ломоносова 60 Email: <a href="mailto:psikholog2013@yandex.ru">psikholog2013@yandex.ru</a> Тел: +7(342)423-56-44, +7(342)423-44-56 Заведующая коррекционным отделом, педагог-психолог: Курицина Наталья Геннадьевна</p>

<p><b>Государственное бюджетное учреждение здравоохранения Пермского края «Детская городская больница г. Березники»</b></p> <p><i>Город Березники</i></p>	<p>Кризисное консультирование в случаях острых кризисных состояний: суицидальные намерения, жестокое обращение, конфликтные ситуации в семье, в детском коллективе, переживания горя, утраты, развода родителей, проблемы подросткового возраста, нарушение в эмоциональной и поведенческой сфере ребёнка.</p>	<p>Адрес: Березники, Советский проспект 73          Контактный телефон: +7(342)426-00-16          Email: <a href="mailto:det_vrach@inbox.ru">det_vrach@inbox.ru</a></p> <p>Психолог отделения медико-социальной помощи: Мунтян Юлия Анатольевна</p>
---	--	---

## 9. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Плакаты, памятки, методические материалы, видеоролики  
и т.д. по теме «Буллинг»



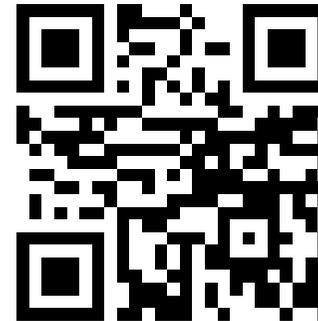
Сайт проекта «Травли.NET»



Фильмы для обсуждения



Сайт АНО ДПО «Вектор»



### Список использованной литературы

1. Ажгихина Н. Кто защищает женщин. – М., 1996.
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. – Москва, «Генезис», 2005.
3. Барцалкина В. Ад благих намерений. – «Путь к себе», 1993.
4. Бейнс В. Сексуальное насилие над детьми в Интернете: правовой ответ. Тематический доклад к III всемирному конгрессу против сексуальной эксплуатации детей. – ЕСПРАТ International, 2008.
5. Бенеш Л. Психологическая природа мужского насилия. // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - №3. - 1995.
6. Богачева О., Дубягин Ю. Как уберечь ребенка от насилия. (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://cmz-alliance.ru/uslugi/psihologicheskaya\\_pomow/detskaya\\_psihologiya/shkolnaya\\_travlya](http://cmz-alliance.ru/uslugi/psihologicheskaya_pomow/detskaya_psihologiya/shkolnaya_travlya), дата доступа: 12.06.13.
7. Богословская В.С. Школа и семья: конструктивный диалог: Учеб.-метод. пособие. – Минск, 1998.
8. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М., 1996.
9. Братухина Т. Кто вы для ребенка: друг или тиран? Специальный тест для родителей! (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://relations.kirovchanka.ru/stati/psixologiya/kto-vyi-dlya-rebenka:-drug-ili-tiran-speczialnyij-test-dlya-roditelej>, дата доступа: 06.07.13.
10. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. – СПб, 1997.
11. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми? – М., 1991.
12. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. – М., «Лик Пресс», 1998.
13. Ванюхина Е. Насилие в семье по отношению к ребенку: что это такое? (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.happy-family.ru/chitalka/stati/28-nasilie-v-seme-po-otnosheniju-k-rebenku-chto-eto-takoe>, дата доступа: 05.06.2013.
14. Венгер А.Л. Проблемы общения со сверстниками. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://content.mail.ru/arch/19353/2249681.html>, дата доступа: 21.06.13.
15. Ветка ивы – сайт против насилия. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.vetkaivi.ru>, дата доступа: 05.06.2013.
16. Виды насилия над ребенком. (Электронный ресурс). Режим

доступа: <https://sites.google.com/site/domasneenasilienaddetmi>, дата доступа: 05.06.2013.

17. Виды семейного насилия. (Электронный ресурс). Режим доступа: <https://sites.google.com/site/domasneenasilienaddetmi/vidy-semejnego-nasilija>, дата доступа: 05.06.2013.

18. Воспитание без огорчений (проблемы наказаний). (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://www.semya-kastet.ru/razd/vospitanie\\_bez\\_ogorchenijj\\_problemy\\_nakazaniijj](http://www.semya-kastet.ru/razd/vospitanie_bez_ogorchenijj_problemy_nakazaniijj), дата доступа: 17.06.13.

19. Воспитание ремнем: последствия физического наказания. (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://viveris.ru/read/234/vospitanie\\_remnem\\_posledstviya\\_fizicheskogo\\_nakazaniya](http://viveris.ru/read/234/vospitanie_remnem_posledstviya_fizicheskogo_nakazaniya), дата доступа: 08.06.2013.

20. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М., «ЧеРо», 1998.

21. Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребенком. Так? – М., «АСТ», «Астрель»; Владимир, «ВКТ», 2010.

22. Гиппенрейтер Ю.Б. Эти дети. Кто они? – М., «Астрель», 2013.

23. Гребенкин Е. Психология насилия в школе: агрессоры и аутсайдеры. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.vetkaivi.ru/main/school#ixzz2ZELaxw13>, дата доступа: 21.06.13.

24. Гуггенбюль Аллан. Зловещее очарование насилия. Профилактика детской агрессивности и жестокости. – М., «Когито-Центр», 2006.

25. Деректеева Н.И. Новые родительские собрания. (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://flamingo42.ru/index.php?option=com\\_content&view](http://flamingo42.ru/index.php?option=com_content&view)

26. Дети социального риска и их воспитание. Под ред. Л.М. Шипицыной. – СПб, «Речь», 2003.

27. Диагностика насилия в семье. (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://uchebniki.ws/16011013/psihologiya/diagnostika\\_nasiliya\\_sem](http://uchebniki.ws/16011013/psihologiya/diagnostika_nasiliya_sem), дата доступа: 19.06.13.

28. Доверительные отношения. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://7yaiya.ru/doveritelnyie-otnosheniya>, дата доступа: 04.07.13.

29. Домашнее насилие над детьми: стратегии объяснения противодействия. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://do.gendocs.ru/docs/index-232786.html>, дата доступа: 07.06.2013.

30. Домашнее насилие. Википедия. (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://ru.wikipedia.org/wiki/%C4%EE%EC%E0%F8%ED%E5%E5\\_%E](http://ru.wikipedia.org/wiki/%C4%EE%EC%E0%F8%ED%E5%E5_%E)

D%E0.

31. Домашнее насилие: проблема и пути решения. / Под общей ред. С.Н. Буровой. – Минск, 2008.

32. Дорогова Е. Почему дети не слушаются родителей. (Электронный ресурс). Режим доступа: [http://www.strf.ru/material.aspx?CatalogId=355&d\\_no=18600](http://www.strf.ru/material.aspx?CatalogId=355&d_no=18600), дата доступа: 13.06.2013.

33. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков. – СПб, «Речь», 2005.

34. Жестокое обращение с детьми. Информационный бюллетень ВОЗ №150, август 2010. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/ru/index.html>, дата доступа: 24.06.2013.

35. Захарова Ж. О насилии в семьях над усыновленными детьми. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.vetkaivi.ru/main/kids?id=105>, дата доступа: 11.06.13.

36. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология насилия в школе. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.vetkaivi.ru/main/school>, дата доступа: 22.06.13.

37. Интервью: принятие закона о противодействии семейному насилию повысило бы международный рейтинг Беларуси – эксперт. (Электронный ресурс). Режим доступа: [mvd.gov.by/ru/main.aspx?guid=15201](http://mvd.gov.by/ru/main.aspx?guid=15201), дата доступа: 27.05.13.

38. Кадыров И. Психодрама и психоанализ: два театра для психологической драмы. // Московский психотерапевтический журнал. - №1. - 1996.

39. Казимирова Л. Насилие над детьми: почему нынче слеза ребенка. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.materinstvo.ru/art/4718>, дата доступа: 05.06.2013.

40. Как отличить наказание от насилия. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.vetkaivi.ru/main/kids?id=308>, дата доступа: 05.06.2013.

41. Как разговаривать с ребенком. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.parenting.ru/psihologiya/kak-razgovarivat-s-rebenkom?page=1>, дата доступа: 17.06.13.

42. Как разрешать конфликты в общении с детьми. (Электронный ресурс). Режим доступа: [www.semya-rastet.ru/razd/kak\\_razreshat\\_konflikty\\_v\\_obshhenii\\_s\\_detmi](http://www.semya-rastet.ru/razd/kak_razreshat_konflikty_v_obshhenii_s_detmi), дата доступа: 17.06.13.

43. Как создать доверительные отношения с ребенком и поддержать его? (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://psylist.net/pedagog/kon101>.

htm, дата доступа: 05.07.13.

44. Калина Олег, Панкова Татьяна. Бьет – значит, любит? О причинах жестокого обращения с детьми. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.remny-net.yaj.ru/node/122>, дата доступа: 04.07.13.

45. Качалова Ю.Н. Социум: Новая реальность, которая зависит от нас. – М., «Фокус», 1997.

46. Козлов А.А. Социальная работа за рубежом: состояние, тенденции, перспективы. – М., «Флинта-МПСИ», 1998.

47. Козлова Г.Л., Мирейчик Л.Н., Пряхина М.В. Безопасность детей в опасном мире. Практическое пособие. – Минск, 2013.

48. Козлова Г.Л., Мирейчик Л.Н., Пряхина М.В. Насилие над детьми. Его виды и возможности предупреждения. – Минск, 2003.

49. Колмен И. Как без особого труда добиться, чтобы тебя перестали дразнить и травить (часть 1). (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.vetkaivi.ru/main/school?id=303#ixzz2YFABxhbc>, дата доступа: 06.06.13.

50. Кон И. Телесные наказания детей в России: прошлое и настоящее. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://www.socionauki.ru/journal/articles/134124>, дата доступа: 08.06.2013.

51. Конт Р. Сексуальное насилие над детьми. Энциклопедия социальной работы в 3 т., т. 3. – М., 1994.

52. Крон А. Как не потерять теплые отношения с собственным ребенком. (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://mama.ua/kak-ne-poteryat-teplie-otnosheniya-s-sobstvennim-rebenkom>, дата доступа: 10.06.13.

53. Кузьмина В.Г. Справочник по выявлению и оказанию помощи несовершеннолетним, пострадавшим от жестокого обращения. – СПб, «Врачи – детям», 2010.

54. Культура ненасилия. Под ред. Никанорова А.С. – СПб, 2004.

55. Лободина С. Как развить способности ребенка. – СПб, «Питер», 1997.

56. Макдауэлл Д. Как стать героем для своих детей. – М., «Новая жизнь», 1999.

57. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы. Справочник практического психолога. – Москва, «Эксмо», 2006.

58. Мельниченко С.А. Предотвращение жестокости по отношению к женщинам и детям. // Семья в России. - №2. - 1995.

59. Минухин С., Фишман Ч. Техники семейной терапии. – М., НФ «Класо», 1998.

60. Морено З. Обзор психодраматических техник. // Московский психотерапевтический журнал. - №1. - 1993.
61. Насилие над детьми: как защитить наших детей и помочь им: Сборник методических рекомендаций. Сост. Лапицкая Н.Н., Соловьева И.Е., Конкина В.А. и др. – Рязань, Рязанский гендерный центр, 2008.
62. Недостойное обращение с детьми, II часть. Тартуский центр поддержки детей. – Тарту, 2007.
63. Недостойное обращение с детьми. Тартуский центр поддержки детей. Под ред. Р. Соонетс. – Тарту, 2000.
64. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Краткий психологический словарь. – М., «Политиздат», 1985.
65. Пилиповский В.Я. Помощь родителям в воспитании детей. – М., «Прогресс», 1992.
66. Пирсон Линда. Как вырастить здорового, счастливого и послушного ребенка. – Мн., 2008.
67. Помощь детям, пострадавшим от насилия в семье: тренинговые занятия, рекомендации. Авт.-сост. Я.К. Нелюбова. – Волгоград, «Учитель», 2009.
68. Помощь детям, пострадавшим от насилия: рабочая книга. Под общей ред. Е.Н. Волковой. – Минск, «Белстан», 2010.