

**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПО
ВЫСТРАИВАНИЮ ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ С
РЕБЕНКОМ, ПЕРЕЖИВШИМ ЖЕСТОКОЕ
ОБРАЩЕНИЕ**

❖ **Следите за расстоянием**

Дети нередко чувствуют, что вы перешли в их личное пространство. Обычно дайте им примерно на 60 см больше «пространства», чем вы могли бы дать ребенку, не подвергавшемуся жестокому обращению.

❖ **Присутствие, параллельное действие и терпение**

«Тихое присутствие» может уравновесить ребенка. Пригласите его просто побыть с вами - следовать за вами, пока вы занимаетесь какой-либо деятельностью (например, готовите ужин, работаете во дворе и пр.)

❖ **Не настаивайте на близости**

Вместо того, чтобы бежать, когда ребенок кажется расстроенными, и спрашивать: «Что случилось?», просто медленно подойдите ближе. Сядьте и позвольте ему самому приблизиться к вам.

❖ **Не принимайте на свой счет**

Человек, которого ребенок любит больше всего - хочет быть связанным с ним больше всего - будет тем, на кого больше всего будет направлено деструктивное поведение. Не позволяйте их поведению "разорвать" вашу эмпатическую связь.

❖ **Предупреждайте ребенка, когда необходимо произвести прикосновение или приближение.**

Чем больше вы рассказываете и даете им адекватное «предупреждение» о том, что собираетесь быть рядом и касаться их, тем легче будет взаимодействие.

❖ **Помните, что ребенок также «чувствителен» к одиночеству**

рассказывайте и предупреждайте об уходах, давайте знать, где вы находитесь, или дайте возможность связаться с вами.

❖ **Позаботьтесь о собственном эмоциональном состоянии**

Люди легко «заражаются» эмоциями от других. Если вы чувствуете себя истощенным, подавленным, расстроенным, скорее всего, вместо того, чтобы помочь своему ребенку успокоиться, вы можете обострять его состояние.

Работа с детьми, пережившими жестокое обращение, очень трудна и требует значительного эмоционального вложения как родителей, так и специалистов.

Надеемся, что эти советы помогут Вам!



**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ, КОТОРЫЕ
ПОДОЗРЕВАЮТ ИЛИ УЗНАЛИ, ЧТО ИХ
РЕБЕНОК ПОДВЕРГСЯ СЕКСУАЛЬНОМУ
НАСИЛИЮ**

❖ **Главное правило: не занимайте обвинительную позицию**

Необходимо объяснить ребенку, что, что бы ни случилось, его вины в этом нет. Дать ему понять, что вы в любом случае на его стороне, — это самое главное.

❖ **Не показывайте испуг**

Сконцентрируйтесь на том, что ребенок жив, здоров и вне опасности. Чем младше ребенок, тем важнее для него реакция родителя.

❖ **Внимательно отнеситесь к словам ребенка, не отбрасывайте их, как нечто невероятное**

Даже если эти факты не имели места, очень важно понять истоки его фантазии.

❖ **Будьте честны**

Скажите ребенку, что вы собираетесь делать, убедите его, что это важно.

❖ **обратитесь за профессиональной помощью — психологической, медицинской, правовой.**

Если ваши страхи подтвердятся, ребенку понадобится индивидуальная программа реабилитации.

КАК УБЕРЕЧЬ СВОИХ ДЕТЕЙ ОТ НАСИЛИЯ?

Разговаривайте с детьми о насилии с раннего возраста и продолжайте обсуждение этой темы по мере взросления детей.

Помните! Вам нужно сделать упор на навыках, которым вы обучаете ребенка, а не на опасности, подстерегающей его.

НАВЫКИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ НАСИЛИЯ

❖ Убегай от опасности

Родители должны помочь детям определить все безопасные места по маршруту, которым пользуется ребенок каждый день.

❖ Громко кричи

Чтобы прибегнуть к крику в опасной ситуации, как взрослые, так и дети должны отретировать этот крик.

❖ Разрешите своему ребенку говорить слово "нет"

Многие дети считают, что взрослым нельзя отказывать и что их за это накажут.

❖ Поясните ребёнку, что его тело принадлежит только ему

Расскажите ребёнку о нормальных и ненормальных прикосновениях.

❖ «Правило четырех «НЕ»:

НЕ разговаривать с незнакомцами и не впускать их в дом;

НЕ заходить с незнакомыми людьми в лифт или подъезд;

НЕ садится в машину к незнакомцам;

НЕ задерживаться на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

Изменить свою жизнь трудно. Однако, имея помощь, поддержку и нужную информацию, гораздо легче сделать решительный шаг и изменить свою жизнь и жизнь своего ребенка.

ПЕРВЫЙ ШАГ ЗАВИСИТ ОТ ВАС!

Если Вам и Вашему ребенку нужна помощь и поддержка, мы готовы помочь

г. Вологда, ул. Энгельса, д. 61

Режим работы Центра:

понедельник-пятница с 8.30 до 17.00.

обед: с 13.00. до 13.30

Отделение психолого-педагогической и ранней помощи
телефон 8(8172) 54-41-43

Получить подробную информацию о деятельности Центра вы можете на официальном сайте

<https://tercentr.gov35.ru/> или

открытой группе в социальной сети

«ВКонтакте»

<https://vk.com/club25954219>



Территориальный центр
социальной помощи
семье и детям

СЧАСТЬЕ РЕБЕНКА В ВАШИХ РУКАХ

рекомендации родителям



**насилие можно
предотвратить и остановить**

Вологда
2022 год