



## Рекомендации психолога

### Мы против жестокости



**Жестокое обращение с детьми в семье травмирует их психику и является причиной многих психологических проблем, которые в дальнейшем могут оказывать негативное влияние на различные сферы жизни ребенка**

#### Психическая форма насилия:

- открытое неприятие и постоянная критика ребёнка;
- угрозы в адрес ребёнка в словесной форме;
- замечания, высказанные в оскорбительной форме, унижающие достоинство ребёнка;
- преднамеренная физическая или социальная изоляция ребёнка;
- ложь и невыполнение взрослыми своих обещаний;
- однократное грубое психическое воздействие, вызывающее у ребёнка психическую травму.

#### Физическое насилие

преднамеренное нанесение физических повреждений.

#### Пренебрежение к нуждами ребёнка

Отсутствие: питания, одежды, жилья, образования, медицинской помощи

#### Алгоритм наказания

- Наказывать следует, когда Вы наедине с ребенком, и никто не наблюдает за вами.
- Заранее сообщите ребенку, что Вы собираетесь сделать ему выговор за плохое поведение.
- Наказание должно следовать сразу за проступком.
- Посмотрите ребенку в глаза и прямо скажите о том, что он натворил, указывая конкретные факты.
- Потом расскажите о том, что Вы чувствуете. Важно не обманывать себя и ребенка. Если Вы чувствуете презрение, гнев или ненависть – так и скажите.
- Теперь надо сделать глубокий вдох и успокоиться.
- Когда Вы будете готовы – посмотрите на своего ребенка и прикоснитесь к нему как к своему самому любимому человеку.
- Спокойно скажите: «Твое поведение нельзя назвать хорошим, но ты у меня хороший. Именно поэтому я расстроен (а). Ты ведь лучше, чем твое поведение. Я знаю. Что ты хороший человек. И я тебя люблю».
- Обнимите своего ребенка.

Выговор закончен. Больше к этой ситуации не возвращаетесь и не упоминаете.

С уважением, педагог-психолог Ширяева Елена Васильевна.

**Контактный телефон : 8 950 555 40 28**