***Родителям о насилии.***

*Подготовила:*

*психолог УЗ “Городокская ЦРБ” Судакова Л.А.*

**Насилие** – это любой совершенный акт, который причиняет или может причинить вред физическому, половому или психическому здоровью, а также угроза совершения таких актов.

Так, **Конвенция ООН о правах ребенка дает определение понятию "жестокое обращение" (ст. 19) и оговаривает необходимость принятие следующих мер:**

1. обеспечение в максимально возможной степени здорового развития ребенка *(ст. 6);*
2. защиту от произвольного или незаконного вмешательства в личную жизнь ребенка, от посягательств на его честь и репутацию *(ст. 16)*;
3. организацию борьбы с болезнями и недоеданием *(ст. 24);*
4. признание права каждого ребенка на уровень жизни, необходимый для физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития *(ст. 27);*
5. защиту ребенка от сексуального посягательства (*ст. 34*) и других форм жестокого обращения (*ст. 37);*
6. оказание помощи ребенку, явившемуся жертвой жестокого обращения (*ст. 39).*

***Виды насилия***

* *Физическое*- нанесение травм ребенку при избиении, или при ранении другими способами.
* *Психологическое* (эмоциональное)- унижение достоинства ребенка, словесное оскорбление, брань, угрозы в его адрес, демонстрация неприязни к нему, а также унижение, в сравнении с другими детьми; Воздействие на психику ребенка, путем запугивания, угроз с целью сломать волю к сопротивлению, к отстаиванию своих прав.
* *Сексуальное*- использование детей в прямых сексуальных контактах или вовлечение их в действия, при которых насильник получает сексуальную стимуляцию или удовлетворение.
* *Неудовлетворение основных жизненных потребностей детей и подростков* - родители или замещающие их лица не обеспечивают ребенка пищей, кровом, одеждой, гигиеническими условиями, соответствующими его потребностям, что наносит вред психологическому или физическому здоровью ребенка.
* Выделяют также **пренебрежение медицинской помощью** – несогласие на вакцинацию и иммунизацию.

***Главными последствиями насилия являются***:

- низкая самооценка;

- повышенная тревожность;

- агрессия и аутоагрессия;

- неспособность к доверительным отношениям с другими людьми, одиночество;

- частые депрессивные состояния;

- подозрительность и недоверие;

- импульсивность и поведенческие расстройства;

- мысли о самоубийстве;

- чувство вины, пессимизм, негативные установки;

- склонность к зависимости от окружающих;

- эмоциональные проблемы;

- асоциальное поведение;

- неадекватное сексуальное поведение;

- потеря интереса к школе и др.

***СТРАТЕГИИ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ НАСИЛИЯ:***

* **ПОДАВАЙТЕ ХОРОШИЙ ПРИМЕР**

Угрозы, а также битье, психическое давление, оскорбления редко улучшают ситуацию. Ваш ребенок берет за образец Ваше поведение и будет учиться у Вас как справляться с гневом без применения силы. Установите границы. Ограничения *(в разумных пределах*) учат самодисциплине и тому, как контролировать взаимные эмоции, базируясь на ненасилии.

* **ЕСЛИ ВЫ НЕ ЗАЩИТНИК СВОЕМУ РЕБЕНКУ, ТО КТО ЖЕ ВЫ?**

Последствия того, если ребенок чувствует себя неудачником, могут выражаться в насильственных действиях с его стороны: драках, уничтожении имущества, жестокости и даже самоуничтожении.

* **НЕЛЬЗЯ НЕДООЦЕНИВАТЬ ВАЖНОСТЬ СЛОВ «Я ТЕБЯ ЛЮБЛЮ».**

**Принцип 9 Декларации прав ребенка (20 ноября 1959 года)**  
**Каждый ребенок имеет право жить и воспитываться в семье, где его любят и заботятся о нем!**

* Дети любого возраста нуждаются в одобрении, поцелуях, объятиях, дружеских беседах. Они хотят слышать » Я горжусь тобой!»
* Обсуждайте с ребенком эмоции, учите понимать и выражать их.

Насилие часто возникает там, где человек не умеет по-другому выразить свои чувства, не понимает, что с ним происходит, не контролирует себя. Поэтому очень важно учить ребенка различать свои эмоции и их оттенки — страх, злость, обиду, разочарование, печаль, радость, любовь. Проговаривайте чувства ребенка, пока он не может делать этого сам: *«Я вижу, что ты расстроен/злишься/обижен*» и так далее.

Когда человек понимает, что с ним происходит, и может об этом рассказать, напряжение спадает. Сильные чувства — такие как ярость, гнев, горе — нужно учиться выражать безопасно для окружающих. Если грустно — можно плакать, если злишься — бить подушку, грушу, кричать в коробку, кромсать пластилиновые фигурки. Можно нарисовать свою боль, горе и обиду. Написать о них в дневнике.