**Рекомендации родителям и педагогам по оказанию психологической помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения**

**Педагог – психолог Бабкова Марина Николаевна**

Главная задача в решении вопросов профилактики жестокости и насилия – не только планомерная информационная работа с родителями, но и психопросветительская с педагогами. В данном материале предлагаются информационные листы по проблеме жестокого обращения.

Просмотр содержимого документа  
«Рекомендации родителям и педагогам по оказанию психологической помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения»

**Как уберечь ребенка от насилия?**

**Памятка для родителей.**

1. Расскажите детям об их правах: о праве на личную неприкосновенность, о праве на защиту себя от физических посягательств любыми средствами.

2. Приучайте детей к соблюдению строгих правил поведения, к режиму и определенному распорядку дня и воспитывайте ответственность за его соблюдение.

3. Учите ребенка отличать уважение к взрослым от безусловного подчинения всем старшим.

4. Учите говорить "нет" любому, кто намеревается причинить вред в любой форме - это право каждого.

5. По возможности дети должны находиться на улице в кругу друзей, знакомых, им легче позвать на помощь.

6. Родители должны знать, куда и к кому ушел ребенок, где его можно найти.

7. Убедите ребенка, что в случае опасности, чьих-либо домогательств необходимо смело звать на помощь.

8. Выстраивайте доверительные отношения с детьми: пусть они рассказывают Вам обо всем, что с ними произошло.

9. Объясните ребенку, что насильники запугивают детей, чтобы они сохраняли в тайне.

10. Убедите ребенка, чтобы он не позволял незнакомцам, а порой и знакомым трогать их, обнимать, целовать.

11. Обращайте внимание на увлечение детей (какие фильмы смотрят, какую литературу читают), с кем дружат.

12. Убедите ребенка не провоцировать насильников, например, демонстрируя сотовый телефон, и объясните ему правила безопасности и поведения с ним на улице.

13. Воспитывайте у ребенка требовательность и ответственность за свое поведение: вызывающая одежда и аксессуары, демонстративная форма поведения, т. е. виктимное поведение провоцирует насильников.

14. Будьте осторожны при случайных знакомствах:

♣ не спешите давать свой телефон и адрес;

♣ не ходите в гости к малознакомым людям;

♣ не садитесь в автомобиль к незнакомому водителю;

♣ не садитесь в лифт с малознакомым мужчиной;

♣ не заходите в позднее время в подъезд с малознакомым мужчиной, группой подростков.

**Рекомендации родителям по воспитанию ребенка без физического наказания, по защите детей от жестокого обращения**

Воспитывая детей, нужно помнить, что они нуждаются не в физическом наказании, а в поддержке и наставлении со стороны родителей. Родители, использующие часто физические наказания, добиваются только видимости послушания со стороны детей.

1. Вы можете изменить ситуацию так, чтобы ребенку незачем было вести себя неправильно.

Пример: Ребенок постоянно обращается с требованиями, просьбами, не дает родителям поговорить друг с другом.

Предложение: Не дожидайтесь, пока ребенок станет демонстрировать потребность в вашем внимании с помощью капризов. Придя с работы, сразу уделите внимание ребенку, хотя бы 15 минут, поиграйте, поговорите с ним. Используйте любую возможность, чтобы выразить свои чувства ребенку.

2. Не предъявляйте к ребенку требований, которые не соответствуют его возрасту и возможностям.

3. Если ребенок обманывает, разберитесь в причинах лжи ребенка: желание избежать наказания, страх перед отвержением. Убедите ребенка, «что лучше горькая правда, чем сладкая ложь».

4. Учитесь владеть своими чувствами. Старайтесь сдерживать свои эмоции и физическую силу. Используйте те приемы релаксации, которые вы знаете: глубокий вдох, счет до 10, расслабление мышц.

5. Если ребенка часто наказывать, то он может привыкнуть реагировать только на физическое наказание. Кроме физического наказания существуют другие меры дисциплинарного воздействия. Возможно, поступок ребенка, за который вы его наказываете, – это сигнал тревоги, говорящий, что ребенок попал в трудную ситуацию?

**Как установить контакт с ребенком,**

**чтобы предотвратить жестокое обращение с ним.**

Необходимо помнить, что лучше предотвратить, чем потом исправлять.

Родители могут сделать многое для того, чтобы насторожить детей, предупредить их об опасности жестокого обращения с ними и научить избегать его. Для этого необходимо, чтобы между вами и детьми существовали доверительные, открытые отношения. В их установлении большую роль сыграют разговоры о ваших личных проблемах. Разговор с ребенком о жестоком обращении, особенно о сексуальном насилии, может быть трудным и потребует времени. Что именно вы скажете ребенку, зависит от его возраста, но даже самые маленькие смогут понять такие правила, как «не разговаривай с незнакомыми людьми», «не уходи с незнакомыми людьми», «не соглашайся делать то, что тебе неприятно». Убедите ребенка, что его тело принадлежит только ему и он вправе сказать «нет» любому, кто хочет до него дотронуться. Объясните ребенку, что взрослые могут угрожать ему или его родителям, чтобы заставить его соблюсти тайну. Ваш ребенок должен понять, что есть «нехорошие» тайны, которые нельзя соблюдать.

Четыре заповеди мудрого родителя:

1. Не пытайтесь сделать из ребёнка самого-самого. Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо всё знал и умел, но наверняка найдётся хоть одно дело, с которым он справляется лучше других. Так похвалите его за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!

2. Не сравнивайте вслух ребёнка с другими детьми. Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию.

3. Перестаньте шантажировать. Навсегда исключите из своего словаря такие фразы: «Вот я старалась, а ты…», «Я тебя растила, а ты…».

4. Избегайте свидетелей. Если действительно возникает ситуация, ввергающая вас в краску (ребёнок нагрубил старику, устроил истерику в магазине), нужно твёрдо 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.

**Особенности поведения родителей или лиц их заменяющих, позволяющие заподозрить жестокость по отношению к ребенку:**

⎫ Противоречивые, путаные объяснения причин травм у ребенка и нежелание внести ясность в произошедшее.

⎫ Нежелание, позднее обращение за медицинской помощью или инициатива обращения за помощью исходит от постороннего лица.

⎫ Обвинение в травмах самого ребенка.

⎫ Неадекватность реакции родителей на тяжесть повреждения, стремление к ее преувеличению или преуменьшению.

⎫ Отсутствие обеспокоенности за судьбу ребенка.

⎫ Невнимание, отсутствие ласки и эмоциональной поддержки в обращении с ребенком.

⎫ Обеспокоенность собственными проблемами, не относящимися к здоровью ребенка.

⎫ Рассказы о том, как их наказывали в детстве.

⎫ Признаки психических расстройств в поведении или проявление патологических черт характера (агрессивность, возбуждение, неадекватность и пр.).

**Формы работы с семьей:**

⎫ Родительские собрания («Агрессивное поведение подростков», «Конфликты семейного воспитания» и др.).

⎫ Анкетирование родителей.

⎫ Размещение информационных материалов на сайте ОУ («Как формировать произвольность», «Эмоции и чувства», «В помощь родителям» и др.).

⎫ Круглые столы с приглашением специалистов.

⎫ Тренинги для родителей и детей («Навстречу друг к другу»; «Как стать успешным родителем» и др.).

⎫ Индивидуальные и групповые консультации.

**Формы работы с педагогами:**

⎫ Беседы с классными руководителями («Как вести себя в случае раскрытия насилия», «Как уменьшить изоляцию ребенка», «Насилие в семье и его последствия» и др.).

⎫ Мастер-классы («Конфликт – структура и сущность», «Кризисные периоды в развитии ребенка» и др.).

⎫ Семинары («Как общаться с подростком», «Правовые основы семьи» и др.).

⎫ Деловая игра («Твои родители», «Домашнее насилие. Как не попасть в такие отношения» и др.).

Формы работы с детьми:

⎫ Классные часы, беседы («Детки и предки» «Как вызвать симпатию к себе» и др.).

⎫ Тренинговые занятия («Позаботься о себе сам», «Моя семья», «Что делать если…», «Как выжить, если вы в опасности» и др.).

⎫ Индивидуальное и групповое консультирование.

⎫ Размещение информационных материалов на сайте, стенде.

⎫ Анкетирование учащихся («Жизненные ценности», «Здоровый образ жизни», «Психоэмоциональное состояние детей в семейной ситуации» и др.).

⎫ Встречи со специалистами (юрисконсульт, врач);

⎫ Коррекционно-развивающие занятия.

**Памятка для родителей и специалистов, работающих с детьми.**

Что делать если ребенок сообщает нам о насилии?

1. Отнеситесь к ребенку серьезно.

2. Попытайтесь оставаться спокойными.

3. Выясните, насколько сильна угроза для жизни ребенка.

4. Успокойте и поддержите ребенка словами.

«Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал».

«Я тебе верю».

«Ты в этом не виноват».

«Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми».

«Мне жаль, что с тобой это случилось».

«Мне надо поговорить о том, что случилось с ... (юристом, учителем). Они захотят задать тебе несколько вопросов. Они постараются сделать так, чтобы ты чувствовал себя в безопасности. Бывают такие секреты, которые нельзя хранить, если тебе сделали плохо».

5. Не думайте, что ребенок обязательно ненавидит своего обидчика или сердится на него.

6. Терпеливо отвечайте на вопросы и рассеивайте тревоги ребенка.

7. Следите за тем, чтобы не давать обещаний, которые вы не можете исполнить.

**Рекомендации педагогам по профилактике**

**жестокого обращения с детьми.**

Главная задача в решении вопросов профилактики жестокости и насилия – не только планомерная информационная работа с родителями, но и психопросветительская с педагогами. Именно учитель может заметить изменения в поведении, психоэмоциональном состоянии ребенка и предположить что с ним, возможно, обращаются жестоко, проявляют различного рода насилие.

Для того чтобы подтвердить или опровергнуть данное предположение, мы предлагаем элементарную диагностику ребенка, подвергшегося насилию.

Эмоциональное состояние:

⎫ низкая самооценка, пассивность;

⎫ сниженный эмоциональный фон, апатия, страхи;

⎫ беспокойство, повышенная тревожность;

⎫ депрессивные состояния, печаль.

Поведение:

⎫ оппозиционное; заискивающее, регрессивное;

⎫ несоответствуюшая возрасту ответственность;

⎫ саморазрушительное поведение (причинение увечий самим себе, суицидальные мысли);

⎫ возникновение различного рода отклонений в поведении: агрессия, дезадаптация, аддиктивное, девиантное, делинквентное поведение.

Интеллект:

⎫ снижение или полная потеря интереса к школе;

⎫ задержка или резкое снижение уровня интеллектуального развития;

⎫ снижение познавательной мотивации и как следствие устойчивая школьная неуспеваемость;

⎫ нарушения речевого развития;

⎫ заторможенность в ответах, при выполнении заданий;

⎫ трудности запоминания, концентрации внимания.

Взаимоотношения с окружающими:

⎫ неумение общаться с людьми, дружить;

⎫ отсутствие друзей либо чрезмерное неразборчивое дружелюбие;

⎫ стремление любыми способами, вплоть до нанесения самоповреждений, привлечь к себе внимание взрослых, или избегание взрослых, подозрительность и недоверие к ним;

⎫ требование ласки и внимания или замкнутость, стремление к уединению;

⎫ агрессивность и импульсивность по отношению к взрослым, сверстникам;

⎫ роль “козла отпущения”.

⎫

Физическое состояние:

⎫ маленький рост, недостаточный вес;

⎫ гигиеническая запущенность, неопрятный вид;

⎫ психосоматические заболевания, неврозы;

⎫ постоянный голод и/или жажда;

⎫ мастурбация.

**Что должен знать и уметь педагог для оказания помощи ребенку, пострадавшему от жестокости и насилия:**

1. Законы о защите прав ребенка.

2. Организации, куда можно обратиться для защиты ребенка (органы внутренних дел, здравоохранения, опеки и попечительства по месту фактического проживания ребенка, общественные правозащитные организации).

3. Учреждения, оказывающие психологическую помощь детям (ППМС-Центры), номера «телефонов доверия».

4. Последовательность своих действий в случае жестокости и насилия.

5. Признаки, характерные для различных видов насилия, в том числе физические повреждения и поведенческие отклонения.

6. Особенности поведения родителей или попечителей, позволяющие заподозрить жестокость по отношению к ребенку.

7. Последствия жестокого обращения, насилия: психологические, эмоциональные, интеллектуальные, поведенческие и пр.

8. Правила организации общения, установления контакта.

Работа классного руководителя по профилактике фактов жестокого обращения:

1) Выявление учащихся группы риска:

⎫ изучение личных дел учащихся;

⎫ составление социальной карты ученика, класса;

⎫ определение детей «группы риска».

2) Изучение психолого-педагогических особенностей детей:

⎫ наблюдение в урочной и внеурочной деятельности через посещение уроков, кружковых занятий;

⎫ составление педагогической характеристики обучающихся;

⎫ проведение анкетирования учащихся класса с целью сбора информации об имеющихся случаях жестокого обращения с детьми в семьях.

3) Оказание консультационной помощи ребенку в семье.

4) Индивидуально-консультативная помощь родителям.

5) Обращение к специалистам службы ППМС сопровождения;

6) Взаимодействие с администрацией школы.

Действия в случае выявления жестокого обращения с ребенком

Классный руководитель:

Постарайтесь разговорить ребенка, установить контакт, доверительные отношения с ним. Окажите эмоциональную поддержку. Здесь необходимо учесть, что взрослый должен продемонстрировать по отношению к ребенку интерес, дружелюбие, искренность, теплоту и эмпатию. В таком случае ребенок почувствует, что данный человек действительно слышит и понимает его мысли и чувства. Осмотрите повреждения. Не отправляйте домой, если он боится туда возвращаться. Если нет возможности устроить его на ночлег к родственникам или в другое безопасное место, необходимо обратиться:

⎫ в милицию или прокуратуру, если действия родителей являются преступными (чаще всего имеет место сочетание ненадлежащего исполнения обязанностей по воспитанию ребенка с жестоким обращением);

⎫ в травмпункт или другое медицинское учреждение, чтобы зафиксировать травмы;

⎫ в орган опеки и попечительства по месту фактического проживания ребенка, если родители относятся к группе риска по алкоголизму, наркомании или психическим заболеваниям и невозможно их обучить родительским навыкам.

Социальный педагог:

⎫ уведомление УВД ОДН о выявленном факте;

⎫ составление социально-педагогической характеристики семьи;

⎫ составление индивидуального плана работы с ребенком и/или с семьей;

⎫ отчет о проведенной работе по выявленному факту жестокого обращения.

Педагог-психолог:

⎫ проведение диагностического обследования ребенка и всей семьи, с целью установления причин имеющихся у ребенка нарушений (домашнее насилие, алкоголизм, наркомания, асоциальное поведение родителей, психические заболевания);

⎫ составление психологической характеристики на ребенка, подвергшегося жестокому обращению;

⎫ проведение коррекционных занятий с ребенком и родителями по обучению навыкам адекватного взаимодействия в условиях семейного воспитания; приемам релаксации и способам снятия нервно-психического напряжения;

⎫ выдача рекомендаций учителям-предметникам и классным руководителям по организации индивидуального подхода в работе с ребенком;

⎫ длительное сопровождение (арт-терапия, песочная терапия и др.).

**Рекомендации для родителей и педагогов по общению с детьми, пережившим насилие.**

Если ребенок или подросток говорит вам, что подвергается насилию, то:

• поверьте ему. Он не будет лгать о пережитом издевательстве, особенно если он рассказывает очень эмоционально, с подробностями, эмоции соответствуют пережитому состоянию;

• не осуждайте его. Ведь совершил насилие другой человек, а пострадал ваш ребенок;

• внимательно, спокойно и терпеливо выслушайте его, показывая, что понимаете всю тяжесть его страдания;

• не преуменьшайте его боли, говоря, что "не случилось ничего страшного, все пройдет...";

• не отвергайте его: если он, обратившись к вам, встретит осуждение, страх, гнев, то это может нанести ему более глубокую рану, чем само насилие.

**Как помочь детям разобраться с их чувствами?**

1. Дети показывают свои страдания и волнения при помощи своего поведения - сверхчувствительного, замкнутого или шаловливого. Дайте ребенку дополнительную поддержку, подбодрите его /её и будьте терпимыми, когда он/она находится в стрессовом состоянии.

2. Будьте чуткими к чувствам, которые ребенок вербально или не вербально выражает.

3. Помогите детям научиться говорить о своих чувствах вместо того, чтобы ребенок просто замкнулся, научите разрешать проблемы словесно, а не физическим методом.

4. Проводите беседы о чувствах, выражая Ваши собственные переживания, замечайте чувства ребенка ("Мне становится грустно, когда я спорю со своими друзьями, возможно и тебе тоже").

5. Детей младшего возраста необходимо научить понимать свои чувства. Это помогает им войти в эмоции, более точно распознать их и справиться с ними. (Ребёнку младшего возраста: "Думаю, что ты плачешь потому, что ты устал(а)" или "Я знаю, что Дина забрала твой мяч и тебя это расстроило").

6. Помогите детям научиться успокаиваться самостоятельно, когда они расстроены. Например, иногда ребенку постарше необходимо просто немного времени побыть одному.

7. Убедите ребёнка, что у всех детей возникают реакции на определенные ситуации ("Иногда дети пугаются и это нормально", "если что-то не работает, это тебя раздражает").

8. Иногда детям легче ответить на комментарий, чем на прямой вопрос, если что-то не так. ("Ты выглядишь немного расстроенным. Наверно, ты думаешь о своей мамочке").

9. Бывает так, что детям легче комментировать чувства ребенка в контексте чувств большинства детей ("Большинству детей становится страшно и грустно, когда их папа и мама ссорятся")

**Несколько советов, что необходимо делать**

ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ: Дети этого возраста особенно чувствительны к изменениям в их привычках и нарушению их безопасного окружения. Так как им недостаёт жизненного опыта, чтобы самостоятельно справляться с внезапным стрессом, они особенно зависимы от членов семьи, чтобы успокоиться. В некоторых случаях на них могут действовать, в большей или меньшей степени, реакции родителей или других членов семьи, так как они находятся под их прямым влиянием. Ответы могут быть направлены на восстановление спокойной обычной жизни, обеспечивая возможность, как для невербального, так и словесного выражения детских чувств и приобретения новой уверенности.

МЛАДШИЙ ШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ: Регрессивные поступки особенно распространены в этом возрасте. Дети могут стать более замкнутыми и/или более агрессивными. На них, в особенности, могут действовать потеря подаренных предметов или домашних животных. Должны поощряться вербализация их опыта и ведение игр. Пока привычные ожидания могут отойти на задний план, необходимо поставить цель, которая должна как можно быстрее возобновить нормальное функционирование.

ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ: Реакции сверстников очень важны для этой возрастной категории. Дети нуждаются в одобрении со стороны их друзей, для них важно, чтобы их чувства и страхи были обычными. Беспокойство и напряжение могут проявиться в виде агрессии, бунта, замкнутости. У детей этого возраста может возникнуть так называемая "вина спасенного". Групповые обсуждения со сверстниками и взрослыми очень эффективны для уменьшения чувства изоляции и нормализации детских чувств. Также полезно возобновление групповой активности, обычного образа жизни и занятия спортом, которые могут помочь снять напряжение.

ЮНОШЕСКИЙ ВОЗРАСТ: Большая часть активности и интересов детей этого возраста сконцентрирована на сверстниках. Страх перед тем, что чувства и реакции могут быть необычными, и не восприняты, может подтолкнуть подростков к замыканию в себе или депрессии. Психосоматические реакции широко распространены. Подросток может быть недоволен нарушением его распорядка, а также раздражаться из-за того, что иногда в обществе на него не возлагают обязанности как на взрослого человека. Раздражение, злость или вина могут проявляться в безответственных поступках. Необходимо поощрять подростков в том, чтобы они поддерживали отношения с друзьями и участвовали в спортивной и общественной жизни. Очень полезны в нормализации их чувств, групповые обсуждения. Их необходимо поощрять и стимулировать, участвовать в общественной жизни (чтобы уметь правильно реагировать на проявления насилия).

**Рекомендации специалистам (педагогам-психологам, социальным педагогам) по оказанию психологической помощи детям, пострадавшим от жестокого обращения**:

Наиболее важной составляющей при оказании помощи детям, постра-давшим от жестокого обращения, является психологическая помощь. Это связано с тем, что в отличие от соматических последствий жестокости (физические травмы, при сексуальном насилии – заболевания, передаю-щиеся половым путем, беременность) психологические последствия могут длиться достаточно долгое время и определять жизнь человека в семье, взаимоотношения с окружающими людьми, вызывать различные комму-никативные трудности.

Условно можно выделить три основных компонента психологической помощи ребенку, переживающему последствия жестокого обращения:

1. Работа с пострадавшим ребенком в рациональном и эмоциональном ключе по преодолению страха, отвращения, ненависти и других переживаний.

2. Психологическая работа с ребенком, не привязанная непосредст-венно к переживаемому событию жестокого обращения, связанная с его отношением к себе, другим людям, собственному будущему, получением позитивного опыта безопасного взаимодействия со взрослым, часто проти-воположного тому, который они получают в семье, навыков в разрешении трудных ситуаций, в первую очередь, ситуаций домашнего насилия и т.п.

3. Работа с ближайшим социальным окружением ребёнка (в первую очередь, родителями) по развитию навыков ненасильственного воспитания, эмоциональной поддержке и эмпатии. Сложности, которые есть у этих родителей в отношениях с детьми, супругами и партнерами, государством, как правило, связаны с серьезными психологическими проблемами, часто уходящими корнями в собственное детство родителей. Большей частью эти проблемы не осознаются, и на первый план выдвигаются материальные или ситуационные проблемы.