

Памятка для родителей

Стратегия предупреждения насилия

1. Подавайте хороший пример. Угрозы, наказания, психическое давление и оскорбления редко улучшают ситуацию. Ваш ребенок берет за образец ваше поведение и будет учиться у вас как справляться с гневом.

2. Установите границы. Ограничения учат самодисциплине, и тому, как контролировать взаимные эмоции, базируясь не на насилии, а на взаимопонимании.

3. Последствия того, что ребенок чувствует себя неудачником, могут выражаться в насильственных действиях с его стороны, драках, уничтожением имущества, жестокости и даже самоуничтожения.

4. Нельзя недооценивать важность слов «Я тебя люблю»! Дети любого возраста нуждаются в одобрении, поцелуях, объятиях, дружественному похлопыванию по плечу. Они хотят слышать: «Я тобой горжусь!»

5. Говорите своим детям о видах насилия, поощряйте их желание говорить с вами о своих страхах, гневе и печали. Родители должны слышать о тревогах детей, различать их интересы и чувства, а также давать хорошие советы.

6. Наблюдайте, как ваши дети общаются. Если ваш ребенок подвергся насилию – постарайтесь воспротивиться желаниям осудить или оправдать то, что произошло. Выясните обстоятельства случившегося, а затем решите, как вы можете своей поддержкой предотвратить дальнейшее насилие.

7. Если кто-то из вашей семьи чувствует одиночество, безнадежность или возникли проблемы с алкоголем – ищите помощь. Считается, что больше половины насильственных действий совершаются употребляющими алкоголь или наркотики.

8. Гордитесь своим решением воспользоваться помощью. Это трудное решение, оно отражает вашу зрелость и поможет предотвратить насилие.