

Администрация города Лангепаса
Комиссия по делам несовершеннолетних
и защите их прав

СПАСТИ И УБЕРЕЧЬ



г.Лангепас

2016 год

Уважаемые родители!

Мы обращаемся к Вам с призывом не быть равнодушными и бездейственными, когда дело касается детей - будущего нашей страны и вашего будущего. От того, как Вы будете относиться к детям сейчас и научите ли вы их правильно жить, соблюдая их права, будет зависеть Ваша судьба и судьба России.

Какими вырастут Ваши дети, какими они станут, зависит только от Вас. Не игнорируйте мнение детей! Оградите их от грубости, жестокости, физического наказания.

Пусть наша общая жизнь будет строиться только на принципах добра и взаимопомощи!

Необходимо создать такие условия для дальнейшей жизни, здоровья, обучения и нормального психологического развития, чтобы дети смогли стать полноценными членами общества.

Советы родителям

От того, насколько дети будут подготовлены к жизни, зависит их будущее. Взрослые, несомненно, должны помочь детям в решении их проблем и в тоже время они должны научить несовершеннолетних решать свои проблемы самостоятельно.

В этом процессе родителям принадлежит особая роль, ведь они располагают огромным количеством полезной информации для развития личности ребенка, его талантов, умственных и физических способностей; для воспитания уважения к другим культурам, правам человека.

Воспитание правовой культуры невозможно без знания законов.

Основная задача - информирование детей и взрослых, разъяснение основных положений законов всеми доступными способами. Следует не только знакомить своих детей с их правами, но и помочь осознать их, научить пользоваться ими в повседневной жизни.

Соблюдение прав детей начинается с доступа информации, с профессионализма педагогов и специалистов, занимающихся проблемами подростков, с уважительного отношения к интересам детей и подростков.

Очень важны интересы и способности Вашего ребенка. Вы можете помогать ему советами, правильно направить его. Но ни в коем случае не оставляйте последнее слово за собой, пусть этот выбор останется за Вашим ребенком.

Некоторые родители заставляют идти детей к тем идеалам, которых придерживаются сами. Убеждения типа «у меня не получилось, зато получится у него» неправильное, так как у Вашего ребенка могут быть другие идеалы, и, выбрав предложенную Вами профессию, он может быть несчастен всю жизнь. Тем более, что некоторые профессии, например, относящиеся к искусству, требуют особых способностей и одаренности. Уважаемые родители, не забывайте, что профессия, не соответствующая умениям и способностям Вашего ребенка, сделает его несчастным и неудачливым.

Никогда не сравнивайте своих детей с другими. Как известно, люди отличаются друг от друга по своим личностным качествам, также как ростом, цветом глаз и т.д. Не могут быть одинаковыми и их успехи.

Помните, что Ваш ребенок не должен выступать в роли способа утвердиться перед другими. Никогда не ищите поводов похвастаться своим ребенком. Не говорите фразы типа «что я скажу другим...», «ты выставишь меня в плохом свете...», «все будут говорить, что мой ребенок...».

Очень часто, стараясь активизировать ребенка при подготовке к экзамену, можно только увеличить беспокойство. Не делайте из экзамена вопрос жизни и смерти! Не следует оказывать давление на ребенка. Некоторые родители, пытаясь активизировать сына или дочь, начинают описывать страшные картины, что с ними будет, если они не сдадут экзамен. Создайте спокойную обстановку для подготовки к экзамену. Дайте понять, что даже если ребенок провалится на экзамене, он все равно останется Вам дорог. Помимо занятий в школе, занятий по подготовке к вступительному экзамену, давайте ему возможность больше оставаться на свежем воздухе, разрешайте заниматься его любимыми делами.

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, часто использующие физические наказания, добиваются только видимости послушания со стороны детей. В отсутствие родителей дети поступают так, как им хочется, а не так, как от них требуется.

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 или поговорите с ним. Используйте любую возможность, чтобы выразить свои теплые чувства ребенку (чаще улыбайтесь, проходя мимо, просто погладьте его по руке).

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

Пример: отец шлепает свою двухлетнюю дочь, чтобы научить ее не выбегать на оживленную улицу.

Предложение: присматривайте за малышом в опасных ситуациях, пока он не достигнет возраста 6-7 лет, когда сам сможет оценить степень опасности.

3. Если ребенок обманывает, разберитесь в причинах лжи ребенка. Важно понять, что ребенок не родился лгуном, у него должна быть причина для этого: 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, которые Вы еще, возможно, не использовали:

1. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, отчего Ваш ребенок ведет себя так, как Вам не хочется?
2. Подумайте, не требуете ли Вы от него слишком многого?
3. Возможно, поступок ребенка, за который Вы его наказываете, - это сигнал тревоги, говорящий о том, что ребенок попал в трудную ситуацию?
4. Вы можете помочь своему ребенку, поддержать его, не прибегая к физическому наказанию.

Как установить контакт с ребенком, чтобы предотвратить жестокое обращение с ним

Необходимо помнить, что лучше ошибки предотвратить, чем потом их исправлять. Родители смогут 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 ваши разговоры о ваших личных проблемах, в том числе и по «Телефону доверия» для детей и подростков. Разговор с ребенком о жестоком обращении, особенно о сексуальном насилии, может быть трудным и потребует времени. Но если это защитит Вашего ребенка, дело этого стоит. 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 соблюдать тайну. Ваш ребенок должен понять, что есть «нехорошие» тайны, которые нельзя соблюдать.

Вы можете составить свод правил, которые помогут защитить ребенка.

1. Всегда верьте и помогайте ребенку. Он не должен сомневаться в том, что Вам можно сказать все.
2. Если детей не сопровождает взрослый, лучше, если они везде, где возможно, будут ходить парами или группами. Детям следует идти домой всегда одной и той же дорогой.
3. Нельзя разрешать маленькому ребенку находиться в общественных местах одному.
4. Если ребенку что-то угрожает, он вправе делать все, что угодно: убежать, визжать, кричать, драться кулаками, лгать. Важна лишь безопасность ребенка.
5. Ребенок сам решает, кому он позволяет себя целовать и обнимать. Нельзя заставлять ребенка делать это против его воли, особенно, если он чувствует, что это неправильно.
6. Добейтесь того, чтобы ребенок твердо знал: если кто-то предлагает ему что-то неприятное, показывает порнографические картинки, фотографирует его обнаженным или делает подарки, то об этом надо обязательно рассказать родителям. Убедите ребенка в том, что его не будут обвинять или ругать, что бы ни делал с ним взрослый.
7. Дети должны точно сообщать Вам, с кем они уходят, куда идут и когда вернуться.

Советы родителям по развитию у подростков уверенности в себе

1. Всегда подбадривайте подростка. Уверенность появляется тогда, когда тебе говорят: «Я знаю, ты можешь это сделать! Ты это сделал! Потрясающе!». Нет такого скромного успеха, который не заслуживал бы похвалы. Но это не означает, что следует оглашать воздух притворным «ура», нужно сочетать критику с похвалой и практическим советом.

2. Позволяйте исследовать. Подростки, да и взрослые тоже восхищаются теми, кто стремится познавать новое, преодолевать преграды и идет по их стопам. Но, как часто мы учим наших детей не рисковать!

3. Настраивайтесь на успех. Внушайте своему ребенку, чтобы он думал не о препятствиях, а об успехе. Тот, кто верит в успех, тот увлекает за собой других. Только тот становится решительным, кто пробует, терпит неудачу, исправляет свои ошибки и пробует вновь.

4. Выслушивайте детей, когда они говорят о своей мечте. Поощряйте их мечты, какими бы далекими они Вам не казались. Важно, чтобы дети умели фантазировать и думать о том, как мечту осуществить.

5. Станьте организатором компании. Поощряйте сына или дочь выступать в классе. Умение говорить перед аудиторией без стеснения - одно из главных качеств уверенного человека. Пусть ребенок потренируется дома, прежде чем выступить перед классом. Подскажите ему, как нужно говорить, - громче или тише, может быть, более выразительно.

6. Родители должны привить ребенку три главных качества: уважение, находчивость, ответственность. Мантия вождя достается тем, кто старается понять и выполнять правила (уважение), кто и в случае неудачи не оставляет попыток отыскать новые пути (находчивость) и кто умеет отвечать за последствия своих поступков (ответственность).

В заключение следует отметить, что пример родителей важнее всех сказанных слов, а ссоры и разногласия между родителями могут отрицательно повлиять на психику и мировоззрение ребенка.

Советы родителям на каждый день

1. Говорите сыну или дочери: «Людям должно быть с тобою легко!» Не бойтесь повторять это!

2. Когда вы браните ребенка, не употребляйте выражений: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня что-то сделал не так, об этом и скажите ему.

3. Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помиритесь, потом идите по своим делам.

4. Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, возвращаясь домой, не забывайте сказать: «А все-таки, как хорошо у нас дома!».

5. Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других!»

6. Наши разговоры с детьми нередко бедны, поэтому каждый день читайте с детьми вслух (даже с подростками)

интересную книгу, это сильно обогатит ваше духовное общение.

7. В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не показалось, будто они вечно не правы. Этим Вы научите уступать, признавать ошибки и поражения.

Десять заповедей для родителей

1. Никогда не занимайтесь воспитанием в плохом настроении. Основой эффективного стиля обучения в семье является положительная эмоциональная установка. Воспитание детей - одно из самых прекрасных занятий человека, и ему непременно должны сопутствовать хорошее настроение, спокойствие, расположенность к общению.

Чтобы убедиться в принципиальной важности этого простого совета, достаточно ответить на несколько вопросов. Где Вам уютнее - в компании друзей, расположенных к Вам, радующихся общению, или на собраниях угрюмых субъектов, где каждый занят своим делом? Нравится ли Вам, когда на вас кричат, либо вы предпочитаете нормальный тон разговора? Любой человек моментально даст на эти вопросы однозначные ответы в повседневном общении с детьми. Разве нет у нас квартир, в которых обстановка напоминает «заговор молчунов», организация быта отдает безалаберностью, а основные детали выяснения отношений звучат так громко, что хорошо слышно соседям? Для тех, кто не относит свою семью к подобным, эта заповедь отменяется за ненужностью.

2. Ясно определите, что Вы хотите от ребенка, и объясните это ему, а также узнайте, что он думает по этому поводу. Дети не

повторяют жизнь родителей, им суждено пройти свой путь. И они необязательно хотят того же, чего хотите Вы, поэтому лучше договоритесь о каких-то принципиальных пунктах.

3. Предоставьте самостоятельность. Воспитывайте, но не контролируйте каждый шаг, не подменяйте воспитание опекой. Взрослые не любят, когда вмешиваются в их дела, руководят поступками, навязывают готовые решения, копаются в мелочах. Дети - тоже. Однако дети - люди неопытные, и хотя им очень хочется до всего дойти самим, сделать это они могут лишь с помощью взрослых, которые должны быть тактичными, своевременной и умеренной, именно помощью, а не выполнением того ли иного дела «вместо», «за» ребенка.

4. Не подсказывайте готового решения, а показывайте пути к нему и время от времени разбирайте с ребенком его правильные и ложные пути к цели. При этом важны: эмоциональное стимулирование, немедленная реакция на каждое достижение ребенка.

5. Не пропустите момент, когда будет достигнут первый успех. Никогда не ждите особого случая - хвалите ребенка за каждый удачный шаг. Этим Вы эмоционально поддержите его. Ребенок чувствует, что его достижения не остались незамеченными. Причем хвалите не вообще, а конкретно. Не «ты молодец», а «ты молодец, потому что...», и обязательно дайте почувствовать свое настроение - в данном случае свою радость по поводу его успеха.

6. Своевременно сделать замечание, оценить поступок сразу и сделать паузу - дать осознать услышанное. Любое замечание надо делать сразу после ошибки!

7. Главное - оценить поступок, а не личность. К сожалению, именно в этом пункте таится самая распространенная и самая серьезная родительская ошибка: «Ты плохой» (оценка личности) звучит вместо уместного в этой ситуации «Ты поступил плохо» (оценка поступка). Необходимо конкретно объяснить, в чем состоит ошибка, почему ребенок поступил неправильно. Если критикуют поступок, конкретную ошибку, а не личность, то у ребенка отпадает необходимость защищаться, а с ней отпадают и ненужные страхи, боязнь наказания, вынужденная ложь и т.д. Из строгого, даже жесткого, но спокойного и справедливого анализа поступка рождается вера в свои силы, в справедливость родителя, в его последовательность. Для того, чтобы указать ребенку на его ошибку, не нужно вспоминать всю свою жизнь и все истории, которые Вам представляются подходящими к моменту. Чем короче замечание, тем лучше.

8. Прикоснитесь к ребенку и тем самым дайте почувствовать, что Вы сочувствуете его ошибке, верите в него, несмотря на оплошность. Дайте понять (но не обязательно говорить), что по окончании неприятного разговора инцидент будет исчерпан. Сущность человека и его поступка - это не одно и то же. Ведите себя именно так. Не поддавайтесь ложной мысли о том, что дети делятся на талантливых и неталантливых, хороших и плохих. Каждый ребенок может достигнуть многого, но для этого он должен видеть конечную цель. Как футбол без голов и ворот превращается в бессмысленную беготню с мячом, так жизнь без цели — не больше чем цепь хаотических порывов. Если вы хотите быть действительным помощником в жизни своих детей, то не ждите, пока они сделают ошибку! Включайтесь в построение

системы перспективных целей: от дальней - к средней, а от нее - к сиюминутной.

9. Воспитание должно быть поэтапным. Если вы приведете высокого, прыгучего, честолюбивого молодого человека в сектор для прыжков в высоту, укажете ему на планке отметку мирового рекорда и скажете: «Прыгай!», то ничего путного не добьетесь. Планку надо поднимать постепенно. Задача родителя - своевременно и точно поднимать планку, руководствуясь системой перспективных целей.

10. Воспитатель должен быть строгим, но добрым. И в этом суть своевременности. Ведь если в отношении дурного поступка проявилась жесткость и бескомпромиссность - как он того заслуживает, а человеку дать понять, что относятся к нему хорошо - это даст результаты в воспитании. И не надо мучиться выбором, какой метод воспитания лучше: «авторитарный» или «либеральный». Ни беспредметная жестокость, ни беспредметная доброта не годятся в качестве принципов воспитания. Все хорошо в свое время, и надо уметь применять методы в соответствии с конкретной ситуацией. Тогда воспитание будет своевременным, или «демократическим».

Памятка родителям по созданию благоприятной семейной атмосферы

Помните, от того, как родители разбудят ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день.

Время ночного отдыха для каждого сугубо индивидуально. Показатель один: ребёнок должен выспаться и легко проснуться к тому времени, когда Вы его будите.

Если у Вас есть возможность погулять с ребёнком, не упускайте её. Совместные прогулки - это общение, ненавязчивые советы, наблюдения за окружающей средой.

Научитесь встречать детей после их пребывания в дошкольном учреждении.

Не стоит первым задавать вопрос: «Что ты сегодня кушал?» - лучше задайте нейтральные вопросы: «Что было интересного в садике, школе?», «Чем занимался?», «Как твои успехи?» и т.п.

Радуйтесь успехам ребёнка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач. Терпеливо, с интересом слушайте рассказы ребёнка о событиях в его жизни.

Ребёнок должен чувствовать, что он любим! Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации.

Создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения!

