

## **Воспитание без насилия: методы и приемы ненасильственной педагогики**

**Уважаемые родители!** Конечно, нет никаких сомнений в том, что вы любите своих детей и желаете им добра. Но быть родителями – это радостный и в тоже время напряжённый труд. И, выполняя эту работу, вы испытываете сомнения, а иногда и заходите в тупик. И не всегда находите правильный выход из этого тупика. И чувствуя своё бессилие, совершаете насилие в отношении собственного ребёнка.

Как бы печально это ни звучало, но жестокость родителей в отношении к детям – широко распространенное явление. Около 14% всех детей периодически подвергаются жестокому обращению в семье со стороны своих родителей, применяющих к ним физическую силу, психологическое, эмоциональное насилие.

### **Характеристика родителей, проявляющих жестокость**

Самые распространенные общие проблемы, которые характерны для таких родителей – частые депрессии, чувство одиночества, супружеские раздоры, отсутствие работы, злоупотребление психотропными веществами, перенесенный развод, насилие в семье, пьянство и беспокойства, связанные с нехваткой денег. Большинство родителей осознает, что они не должным образом обращаются со своими детьми, но им не под силу себя остановить. Жестокость родителей к детям бывает импульсивной или намеренной, сознательной или неосознанной. Родительская жестокость, согласно исследованиям, имеет место в 45% семей. Однако, если учитывать еще и угрозы, подзатыльники, запугивания и шлепки, то практически каждый ребенок подвергается хотя бы изредка проявлениям родительского насилия.

### **Мотивы и причины родительской жестокости**

Главные мотивы жестокости родителей к своим детям – стремление «воспитать» (50%), месть за то, что ребенок не оправдывает надежды, что-то просит, постоянно требует внимания (30%). В 10% случаев жестокость к детям является самоцелью – кричать ради крика, избивать ради избиения.

### **Наиболее типичными причинами жестокости в семье являются:**

1. Традиции патриархального воспитания. Ремень и порка долгие годы считались лучшим (и единственным) воспитательным средством. Вспоминается некогда популярный афоризм: «Побольше тумачков – меньше дураков».
2. Современный культ жестокости. Резкие социально-экономические изменения в обществе, стремительная переоценка ценностей приводят к тому, что родители часто оказываются в состоянии стресса. При этом они переживают прилив ненависти к более слабому и незащищенному существу – к ребенку. «Разрядка от стрессов» тоже зачастую происходит на детях, чаще на

дошкольниках и младших школьников, не понимающих, почему родители сердятся на них.

**Какие методы можно применить, чтобы защитить ребёнка от самого себя?**

**Четыре заповеди мудрого родителя**

**1. Не пытайтесь сделать из ребёнка самого-самого.** Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо всё знал и умел. Даже самые взрослые и мудрые на это не способны. Никогда не говорите: «Вот Маша в 4 года уже читает, а ты?!» или «Я в твои годы на турнике 20 раз отжимался, а ты – тюфяк тюфяком». Наверняка найдётся хоть одно дело, с которым ВАШ РЕБЕНОК 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. Если разговор о том, что «Машенька из 2 подъезда непревзойдённо играет на пианино», происходит в присутствии вашего ребёнка, а в ответ похвалиться нечем – лучше всё равно что-нибудь скажите.

**3. Перестаньте шантажировать.** Навсегда исключите из своего словаря такие фразы: «Вот я старалась, а ты...», «Я тебя растила, а ты...». Это, уважаемые родители, на языке Уголовного кодекса называется шантаж. На подобные фразы 99% детей отвечают: «А я тебя рожать меня не просил!»

**4. Избегайте свидетелей.** Если действительно возникает ситуация, ввергающая вас в краску (ребёнок нахамил 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. Вот тут малыша призывать к стыду вполне уместно.

**Главное – не забывать, что у всего должна быть мера.**

**Не бойтесь открыть свою любовь к ребёнку.** Специалисты выделяют три способа:

**1. Слово.** Называйте ребёнка ласковыми именами, придумывайте домашние прозвища, рассказывайте сказки, пойте колыбельные, и пусть в вашем голосе звучит нежность, нежность и только нежность.

**2. Прикосновение.** Иногда достаточно взять ребёнка за руку, погладить по волосам, поцеловать, чтобы он перестал плакать и капризничать. А потому как можно больше ласкайте своего ребёнка, не обращая внимания на советы многоопытных родителей. «Переласкать» его, считают психологи, невозможно.

**3. Взгляд.** Не разговаривайте с ребёнком, стоя к нему спиной или вполоборота, не кричите ему из соседней комнаты. Подойдите, посмотрите ему в глаза и скажите то, что хотите.

### **Последствия жестокого обращения с детьми в семье:**

- развитие лжи и лицемерия, трусости и жестокости;
- объединения в неформальные группы с криминальной и фашисткой направленностью;
- агрессивное, преступное поведение детей;
- злоба и ненависть к старшим;
- самовольные уходы из дома

### **Ребёнок, подвергшийся насилию:**

накапливает в душе чувства страха, разочарования, бессилия, унижения; становится агрессивным, испытывает сильное беспокойство; подавлен, может быть предрасположен к саморазрушению; снижаются его способности /успеваемость/ склонен к самоизоляции, не доверяет окружающим людям; у него меньше красивых фантазий о будущем, он мало чего ожидает от завтрашнего дня.

### **Специалисты рекомендуют родителям, испытывающим желание ударить плачущего ребенка, проделать следующее:**

- Быстро выйти из комнаты и позвонить другу;
- Включить успокаивающую музыку;
- Успокоиться, сделав 10 глубоких вдохов, затем через паузу еще 10 вдохов;
- Выйти в другую комнату и сделать какие-нибудь упражнения;
- Принять прохладный душ;
- Сесть, закрыть глаза и представить, что вы находитесь в приятном для вас месте.
- Если ни одна из стратегий не помогает, обратитесь за помощью к профессионалам.

**Помните! Ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребёнка больше, чем самый дорогой подарок!**

**Раны унижения и издевательства не заживают годами, шрамы безразличия и игнорирования остаются на всю жизнь!**