**Памятка для представителей**

**родительских советов (предотвращение суицида**

**и жестокого обращения с детьми)**

Когда сам ребёнок или другие дети рассказывает вам о

суициде или насилии:

1. Отнеситесь к ребёнку серьезно.

2. Попытайтесь оставаться спокойным.

3. Успокаивайте и поддерживайте ребёнка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал», «Не ты один попал в такую ситуацию», «Мне надо сказать психологу, социальному педагогу, школьному инспектору, о том, что случилось», «Они захотят задать тебе несколько вопросов», «Они помогут сделать так, чтобы ты чувствовал себя в безопасности». Помните, что вы можете дать понять ребёнку, что вы понимаете его чувства, но вы не должны оставлять ребёнку выбора. «Бывают такие секреты, которые нельзя хранить, если тебе плохо».

4. Не думайте, что ребёнок обязательно ненавидит своего обидчика или сердится на него (он может оказаться членом семьи).

5. Терпеливо отвечайте на вопросы и рассеивайте тревоги ребёнка.

6. Не давайте обещаний, которые вы не сможете выполнить. «С тем, кто тебя обидел, ничего не сделают». Если ребёнок говорит об этом в классе:

Покажите, что вы приняли это к сведению, например, «Это очень серьезно. Давай мы поговорим об этом позже», и смените тему. Организуйте разговор с ребёнком наедине и чем скорее, тем лучше.

**Процедура сообщения о суициде и насилии:**

1. Сообщите директору (заместителю, если нет директора), а также специалисту сопровождения (психологу, социальному педагогу) что ребёнок рассказал вам о суициде и насилии.

2. Не оставляйте ребёнка с секретом одного.

3. Проинформируйте соответствующие службы (милиция, опека).

4. Если суицид или насилие в семье, не сообщайте родителям, пока службы совместно с директором не решат, что делать.

5. Планируйте дальнейшие совместные действия.

6. Сообщите службам всю необходимую информацию, касающуюся ребёнка и его семьи, которая может помочь при планировании дальнейших действий.

7. Оставайтесь с ребёнком до тех пор пока родители или милиция не приедут в школу.

8. Оставайтесь с ребёнком при допросе милиции, если нет родителей или учителя.

9. Проконсультируйтесь с милицией (отделом опеки), можете ли вы отпустить ребёнка домой, если они ещё не поговорили с ним.

10. Проконсультируйтесь с милицией (отделом опеки), какой информацией вы можете поделиться с ребёнком и его родителями, если они ещё не опросили ребёнка.

После раскрытия:

 Поговорите с коллегой или с кем-нибудь, кому вы доверяете, о своих чувствах.

 Узнайте, сможете ли вы получить информацию о состоянии расследования, о принятых мерах, если сможете, то как.

 Поддерживайте связь с ребёнком, которому нужна постоянная поддержка.

 Уважайте право ребёнка на уединение, не выдавая его другим школьным работникам и ученикам.

 Не откладывайте сообщение. Помните, если вы подозреваете, что ребёнок подвергался насилию, вы ответственны перед законом и должны сообщить об этом.

Вы можете помочь ребёнку, обеспечивая следующее:

1. Нормальность: поддерживайте нормальный статус ребёнка в классе.

2. Интимность: выражайте подходящим способом. Не решайте за ребёнка, чего он хочет и чего не хочет. Спрашивайте. Это поможет вам проявить теплое отношение на уровне, комфортном для ребёнка.

3. Тёплое отношение: используйте нормальное выражение тёплого отношения; пусть в вашем голосе звучит тепло.

4. Одобрение: кивните, подмигните ребёнку, Поставьте какой-нибудь знак на его работе, чтобы подчеркнуть значительность ребёнка, чувство его ценности, принятия.

5. Постоянство и предсказуемость: жизнь ребёнка вне класса может стать хаотичной. Класс может быть единственным местом, где ребёнок чувствует себя нормально. Чётко обозначьте ваши требования и ожидания.

6. Чувство принадлежности и включённости: демонстрируйте работу ребёнка, вовлекайте в обсуждения и т. д.

7. Структура: вначале ребёнок может хотеть, чтобы ему говорили, что он должен делать и как реагировать, пока он не сможет мобилизовать собственные силы. Структура станет его безопасностью.

8. Безопасность и конфиденциальность: поддерживайте привычный образ жизни. Не обсуждайте детали случившегося с ребёнком ни с кем бы то ни было. Ищите подходящую поддержку для себя. Переживания ребёнка не предназначены для персонала.

9. Поведенческие ограничения: деструктивное и антисоциальное поведение должно твёрдо и постоянно пресекаться.

10. Поощрение и стимуляция: доступность полезного материала для чтения художественного творчества — это возможность для ребёнка выразить свои чувства.

**Психологические советы родителям.**

**Правила этики общения с ребёнком в семье**

 Не подозревать дурного;

 Не высмеивать;

 Не выслеживать;

 Не выспрашивать;

 Не подшучивать;

 Не принуждать к ответственности;

 Не контролировать интимный опыт общения;

 Создавать атмосферу покоя, доверия, безопасности в доме;

 Созидать навыки общения в доме по принципу открытости;

 Давать право на собственный опыт.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

 Не сравнивайте ребёнка с окружающими.

 Доверяйте ребёнку, будьте с ним честными и принимайте его таким, какой он есть.

 Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.

 Способствуйте повышению самооценки ребёнка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

 Чаще обращайтесь к ребёнку по имени.

 Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всём примером ребёнку.

 Не предъявляйте к ребёнку завышенных требований. Если ребёнку с трудом даётся какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов, не забудьте похвалить.

 Будьте последовательны в воспитании ребёнка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.

 Старайтесь делать ребёнку меньше замечаний.

 Используйте наказание лишь в крайних случаях.

 Не унижайте ребёнка, наказывая его.

 Общаясь с ребёнком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей. Например, нельзя говорить ребёнку: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!»

 Помогите ему найти дело по душе, где он мог бы проявить свои способности и не чувствовал себя ущемлённым.

 Эмоциональное развитие личности ребёнка часто недооценивают, что может привести к серьёзным и печальным последствиям для него. Эмоциональное развитие должно стать предметом пристального внимания родителей и педагогов.

 Главное, что должны сделать взрослые в этом случае — это обеспечить ребёнку ощущение успеха. Ребёнка нужно сравнивать только с ним самим и хвалить его лишь за одно: за улучшение его собственных результатов.

КАК СПОСОБСТВОВАТЬ РАЗВИТИЮ САМОУВАЖЕНИЯ И

ЧУВСТВА СОБСТВЕННОГО ДОСТОИНСТВА У ДЕТЕЙ

В школе:

 Предоставлять реальную возможность в достижении успеха;

 Проявлять постоянный интерес к ребёнку, принимать

и поддерживать его начинания;

 Обращать внимание на положительные стороны его характера, не подчёркивая прошлых ошибок и проступков;

 Постоянно одобрять, ободрять, хвалить ребёнка, не быть некогда критичным, циничным по отношению к нему;

 Предупреждать неуверенность ребёнка, боязнь ошибок и неудач, нового дела, выбирая посильные для него задания;

 Уметь ставить реальные для него цели и давать реальную оценку его достижениям и успехам.

В семье:

 Проявлять тепло и эмоциональный отклик во взаимоотношениях, оказывать поддержку во всём;

 Создавать атмосферу эмоциональной привязанности в семье;

 Проявлять постоянную заинтересованность в ребёнке,

заботу о нём;

 Предпочитать требовательность — безразличию, свободу — запретам, тепло в отношениях — отчуждённости;

 Снимать авторитарные позиции в общении с детьми. Директивный стиль отношений в семье не допустим!

 Избегать ортодоксальных суждений;

 Уметь признавать свои ошибки в общении с детьми.

К ЧЕМУ ПРИВОДЯТ ОБИДЫ

Обиды, внезапно возникающие и медленно накапливаемые, могут привести:

 К стремлению «уйти в себя»;

 К изолированности;

 К отчуждению во взаимоотношениях;

 К стремлению «выяснить отношения», что может перейти в конфликт;

 К стремлению представить окружающую обстановку в «чёрных тонах»;

 К ещё большему перевесу эмоционального над рациональным;

 К повышению нервно-психической напряжённости;

 К снижению активности;

 К фокусированию познавательной активности на объекте обиды и, как следствие, к ограничению возможностей правильно оценить поступающую информацию.

КОГДА РЕБЁНКУ ОБИДНО

 Обидно, когда все беды валят на тебя;

 Обидно, когда успехи твои остаются незамеченными;

 Обидно, когда тебе не доверяют;

 Обидно, когда другому, а не тебе, поручают то, что ты можешь сделать хорошо;

 Обидно, когда другие заняты чем-то интересным, а

тебя заставляют продолжать надоевшее, унылое занятие;

 Обидно, когда дело понятное и интересное превращается в обузу, в занятие от которого не отвяжешься;

 Обидно, когда из третьих рук узнаешь о себе «кое-что новенькое»;

 Обидно, когда о тебе попросту забыли за своими заботами;

 Обидно, когда тебя в чём-нибудь подозревают, а ты

не имеешь возможности оправдаться;

 Обидно и многое другое, о чём мы не вспомнили.

ДЕТИ УЧАТСЯ ЖИТЬ У ЖИЗНИ

Если ребёнка постоянно критикуют, он учится ненавидеть.

Если ребёнок живет во вражде, он учится агрессивности.

Если ребёнка высмеивают, он становится замкнутым.

Если ребёнок растет в упреках, он учится жить с чувством вины.

Если ребёнок в терпимости, он учится принимать других.

Если ребёнка часто подбадривать, он учится верить в себя.

Если ребёнка часто хвалят, он учится быть благодарным.

Если ребёнок живёт в честности, он учится быть справедливым.

Если ребёнок живёт в доверии к миру, он учится верить в людей.

Если ребёнок живет в обстановке принятия, он находит любовь в мире.

Для предотвращения суицидов у детей учителя

могут сделать следующее:

– вселять у детей уверенность в свои силы и возможности;

– внушать им оптимизм и надежду;

– проявлять сочувствие и понимание;

– осуществлять контроль за поведением ребёнка, анализировать его отношения со сверстниками.

В подростковом возрасте формируется мировоззрение, идёт поиск смыслов жизни. Педагоги проводят классные часы, беседы, дискуссии по этим темам. Главным итогом таких встреч должно быть то, что смысл жизни — в творческой созидательной деятельности.