

## **Здоровье и безопасность детей в наших руках.**

Раннее утро, в осеннее и зимнее время еще темно, а ребята уже переступили порог школы. И, конечно же, всегда комфортнее себя чувствует тот ребенок, который:

- бодр— выспался, сыт, физически активен,
- спокоен – ничего не забыл, ни с кем не поругался, удобно и опрятно одет, не опаздывает.
- в хорошем расположении духа— с удовольствием идет в школу, стремится к общению с друзьями и учителями, хочет поделиться своими знаниями и узнать что-то новое.

Кто-то скажет, что все это очевидно, некоторые возмутятся, что банально. Так и есть. Этот «комплект доброго утра» - КДУ - очевиден и банален, но, несмотря на это, необходим каждому большому человеку и маленькому человечку для нормального течения жизни.

Дети - будущее любой страны. Если они живут здоровой жизнью сейчас, то за страной будет многообещающее будущее. Семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания. Положительное воздействие на личность ребенка состоит в том, что никто, кроме самых близких для него в семье людей – матери, отца, бабушки, дедушки, брата, сестры, не относится к ребенку лучше, не любит его так и не заботится столько о нем. И вместе с тем никакая школа не может нанести столько вреда в воспитании детей, сколько может сделать семья. Исследования показали, что 75% взрослых, жестоко относящихся к своим детям, сами в детстве подвергались жестокому обращению к себе со стороны взрослых, их детство было лишено тепла и любви. Полученные данные говорят о том, что подростки, подвергшиеся жестокому обращению в семье, чаще плачут, никогда не спрашивают советов у родителей, да и родители почти никогда не интересуются их делами ни в школе, ни в личной жизни. Подростки намного чаще убегают из дома. В 88% в таких семьях постоянно поддерживается уровень конфликтных взаимоотношений как между подростками и родителями, так и родителей между собой.

Насилие проявляется в самых различных ситуациях и формах. В последнее время возросло насилие в семье, которое, как правило, проявляется как жестокое обращение с детьми и подростками. Родители, допускающие жестокость в отношении своего ребенка, разрушают ожидание любви, доверия и заботы, которые необходимые для социального развития и развития здоровой личности. Результатом часто становятся серьезные нарушения процесса развития. Дети, познавшие человеческое зло и растущие в атмосфере, насыщенной гневом и болью, стремятся изолироваться от общества и могут проявлять в своем поведении повышенную агрессивность. В большинстве случаев, родители или опекуны обижают детей из-за своих собственных проблем. Например, если у родителя личные проблемы, он будет срывать свою злость на ребенке за малейший промах, допущенный им. Родители могут выходить из себя по многочисленным причинам, например, из-за порицания со стороны начальника, ссоры с супругом/супругой, воздействия алкоголя или наркотиков и т.д. Но вся эта злость в результате сказывается на ребенке.

Самое главное, что при этом ребенок перенимает модель решения конфликтов и усваивает образцы поведения в трудной ситуации. А это в последующем ведет к возрастанию непослушания ребенка и применению в отношении него все более жестких форм “усмирения”.

Жестокое отношение к ребенку в семье в значительной степени влияет на условия формирования его личности, дети лишаются нормального роста и развития, становятся неспособными себя защитить, испытывают трудности во взаимоотношениях с окружающими, нарушается их социальная адаптация.

Взрослому, решающему наказать ребенка за проступок, необходимо подумать: «Зачем?!» и помнить

### 7 правил В. Леви:

1. Наказание не должно вредить здоровью – ни физическому, ни психическому. Более того, по идее, наказание должно быть полезным, не так ли? Никто не спорит. Однако наказывающий забывает подумать...

2. Если есть сомнение, наказывать или не наказывать, НЕ наказывайте. Даже если поняли, что обычно слишком мягки, доверчивы и нерешительны. Никакой «профилактики», никаких наказаний «на всякий случай»!

3. За один раз – одно. Даже если проступков совершено сразу невообразимое множество, наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу, а не поодиночке – за каждый. Салат из наказаний – блюдо не для детской души! Наказание – не за счет любви, чтобы ни случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы и награды.

4. Срок давности. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Иные чересчур последовательные воспитатели ругают и наказывают детей за проступки, обнаруженные месяц спустя, а то и год, забывая, что даже в суровых взрослых законах принимается во внимание срок давности правонарушения. Риск внушить ребенку мысль о возможной безнаказанности не так страшен, как риск задержки душевного развития.

5. Наказан – прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута, как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова. Не мешайте начинать жизнь сначала!

6. Без унижения. Что бы ни было, какая бы ни была вина, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение. Если ребенок считает, что мы несправедливы, наказание действует только в обратную сторону.

7. Ребенок не должен бояться наказания. Не наказания он должен бояться, не гнева нашего, а нашего огорчения.

Как часто вы говорите детям...

- Я сейчас занят(а)...
- Посмотри, что ты натворил!
- Это надо делать не так...
- Неправильно!
- Когда же ты научишься?
- Сколько раз я тебе говорила!
- Нет! Я не могу!

- Ты сведешь меня с ума!
- Что бы ты без меня делал!
- Вечно ты во все лезешь!
- Уйди от меня!
- Встань в угол!

Все эти "словечки" крепко зацепляются в подсознании ребенка и потом не удивляйтесь, если вам не нравится, что ребенок отдалился от вас, стал скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе.

Чувства вины и стыда ни в коей мере не помогут ребенку стать здоровым и счастливым. Не стоит превращать жизнь в уныние, иногда ребенку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, его просто надо успокоить...

За день происходит много больших и маленьких событий в жизни каждого человека. Удаётся ли Вам ежедневно общаться с Вашим ребенком? На такие вопросы любой человек отвечает сам себе, да и то не всегда искренне. Ведь для детей это очень важно. И вы должны знать, что удастся вашему ребенку, а что не получится у него. От того, что вы пообщаетесь с ним он будет счастлив. Ведь завтра наступит новый день. И пусть он будет радостным. Ведь мы дорожим Вашими чувствами и чувствами ваших детей. Ведь атмосфера в семье и обстановка в школе играют очень важную роль в становлении личности каждого человека. Ведь детям очень важно чувствовать себя в безопасности.

*Рекомендации родителям по теме «Здоровье и безопасность детей в наших руках»* Почаще говорите своему ребенку:

- **Ты самый любимый!**
- **Ты очень многое можешь!**
- **Спасибо!**
- **Что бы мы без тебя делали?!**
- **Иди ко мне!**
- **Садись с нами!..**
- **Я помогу тебе...**
- **Я радуюсь твоим успехам!**
- **Что бы ни случилось, твой дом - твоя крепость.**
- **Расскажи мне, что с тобой..**