Несомненно, сильное влияние на развитие ребенка оказывают его родители – именно они являются образцами поведения, и те поступки, которые совершают мама и папа, являются для детей примерами правильных и неправильных действий. У каждого из нас есть пример родительских взаимоотношений, но не всегда он несет в себе любовь и взаимоуважение. Огромное количество детей в мире ежегодно становятся свидетелями насилия в семье.

Более 70 процентов потерпевших от насилия в семье – женщины и девочки. *Насилие в семье – это любые действия, в результате которых наносится вред физическому и психическому здоровью человека, возникают условия, мешающие оптимальной жизнедеятельности всех членов семьи и создающие риск для нормального развития ребенка, нарушая права любого из членов семьи.* **Самыми уязвимыми в ситуации насилия в семье становятся дети. Почему?**

* Ребенок, который становится свидетелем насилия в семье, зачастую и жертвой, часто даже не представляет, что все может быть по-другому.
* Ребенок, особенно маленький, зависит от родителей, он не может просто взять и уйти из дома. Дети не в состоянии понять, почему папа бьет маму и, как правило, обвиняют в происходящем себя.
* Дети часто не знают, что могут рассказать о своих проблемах взрослым. Доступ к помощи возможен лишь при участии родителей.

Насилие в семье оказывает множественное негативное воздействие на ребенка даже в том случае, когда он не является объектом насилия. Действия агрессора могут быть направлены только против одного человека, как правило, женщины (мамы). Дети, которые являются свидетелями насилия в родительских взаимоотношениях, подвержены высокому риску приобретения таких эмоциональных и поведенческих проблем, как тревожность, депрессия, плохая успеваемость в школе, низкая самооценка, страхи и ночные кошмары, нарушения в пищевом поведении (переедание или отказ от пищи). Такие дети могут иметь склонность к агрессивному поведению в детстве и подростковом возрасте, или, наоборот, отличаться апатичным отношением к окружающему миру и в перспективе испытывать трудности в построении будущих отношений.

*Психологические особенности детей, ставших свидетелями насилия в родительских отношениях:*

* низкая самооценка, которая способствует сохранению и закреплению чувства вины, стыда, неполноценности;
* частое проявление гнева, который может быть направлен на более слабых, младших по возрасту детей, порой вспышки гнева не имеют очевидной причины;
* иногда чрезмерная пассивность, неспособность защитить себя;
* привлечение к себе внимания, зачастую вызывающим, демонстративным поведением;
* склонность к чувству тревоги, беспокойства, тоски, одиночества. Нарушения сна.

***ЧТО ДЕЛАТЬ?***

**Если вы и ваш ребенок находитесь в ситуации домашнего насилия – обращайтесь за помощью! Это не слабость! Помните, что это будет говорить о вашей силе духа и желании изменить свою жизнь и ваших детей к лучшему.**

*Существует ряд простых действий, которые помогут разобраться, что делать в ситуации, когда насилие происходит в семье:*

* постарайтесь не изолировать себя от своего социального окружения, поддерживайте тесные отношения со своими друзьями (подругами), родственниками, соседями и коллегами;
* обратите внимание на то, в каких случаях ваш супруг (партнер) проявляет насилие, с тем чтобы стараться предупреждать такие ситуации и обезопасить себя и детей;
* определите для себя такой «уголок» в доме, который будет далеко от мест (например, кухни), где есть предметы, которые можно использовать в качестве оружия, и одновременно будет близким к выходу из квартиры (дома); если к вам применят насилие, по возможности покиньте квартиру;
* выучите наизусть телефоны милиции, кризисных комнат для женщин, соседей, друзей, к которым можете обратиться, находясь в опасности;
* обдумайте, каким образом вы можете связаться с милицией; помните, что в милицию вы можете позвонить в любое время бесплатно;
* объясните своим детям, что насилие ни в коем случае не может быть оправданным, никогда не думайте, что вы либо ваши дети являются причиной насилия;
* потренируйтесь с детьми быстро покинуть квартиру (дом);
* определитесь, где вы можете получить помощь, расскажите о том, что делает ваш супруг (партнер) и не забывайте, что вы не должны стыдиться ситуации, в которую попали;
* не ждите кризисной ситуации, заблаговременно проконсультируйтесь со специалистом из консультационного центра, либо кризисной комнаты о своих правах;
* спланируйте, как и на каком транспорте вы доберетесь до места, где будете чувствовать себя в безопасности, либо всегда имейте при себе деньги на такси;
* храните необходимые номера телефонов и документы в легкодоступном для вас месте на случай, если придется срочно покинуть дом;
* обязательно храните в безопасном месте сумку с одеждой, лекарствами, несколькими любимыми игрушками детей и другими вещами, которые вам обязательно понадобятся в случае кризиса.

**Не нужно скрывать, замалчивать, терпеть насилие в семье либо страдать от него. Случай семейного насилия, если он произошел, необходимо остановить, чтобы предотвратить его повторение в будущем.**

*Литература:* Матюхова, О.В., Бурачевская, О.Г. Помощь детям в кризисных ситуациях. Пособие для родителей. - Мн. 2020

Государственное учреждение образования

«Жлобинский районный центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации»

Социально-педагогическая и психологическая служба

Наш контактный телефон 77723