

Как избежать физического наказания, когда 3-5 - летний ребёнок вас не слушает:

1. Отвлеките его или переключите на другой вид деятельности;
2. Если он играет с опасными предметами, уберите их повыше, так, чтобы он не мог их достать;
3. Поиграйте вместе с ним, чтобы контролировать, чем он играет и в какие игры;
4. Наказанием для ребёнка будет уже то, что вы не обратите на него внимания и перестанете ему улыбаться;
5. Если вы чувствуете, что теряете контроль над собой и больше не можете сдержаться, уйдите в другую комнату и устройте себе отдых или перерыв. Попробуйте расслабиться и не думать о неприятности или просто досчитайте до 10 и начните думать опять.



**МБУ «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ» Г.
ПЕРМИ».**

НАШИ КОНТАКТЫ:



<https://цпмсс.рф/>



<https://vk.com/cpmssp59/>



+7(342) 270-01-85

Телефон доверия для детей и
подростков «Перемена»
88003000122

**Департамент образования
администрации г. Перми**

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»
г. Перми**



**ПРОФИЛАКТИКА ЖЕСТОКОГО
ОБРАЩЕНИЯ для родителей
детей с 3 до 5 лет**

г. Пермь
2021г

РЕБЁНОК ОТ 3 ДО 5 ЛЕТ

В возрасте от 3 до 5 лет основной характеристикой ребенка является исследование мира через игру. Игра является неотъемлемой частью практики ребёнка и обогащения его кругозора. Только очень несчастные или больные дети не хотят играть. Играя, вы можете помочь своему ребенку освоить новые навыки, поэтому никогда не чувствуйте себя виноватым, потратив время на игру. Однако не считайте себя обязанным присоединяться к игре все время. Детям нужно делать какие-то волнующие открытия самим.



Вашему ребёнку нужно чувствовать, что вы поощряете его усилия, иначе он не будет получать от них удовольствия и прекратит стараться тогда, когда будет трудно. Взгляд вашего ребёнка на себя основывается на том, что вы говорите ему. Поэтому старайтесь поощрять его не

только за достижения, но и за попытки тоже. Если вы смеетесь над ним и говорите, что он глупый или неловкий, он безоговорочно поверит вам.



Старайтесь сделать жизнь легче для себя, уберите все опасные, бьющиеся или ценные предметы, так чтобы ребёнок мог осторожно исследовать окружающую среду, и вы сможете чувствовать себя более спокойно.

Обеспечьте ребёнка различными игрушками - деревянные ложки и пластиковые чашки являются для ребёнка такими же волнующими, как и дорогие новые игрушки. Если вы не уверены в том, какие игрушки соответствуют возрасту ребенка, спросите у вашего врача или у друзей с детьми.



Лучшими играми для 3-летнего ребенка становятся ваши кастрюли и крышки, дверцы шкафов и шифоньеров, песок, вода и краски. Он готов учиться у вас всему, поэтому будьте терпеливы, когда малыш начинает мучить вас бесконечными вопросами. Хорошо было бы обеспечить ребёнка книгами и музыкальными дисками. Дети этого возраста любят разные истории, песни и хотели бы слушать их снова и снова, чем иногда сильно досаждают домашним. Все дети этого возраста только учатся отличать плохое поведение от хорошего, и учатся общепринятым правилам и нормам. Поэтому было бы глупо требовать от 3-5-летнего ребёнка выполнения правил, которые он еще не знает. Прежде чем кричать на ребенка или ударить его за непослушание, оцените его возможности в этом возрасте.

Игнорируйте каждый раз. Ожидайте улучшение поведения.

5. Остановка игры. Если ребёнок демонстрирует совершенно неподобающее поведение (причиняет боль, плюет, сквернословит, ломает что-либо и т. д.).

6. Установление ограничений. Непослушание всегда должно сопровождаться установлением ограничений: «У тебя только два выбора: Ты можешь либо..., либо взять тайм-аут».

7. Тайм-аут или «Горячий стул». Если ребенок не подчинился предупреждению о тайм-ауте, это всегда должно сопровождаться процедурой тайм-аута. Ребёнок должен отправляться на стул и находиться там 3 минуты.



**МБУ «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ» Г.
ПЕРМИ».**

НАШИ КОНТАКТЫ:



<https://цпмсс.рф/>



<https://vk.com/cpmssp59/>



+7(342) 270-01-85

Телефон доверия для детей и
подростков «Перемена»
88003000122

**Департамент образования
администрации г. Перми**

**Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»
г. Перми**



**ПРОФИЛАКТИКА ЖЕСТОКОГО
ОБРАЩЕНИЯ для родителей
детей с 5 до 7 лет**

г. Пермь
2021г

РЕБЁНОК ОТ 5 ДО 7 ЛЕТ

Возраст детей в это время еще называют возрастом игры. Но в это время основным содержанием игры уже становятся отношения между людьми. Вводится сюжет, а к 7 годам появляется игра по правилам, т. е. выполнение взятой на себя роли.

Ребёнок на этом этапе уже может обучаться по программе, но только если он принимает ее. Он обычно делает только то, что захочет сам, поэтому разумнее всего все виды обучения строить в игровой форме. За период с 3 до 7 лет ребёнок переживает два возрастных кризиса и, конечно, избежать конфликтов с ним довольно-таки трудно. Если ребёнок демонстрирует агрессивное или неподобающее поведение используете метод «Делай» - «не делай»:

Метод «Делай» - «Не делай».

Метод «Делай» показывает, что можно использовать для улучшения отношений только за достижения, но и за попытки

Метод «Делай» (этот метод использует чувство гордости):

1. Описывай. Описывайте подходящее поведение. Причины: разрешает ребёнку лидировать, показывает, что

вы интересуетесь, моделирует речь, удерживает детское внимание.

2. Отражай. Поддерживайте правильное поведение и нужный разговор. Причины: показывает ребёнку, что вы его действительно слушаете, демонстрирует понимание, улучшает вербальное общение, повышает самооценку, появляется теплота в отношениях.
 3. Имитируй. Имитируйте нужную игру. Причины: позволяет ребёнку вести игру, показывает ребёнку, что вы вовлечены в игру, учит ребёнка, как играть с другими.
 4. Поощряй. Поощряйте подходящее поведение. Причины: улучшает поведение, повышает самоуважение, дает понять ребёнку, что вы довольны.
- Используйте энтузиазм. В голосе должен чувствоваться задор.



Метод «**Не делай**» учит тому, чего нужно избегать при общении с ребёнком для улучшения взаимодействия.

Метод «Не делай»:

1. Не давай команды. Избегайте во время игры с ребёнком давать команды. Причины: не даете ребёнку лидировать, это может быть причиной того, что ребёнку с вами неприятно;
2. Не задавайте много вопросов. Причины: это может выглядеть так, что вы не слушаете ребёнка, или не согласны с ним, вы лидируете и разговоре.
3. Избегайте критики. Причины: это не работает на улучшение поведения, наоборот, может усиливать критикуемое поведение, понижает самооценку, усиливает неприятное взаимодействие.
4. Игнорирование. Если ребёнок ведет себя неподходящим образом, игнорируйте такое поведение (до тех пор, пока оно не опасно). Не смотрите на ребёнка, не разговаривайте, не смейтесь, не хмурьтесь. Причины: сдерживает плохое поведение.

Если вы уже не можете выносить плач малыша:

1. Наберите побольше воздуха и медленно выдохните. Положите ребёнка в безопасное место. Выйдите в другую комнату и посидите несколько минут, возможно, с чашкой чая или у ТВ — это поможет вам успокоиться. Когда вам станет лучше, вернитесь к ребёнку;
2. Попросите друзей или родственников посидеть с ребёнком, чтобы вы могли отдохнуть;
3. Старайтесь не сердиться на ребёнка, потому что это только сильнее его "заводит";
4. Никогда не давайте вашим чувствам заходить слишком далеко.

Существует много способов решить ваши проблемы. Нужно просто проконсультироваться с врачом или другими специалистами.



НАШИ КОНТАКТЫ:



<https://цпмсс.рф/>



<https://vk.com/cpmssp59/>



+7(342) 270-01-85

Телефон доверия для детей
и подростков «Перемена»

88003000122

Департамент образования
администрации города Перми
Муниципальное бюджетное учреждение
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ
И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»
города ПЕРМИ».

МБУ «ЦППМСП» г Пермь



**ПРОФИЛАКТИКА
ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С
ДЕТЬМИ**

*для родителей
детей раннего возраста*

2021 г.



НОВОРОЖДЕННЫЙ

Что любят младенцы?

1. Прижаться к вам;
2. Лежать на вашей груди;
3. Смотреть через ваше плечо, когда вы поддерживаете его головку;
4. Лежать на ваших руках лицом к ним лучшая позиция для улыбки и разговора друг с другом;
5. Младенцы также любят нежный массаж.
6. Но больше, чем во всем остальном, они нуждаются в том, чтобы мы заботливо поддерживали их головку и шею.



Что младенцы не любят?

1. Когда их держат, не поддерживая головку или спинку;
2. Быть на вытянутых руках взрослых, что дает ребёнку чувство беспокойства и опасности;
3. Любое грубое обращение, такое, как слишком сильное объятие или когда ему насильно толкают в рот бутылочку или соску;
4. Когда его внезапно хватают;
5. Очень грубую игру;
6. Тряску — что может быть причиной серьезного повреждения или даже смерти.



Если ребёнок плачет:

Плач - это единственный способ, который младенец может использовать, чтобы рассказать нам, как он себя чувствует или что он в чем-то нуждается.

Если вы проверили вес (не голоден ли он, не хочет ли пить и т. д.), а плач все равно не прекращается, попробуйте;

1. Прижмите его (помните: взять и прижать к себе плачущего ребёнка не значит его баловать);
2. Нежно покачайте малыша в коляске или люльке;
3. Спойте ему тихонько;
4. Походите с ребёнком на руках;
5. Включите спокойную музыку.

Если ребенок плачет как-то необычно или вы думаете, что он чувствует себя плохо, проконсультируйтесь у вашего врача.