

Телефон доверия



Тебе кажется, что твоя жизнь бессмысленна?

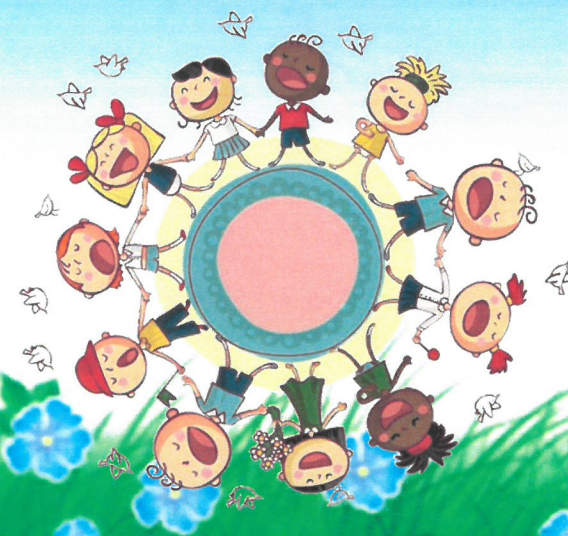
Тебе хочется поговорить о важных для тебя вопросах?

Ты чувствуешь, что тебя не понимают и не прислушиваются к твоему мнению?

Тебя высмеивают и обижают в школе, бьют?

**Позвонив на телефон доверия,
ты можешь получить
экстренную
психологическую помощь
анонимно и бесплатно.**

ПОМНИ! ВСЕГДА ЕСТЬ ВЫХОД!



Если вы или ваш близкий человек попал в трудную жизненную ситуацию, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Детская ложь

Почему лгут дети?

- маскируют свои поступки;
- избегают наказания;
- чтобы получить разрешение на то, что было строго запрещено;
- компенсируют недовольство собой;
- чтобы не огорчать родителей;
- пытаются остаться хорошими в глазах окружающих.

Что делать взрослым?

- проверьте информацию через другие источники;
- не торопитесь с разоблачением и наказанием;
- подумайте о том, что могло ребенка отдалить от вас;
- постарайтесь понять, какую информацию скрывает ребенок;
- расскажите историю о том, как честное признание возвращает доверие и близость.



Если вы или ваш близкий человек попал в трудную жизненную ситуацию, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

ФИЗИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ

Ребенок подвергается насилию, если:

- сам напрямую говорит об этом;
- жалуется на постоянные боли без видимых причин;
- боится остаться один;
- не доверяет никому;
- боится родителей и других взрослых;
- пугается, когда плачет другой ребенок;
- отвечает на вопросы одним словом;
- не сходится ни с одним ровесником;
- чувствует себя виноватым.

Физические признаки насилия:

- шрамы, следы связывания, следы ногтей, следы от сжатия пальцами;
- необъяснимо возникшие кровоподтеки;
- следы от ударов предметами;
- след от руки, следы от укуса на коже;
- переломы костей, вывихи, раны;
- травмы грудной и брюшной полости;
- следы ран на теле разной давности.



Если вы стали свидетелем нарушения прав ребенка или нарушают ваши права, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Эмоциональное насилие

Эмоциональное насилие — это:

- изоляция, т.е. отчуждение ребенка от нормального социального общения;
- поддержание постоянного напряжения;
- запугивание, угрозы;
- угрюмость, отказ от обсуждения проблемы, оскорбление ребенка;
- брань, издевки;
- запугивание наказанием.

Если у ребенка наблюдаются:

- расстройства сна, аппетита;
- беспокойство и апатичность;
- неумение играть;
- проблемы с обучением;
- отсутствие навыков общения;
- жестокость к животным;
- уходы из дома;
- отклоняющееся поведение;
- низкая самооценка;
- неврозы,

ТО ОН НУЖДАЕТСЯ В ЗАЩИТЕ!



Если вы стали свидетелем нарушения прав ребенка или нарушают ваши права, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Сексуальное насилие

Признаками сексуального насилия являются:

появление страхов

- боится остаться в помещении наедине с определенным человеком;
- боится раздеваться;
- панически боится снимать трусики во время медицинского осмотра,

изменение в эмоциональном состоянии и самосознании ребенка

- замкнутость, депрессивность;
- грустное настроение, частая задумчивость;
- трудности в общении с ровесниками;
- снижение самооценки;
- мысли о самоубийстве, попытки самоубийства.



Если вы стали свидетелем нарушения прав ребенка или нарушают ваши права, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Права ребенка

В Семейном Кодексе РФ закреплены следующие права ребенка:

- право ребенка жить и воспитываться в семье;
- право на общение с обоими родителями, дедушкой, бабушкой, братьями, сестрами и другими родственниками;
- право ребенка на защиту;
- право ребенка выражать свое мнение;
- право ребенка на имя, отчество и фамилию;
- право на социальное обеспечение;
- право ребенка на труд;
- право на образование;
- право частной собственности ребенка;
- право ребенка на жилище;
- право на охрану здоровья.



Если вы стали свидетелем нарушения прав ребенка или нарушают ваши права, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Детская агрессивность

Причины детской агрессии:

- неприятие детей родителями;
- неуважение к личности ребенка;
- избыток или недостаток внимания со стороны родителей;
- неуверенность в собственной безопасности;
- эмоциональная нестабильность.

Как вести себя с агрессивным ребенком?

- принимать ребенка таким, какой он есть;
- попытаться погасить конфликт ещё в «зародыше», направляя интерес ребенка в другое русло;
- дать понять ребенку, что он любим;
- понимать ребенка и его потребности.

НЕЛЬЗЯ:

- постоянно внушать ему, что он плохой;
- использовать агрессивные методы воспитания и наказания;
- культивировать вражду между ним и сверстниками;
- оскорблять достоинство ребенка грубыми словами;
- любить его только «оценочной» любовью.



Если вы или ваш близкий человек попал в трудную жизненную ситуацию, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Детские конфликты

Причины конфликтов в семье:

- соперничество;
- неумение общаться друг с другом;
- зависть;
- ревность;
- неумение выражать свои эмоции.

Причины конфликтов в школе:

- разноуровневая подготовка;
- разный пол и возраст одноклассников;
- разный достаток семей.

Что делать родителям при конфликтах?

- приучите детей к мысли, что они ответственны за возникающие конфликты;
- помогая детям выйти из конфликта, следите за тем, чтобы они не переходили на личности;
- найдите вместе с ребёнком безопасный и безвредный способ выхода негативных чувств;
- помогите ребёнку быть с вами открытым;
- подойдите к учителю и совместно решите, что больше подойдет вашему ребёнку.



Если вы или ваш близкий человек попал в трудную жизненную ситуацию, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Суицид

О возможном самоубийстве говорит сочетание нескольких признаков:

- приведение своих дел в порядок - раздача ценных вещей, упаковывание;
- прощание (может принять форму выражения благодарности различным людям за помощь в разное время жизни);
- внешняя удовлетворенность - прилив энергии. Если решение покончить с собой принято, а план составлен, то мысли на эту тему перестают мучить, появляется избыток энергии;
- письменные указания (в письмах, записках, дневнике).

Как помочь человеку с суицидальными наклонностями?

Выслушивайте. Не пытайтесь утешить общими словами типа "Ну, все не так плохо", "Вам станет лучше", "Не стоит этого делать". Дайте ему возможность высказаться.

Обсуждайте. Открытое обсуждение планов и проблем снимает тревожность.

Будьте внимательны к косвенным показателям при предполагаемом самоубийстве. Каждое шутовское упоминание или угрозу следует воспринимать всерьез.



Если вы или ваш близкий человек попал в трудную жизненную ситуацию, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**

Пренебрежение основными нуждами ребенка



Пренебрежение основными нуждами ребенка включает в себя отсутствие защиты от различных опасных ситуаций, а также недобросовестное выполнение родительских обязанностей по воспитанию ребенка.

Признаками являются:

- плохо или не по сезону одетый ребенок;
- грязный, голодный, неухоженный ребенок;
- ребенок, гуляющий один без взрослых и допоздна;
- отказ со стороны родителей в медицинской помощи, отказ от медицинского патронажа новорожденного;
- отказ в общении, ласке, заботе, уходе, внимании, любви со стороны родителей.



Если вы или ваш близкий человек попал в трудную жизненную ситуацию, за помощью вы можете обратиться на бесплатный Детский телефон доверия **8-800-2000-122**