·         **Надихайте дитину на розповідь про шкільні справи. Не обмежуйте свій інтерес звичайним питанням на зразок: «Як минув твій день у школі?» Щотижня обирайте час, вільний від домашніх справ, і уважно розмовляйте з дитиною про школу. Запам’ятовуйте імена, події, деталі, про які дитина повідомляє вам, використовуйте їх надалі для того, щоб починати бесіди про школу.**

·         **Регулярно розмовляйте з учителями вашої дитини про її успішність, поводження та взаємини з іншими дітьми. Навіть якщо немає особливих приводів, для занепокоєння, консультуйтеся з учителем не рідше, ніж раз на місяць.**

·         **Знайте програму й особливості школи, де вчиться ваша дитина. Відвідуйте всі заходи й зустрічі, організовані батьківським комітетом і педагогічним колективом. Використовуйте будь-які можливості дізнатися, як ваша дитина навчається і як її навчають.**

·         **Допомагайте дитині виконувати домашні завдання,але не робіть їх самі. Установіть спеціальний час для виконання домашнього завдання і стежте за виконанням цих настанов, що допоможе вам сформувати позитивне ставлення до навчання.**

·         **Допоможіть дитині відчути інтерес до того, що викладають у школі. З’ясуйте, що взагалі цікавить вашу дитину, а потім установіть зв'язок між її інтересами й предметами, що вивчають у школі.**

·         **Особливі зусилля докладайте для того, щоб підтримувати спокійну й стабільну атмосферу вдома, коли в шкільному житті дитини відбуваються зміни.**

·         **За будь–якої можливості намагайтеся уникнути значних змін  або порушень у домашній атмосфері протягом першого півріччя. Спокій домашнього життя  дитини допомагає їй ефективніше розв’язувати проблеми в школі.**

**Середній шкільний вік, підлітки**

**Яку допомогу можуть надати батьки дитині в самостійній побудові взаємин з однолітками?**

**Батьки повинні обговорити з підлітком ситуацію, що склалася, підвести його до розумного рішення. При цьому:**

**1) батьки не повинні вважати свою дитину завжди правою; не потрібно  
стверджувати її в думці, що всі інші поводяться неправильно, гру­бо — інакше дитина мимоволі опиниться в опозиції;  акцент треба робити на власне поводження підлітка;**

**2) у відносини підлітка з однолітками батьки не повинні «втручатися», коли їх «не просять»; спроба батьків вирішити проблему за свою дитину обернеться зниженням її соціального статусу в колі однолітків;**

**3) батькам не слід пропонувати і нав'язувати свої рецепти; треба мо­рально підтримати дитину, допомогти розглянути можливі варіанти із ситуації, але остаточне рішення вона має прийняти сама виходячи зі свого психічного складу, своїх інтересів;**

**4) підліток, на відміну від дорослих, не злопам'ятний: він швидко за­ буває все погане й неприємне; батьки не повинні загострювати увагу своїх, дітей на колишніх образах; підлітки довго мучаться з якоїсь дрібниці і, навпаки, швидко і легко вибачають те, чого дорослі не вибачили б.**

**Чим уважніше батьки поставляться до слів і вчинків своїх дітей, чим краще відчують їх настрій, тим простіше буде знайти потрібні слова у спілкуванні зі своїми дітьми.**

**Увага!!!Прочитай і задумайся!!!**

**Насильство над дітьми**

**Серед основних порушень прав діти виділяють такі: "дорослі ображають, погрожують, б'ють дітей", "батьки б'ють за погані оцінки, за неслухняність", "батьки б'ють, перебуваючи у стані алкогольного сп'яніння", "б'ють однолітки, старші хлопці".                                                    Дітей не тільки насилують, їх б'ють, принижують, зрештою, убивають. Це відбувається щодня. Насильство над дітьми - занадто неприємна річ, щоб думати, тим більше "проектувати" на власну родину і, відповідно, готуватися до нього. Тому батьки рідко вчать дітей, як поводитися, щоб уникнути небезпеки. І коли жахливе відбувається, вони не знають, що робити, чим допомогти дитині, як вилікувати її фізично і морально.**

**Є чотири форми жорстокого поводження з дітьми. Це: фізичне насильство, емоційне(психічне) насильство, сексуальне насильство, економічне насильство.**

**Фізичне насильство  - нанесення дитині батьками чи особами, що їх замінюють, вихователями чи іншими особами фізичних травм, різних тілесних ушкоджень, що заподіюють шкоду здоров'ю дитини, порушують її розвиток і позбавляють життя. Ці дії можуть здійснюватися у формі штовхань, побоїв, катування, струсу, у виді ударів, ляпасів, загрози заподіяти шкоду родичам або друзям.**

**Фізичне насильство  включає також залучення дитини до вживання наркотиків, алкоголю, надання їй отруйних речовин чи медичних препаратів, що викликають одурманення (наприклад, снотворних, не прописаних лікарем), а також намагання удушити чи втопити дитину.**

**Емоційне (психічне) насильство - постійна чи періодична словесна образа дитини, погрози з боку батьків, опікунів, учителів, вихователів, приниження її людської гідності, обвинувачення її  в тому, у чому вона не винувата, демонстрація нелюбові, ворожості до дитини. До цього виду насильства відносяться також постійна неправда, обман дитини (у результаті           чого вона втрачає довіру до дорослого), а також висування до дитини вимог, що не відповідають її віковим можливостям.**

**Сексуальне насильство чи спокушання  - використання дитини (хлопчика чи дівчинки) дорослим чи іншою дитиною для задоволення сексуальних потреб чи одержання вигоди. Сексуальне насильство включає статеві зносини (коїтус), оральний і анальний секс, взаємну мастурбацію, інші тілесні контакти з статевими органами. До сексуального розбещення відносяться також втягнення дитини в проституцію, порнобізнес, оголення перед дитиною статевих органів і сідниць, підглядання за нею, коли вона цього не підозрює: під час роздягання, відправлення природних потреб.**

**Це не тільки різні способи статевого акту, але й занадто сміливі ласки, демонстрація порнографії. Найжахливіше, що сексуальне насильство розбещує самих дітей. Більше половини повій піддалися в дитинстві сексуальним домаганням. Найчастіше це виходило з боку знайомих, яких дівчинки знали, яким довіряли, навіть любили. Діти ховають своє лихо, по-різному справляються з ним.    Про зґвалтування, а особливо про замах на зґвалтування потерпілий, як правило, не розповідає (соромно і страшно**

**Економічне насильство  — це ненормований робочий день, невиплата заробітної плата, експлуатація праці дітей.**

**Наслідки насильства над дітьми                                                                                        Наслідки жорстокого поводження і неуважного відношення до дітей можуть виявлятися у виді прагнення кудись бігти, сховатися, або у виді глибокої загальмованості, зовнішньої байдужності. Однак в обох випадках дитина охоплена найгострішим переживанням страху, тривоги і гніву. У дітей старшого віку можливий розвиток важкої депресії з почуттям власної ущербності, неповноцінності.**

**Будь-який вид жорстокого поводження з дітьми веде до найрізноманітніших наслідків, але всі вони поєднуються одним - порушення прав людини, збитку здоров'ю дитини чи небезпека для її життя. Негативними наслідками є психологічні травми, які приводять до посттравматичних та психореактивних розладів:**

**З 100 випадків фізичного насильства над дітьми приблизно 1-2 закінчуються смертю жертви насильства. Наслідками насильства є синці, травми, переломи, ушкодження внутрішніх органів: печінки, селезінки, нирок та ін. Потрібен час, щоб залікувати ці ушкодження, але ще більше часу і зусиль потрібно для того, щоб залікувати душевні рани, психіку дитини, що постраждала від насильства.**

**Практично всі діти, що постраждали від жорстокого поводження, пережили психічну травму, у результаті чого вони розвиваються далі із значними особистісними, емоційними і поведінковими особливостями, що негативно впливають на їхнє подальше життя.**

**Почуваючи себе нещасливими, знедоленими, пристосовуючись до ненормальних умов існування, намагаючись знайти вихід з положення, що створилося, вони і самі можуть творити насильство. Це зокрема, відноситься до сексуального насильства, коли в обмін на обіцянку зберігати секрет і не ламати звичного сімейного життя, діти вимагають у дорослих ґвалтівників гроші, подарунки.**

**Суспільні наслідки насильства над дітьми  - це, насамперед, втрата людського життя у результаті вбивств дітей і підлітків чи їхніх самогубств, це втрати в їхньому обличчі продуктивних членів суспільства внаслідок порушення психічного і фізичного здоров'я, низький освітній і професійний рівень. В майбутньому це втрата батьків, здатних виховувати здорових у фізичному і моральному відношенні дітей. Нарешті, це відтворення жорстокості в суспільстві, оскільки колишні жертви самі часто стають ґвалтівниками, людьми, здатними на різні види насильства.**

**Будьте уважними та терпимими до своїх дітей та тих, хто знаходиться з вами поряд.**

**Як допомогти дітям**

**зрозуміти свої почуття**

**для батьків та вчителів)**

**Надайте дитині додаткову підтримку, підбадьорте її та будьте чуйні, терпимі, коли вона перебуває в стресовому стані, адже діти показують свої страждання та хвилювання за допомогою різної поведінки — надчутливою, замкненої, пустотливої;**

**•                Будьте чуйні до почуттів, які виражає дитина словесно та іншим шляхом;**

**•                Допоможіть дітям навчитися говорити про свої почуття замість того, щоб просто замкнутися;**

**•                Навчіть вирішувати проблеми словесно, а не фізично; методом знаходження кращих способів для того, щоб впоратися з ситуацією;**

**•                Допоможіть дітям заспокоюватись самостійно, коли вони прикро вражені. Наприклад,іноді дітям старшого віку необхідно просто більше години побути наодинці, тоді як молодші діти мають потребу в близькості з рідними;**

**•                Проводьте співбесіди про почуття дитини, проектуючи ситуацію, яка її засмучує, на себе,виражаючи власні почуття   «Мені стає сумно, коли я сперечаюся зі своїми друзями, можливо, тобі також»:**

**•                Переконайте дитину, що у всіх дітей виникають почуття за певних обставин (наприклад:«Іноді діти лякаються, і це нормально», «Якщо щось не працює, це тебе дратує», «Коли тебе дражнять, ти ображаєшся»**

**•                Діти молодшого віку потребують допомоги, щоб навчитися відмічати свої почуття. Це допомагає їм ввійти в емоції, біль, точно розпізнати їх та правильно впоратися з ними (наприклад:«Думаю, що ти плачеш, тому, що ти стомився(лась), «Я знаю, що діти відібрали твій м'яч, і це тобі прикро вразило»);**

**•                Іноді дітям легше відповісти на коментар, ніж на пряме питання, якщо щось не так (наприклад: «Сашко, ти виглядаєш дещо засмученим. Можливо, ти думаєш про свою мамусю...»)**

**•                Буває так, що дітям легше коментувати почуття дитини в контексті почуттів більшості дітей «Більшості дітей стає моторошно та сумно, коли їхній татусь та мама сваряться», «мабуть, всі діти ображаються та страждають, коли на них кричати, обзивають або не хочуть спілкуватися»).**

**ЩО ОЗНАЧАЄ БУТИ ЩАСЛИВИМ?**

**Людина постійно прагне до переживання позитивних емоцій. І, мабуть, найбажанішою позитивною емоцією, до якої прагне людина, є відчуття щастя.**

**Хто не знає, що таке щастя, хай подивиться на щасливих дітей — вони задоволені, радіють життю і відчувають гармонію з собою і довкіллям. Від кого залежить їхнє відчуття щастя?**

**— Від них самих. І давайте спробуємо визначити, чому.**

**У нашому житті ми все поділяємо на велике, значуще — і на дрібне, незначне, на головне — і другорядне, іншими словами, на фігуру і тло. Коли в житті нас усе задовольняє, ми говоримо: «Узагалі все добре, нормально...» А якщо життя повертається іншим боком, то на запитання: «Як ся маєш?» — відповідаємо: «Так собі...» Звичайно, це не дуже добре, але ми не надаємо цьому значення.**

**У нашому житті бувають визначні події — щось незвичайне, що ми ставимо в центр як фігуру і навколо чого починає будуватися наше життя, крутяться всі думки і до чого повертає нас пам'ять.**

**Цікаво, хто звичайний факт життя для людини трактує як дрібницю або робить з нього визначну подію? Частіше за все — ніхто, усе відбувається само собою, бо все це робить саме життя.**

**Але за сценарієм життя людина слабка, а сильна людина може, усміхнувшись життю, відхилити його сценарій і розіграти свою п'єсу. Що буде для неї подіями, вирішить вона сама.**

**У мудрої людини в житті об'єктивних подій немає. Вона сама може зробити будь-яку річ подією, якщо це прикрасить чи збагатить її життя. Ті події, що збагачують нас, неначе сонечко зігрівають нашу душу і наповнюють нас задоволенням, гармонією. Тоді говоримо, що ми щасливі. Але іноді ми не помічаємо сонечка і робимо подією дощ, чи вітер, чи щось інше, що вносить смуток у нашу душу. Чи буде щасливою така людина?**

**Отже, щастя — це сонце в душі, задоволення і гармонія із самим собою і світом.**

**Так від кого залежить щастя?**