

Не будь побежден злом



*Не отвечай злом на зло, иначе злу не будет конца.
Если тебе сделали больно, не отвечай тем же, сделай по-другому!*

Выбери правильный путь, и тебя перестанут дразнить и обижать

**Если бы ты знал реальную причину,
ПОЧЕМУ ТЕБЯ ДРАЗНЯТ,
тебя бы не дразнили!**

- Истинная причина в том, что тебя это огорчает!
- Если тебя чем-то можно огорчить – этим будут пользоваться снова и снова!
- Все, что от тебя требуется, – это изменить свое отношение к насмешкам.
- Ты должен понимать, что с тобой играют в игру «Обзывательство».
- Цель игры: тебя обзывают, а ты реагируешь.
- Проблема в том, что ты не знаешь, что это игра.
- Они начинают с тобой «играть», а ты попадаешь в ловушку и начинаешь «играть» по их правилам.

Помни!

Теперь ты будешь побеждать, потому что знаешь, что это за игра и тебя уже не так просто поймать в ловушку

**Если раздражаешься
и реагируешь –
проигрываешь.**

**Если не реагируешь –
выигрываешь.**

**И вся эта проблема
с дразнилками была
из-за этого!**



**EKAT
ERIN
BURG**

5

**МИЛОСЕРДИЕ И ДРУЖЕЛЮБИЕ
ВМЕСТО
ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ**



Побеждай зло добром

Если вы хотите расправиться со злом, тогда помните:
зло не боится зла, оно от него растет.
Зло не выносит ДОБРОТЫ. Вот ваше оружие!

Если ты ведешь себя
АГРЕССИВНО,
значит, твоя душа больна:
испытывает боль и страх,
накопила негативные эмоции,
проявила слабость,
поддалась агрессивному влиянию,
переживает одиночество

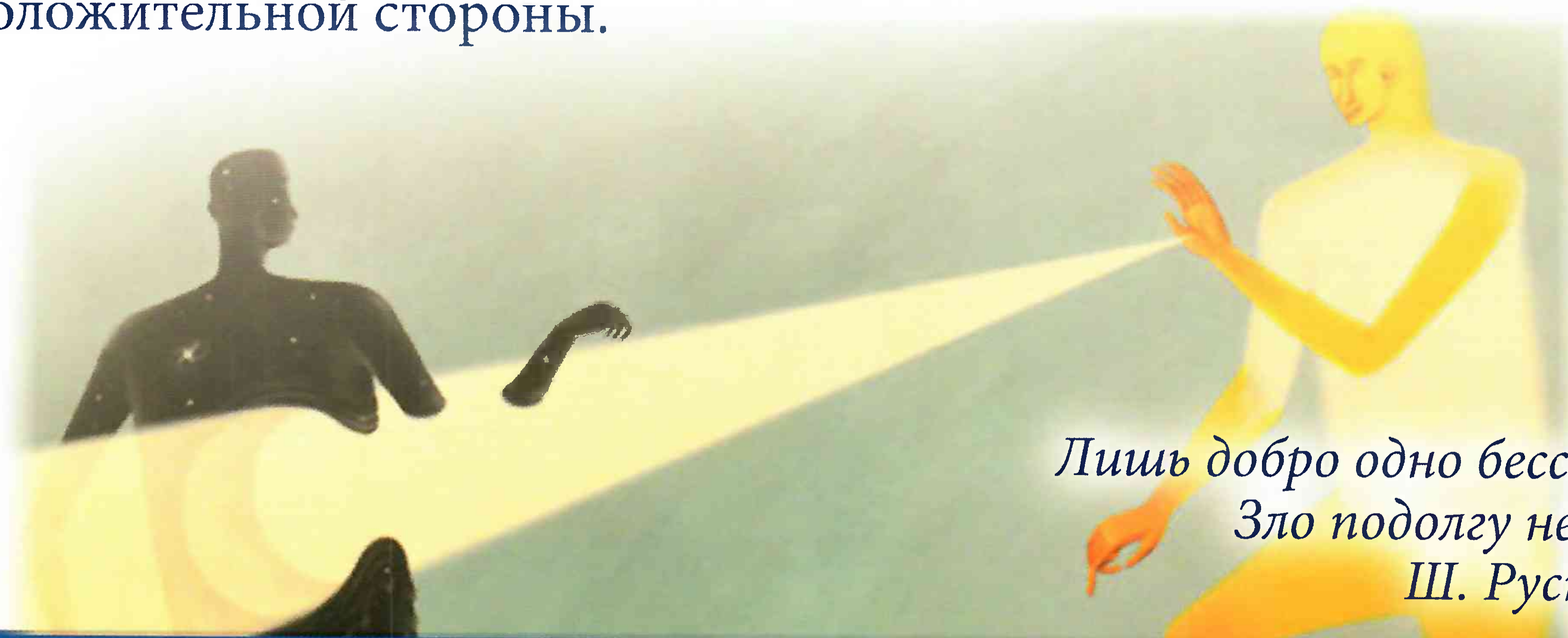
ТРИ МУДРЫХ СОВЕТА:

1. Поступай с другими так, как хочешь, чтобы они поступали с тобой
2. Терпеливо относись к людям
3. Поступай справедливо

Помни!
Верный путь достойно выйти из непростой ситуации -
есть путь дружелюбия и спокойствия

СПОСОБЫ СНЯТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ:

- Отвлекись на посторонние объекты и ситуации (выпей воды, рассматривай окружающую обстановку, общайся с животными).
- Переключись на какое-нибудь интересное дело (чтение книг, хобби).
- Займись физической разрядкой (спорт, полезная физическая работа, игры, ходьба пешком, танцы, массаж).
- Используй релаксацию (мышечное расслабление, регуляция дыхания, принятие душа/ванны, счет до десяти, прослушивание музыки).
- Измени мысли и убеждения, например, рассмотри события с положительной стороны.



*Лишь добро одно бессмертно,
Зло подолгу не живет!
Ш. Руставелли*



**EKAT
ERIN
BURG**

6

МИЛОСЕРДИЕ И ДРУЖЕЛЮБИЕ
ВМЕСТО
ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ



Когда добро безразлично, ОНО - ЗЛО

Мудрому педагогу важно:

- Реагировать на жестокость и насилие – всегда и сразу
- Не выбирать любимчиков и «не назначать» изгоев
- Не унижать и не оскорблять

Помните!!!

**Каждый педагог несет ответственность
за действие или бездействие!**

Педагог отвечает:

- за микроклимат в классе
- за то, что происходит между ребятами
- за то, чтобы дети объединялись, а не распадались на враждующие микрогруппы

ВАЖНО проводить профилактические классные часы, беседы, встречи с психологами и другими специалистами посвященные профилактике насилия. Педагогу необходимо быть в курсе, если в его классе есть изгои и их травят - **СРОЧНО РЕАГИРОВАТЬ!!!**

Игнорирование – зеленый свет насилию

- Прививайте общечеловеческие ценности, показывая пример поведения.
- Устанавливайте доверительные отношения с ребятами.
- Принимайте каждого ребенка всерьез.
- Устанавливайте четкие правила в классе и будьте последовательны.
- Препятствуйте насилию и работайте на опережение.
- Обсуждайте с учениками ситуации проявления насилия и травли.

**Общайтесь на темы, интересующие ребят
Сохраняйте честность в отношениях,
словах и действиях с учениками**



7

МИЛОСЕРДИЕ И ДРУЖЕЛЮБИЕ
ВМЕСТО
ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ



Семья – пространство добра и безопасности

*Всякий жестокий человек – есть человек слабый, бессильный и больной.
Сильный человек – есть человек даящий, помогающий, любящий...
Н.А. Бердяев*

Когда ребёнок достигает подросткового возраста, отношения в семье зачастую становятся напряжёнными. Родители пытаются по-прежнему управлять, а подросток грубит, огрызается, упрямится. Многие применяют методы психологического насилия: наказание

физической и социальной изоляцией, демонстративное лишение любви, чрезмерные требования, «торговля запретами», оскорбления, запугивания, угрозы, брань, издёвки, публичная критика, унижение достоинства.

Помните, психологическое насилие так же пагубно для развития личности ребенка, как и физическое

- Дорогие родители! Не предпринимайте никаких воспитательных воздействий на ребёнка, если вы напряжены или раздражены.
- Сохраняйте спокойствие, если встречаете грубость и упрямство в свой адрес со стороны подростка. Его поведение – демонстрация неумения управлять собой, а не плохого отношения к вам. Вы для собственного ребёнка на всю жизнь главный человек.
- Заведите семейную традицию на позитивную манеру общения, тогда даже в кризисных ситуациях ребёнок будет помнить, что вы его любимые родители, и связь не разрывается.



Научите своего ребенка БЫТЬ СИЛЬНЫМ!

- **Не поддаваться на провокации.** Ребёнок должен уметь отказать сверстнику, если что-то ему неприятно, не нравится, если его заставляют делать то, что не разрешают родители. Заранее обсудите ситуацию давления со стороны сверстников, высмеивания и обзывания «маменьким сынком». С достоинством можно выйти, сказав: «Мои родители очень волнуются за меня. Я дал им слово, а я своё слово всегда держу!»
- **Не дать застать себя врасплох.** Действуйте по принципу: предупреждён – значит, вооружён. Ребёнка могут дразнить из-за внешности, фамилии и т.д. Обсудите это с сыном или дочерью заранее. Придумайте вместе всевозможные варианты дразнилок, тогда в исполнении других детей они прозвучат не так уж обидно.
- **Умей ответить.** Ребёнка надо «тренировать» дома, учить, что делать в той или иной ситуации. В некоторых семейных спорах важно, чтобы последнее слово осталось за ребёнком. Это позволит ему «сохранить лицо».
- **Лучшая защита – спокойная, насмешливая интонация.** Главное не что сказать, а как. Придумайте несколько возможных ответов на обзывательства.
- **Менять тактику поведения.** Разберите с ребёнком типичный конфликт со сверстниками. Обычно он ведёт себя по схеме, каждое его действие предсказуемо – в этом особая радость для преследователей. Предложите ему отреагировать неожиданным для обидчиков образом и испортить им всё удовольствие.
- **Не быть пассивной жертвой.** Дать отпор важно именно на первом этапе. Защищать себя. Дай понять, что с тобой так просто не справиться.

Будьте готовы сами и подготовьте ребёнка к тому, что не все окружающие будут любить его

Главной и самой надёжной защитой для ребёнка является чувство собственного достоинства и уверенность в себе. Родительская любовь и поддержка при этом – самые надёжные союзники.





Родители! Какой отпечаток в жизни ребенка вы хотите оставить?

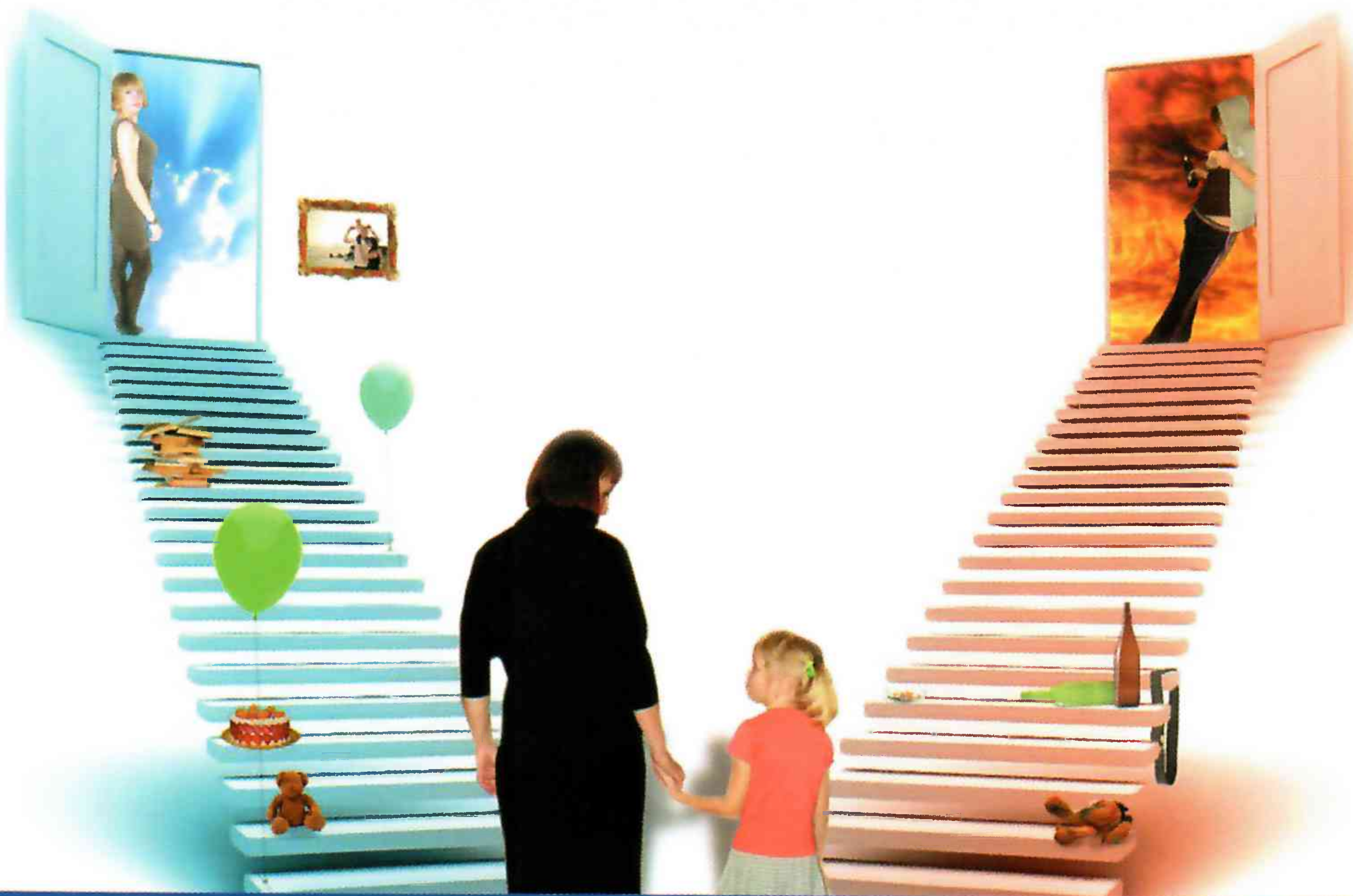


*И все же сострадание - это мышца, которая становится крепче, если её тренировать, и регулярные упражнения по выбору доброты вместо жестокости тоже меняют нас.
Джонатан Сафран Фоер, американский писатель*

Выберите правильный путь: откажитесь от насилия!

Почему порка, затрещины, невинные удары, шлепки опасны для ребёнка и представляют угрозу для общества?

- Они преподают ребёнку урок насилия.
- Они нарушают веру ребёнка в то, что его любят.
- Они рожают в ребёнке тревогу: ожидание следующего удара.
- Они вызывают гнев и желание отомстить, которые проявляются позже.
- Они учат равнодушию к страданию, своему и других.
- Они внушают, что насилие - проявление любви.
- В них содержится ложь: притворяясь, будто решают задачи воспитания, родители срывают на ребёнке свой гнев. Взрослый бьёт ребёнка только потому, что его самого били в детстве.



2

МИЛОСЕРДИЕ И ДРУЖЕЛЮБИЕ
ВМЕСТО
ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ



Воспитание не равно насилию

Воспитывает всё: люди, вещи, явления, но прежде всего и дольше всего – люди. Из них на первом месте – родители и педагоги.
А.С. Макаренко

Иногда взрослые считают, что самые эффективные методы воспитания – применение силы, что для выработки у детей правильных привычек поведения нужны частые наказания. Пока дети растут, они совершают много ошибок,

порой грубых и наносящих ущерб окружающим. В этих случаях родители придают наказанию особое значение и зачастую применяют его неверно, нанося психике ребёнка непоправимый вред.

Дорогие родители!
Сделайте наказание проявлением любви и заботы, не унижайте человеческое достоинство ребёнка

НАКАЗЫВАЯ ПОМНИТЕ:

- Физическое наказание недопустимо.
- Наказание не должно вредить здоровью – ни физическому, ни психическому.
- Если сомневаетесь, то не наказывайте.
- За один проступок – одно наказание. Если проступков совершено сразу много, наказание может быть суровым, но одно, за всё сразу.
- Недопустимо запоздалое наказание.
- Ребёнок не должен бояться наказания. Он должен знать, что в определённых ситуациях наказание неотвратимо. Бояться он должен огорчения родителей.
- Если ребёнок наказан, значит, он уже прощён. О прежних проступках – больше ни слова.

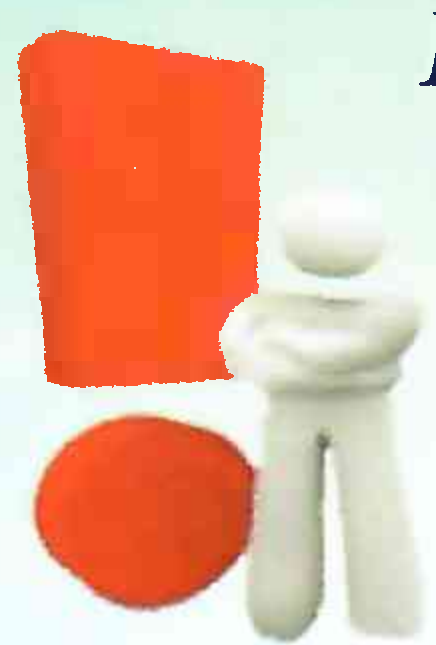


1

МИЛОСЕРДИЕ И ДРУЖЕЛЮБИЕ
ВМЕСТО
ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ



Никто не имеет право делать тебе больно!



Если постоянно быть хорошим и кротким с теми, кто жесток и несправедлив, то они не только не станут меняться к лучшему, а наоборот, потеряют всякий страх и будут делать все хуже и хуже.
Ш. Бронте

**КАЖДОМУ приходится делать ВЫБОР:
СПРАВИТСЯ САМОМУ ИЛИ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ**

В тех ситуациях когда, тебе сделали больно
или тебе угрожает опасность,
НАДО сказать взрослым, которые смогут тебе помочь
и защитить: родителям, классному руководителю,
психологу, старшему другу.

Помни!

Ты всегда можешь обратиться за помощью!

ЗВОНИ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ:

8-800-300-11-00, 307-75-42

8-800-300-83-83, 8-800-2000-122

**Центр психического здоровья детей
229-98-98**

**Детский Центр кризисных состояний
320-36-93**

**МБУ Екатеринбургский Центр
психолого-педагогической поддержки
несовершеннолетних «Диалог»
251-29-04**

**Наш адрес:
г. Екатеринбург, ул. 8 Марта, 55А**



8

**МИЛОСЕРДИЕ И ДРУЖЕЛЮБИЕ
ВМЕСТО
ЖЕСТОКОСТИ И НАСИЛИЯ**

