

1.

ŚWIATOWY DZIEŃ SPRZECIWU WOBEC BICIA DZIECI



30.04

8 NAJWAŻNIEJSZYCH POWODÓW DLACZEGO NIE WOLNO BIĆ DZIECI

Nawet stosunkowo łagodne kary mogą być fizycznie niebezpieczne. Bicie dziecka może doprowadzać do: zasinień, obrzęków, krwiaków, uszkodzeń nerwów i złamań kości.

Badania wykazują bezpośredni związek między stosowanymi karami cielesnymi w dzieciństwie, a tendencją do zachowań agresywnych u nastolatków i osób dorosłych.

Bicie dziecka niszczy jego ufność, burzy poczucie własnej wartości oraz samoocenę.

Kara niszczy więź między rodzicem a dzieckiem. Kochanie kogoś, kto nas krzywdzi, jest wbrew ludzkiej naturze.

Bite dzieci zwykle zachowują się dobrze tylko wtedy, kiedy stosujący przemoc dorośli znajduje się w pobliżu.

Wspomnienia z dzieciństwa osób, które jako dzieci były często bite, są zwykle pełne gniewu i urazy.

Bicie dziecka jest wyrazem bezsilności, złości i frustracji rodzica, nie zaś edukacją dziecka.

Kara fizyczna wysyła niebezpieczny i nieuczciwy przekaz, że siła czyni prawo. Pokazuje, że dopuszczalne jest ranienie kogoś, kto jest mniejszy i słabszy.

Sabina Wastag

10 KROKÓW ANTYKLAPSOWYCH



1 Okazuj swojemu dziecku miłość i ciepło tak często, jak to tylko możliwe. Bez obawy – takim postępowaniem nie rozpieścisz go.

2 Bądź przy dziecku, gdy przeżywa silne emocje, z którymi nie potrafi sobie poradzić. Ono wtedy najbardziej Cię potrzebuje.

3 Stosuj pochwały. One wzmacniają pozytywne zachowania. Sprawiają, że dziecko będzie z chęcią je powtarzało. 

4 Ustal jasne, proste zasady i granice. Bądź konsekwentny w ich egzekwowaniu.

5 Dawaj przykład swoim zachowaniem. To, jak będzie zachowywało się dziecko, w dużej mierze zależy od tego, jak Ty się zachowujesz.

6 Zauważaj każdą pozytywną zmianę w zachowaniu dziecka. Doceniaj jego wysiłki.

7 Ignoruj zachowania, których nie akceptujesz, szczególnie w przypadku dziecka poniżej 3. roku życia. 

8 Mów, co czujesz w związku z konkretnym, negatywnym, zachowaniem dziecka. Dzięki temu będzie wiedziało, dlaczego nie chcesz, aby je powtarzało.

9 Używaj humoru, żeby opanować trudne sytuacje. Śmiech to najlepszy sposób na rozładowanie napięcia.

10 Pozwól dziecku na doświadczenie konsekwencji swojego zachowania. Zachęcaj do wspólnego podejmowania decyzji, dokonywania wyborów.



**DZIECKO, KTÓRE
JEST ŹŁE TRAKTOWANE
NIE PRZESTAJE KOCHAĆ
RODZICÓW,
PRZESTAJE KOCHAĆ
SIEBIE...**

**DZIURY
W NIEBIE**

4.



Kara, a konsekwencja, poznaj różnicę

KARA

Kara to działanie niezapowiedziane.

Jest zrobieniem przykrości po to, żeby uniknąć pewnej sytuacji w przyszłości.

Karzemy wtedy kiedy czujemy się źli i bezsilni, kiedy chcemy odreagować czy zemścić się za swój wstyd, strach i gniew.

Karzemy czasem po to, żeby udowodnić kto tu rządzi i kto jest górą.

Kara może być skuteczna, ale rodzi gniew, strach, chęć odwetu.

To nie są uczucia jakie chcemy wzbudzać w naszych dzieciach.

Kara czasem jest trudniejsza dla nas. Może także wzmocnić pewne zachowania.

Zmniejsza poczucie odpowiedzialności za zachowanie u naszych dzieci.



KONSEKWENCJE



Konsekwencje różnią się od kar przede wszystkim tym, że są zapowiedziane i powinny być zrealizowane.

Nie są formą zemsty, czy odreagowania.

To, że się pojawiają, nie zależy od naszego humoru, a od zachowania dziecka.

Są stałym elementem porządkującym domowe życie, warto je przypominać.

Jeżeli przekroczy się pewne zasady trzeba być przygotowanym,

że wiąże się to z pewną ceną, trzeba ponieść konsekwencje swojego zachowania.

ZAMIAST KARANIA

*Wskaż jak powinno się zachować, zanim zdąży zrobić coś nie tak.

* Wyraż ostry sprzeciw bez oskarżania.

* Wyraż swoje uczucia i oczekiwania. Oceniaj zachowanie dziecka, nie dziecko.

* Pokaż, jak naprawić zło, także to wyrządzone przypadkiem.

* Daj dziecku możliwość wyboru.

* Jeżeli jest to potrzebne - działaj i to zdecydowanie.

* Pozwól ponieść konsekwencje złego zachowania.

* Nie słuchaj protestów, udawaj, że nie słyszysz krzyków i niegrzecznych słów.

* Kilkakrotnie powtórz polecenie spokojnym tonem.

* Odeślij dziecko na kilka minut do bezpiecznego, cichego, nudnego miejsca gdzie będzie mogło się uspokoić (przestać płakać).





—MYŚLORYSY - Marta WR—

6. Muzykoterapia – „Wszystko będzie dobrze”

<https://youtu.be/uCA6dbG1K80>



7.

MŁODZIEŻOWE POGOTOWIE EMOCJONALNE

Chcesz pogadać? - **ZADZWOŃ**
Masz doła? – **ZADZWOŃ**
Masz problemy z domownikami
(kłótnie, przemoc)? – **ZADZWOŃ**
Boisz się #koronawirus? – **ZADZWOŃ**
lub napisz: sms/**@flowfundacja**

KONTAKT: od środy do niedzieli,
godz. 17.00-1.00 w nocy

725 400 309

