**Пам’ятайте!**

В сім’ї дитина пізнає, як взаємодіяти з іншими людьми, як ставитися до себе і до оточення, як впоратися з труднощами і, за великим рахунком, що таке життя.

Які уроки може отримати дитина, що стикається з домашнім насильством?

Діти, що були свідками насильства в сім’ї, засвоюють:

1. *Насильство – це засіб розв’язання конфліктів або отримання бажаного*. Цю навичку вони переносять спочатку в дитячий садок і школу, потім у дружні і близькі стосунки, а потім у свою сім’ю та своїх дітей.
2. *Негативні форми поведінки в суспільстві*– *найвпливовіші.*Діти переконуються, що тиск та агресія призводять до бажаного результату, і не шукають інших способів взаємодії з іншими людьми. Вони не знають про те, що можна домогтися бажаного, не обмежуючи прав іншого.
3. *Довіряти людям, особливо дорослим – небезпечно.*У своїх сім’ях діти не мають прикладу позитивних стосунків. Тому їм складно встановити близькі стосунки з іншими людьми. Вони не спроможні розуміти почуття інших людей.
4. *Свої почуття й потреби не можна виявляти відкрито.* Дитина не може виявити свої справжні стосунки в сім’ї, тому що до неї просто нікому немає діла, або за цим настане покарання. Врешті-решт вона втрачає цю навичку – виявляти свої справжні почуття.

Дієві негативні почуття – вони привертають увагу, піднімають авторитет – тому тільки їх і варто проявляти.

В результаті дитина:

* Або приховує свої почуття в сім’ї, знаходячи їм вихід на вулиці, в навчальному закладі;
* Або керується принципом – мовчи, терпи і принижуйся.

У сім’ях, де в стосунках з дітьми переважають контролювання, нехтування дитячими проблемами, тиск приниження один до одного, дитина може вирости агресивною або забитою, такою, яка не вміє постояти за себе. Тому ми повинні частіше думати про те, кого ми хочемо виховати. Ми весь час маємо пам’ятати, що дитина – це наше дзеркало.

**Коли дитина стала свідком проявів насильства в сім’ї**

1. Допоможіть дитині поділитися своїми почуттями з кимось із дорослих. Дуже важливо, щоб це була людина, якій дитина довіряє. Якщо дитині буде з ким поговорити, її страхи та почуття самотності зменшаться. Слід обов’язково вислухати дитину до кінця, не перебиваючи та не оцінюючи її. Необхідно дати їй можливість просто висловити те, що накопилося в душі. Дуже важливо, щоб дитина зрозуміла, що розповідь про болісні почуття полегшує біль.
2. Обговоріть з дитиною ситуацію, що склалася, її причини, можливі наслідки.
3. Іноді діти вважають себе винними втому, що сталося між батьками. Допоможіть дитині зрозуміти: в тому, наприклад, що батьки сваряться, немає її провини.
4. Якщо ви відчуваєте, що не в змозі допомогти дитині, зверніться до спеціалістів.

**Пам’ятайте!**

**По-справжньому допомогти дитині ви зможете тоді, коли допоможете собі.**

**Припинити домашнє насильство можна, навчившись поважати іншу думку, інші індивідуальні особливості, інший стиль поведінки.**

Це тільки деякі поради. Спробуйте скористатися ними або знаходьте свої. Не впадайте в розпач, коли щось не виходить. З часом у вас буде виходити краще і краще. Все у ваших руках. Від вас залежить, чи залишиться все як було, чи зміниться на краще.