

ПСКОВИТЯНКА

и только женщина знает ...



№ 14 (40) Декабрь 2013 года

Мы хотим быть услышанными.....	стр.2
Добрый Псков.....	стр.3
Служба занятости готова помочь.....	стр.7
Помощь идет в район.....	стр.8
Новые проекты в действии.....	стр.9
Советы родителям.....	стр.10
Правозащитная служба.....	стр.13
Наша реклама.....	стр.14



В Новый год за окном
Михо падает снег,
Пусть за Вашим столом,
Будет радость и смех,
Пусть завидный успех
Ждет Вас в деле любом
И войдет без помех
Счастлив в светлый ваш дом.

Выпуск газеты осуществляется в рамках проекта "Содействие защите прав женщин и детей, пострадавших от насилия в семье". При реализации проекта используются средства государственной поддержки (грант) в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 29.03.2013 № 115-рп.

16+

МЫ ХОТИМ БЫТЬ УСЛЫШАННЫМИ

Состоялось заседание Общественного совета при УМВД России по Псковской области

23 декабря на последней неделе уходящего 2013 года прошло заседание Совета, где были обсуждены итоги выполнения Резолюции областной конференции «Насилие в семье. Проблемы и пути их преодоления», 27.09. 2012 года.

О выполнении резолюции конференции и существующих проблемах в настоящее время выступила - заместитель председателя общественного Совета при УМВД России по Псковской области, председатель Исполнительного совета Независимого социального женского центра Наталья Васильева, которая и инициировала проведение вышеназванной конференции. В своем выступлении она охватила такие вопросы, как: обстановка в области, связанная с насилием в семье; причины, побуждающие насилие в семье; причины, мешающие и создающие трудности предупреждения и профилактики насилия в семье, а также остановилась на путях их преодоления, которые были обозначены. Были высказаны отдельные вопросы, которые не нашли пока места своего

решения. Это касалось включения главного проблемного вопроса и принятия Государственной целевой программы по профилактике и предупреждению насилия в семье, принятие отдельных механизмов для решения столь тяжелой для всех нас проблемы, существующей в области. Ее выступление дополнили Уполномоченный по правам ребенка в Псковской области Дмитрий Шахов и начальник отделения ПДН УМВД России по Псковской области Ирина Борисова, представители ведомственных структур, общественности. Такие проблемы, как: «Безответственное родительство», «Пьянство», «Защита прав человека» - должны стать во главе внимания каждого жителя Псковской области.

Все высказывались о важности обозначенной проблемы и необходимости нахождения путей ее решения, а также принятии дополнительных профилактических мер, введения ряда практических мероприятий в соответствующую целевую государственную программу.

Практически все участники Общественного совета признали

существующую проблему важной и требующей принятия конкретных мер для ее решения и надеются, что они будут услышаны не только жителями области, но государственными структурами власти. Ждем мнений, суждений, предложений, конкретного участия от жителей нашей области. Пишите, обсуждайте проблему на нашем сайте: wcentr@mail.ru.



С 20 по 29 сентября в Пскове впервые прошел благотворительный марафон «Добрый Псков»



Добрый Псков

Делать добро – просто и радостно!

Инициаторами проведения мероприятия в Пскове были общественные организации: «Центр устойчивого развития Псковской области», Комиссия по контролю за соблюдением законодательства и развитию садоводств Псковской области», «Я и Ты», «Псковский Детский Фонд», «Российский Красный Крест», сообщество «Поколение» и наша организация.

Движение «добрых городов» существует довольно давно – «Добрый Питер», «Добрый Архангельск», «Добрый Новосибирск», «Добрая Пенза», «Добрый

Краснодар», «Добрый Нижний Новгород» и другие города России. «Добрые города» — это сообщество благотворительных марафонов, фестивалей, где каждый марафон — это праздник, на котором можно легко помочь всем подопечным некоммерческих организаций: детям, животным, тяжелобольным, старикам и инвалидам, людям оказавшимся в трудных ситуациях.

Основная цель марафона - развитие культуры частной благотворительности в Псковской области. Идея проведения марафона заключается в объединении усилий общественных организаций региона, чтобы

Благотворительный марафон

ВПЕРВЫЕ ДОБРЫЙ ПСКОВ с 20 по 30 сентября

20 СЕНТЯБРЯ (ПЯТНИЦА)
 11:00 - 13:00 - Торжественное открытие МАРАФОНА, концерт.
 10:00 - 18:00 - Работа выставки «ДАРЫ ОСЕНИ - 2013»
 16:00 - 18:00 - «ДОБРЫЙ ТЕАТР»: театральная студия «Я и Ты», фотовыставка «Вертокателт» (ГКЦ, пл. Победы, д.1)

21 СЕНТЯБРЯ (СУББОТА)
 10:00 - 18:00 - Работа выставки «ДАРЫ ОСЕНИ - 2013»
 12:00 - 16:00 - Детский праздник «ГОРОД ДЕТСТВА» интерактивные площадки и др. (Ботанический сад)
 12:00 - 16:00 - Концерт танцевальных коллективов «ДОБРЫЙ ГОРОД ТАНЦУЕТ» (Зеленый театр)
 18:00 - 22:00 - Рок-концерт «ДОБРЫЙ РОК» (Зеленый театр)

22 СЕНТЯБРЯ (ВОСКРЕСЕНЬЕ)
 10:00 - 15:00 - Работа выставки «ДАРЫ ОСЕНИ - 2013»
 13:00 - 15:00 - ДЕНЬ САДОВОДА. Награждение участников. (ГКЦ, пл. Победы, д.1)

23 - 29 СЕНТЯБРЯ
 «ДОБРЫЙ ГОРОД ТРУДИТСЯ» - Неделя добрых дел (субботники, сбор макулатуры, благотворительность, др.)

28 СЕНТЯБРЯ (СУББОТА)
 11:00 - 16:00 «СПОРТИВНЫЙ ДОБРЫЙ ГОРОД» (стадион Машиностроитель)

30 СЕНТЯБРЯ (ПОНЕДЕЛЬНИК)
 10:00 - 17:00 - СОЦИАЛЬНЫЙ ФОРУМ, Торжественное ЗАКРЫТИЕ марафона. (Дом профсоюзов, ул. Советская, д.15)

ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ МАРАФОНА
 с 20 по 29 СЕНТЯБРЯ проходят акции:

- Акция «ДЕНЬГИ В БАНКИ» в торговых центрах города Лента, Максимум, Империл, ПИК 60, Тележка,
- Акция «КУПИЛ – ОТДАЛ» в торговых центрах города Лента, Империл, Тележка
- Акция «ПОДАРИ ВТОРУЮ ЖИЗНЬ ВЕЩАМ»: сбор вещей Детский фонд (ул. Яна Фабрициуса, д.2а, каб.14,15)
- Акция «ДОБРОЕ КАФЕ»: посетить городское кафе и, расплачиваясь за заказ, внести €во пожертвование.
- Акция «ДОБРЫЙ ИВАН-ЧАЙ»: купить чай, часть суммы от покупки идет на благотворительность (СПСК «Кипрей», ул.Фабрициуса, 5а, 5эт., каб.24).
- Акция «НОМЕР ДОБРА» (для абонентов ТЕЛЕ2): с 9 сентября по 11 ноября отправить SMS со словом «ДОБРО» на номер 410. Стоимость SMS - 10 рублей (с уч. НДС).

www.dobro-pskov.ru

vk.com/dobro_pskov

показать, что благотворительность может быть простой, доступной, эффективной и прозрачной.

В ходе марафона были проведены акции по сбору пожертвований, благотворительные мероприятия, а также публичные мероприятия, направленные на повышение информированности горожан о благотворительности и о деятельности некоммерческих организаций.

Для того, чтобы каждый участник марафона мог выбрать для себя наиболее удобную форму участия, было запланировано проведение различных благотворительных акций.

Так, например, помочь вещами, предметами первой необходимости можно было в ходе акции «Купил – отдал»: посетителям магазинов предлагалось приобрести товары, которые были переданы нуждающимся семьям.

Номер Добра
для абонентов TELE2

Текст SMS:
ДОБРО

на номер
410

Стоимость SMS - 10 рублей.

Акция «Вторая жизнь вещам» позволила найти новых владельцев для хороших, но уже отслуживших прежним хозяевам вещей.

В ходе акции «Купил-отдал» в торговых центрах Империял, Лента, Максимус были собраны продукты, гигиенические и хозяйственные средства, из которых впоследствии было составлено 30 наборов, из них 10 наборов для семей имеющих маленьких детей. Передана 1 коробка с канцелярскими товарами и 1 коробка с памперсами. Было собрано 60 контейнеров с вещами и одеждой благодаря акции «Вторая жизнь вещам».

Все собранные вещи и продукты были перечислены Майскому союзу юных экологов «Ласточка» и многодетным семьям д. Вернявино.

В рамках акции «Деньги в банки» в торговых сетях, в офисах компаний, на улицах в местах были установлены специальные банки для сбора пожертвований, а подготовленные волонтеры рассказывали на какие цели идёт сбор пожертвований.

В результате проведённой акции «Деньги в банки» в торговых центрах Империял, Лента, Максимус за 10 дней марафона собрано 242 447,67 рублей.



29 сентября в рамках благотворительного марафона "Добрый Псков" в гипермаркете "Империял" прошла наша акция "Доброе сердце в кадре". Взамен за благотворительный взнос каждый желающий мог получить профессиональную фотографию!



Большое спасибо всем участникам:
- благотворительной организации "Сердце в кадре", в лице Александра Нургалиева,

- суперским волонтерам:

Кутепову Алексею, Шведову Михаилу, Ножкину Олегу – учащимся 3 отделения 23 ГБОУ СПО ППК;

Максимовой Ирине и Орловой Анастасии - учащимся ПГУ, ФОТИД, 2 курс;
Кукишевой Кристине – ученице 25 школы, 8 ж класса;

Семеновой Татьяне и Буровой Екатерине - учащимся ПГУ, факультет Психологии, 2 курс;

Дмитриевой Марии и Кудрявцевой Алене – учащимся ПГУ, факультет Психологии, магистратура, 1 курс.

Нам было бы, несомненно, тяжело без нашего четвероногого ушастого помощника! Ему и его хозяйке Анне Смирновой, учащейся 2-го отделения Псковского политехнического колледжа, отдельное спасибо!

Большое спасибо руководству и персоналу торгового комплекса "Империал" и всем добрым, отзывчивым, креативным, жизнерадостным, неравнодушным людям!!!



В результате Благотворительной выставке «Дары осени», проходившей с 20 по 22 сентября 2013г было собрано 2000 кг, из них образовательными учреждениями – 540 кг.

Собранные излишки сельхоз продукции были переданы в такие организации как: Детский Фонд, Центр лечебной педагогики, Хоспис Марфы-Марии, Общество слепых, Детская деревня SOS, Псковская православная общеобразовательная школа регентов.

В результате проведенных акций: «Деньги в банки», «Номер Добра», «Доброе кафе» было получено 337 767,67 руб.

Собранные в рамках благотворительного марафона «Добрый Псков» средства были направлены на:

- на ремонтные работы в Реабилитационном центре для женщин,

попавших в трудную жизненную ситуацию (замена окон) - 30 303,95 руб. - программа нашего центра.

- замену окон в Идрицкой школе-интернате для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья 143 931 руб. 91 коп. Программа Детского Фонда.

- на лечение Дарины Репиной, маленькой девочке с диагнозом ДЦП 30305,95. Программа сообщества «Поколение».



- ремонтные работы санузда нежилого помещения Центра театральной деятельности людей с ограниченными возможностями здоровья «Я и Ты» - 60 000 руб.

- на создание специальной дорожки для развития детей-инвалидов и благоустройство беседки для занятий на улице. 60711.93 руб.- программа Центра эффективного садоводства
С отчётом об итогах благотворительного марафона «Добрый Псков» вы можете познакомиться на сайте <http://dobro-pskov.ru/>

Знакомим вас с Итоговым отчетом о расходовании нашей организацией средств, привлеченных в рамках Благотворительного марафона "Добрый Псков", который проходил в г. Пскове с 20 по 30 сентября 2013 года.

Огромное спасибо за вашу помощь и участие, дорогие псковичи!!!

Перечисленные и зачисленные на счет организации пожертвования:

1 сумма - 13 357,24 (Тринадцать тысяч триста пятьдесят семь рублей 24 копейки) рублей.

2 сумма – 15 976,73 (Пятнадцать тысяч девятьсот семьдесят шесть рублей 73 копейки) рублей.

3 сумма – 971, 98 (Девятьсот семьдесят один рубль 98 копеек) рублей.

Итого поступило: 30 303,95 (Тридцать тысяч триста три рубля девяносто пять копеек) рублей.

Итого израсходовано 30 526 (Тридцать тысяч пятьсот двадцать шесть рублей) рублей

Со сканами финансовых подтверждающих документов вы можете ознакомиться на сайте нашей организации <http://iswc.ru/dobropsk.html> и в нашей группе в контакте <http://vk.com/wcentr>



п/п	Наименование статьи расходов	Наименование, номер и дата финансового документа	Итого израсходовано, руб.
1.	Замена 1 (одного) оконного блока и переустановка 3 (трёх) оконных стекол	Счет на оплату №7 от 10.10. 2013 г. Платежное поручение №125 от 15.10.2013г. Договор подряда №б от 10.10.2013 г. Акт о приемке выполненных работ от 24.10.2013г.	14 106
2.	Работы по изготовлению и установке 2 (двух) рольставен	Счет на оплату №12 от 05.12. 2013 г. Платежное поручение №161 от 06.12.2013г. Договор подряда №10 от 05.12.2013 г. Акт о приемке выполненных работ по установке рольставен №15 от 16.12.2013г. Справка о стоимости выполненных работ за конструкции рольставен №15/1 от 16.12.2013 г.	16 000
3.	Замки навесные	товарный чек №2/17 от 11.12.2013 г.	420
	Итого		30 526

Служба занятости населения готова помочь

Профессиональное обучение и дополнительное профессиональное образование женщин в период отпуска по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет, планирующих возвращение к трудовой деятельности.



Целями проведения профессионального обучения являются:

- Восстановление квалификации женщин, утративших профессиональные навыки за время отсутствия на рабочем месте по причине рождения и воспитания детей;
- Получение женщинами новых профессиональных компетенций, необходимых для их перевода на новые рабочие места, позволяющие совмещать родительские обязанности с профессиональной деятельностью.

Условия участия в программе:

- необходимо состоять в трудовых отношениях;
- наличие детей, чей возраст на момент начала обучения не превышает трёх лет;
- желание возобновить трудовую



деятельность.

Для направления на обучение необходимо:

- подать заявление в центр занятости населения
- предоставить следующие документы:
 - паспорт или документ, его заменяющий;
 - копии документов, подтверждающих нахождение в отпуске по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет;
 - свидетельство о рождении ребенка.

Прием документов осуществляется в органах службы занятости по месту жительства.

ПОМОЩЬ ИДЕТ В РАЙОНЫ

В сентябре в нашей организации стартовал проект «Развитие на территории Псковской области сети центров по оказанию помощи женщинам и детям, пострадавшим от насилия».

В задачи данного социального проекта входит распространение по области опыта работы Кризисной службы нашей общественной организации. В связи с этим, в рамках проекта в городах и районах области пройдет подготовка специалистов по работе с женщинами и детьми, оказавшимися в кризисных ситуациях, пострадавшими от насилия в семье.

Также в рамках проекта будет выпущено методическое пособие для специалистов по особенностям работы с людьми, пострадавшими от домашнего насилия и сформирована единая база данных о службах Псковской области, оказывающих помощь женщинам и детям, пострадавшим от домашнего насилия.

В конце октября специалисты центра завершили подготовку наглядных информационных материалов по проблеме насилия в семье в рамках проекта «Развитие на территории Псковской области сети центров по оказанию помощи женщинам и детям, пострадавшим от насилия».

Информационный буклет для населения содержит информацию о том, что такое домашнее насилие, в каких формах оно может проявляться. Также в нем рассказывается о том, что может сделать человек, если он подозревает, что в его семье

или его окружении совершается домашнее насилие, куда можно обратиться за помощью.

Специалисты по работе с женщинами

ПОДУМАЙТЕ О СВОЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ В СЛУЧАЕ ПОВТОРЕНИЯ НАСИЛИЯ

- Расскажите в случайном месте, кому Вы доверитесь (другим, родственникам);
- Заранее договоритесь с друзьями или родственниками о возможности предоставления Вам временного убежища в случае опасности;
- Подготовьте вещи, которые вам необходимо взять с собой в случае возникновения опасности;
- Составьте все возможное, чтобы обществу не смог найти Вас;
- Если ситуация критическая, то покиньте дом незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи. Помните, что под угрозой находится Ваша жизнь.

ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ ТРУДО.
Однако, имея помощь, поддержку и нужную информацию гораздо легче сделать решительный шаг и изменить свою жизнь.

Первый шаг зависит от Вас.
Если Вам или Вашему близкому нужен номер телефона поддержки, позвоните по номеру **8-8112-75-45-45**

Все услуги анонимны и конфиденциальны. Кроме того, Вы можете получить психологическую и юридическую консультацию, информацию о медицинских, социальных и других услугах, где можно получить необходимую помощь.

По результатам социального проекта опубликованы сред. темп. областного бюджета, выделяемые в пользу службы Амбулаторной Психологической службы на 2013-2014 гг.

Дополнительная информация: www.pskovregion.ru

НАСИЛИЕ НЕТ ОПРАВДАНИЙ!

и детьми, оказавшимися в кризисных ситуациях, пострадавшими от насилия в семье, всегда говорят о необходимости наглядных информационных материалов, так как не все пострадавшие готовы обратиться сами. Чаще всего это делают их родственники или знакомые. Имея такой буклет, намного легче начать разговор со своей подругой или родственницей или просто знакомой, которая оказалась в трудной жизненной ситуации.

Информационный буклет будет распространяться через мероприятия, проводимые специалистами центра, а также через правоохранительные, социальные и образовательные службы и учреждения города Пскова и области.

При реализации социального проекта используются средства областного бюджета, выделенные в виде субсидии Администрацией Псковской области.

ЧТО ТАКОЕ ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ?
Домашнее насилие — это повторяющийся с увеличением частоты инциденты физического, сексуального, словесного, эмоционального и экономического оскорбления по отношению к своим близким с целью обретения над ними власти и контроля.

Домашнее насилие происходит в отношениях между мужем и женой, другом и подругой, родителями и детьми. Чаще всего насилие совершается женщинами, дети и пожилые люди.

Если Ваш близкий человек (муж, бывший муж, партнер или гражданский супруг):

- раздражает физическую силу: толкает, бьет, душит и т.п.;
- запрещает Вам видеться с друзьями и родственниками; контролирует, как и где Вы проводите время;
- оскорбляет или унижает вас публично или в присутствии других людей;
- оказывает на Вас психологическое давление, угрожает Вам;
- намеренно повреждает предметы быта, Ваши личные вещи и предметы, которые дороги Вам;
- заставляет Вас ругаться в интимные отношения против Вашей воли или в неприемлемой для Вас форме;
- полностью контролирует Ваши доходы и расходы;
- инстинктивно Вас разрывом отношений, если Вы не выполняете его условия: родить ребенка или, наоборот сделать аборт;
- угрожает отобрать у Вас детей;
- угрожает лишить Вас совместно нажитого имущества, выгнать из квартиры;
- постоянно критикует Вас за внешний вид, приговаривание инцидентов, поведение и т.д.

Если Вы боитесь своего партнера.

Если все это происходит в Вашей жизни, то **ВЫ ЖИВЕТЕ В СИТУАЦИИ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ.**

СУЩЕСТВУЮТ РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПРОЯВИТЬСЯ ЧЕРЕЗ:

- физическое насилие
- морально-психологическое давление
- словесное оскорбление или унижение
- угрозы
- шантаж
- экономический контроль
- сексуальное принуждение
- изоляция и др.

ВАЖНО ПОМНИТЬ, ЧТО ВЫ НЕ ВИНОВАТЫ!
В ситуации насилия всегда виноват тот, кто его совершает!

Важно отличать домашнее насилие от конфликта. Если в конфликтной ситуации партнеры спорят на равных, то в ситуации насилия в семье один человек постоянно контролирует или пытается контролировать и управлять поведением и чувствами другого, в результате чего пострадавший насилием человек может получить психологический, социальный, экономический, сексуальный или физический вред, ущерб или травму. Любая форма насилия, запугивания и агрессивности неприемлема. Никто не заслуживает насилия!

ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ - это не семейный конфликт, это ПРЕСТУПЛЕНИЕ.

ЧТО ЕЩЕ НАДО ЗНАТЬ О ДОМАШНЕМ НАСИЛИИ?

- Насилие может проявиться в любой семье, независимо от места жительства, социальной и национальной принадлежности
- Алкогольное опьянение часто используется обидчиком в качестве оправдания, однако употребление алкоголя не является причиной насильственных побуждений
- Если партнер ударил Вас один раз, то это может быть снова.
- Со временем акты насилия совершаются все чаще и становятся более жестокими

**С 1 ноября 2013 года в
нашей организации
стартовал проект
«Содействие защите прав
женщин и детей,
пострадавших от насилия в
семье».**

Целью проекта является создание в Псковской области новых форм реабилитации женщин и детей, пострадавших от насилия в семье.

В ходе проекта будет осуществляться:

- работа Телефона доверия;
- работа убежища для женщин и детей, пострадавших от насилия;
- социально-психологическое и информационно-правовое сопровождение женщин и детей, пострадавших от насилия;
- проведение групп поддержки для женщин, пострадавших от насилия в семье;
- бесплатные психологические и юридические консультации для людей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- издание и распространение информационных материалов по проблеме насилия в семье для населения области.

Все мероприятия в рамках проекта будут направлены на повышение уровня психологической устойчивости и сопротивляемости трудным жизненным ситуациям у людей, пострадавших от насилия; на повышение уровня социальной адаптации женщин и детей, пострадавших от насилия в семье; на повышение у населения Псковской области уровня правовой грамотности в сфере защиты своих прав; на повышение уровня информированности населения по проблеме домашнего насилия и о службах, оказывающих помощь пострадавшим.

Проект будет реализовываться в течение 11 месяцев.

При реализации проекта используются средства государственной поддержки (грант) в соответствии с распоряжением Президента Российской Федерации от 29.03.2013 № 115-рп.

**СПАСИБО, ЧТО ВЫ У
НАС ЕСТЬ!**

Независимый социальный женский центр выражает благодарность студентам 1 курса (юриспруденция) и 3 курса (таможенное дело) факультета подготовки государственных и муниципальных служащих Псковского филиала Академии ФСИН России (бывший Псковский юридический институт) и их руководителям Седуновой Светлане Юрьевне – декану факультета и Добровидовой Ирине Олеговне – заместителю декана по учебной и воспитательной работе за помощь и активную волонтерскую работу.



17 декабря 2013г. курсанты Псковского филиала Академии ФСИН России на добровольной основе оказали помощь нашему центру. Ими был поправлен забор, который пострадал во время последних штормов.

В этой трудовой деятельности хотелось бы отметить проявление курсантами мужской силы и мастерства в применении рабочего инвентаря: молотков, гвоздей и досок. Умелость, ловкость и чувство юмора являлись главными характеристиками ребят. Мы думаем, что примером определенно явились их руководители, которые с удовольствием организовывали данную работу и заботливо и доброжелательно относились к своим воспитанникам, организовав для них обед.

СПАСИБО, ЧТО ВЫ У НАС ЕСТЬ!!

=)

Кризисная служба. Советы родителям: Я и мой ребенок.

Учимся говорить, чтобы дети слушали,
Учимся слушать, чтобы дети говорили.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

1. Сумейте стать для ребенка другом, способным поддержать в трудную минуту. Поставьте себя на его место и попробуйте понять, что вы чувствовали бы в аналогичной ситуации. Это поможет вам найти нужные слова.

2. Речь как оружие вторжения, речь как оружие защиты широко используется людьми. Изберите оптимальный вариант, участвуйте в искусству общения со своими детьми, при котором речь используется не для обмана и манипуляции, а как инструмент обмена опытом и информацией на пути к вашему с вашим ребенком взаимопониманию.

3. Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день, не считая укладывания в кровать на ночь и утреннего ласкового приветствия. Это позволит ему лишиться раз почувствовать вашу любовь и приятие.

4. Важно не забывать, чаще напоминать ребенку, что он вам нужен, и вы его любите.



5. Отсутствие эмоционального контакта с родителями нередко является одной из причин задержки речевого развития ребенка. Игрушки и телевизор не могут заменить малышу живое человеческое общение. Вы можете исправить положение, сократив количество игрушек и заменив телевизор собой. Для своевременного и правильного развития речи ребенка с ним нужно много заниматься. При этом главным

условием является активное участие ребенка в обучении. Механическое повторение слов за взрослым («Скажи так...») менее эффективно. Ребенок должен познавать новые слова в игре, в эмоционально-окрашенном общении с мамой и папой.

6. Не копите свои чувства, загоняя их куда-то внутрь себя, поскольку эти чувства в один далеко не прекрасный момент проявятся в виде бурного эмоционального взрыва. Поберегите и своих детей, и самих себя. Будьте такими, какие вы есть.

7. Воспитывать себя вместе со своими детьми.

«Родитель, пытающийся изменить своего ребенка, не начиная с себя, напрасно теряет время», — говорил психотерапевт В.Л.Леви. Самовоспитание обогащает нас, помогает свести до минимума промахи.

8. Важно, чтобы дети чувствовали, что их присутствие в доме создает атмосферу счастья.

Дом — это наилучшее место для воспитания в детях добросердечия, создания здоровых эмоций, развития мышления. Для благополучного роста каждый ребенок нуждается в том, чтобы семья жила в атмосфере любви и взаимопонимания.



Радостная семейная атмосфера — счастливые улыбки родителей, понимание, любовь и привязанность — лучшая среда для детей. Если таких условий нет, ребенок испытывает негативные переживания, пусть даже он не осознает того факта, что ему чего-то недостает.

9. Помните, что любовь детей к родителям — самая сильная любовь на свете. Детская любовь, как считают психологи, намного совершеннее родительской. Особенно это заметно у малышей, еще не отягощенных личным опытом. Для них мир изобилует восхитительными осязаемыми вещами и населен полубогами-родителями. Родители создают комфортное состояние в их маленьком мире. И расстаться с ними на долгое время для маленьких детей кажется трагедией.

Это поразительное доверие непоколебимо, пока ребенка не предаст кто-нибудь из взрослых (например, расскажет всем тайну ребенка, не деликатен, может его высмеять).

10. Не сплетничайте, не жалуйтесь, не злословьте. Это влечет за собой печальные последствия для детей. Родителям необходимо быть сдержанными, не говорить пренебрежительно о других людях в присутствии детей, т. е. родители не должны ни сами сплетничать, ни позволять детям делать это.



11. Очень важно, чтобы каждый родитель помнил, что ему необходимо следить за своим поведением в отношении с ребенком и другими членами семьи. Когда в поведении родителей сквозит беспокойство, неуравновешенность, нервозность, словом,

когда улыбка в доме — редкость, тогда ребенок страдает, он чувствует себя виноватым, что живет на свете.

Таким образом, у детей развивается чувство вины, что приводит в дальнейшем к различного рода неврозам и некоторым другим заболеваниям. Позднее, уже во взрослой жизни, у человека может проявиться неверие в семью, и он будет делать заранее запрограммированные его родителями ошибки при поиске своего партнера или вовсе будет устраниваться от того, чтобы завести свою семью.



Пример поведения родителей в семье оставляет отпечаток у ребенка на всю жизнь. Знайте об этом и не травмируйте психику своего малыша, поскорее разберитесь в себе, гармонизируйте свои отношения со своей второй половиной хотя бы ради своих детей.

12. Говоря ребенку о своих чувствах, выступайте от себя. Сообщите ему о своем переживании, а не о том, что вы недовольны его поведением.

К примеру: ребенок после прогулки по улице возвращается грязный и растрепанный.

Лучшая реакция родителя: «Мне не нравится, когда дети ходят растрепанными. Это некрасиво».

Худшая: «Ну что у тебя за вид! Тебе не стыдно?»

Другая ситуация: малыш катает по полу машинку. Вы торопитесь, он мешает вам. Лучше сказать: «Мне трудно собираться, когда под ногами кто-то ползает и я боюсь на тебя наступить. Помоги мне, пожалуйста, собраться».

Хуже: «Перестань тут ползать, ты мне мешаешь!»

Если ваш ребенок добрался до магнитофона и громко включил музыку, вам лучше будет сказать: «Я очень устою от

громкой музыки», чем: «Ты не мог бы потише?!»

13. Начав фразу с высказывания своих чувств, не переходите к обсуждению личности ребенка.

К примеру, следующие варианты совершенно не годятся для того, чтобы выразить свои чувства, не задев самолюбие ребенка: «Мне не нравится, что ты такая неряха!», «Меня раздражает твое хныканье!».

Лучше будет использовать безличные предложения, нейтральные по своей эмоциональной окраске и не оскорбляющие маленького человека.

Например: «Мне не нравится, когда за стол садятся с грязными руками» или «У меня портится настроение, когда дети хныкают».

Иногда стоит коротко указать, что нужно сделать, выразив тем самым свое недовольство положением вещей в максимально корректной форме.

Например: «У тебя в комнате беспорядок. Выброси в мусорное ведро фантики от конфет и убери за собой мусор» в место: «Что за свинарник у тебя в комнате! Это — ужасно! Ты девочка, а такая неопрятная».

14. Используйте так называемые «я»-обороты для передачи ваших мыслей и чувств. «Я»-обороты — это утверждения факта. Они дают ребенку понять, как его поведение влияет на чувства взрослых.



Например;

Хуже - «Смотри, какой у тебя беспорядок!»
Лучше - «Мне нужна помощь, чтобы навести порядок прямо сейчас»;

Хуже - «Какая же ты зануда!»
Лучше - «Мне не очень хочется читать историю, когда я устал»;

Хуже - «Было бы лучше, если бы ты замолчал!»
Лучше - «Я тебя не понимаю, когда ты так кричишь»;

Хуже - «Как тебе не стыдно!»
Лучше - «Я очень расстраиваюсь, когда вижу грязь на полу»;

Хуже - «Ты тупица».
Лучше - «Я не понимаю».

«Я»-обороты, таким образом, возлагают на ребенка ответственность за перемену в своем собственном поведении.

Например, если взрослый говорит: «Я вижу грязь на твоём лице», он возлагает на ребенка ответственность сделать что-то с этим грязным пятном.

НО Не используйте «я»-обороты для выражения гнева по отношению к детям.

Проявление гнева лишает ребенка чувства безопасности, он ощущает себя очень расстроенным. Вместо гнева выразите эмоции, которые этому предшествовали.

Например, если сын разлил стакан молока, когда семья собралась за обеденным столом. Скажите: «Я очень расстроилась, когда ты устроил тут такой беспорядок». Не говорите: «Я очень разозлилась на тебя».

15. Выражайте чувство истинной силы.

Т.е. если вы приходите в ужас при виде сына, бьющего по голове своего брата, то фраза «Я не люблю, когда мальчики так делают» здесь не подходит. В таком случае как раз уместно будет сказать: «Остановись немедленно! Это ужасно, что ты так делаешь. Так нельзя». После чего не помешает поговорить с ребенком, чтобы он задумался над своим поведением.

16. Если все время делать строгие замечания ребенку, не обращая внимания на его чувства, он может потерять веру в себя и собственный успех. Постоянная критика со стороны родителей и опыт детских неудач на фоне безразлично относящихся к ним родителям могут привести ребенка к низкой самооценке.

16. Возложите на ребенка самые большие надежды. Из надежд прорастает ответственность. Надеемся на детей и делайте всё, чтобы они об этом знали.

17. Любовь, творчество и терпение — ваши самые главные помощники.

Если Вам трудно найти выход в проблемных ситуациях, Вас одолевают сомнения, эмоции, Вы всегда можете обратиться за помощью к специалисту нашей Кризисной службы. Телефон для записи на консультацию — (8112)73-25-22.

ВМЕСТЕ ЗАЩИТИМ СВОИ ПРАВА, ВМЕСТЕ ИЗМЕНИМ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО

Сегодня поговорим о законодательстве в области защиты прав женщин, детей, семьи. Эти вопросы часто обсуждались на заседаниях общественных советов при УМВД России по Псковской области и Прокуратуры Псковской области. Уже на протяжении нескольких лет мы работаем в тесном контакте по нахождению механизмов совместного сотрудничества и мы благодарны за сотрудничество и поддержку с нами в этих вопросах главным ведомствам области.



В рамках сотрудничества прокуратуры со специалистами нашего Центра были обсуждены и подготовлены дополнения в Закон Псковской области «О профилактике правонарушений в Псковской области». В частности, внесены предложения в статью об ответственности за семейные скандалы. Сотрудничество осуществлялось и в рамках созданной рабочей группы по внесению поправок к проекту Федерального закона «О предупреждении и профилактике насилия в семье», а также разработке законодательных инициатив по проблеме насилия в семье на региональном уровне. Мы уверены, что это сотрудничество принесет положительные плоды в совместной работе и по защите прав детей, семьи, любого законопослушного человека.

Мнение женщин представительниц органов власти о законодательстве в области противодействия насилию в семье. Заместитель председателя Псковского областного Собрания депутатов Елена Бибикина поддерживает предложение комиссии Общественной палаты РФ о принятии специального закона против

семейного насилия. Как передаёт корреспондент Псковского агентства информации, об этом она заявила на одном из заседаний Общественного совета при УМВД России по Псковской области на тему "Насилие в семье. Проблемы и пути их преодоления".

Новый закон о насилии в семье, считает Елена Васильевна, должен защищать не отдельно женщин, детей или стариков, а семью в целом. Кроме того, она надеется, что этот закон установит ограничения для пропагандирующих насилие телевизионных программ, например, программ НТВ. И конечно, ужесточит ответственность лиц, подвергших своих близких насилию.

Общественные помощники УМВД по Псковской области поддерживают необходимость принятия закона против насилия в семье

Член Общественной палаты ПО, психолог, старший преподаватель Российской международной академии туризма Любовь Егорова рассказала, что во Франции уже обсуждается Закон, который предусматривает уголовную ответственность даже за словесные оскорбления членов семьи. По её мнению, Закон должен предусматривать создание специализированного уполномоченного органа, занимающегося вопросами профилактики насилия и работать на предупреждение проблемы, а не постфактум. Этот полномочный орган должен, по её словам, взять на себя функции учёта семей группы риска, их мониторинга, а также посредничества между жертвами насилия и правоохранительными органами.

ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ СЛУЖБА ЦЕНТРА ПРИГЛАШАЕТ К РАЗГОВОРУ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ.

Темы для обсуждения:

«РАВЕНСТВО ПРАВ», ЧТО ЭТО И КАК ВЫ ПОНИМАЕТЕ. ВОЗМОЖНО ЛИ ОНО?

Приглашаем к разговору, ждем от вас вопросы, и ваши комментарии к ним.

Отправить их вы сможете на наш электронный адрес: <mailto:wcentr@mail.ru> с пометкой «Правозащитная служба».

Наша реклама

Услуги юриста

У нас Вы сможете получить консультацию по вопросам:

- ✓ Жилищное право
- ✓ Наследственное право
- ✓ Семейное право
- ✓ Защита прав потребителей
- ✓ Трудовое право
- ✓ Недвижимость
- ✓ Возмещение вреда, причиненного повреждением здоровья
- ✓ Приватизация

Наш юрисконсульт может представлять Ваши интересы:

- ✓ на стадии предварительного следствия;
- ✓ в суде первой инстанции;
- ✓ в суде кассационной инстанции;
- ✓ в суде надзорной инстанции;
- ✓ потерпевшего на любой стадии уголовного процесса;
- ✓ дела частного обвинения

Услуги психолога

Наши психологи готовы Вам помочь, если Вы:

- ✓ Не можете понять, что с Вами
- ✓ Чувствуете тревогу и страх
- ✓ Испытываете давление в семье
- ✓ Оказались в трудной жизненной ситуации

Телефон доверия

Домашнее насилие – это реальная угроза для Вашей жизни и Ваших детей. Не терпите.

Позвоните на телефон доверия: 75-45-45 с 10:00 до 18:00 (по будням).

Приглашаем волонтеров

В нашем Центре вы можете получить дополнительное образование по оказанию помощи людям в правовой, психологической и социальной направленности через семинары и тренинги, проводимые специалистами Центра.

В Центре работают: ШКОЛА ПРАВ ЧЕЛОВЕКА И ОБЩЕСТВЕННАЯ ПРИЕМНАЯ

Вы можете получить юридическую консультацию по интересующему вас вопросу и встретиться с специалистами центра по социальной работе, психологами, юристами, социальным адвокатом, предварительно договориться о встрече, позвонив по телефонам: 73-25-22, 75-45-74, 75-45-45 с 10.00 до 18.00 часов.

Обращение «Независимого социального женского центра» к жителям города Пскова и Псковской области

«Независимый социальный женский центр» обращается к бизнесменам и всем жителям города Пскова и Псковской области с просьбой о помощи в рамках акции «Поможем ближнему».

Приглашаем Вас выступить благотворителями в сборе денежных средств, вещей, обуви, игрушек, письменных принадлежностей.

Ваш символический вклад будет направлен на нужды реабилитационного Центра, в помощь женщинам и детям, оказавшимся в кризисной ситуации.

Денежные пожертвования Вы можете направить на счет Центра с пометкой «Поможем ближнему»

Наши банковские реквизиты:

Расчетный счет: **40703810451010100072**

Отделение №8630 Сбербанк России г. Псков

БИК **045805602**

Кор.счет **30101810300000000602**

Псковская областная общественная организация «Независимый социальный женский Центр»

ИНН **6027036830**

КПП **602701001**

Пресс-служба НСЖЦ



ПСКОВИТЯНКА газета Псковской Областной Общественной Организации «Независимый Социальный Женский Центр» Учредитель - ПО ОО "НСЖЦ"	Зарегистрировано в Северо-Западном региональном Управлении гос. комитета РФ по печати (г. Санкт- Петербург) свидетельство о регистрации п3858 от 19.07.1999	Дата выхода в свет и печать: 27 декабря 2013г. Время подписания по графику 27.12.13 Фактически - 27.12.13 Адрес редакции и издателя один и тот же: 18004, г. Псков ул. И. Головки, д.10	Отпечатано в типографии ЛОГОС Плюс Издательство, г. Псков, Октябрьский пр. д. 50, корп.1 оф.б Заказ: 10 Тираж: 1000	Гл. редактор - Н.В. Васильева Редакционный совет - Пресс-служба центра При перепечатке ссылка обязательна Газета распространяется бесплатно
---	--	---	---	---

16+