



Ruby M. Johnston

CE AR TREBUI SĂ ȘTIE ORICE PĂRINTE DESPRE ABUZUL ASUPRA COPILULUI



PARENTINGUL EFICIENT PAS CU PAS

DESPRE PARENTINGUL EFICIENT PAS CU PAS

A fi părinte este atât o călătorie fascinantă, cât și una provocatoare. Este o binecuvântare să ai un copil pe care să-l iubești, să-l îngrijești și să-l încurajezi. Cu toate acestea, este o călătorie plină de încercări - uneori minunate, iar alteori chiar frustrante. Această broșură - alături de altele din această serie - e concepută pentru a te ghida în îngrijirea sănătoasă a unui copil care să ajungă să își atingă potențialul maxim.

Fiecare broșură conține informații de bază despre ce înseamnă abilități, aptitudini și capacități de creștere a copiilor. Vei găsi activități care te ajută să aplici fiecare strategie. Chiar dacă aceste broșuri conțin informații care te pot ajuta să îți îmbunătățești felul în care îți crești copiii, s-ar putea să nu răspundă la toate întrebările pe care le are un părinte despre un anumit subiect. De aceea, este recomandat ca fiecare părinte să se alătore altor părinți în această călătorie de o viață de învățare și modelare. A fi părinte e un proces de învățare pas cu pas.

Te invităm să citești toate broșurile noastre și să ni te alături într-unul dintre numeroasele noastre traininguri. Sperăm să parcurgem împreună, pas cu pas, drumul către o creștere eficientă a copiilor.



*Cu sinceritate,
Ruby M. Johnston
Președinte, Fondator al International
Leadership and Development Center, LAMb
International*

Broșurile Pas cu Pas sunt realizate de LAMB International, Canada și Centrul de Leadership și Dezvoltare, Ucraina.



LAMB International este o organizație creștină de învățare și instruire care are la bază Efeseni 4:12-17.

Scopul nostru este de a crește capacitatea acelor persoane care lucrează cu copii și tinerii vulnerabili, defavorizați și orfani.

Focusul principal al lucrării noastre este de a instrui în domenii precum: Leadership, Traumă, Management și Protecția Copilului.

<http://lambinternational.org/>
lambinternational@gmail.com



ALIANȚA ROMÂNIA FĂRĂ ORFANI unește organizații nonguvernamentale, biserici, firme, persoane publice și private având un singur scop: **fiecare copil să beneficieze de dragostea, susținerea și siguranța apartenenței la o familie.**

Un copil care a experimentat traume, fie și doar cea a despărțirii de familie, are nevoie de o atenție aparte. Noi vrem să ajutăm la educarea și susținerea celor ce îi îngrijesc pe acești copii, în familie sau în tranziția către o familie, să o facă cât mai bine.

<https://www.romaniafaraorfani.ro/>
<https://www.facebook.com/AliantaRomaniaFaraOrfani>
<https://www.instagram.com/romaniafaraorfani/>

CE AR TREBUI SĂ ȘTIE ORICE PĂRINTE DESPRE ABUZUL ASUPRA COPILULUI

CICLUL ABUZULUI ASUPRA COPILULUI

Abuzul asupra copilului este de multe ori ciclic în familii. De fapt, mulți dintre adulții care își rănesc copiii au fost abuzați la rândul lor când erau copii. Adulții deveniți părinți de multe ori folosesc aceleași modalități de creștere a copilului pe care părinții lor le-au folosit cu ei. Dacă ei au fost loviți când erau copii, au perceput acest lucru ca fiind un mod de a disciplina copiii. Este o metodă care dăunează copiilor, atât emoțional, cât și fizic. Părinții care la rândul lor au fost abuzați pot învăța modalități mai noi și mai eficiente de a crește copiii.

PĂRINȚII BUNI POT RĂNI COPIII

Orice părinte are zile bune și zile rele. Unele zile pot fi frustrante și pot părea copleșitoare pentru un părinte. Părintele ar putea țipa prea mult, cere prea mult și poate chiar să se repeadă asupra copilului, dacă nu își menține sub control stresul și propriile frustrări. Ca părinții să fie eficienți în abilitățile de creștere a copilului, trebuie ca mai întâi să își înțeleagă propriile puncte de stres, ce anume îi declanșează iritarea, și alternative de a ține sub control aceste presiuni.

CUM SĂ OPREȘTI CICLUL ABUZULUI - PRIMUL PAS ESTE SĂ TE ÎNȚELEGI PE TINE

Există diferite modalități de a te elibera de mânie și de a-ți controla frustrările. De-a lungul seriei noastre, PAS CU PAS, ai învățat diferite abilități care să te ajute să devii părintele care îți dorești să fii. Mulți bărbați și femei au copii fără să știe absolut nimic despre cum să fii părinte. Dacă acesta este cazul și la tine, te afli printre mulți alții. Însă aspectul acesta nu este fără speranță. Poți învăța modalități noi și mai bune de a răspunde copilului tău. Faptul că citești această broșură, denotă faptul că îți dorești să fii un părinte mai bun. Continuă să citești!



În următoarele pagini ale acestui ghid se va vorbi despre:

- *Abuzul asupra copilului - Ce reprezintă*
- *Factori care afectează potențialul de a abuza*
- *Efectul abuzului asupra copilului*
- *Strategii de prevenire a abuzului asupra copilului*

CUM SĂ ÎNȚELEM ABUZUL ASUPRA COPILULUI - CE REPREZINTĂ

Sunt mai multe tipuri de abuz asupra copilului: fizic, sexual, emoțional și neglijarea. Diferite țări definesc abuzul în moduri diferite. În acest ghid vom folosi definiția dată de "Prevenția Abuzului Asupra Copilului în America", 2003, Publicația Prevenția Abuzului Asupra Copilului.

Abuzul fizic: Abuzul fizic este reprezentat de orice rănire fizică - bătaie, lovire, zdruncinare, mușcare sau orice altă formă de rănire fizică asupra unui copil. Rănirea poate fi intenționată sau nu. Poate rezulta din disciplinare excesivă sau pedepsire.

Posibile semne:

- Vânătaii sau oase rupte
- Semne sub forma unor obiecte
- Vânătaii, arsuri sau tăieturi neexplicate
- Zone fără păr
- Frică de adulți, în special de părinți
- Agresivitate
- Frică de contact fizic, precum atingerea normală sau îmbrățișarea

Abuz sexual: Abuzul sexual include pipăitul sau alte forme de atingere a genitalelor copilului, forțatul copilului să atingă abuzatorul, incestul, violatul, sodomia sau exhibiționismul, sau exploatarea copilului prin prostituție sau pornografie. Abuzul sexual este probabil forma de abuz cel mai puțin raportată, din cauză că adulții îi ademenesc pe copii în secret, rușine și tăcere.

Posibile semne:

- Lipsa deschiderii
- Interes neobișnuit sau familiaritate cu lucruri sexuale
- Manifestarea atenției în moduri neadecvate
- Frică de o anumită persoană sau membru al familiei
- Conformitate exagerată



- Agresivitate
- Usturime în timpul urinării
- Dificultate în a merge sau a sta jos
- Udatul patului sau al pantalonilor
- Mâncărimi genitale sau anale, iritații, vânătăi, sângerări sau dureri

Abuz emoțional: Abuzul emoțional poate include abuz verbal sau psihologic, sau leziuni psihice. Abuzul emoțional poate fi definit ca "acțiuni, sau lipsa lor, din partea părinților sau altor îngrijitori, care au cauzat, sau ar putea cauza, grave tulburări comportamentale, cognitive, emoționale sau mentale". Abuzul emoțional poate include și acte extreme sau bizare de pedeapsire. Copiii abuzați fizic sau sexual sunt de obicei și abuzați emoțional.

Posibile semne:

- Dezvoltare fizică sau socială întârziată
- Tulburări de vorbire, dormit sau mâncat
- Deprinderi precum legănatul, suptul degetului sau mușcatul
- Lipsa concentrării
- Lipsa emoțiilor sau a interesului
- Depresie sau retragere
- Agresivitate
- Udatul patului sau al pantalonilor

Neglijarea: Deși sunt mai multe forme de neglijare - educațională, emoțională, de mediu, medicală, de dezvoltare - cel mai bun mod de a o defini este prin neglijarea fizică. Neglijarea fizică reprezintă eșecul de a satisface nevoile de bază ale copilului precum hrana, adăpostul, îmbrăcămintea și igiena. Neglijarea este considerată o formă de abuz.

Posibile semne:

- Îmbrăcămintă murdară, ruptă, de măsuri nepotrivite sau haine neadecvate pentru vreme
- Oboseală
- Igienă slabă
- Probleme medicale netratate

- *Păstratul sau furatul mâncării*
- *Lipsa aparentă de îngrijire*
- *Abilități sociale slabe*
- *Stimă de sine scăzută*
- *Dificultăți de învățare sau abilități mentale scăzute pentru specificul vârstei*



FACTORI DE RISC CE PERMIT ABUZULUI SĂ SE ÎNTÂMPLE

Este dificil să înțelegem cum și de ce un părinte ar deveni vreodată abuziv, și este greu de imaginat că un copil aflat în grija noastră ar putea fi abuzat. Dar știm că așa ceva se întâmplă. Un adult poate nu intenționează să rănească un copil, dar este neputincios, sau nu își dorește să facă față stresului cu care se confruntă. Când acest lucru se întâmplă, unii adulți își revarsă frustrările sau mânia pe copii. Nu există un profil specific părintelui abuzator, însă sunt anumiți factori de risc care contribuie la apariția abuzului. Factorii care îi provoacă pe părinți sunt următorii:

- Sărăcia
- Izolarea socială
- Crize familiale frecvente
- Lipsa unui loc de muncă
- Abuzul în copilărie
- Abuz de substanțe - alcool sau/și droguri
- Lipsa abilităților de creștere a copilului
- Așteptări nerealiste din partea copiilor
- Lipsă de control a impulsivității
- Abuz din partea partenerului/ partenerei

EFACTELE PE TERMEN LUNG ALE ABUZULUI ASUPRA COPILULUI

Este esențial să ajungi să cunoști și să înțelegi copiii. Poți face asta citind tot ce poți despre dezvoltarea și comportamentele copiilor, muncind să înțelegi copilul și devenind un expert în comportamentul copilului tău. Ai în vedere următoarele principii:

- *La fel ca toata lumea, și copiii au anumite nevoi. Ca să își împlinescă nevoile, copiii se poartă urât.*
- *"Purtatul frumos" sau "purtatul urât" sunt cuvinte pe care le spun părinții.*
- *Copiii nu se poartă inadecvat. Ei se poartă în așa fel încât să își asigure împlinirea nevoilor.*
- *Încearcă să gândești diferit legat de comportamentul copilului tău.*
- *Poți schimba comportamentul care nu îți place fără a folosi pedepse.*
- *Când sugarii se comportă inadecvat o fac dintr-un motiv îndreptățit. Dar trebuie să îți dai seama care este acela.*
- *Când nu poți accepta un comportament, schimbă-l cu unul pe care poți să îl accepți.*
- *Lasă-i pe copii să înțeleagă cum te simți, chiar dacă nu poți exprima prin cuvinte.*
- *Este mai eficient să schimbi mediul copilului, decât să îl schimbi pe copil.*
- *Ca să schimbi comportamentele inacceptabile ale copilului tău mai mare, vorbește despre tine, nu despre el. Vorbește din perspectiva ta.*
- *Părinții care folosesc puterea vor rămâne fără ea, când copiii vor crește mari. Copiii trebuie să știe că își pot exprima opiniile.*
- *Copiii învață să facă față puterii părinților prin comportamente nesănătoase și nedorite, prin urmare cel mai bine este să îl ajuți pe copil să înțeleagă faptul că poate discuta obiecțiile pe care le au față de un adult.*
- *Dacă părinții sunt dictatoriali sau supuși, cineva are de pierdut.*
- *Când conflictele se rezolvă în așa fel încât nimeni să nu piardă și toată lumea să aibă de câștigat, relațiile se adâncesc.*



PASUL FINAL

Copiii sunt cea mai importantă resursă a noastră. Vrem să îi încurajăm și să îi facem să se simtă CAPABILI, IUBIȚI, RESPONSABIL și VALOROȘI. Folosim diverse strategii pentru a realiza asta, iar înțelegerea abuzului asupra copilului este una dintre aceste strategii.

*Ia un angajament pentru a învăța mai mult!
Citește toate broșurile Pas cu Pas*

UN CREDO PENTRU PĂRINȚI - PENTRU COPIII LOR

RELAȚIA NOASTRĂ ESTE IMPORTANTĂ PENTRU MINE.

Totuși, tu și eu suntem persoane distincte, cu propriile valori și nevoi.

HAI SĂ COMUNICĂM DESCHIS ȘI SINCER

Astfel vom înțelege mai bine ce valori are fiecare și ce nevoi avem.

ÎȚI VOI SPUNE SINCER ȘI FĂRĂ ACUZARE CUM MĂ SIMT

Îți voi spune cum sunt afectat când nevoile mele nu îmi sunt împlinite din cauza acțiunilor tale. Îți voi oferi șansa de a-ți schimba comportamentul, din respect pentru nevoile mele. Vreau ca, de asemenea, tu să fii la fel de deschis, când comportamentul meu este inacceptabil pentru tine.

HAI SĂ CONVENIM CĂ VOM CĂUTA MEREU O SOLUȚIE CARE SĂ ÎMPLINEASCĂ NEVOILE AMÂNDURORA

Astfel, când vom fi în conflict, niciunul nu pierde. Amândoi câștigăm.

VOI ÎNCERCA SĂ TE ASCULT ÎNȚELEGĂTOR CAND VEI AVEA O PROBLEMĂ

Te voi ajuta mai degrabă să găsești propriile soluții, decât să ți le impun pe ale mele. De asemenea am nevoie să mă ascuți când am nevoie de răspunsuri la problemele mele.

PUTEM FI ORICE NE PROPUNEM SĂ AJUNGEM

Pentru că relația noastră va continua să fie construită pe dragoste, îngrijire și respect.



NOTIȚE

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



PARENTINGUL EFICIENT PAS CU PAS



arfo.ro | contact@arfo.ro