

Уважаемые папы и мамы!

В жизни человек встречается не только с добром, но и со злом, приобретает не только положительный, но и отрицательный жизненный опыт. Добро лечит сердце, зло ранит тело и душу, оставляя рубцы и шрамы на всю оставшуюся жизнь.

Запомните эти простые правила в нашей непростой жизни...

- ✓ Обсудите с подростком вопрос о помощи различных служб в ситуации, сопряженной с риском для жизни.
- ✓ Проговорите с ним те номера телефонов, которыми он должен воспользоваться в ситуации, связанной с риском для жизни.
- ✓ Дайте ему ваши рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.
- ✓ Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать вам не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.
- ✓ Каждую трудную ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним.
- ✓ Обсуждайте с ребенком примеры находчивости и мужества людей, имевших выйти из трудной жизненной ситуации.

- ✓ Не иронизируйте над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально. Помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы.
- ✓ Если проблемы связаны только с тем, что ваш ребенок слаб физически, запишите его в секцию какой-либо борьбы или другую, связанную со спортом, и интересуйтесь его успехами.
- ✓ Если кто-либо из числа ваших знакомых и друзей вызывает у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не общайтесь больше с этим человеком.
- ✓ Не опаздывайте с ответами на вопросы вашего ребенка по различным проблемам физиологии, иначе на них могут ответить другие люди.
- ✓ Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства проявлял ответственность за свои поступки и за принятие решений.
- ✓ Учите ребенка предвидеть последствия своих поступков, сформируйте у него потребность ставить вопрос: «Что будет, если?..»
- ✓ Если ваш ребенок подвергся сексуальному насилию, не ведите

себя так, как будто он совершил нечто ужасное, после чего его жизнь невозможна.

- ✓ Не обсуждайте при ребенке то, что произошло, тем более с посторонними и чужими людьми.
- ✓ Не формируйте у своего ребенка комплекс вины за случившееся с ним.
- ✓ Не позволяйте другим людям выражать вашему ребенку сочувствие и жалость. Это формирует принятие им установки, что он не такой, как все.
- ✓ Дайте возможность своему ребенку проговорить с вами самую трудную ситуацию до конца и без остатка. Это поможет ему освободиться от груза вины и ответственности.
- ✓ Если в этом есть необходимость, пройдите вместе с ним курс психологической реабилитации.
- ✓ Постарайтесь переключить внимание ребенка с пережитой им ситуации на новые занятия или увлечения.
- ✓ Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья вашего.
- ✓ Не идите на компромиссы со своей совестью, даже если это ваш ребенок. Спустя годы компромисс может обернуться против вас.

СДЕСЬ ПОМОГУТ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ

8-800-2000-122 - общероссийский детский телефон доверия

8(863) 242-61-01 для нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр диагностики и консультирования г.Ростова-на-Дону» МУ «Управление образования города Ростова-на-Дону»;

8(863) 929-08-08- служба экстренной психологической помощи «Телефон Доверия» при учреждении социального обслуживания семьи и детей г. Волгодонска.

8(863) 239-25-56 - телефон доверия УГИБДД Ростовской область -

(863) 280-06-03 - уполномоченный по правам ребёнка в Ростовской области Ирина Александровна Черкасова

7 (863) 929-03-57 социально-реабилитационный центр г. Волгодонск просп. Курчатова, 28.



