

БЫТЬ В КОНТАКТЕ С РЕБЕНКОМ

ВАЖНО! Не отворачивайтесь от ребенка, если у него возникли проблемы, которые кажутся Вам пустяками. Вы старше, мудрее и опытней, а ребенок переживает всё в первый раз. Помогите ему подготовиться к самостоятельной жизни и научите справляться с трудностями, так Вы покажете, что совсем не обязательно оставаться наедине с проблемами и просить о помощи – нормально и правильно!

ВАЖНО! Ваш ребенок нуждается в Вас независимо от возраста: ребенку всегда необходимо Ваше внимание.

Рекомендация родителям: уделяя 15 минут ежедневно на разговор с ребенком о его делах и эмоциональном состоянии, Вы позволяете ребенку чувствовать себя нужным и важным для Вас, а значит – неодиноким!

ВАЖНО! Любовь и забота – это не только экономическое обеспечение нужд и предоставление материальных ценностей. Деньги, гаджеты и вещи не заменят родительских объятий и слов, выражающих теплые чувства.

Рекомендация родителям: обнимайте своего ребенка и учитесь выражать любовь словами. Простые фразы «Я люблю тебя!», «Ты очень важен в моей жизни.» дают ребенку чувство значимости и опору в борьбе с жизненными трудностями.

ВАЖНО! Вы не сможете помочь ребенку абсолютно во всём, а ребенок не всё может доверить Вам – и это нормально! Кроме того, Вы не сможете быть с ребенком в режиме «24/7».

Рекомендация родителям: научите ребенка просить о помощи других людей, расскажите о правилах обращения в экстренные службы и на горячую линию «Детский телефон доверия». Однажды это может спасти жизнь Вашему ребенку!

ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

www.растимдетей.рф

Навигатор для современных родителей
Федеральный портал информационно-просветительской поддержки родителей



8 (800) 444-22-32

Горячая линия по оказанию помощи родителям
В рамках национального проекта «Образование» оказывается психологопедагогическая, методическая и консультативная помощь родителям, а также гражданам, желающим принять ребенка на воспитание в семью (бесплатно, с 9.00 до 18.00 по рабочим дням)

8-800-2000-122

Всероссийский Детский телефон доверия
Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей (бесплатно, круглосуточно)

www.ya-roditel.ru

Я-родитель:
портал для ответственных родителей и тех, кто хочет ими стать, поддерживаемый Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации



8-800-600-31-14

Горячая кризисная линия для оказания психологической помощи несовершеннолетним и их родителям (законным представителям) на базе Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования ФГБОУ ВО МГППУ (бесплатно, круглосуточно)

8 (4832) 64-88-71

Консультационная служба помощи родителям (законным представителям) детей Брянской области «**Компетентный родитель**»



КОМИССИЯ ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ И ЗАЩИТЕ ИХ
ПРАВ ПРИ ПРАВИТЕЛЬСТВЕ БРЯНСКОЙ
ОБЛАСТИ

ПРОКУРАТУРА
БРЯНСКОЙ
ОБЛАСТИ

ГАУ "ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ
И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ"



ДТЕЙ

для ответственных взрослых

Жизнь с подростком в семье – это всегда война.

Часто до полного морального уничтожения противника. Но разумные родители воюют не против своего ребенка, а рядом с ним, **плечом к плечу.**

И тогда врагом является не подросток, а его и родительские страхи, сомнения, тревоги.

Встаньте на его сторону, услышьте его желания, ослабьте хватку, помогите ему научиться искать выход из сложной ситуации, разговаривайте с ним,

дайте ему свободы.

Брянск 2023