

БЫТЬ В КОНТАКТЕ С РЕБЕНКОМ

ВАЖНО! Не отворачивайтесь от ребенка, если у него возникли проблемы, которые кажутся вам пустяками. Вы старше, мудрее и опытнее, а ребенок переживает все 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.

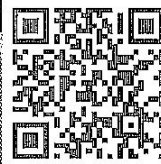
ВАЖНО! Вы не сможете помочь ребенку абсолютно во всем, а ребенок не все может доверить вам – это нормально! Кроме того, вы не сможете быть с ребенком в режиме «24/7».

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.rastimdetey.rf

Навигатор для современных родителей
Федеральный портал информационно-просветительской поддержки родителей



8 (800) 444-22-32

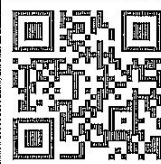
Горячая линия по оказанию помощи родителям. В рамках национального проекта «Образование» оказывается психолого-педагогическая, методическая и консультативная помощь родителям, а также гражданам, желающим принять ребенка на воспитание в семью (бесплатно, с 9:00 до 18:00 по рабочим дням)

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

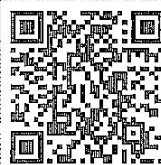


8-800-600-31-14

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

ГЛАВНЫЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ
И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ



ДЕТЕЙ

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

ПРЕДУПРЕЖДАТЬ ДЕТЕЙ ОБ ОПАСНОСТИ — ОБЯЗАННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ

Дети — самая уязвимая группа населения. Они становятся объектом различных преступлений в силу своей беспомощности, доверчивости, физической слабости, да и просто незнания жизни.

Внушайте своим детям четыре «не»:

- не ходи куда-то с незнакомыми людьми, как бы они ни уговаривали и что бы интересное и вкусное ни предлагали;
- не садись в машину с незнакомыми;
- не играй на улице с наступлением темноты, не заигрывайся во дворе при возвращении из школы;
- не открывай дверь незнакомым людям.

Напоминайте подросткам, особенно девушкам, о необходимости соблюдать следующие правила:

- уходя из дома, всегда сообщать, куда идут и как с ними можно связаться в случае необходимости;
- сообщать по телефону, когда они возвращаются домой;
- не входить в подъезд или кабину лифта с незнакомыми мужчинами;
- избегать случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании.

ПОМНИТЕ, что сексуальное воспитание и развитие юной и девушек в первую очередь зависит от вас.

Расскажите своему ребенку, учитывая его возраст и уровень развития, о сексуальности. Ребенок обратится к вам в случае сексуального приставания лишь в том случае, если он доверяет вам.

Информируйте его о возможных видах сексуальных посягательств. При этом помните, что ребенку всегда нужна ваша поддержка.

Следите за тем, с кем общается ваш ребенок и где он бывает, нет ли около него подозрительных взрослых людей или чересчур сексуально развитых сверстников. Если вы чувствуете дурное влияние, постарайтесь изолировать ребенка от этого.

Смотрите, чтобы ваш ребенок не пользовался сомнительной литературой и видеопродукцией.

Не запугивайте ребенка. Вы можете посеять в его душе страх, который, развившись с возрастом, атрофирует его волевые качества.

Поддерживайте с детьми доверительно-дружеские отношения. В этом случае ваше воздействие будет особенно эффективным.

ДЕТИ и СЕТИ ПРАВИЛА ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Сохранение ненавязчивого контроля за жизнью своего ребенка.

Родитель должен знать социальные сети, в которых зарегистрированы аккаунты ребенка, обговаривать правила и длительность времяпровождения в социальных сетях. Важно использовать с детьми младшего школьного возраста приложение «Родительский контроль» (предварительно обсудив это с ребенком).

Принятие того, что подростковая культура — потенциально протестная культура.

Будьте готовы, что категоричность и протесты — это часть возрастных изменений вашего ребенка. Возможно, подростковые увлечения детей будут казаться непонятными и странными, но открытая критика современной молодежной культуры, популярных кумиров и трендов лишь отдалит вас от ребенка.

Запрет шантажа. Угрозы не пускаться на прогулку, не покупать обещанную вещь, лишиться ребенка телефона и подключения к Интернету — неэффективный воспитательный шаг, провоцирующий конфликты! Если запрет необходим, объясните целесообразность запрета. Постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и вас, и его.

Уважайте личные границы ребенка: чтение личных переписок, а также их обсуждение — одно из страшных предательств в глазах ребенка.

Интересуйтесь жизнью ребенка: разговаривайте о делах, проблемах, трендах в социальных сетях и популярных темах обсуждения в его окружении, будьте в курсе жизни вашего ребенка. Уважительно относитесь к тому, что кажется ему важным и значимым.

Консультируйтесь с компетентными специалистами: обращайтесь за информацией к психологам, а также к специалистам по медиа- и кибербезопасности.

ЧТО В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА ДОЛЖНО НАСТОРОЖИТЬ

Изменение в поведении ребенка: был активным/веселым — стал замкнутым, потерянным, длительное время подавленное настроение, раздражительность.

Изменение внешнего вида: резкая перемена внешнего вида, в том числе появление одежды с провокационными надписями и символикой различных субкультур. Появление на теле ребенка порезов, шрамов, рисунков (татуировок) и др.

Изменение интересов ребенка: вопросы/разговоры о религии, смысле жизни, социальной несправедливости.

Рискованное поведение: фотосессии на карнизе крыш, увлечение ружингом, зацепингом, а также тряпачия данных практик в Интернете («стримы») и др.

Негативные высказывания: желание умереть, навсегда уехать, исчезнуть и др.

Сокращение виртуальной жизни: удаление родителей из друзей, наличие пароля на телефоне и компьютере и др.

Публикация/репостинг цитат, статусов, изображений деструктивных сообществ, использование специфических хештегов.

Изменение аккаунта ребенка: смена имени и фамилии, аватарки, адреса аккаунта и др.

В современном мире часты случаи участия молодежи и несовершеннолетних в несанкционированных массовых акциях, шествиях, пикетированиях, направленных на дестабилизацию ситуации, разжигание межнациональных конфликтов.

Ваш ребенок может оказаться в ситуации, в которой он станет правонарушителем или невольной жертвой действий агрессивных настроенных лиц, провоцирующих граждан на совершение противоправных действий.

Объясните детям, что участие в указанных массовых мероприятиях, призывы к насилию, хулиганские действия и беспорядки, публичное оправдание терроризма, возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни, в т.ч. в средствах массовой информации, социальных сетях, сети Интернет, мессенджерах, сопряжено с нарушением действующего в Российской Федерации законодательства, **последствием чего может быть наступление административных и уголовно-правовых последствий.**

