

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ»

Уважаемые взрослые!

На всём протяжении своего жизненного пути ребёнок встречает не только добро, но зло, приобретает не только положительный, но и отрицательный опыт.

Обсудите с ребёнком вопрос о помощи специалистов различных ведомств и служб в напряжённой ситуации, где существует угроза для жизни.

Познакомьте вашего ребёнка с «нужными» номерами телефонов, которыми он должен и может воспользоваться в сложной ситуации.

Запишите ему ваши рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.

Обсуждайте с вашим ребёнком не только его успехи и достижения, но говорите также о его страхах, тревогах и сомнениях. Каждую ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним, делайте выводы.

Рассказывайте ребёнку жизненные примеры, в которых люди, попавшие в сложную ситуацию, казавшейся безвыходной, находили силы и мужество, чтобы справиться с трудностями, и сумели выйти из трудной жизненной ситуации.

Не смейтесь над ребёнком, если в какой-либо ситуации он оказался слабым морально или физически. Помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы. Если проблемы связаны только с тем, что ваш ребёнок слаб физически, запишите его в спортивную секцию.

Вовремя отвечайте и не тяните с объяснениями на вопросы вашего ребёнка по каким-либо изменениям в его физиологии. В противном случае на них могут ответить другие люди.

Приучайте вашего ребёнка с раннего детства нести ответственность за свои поступки и за принятие каких-либо решений.

Учите ребёнка предугадывать последствия поступков, которые он совершил. Воспитайте у него потребность задавать самому себе вопрос «Что будет, если?»

Не формируйте у своего ребёнка вину за произошедшее, а анализируйте и делайте выводы, чтобы это больше не повторилось.

Говорите с ребёнком «от и до». Дайте ему возможность выговориться, обсудить ситуацию сначала и до конца. Это поможет ему освободиться от груза ответственности и вины.

Отвлеките ребёнка от пережитой им ситуации на что-то более приятное.

Не оставляйте открытыми проблемы, где необходимо вмешательство специалистов в сохранении психического и физического здоровья ребенка.

Если Вам необходима помощь, не бойтесь обращаться за консультацией к специалистам. Вам и Вашему ребёнку не откажут в помощи.

Помните, рядом с Вами всегда есть люди, которые могут Вам помочь!