

Памятки для родителей младших школьников

Как делать уроки с младшим школьником?

Главное — найдите способ заинтересовать ребёнка учёбой, превратите выполнение домашнего задания в увлекательное занятие, а не в ненавистную повинность (это могут быть игра-соревнование, придуманная вами вместе с ребёнком, игра-путешествие, моральное или материальное стимулирование).

Важно правильно организовать приготовление уроков: составьте с ребёнком распорядок дня и активно поощряйте за его выполнение; объясните ему, что от того, насколько он быстро и хорошо сделает уроки, зависит, сколько времени ему останется для игр и интересных занятий.

- ❖ Правильный распорядок дня требует, чтобы после школы ребёнок отдохнул, погулял и только после этого начал готовить уроки.
- ❖ Желательно, чтобы школьник садился за уроки в одно и то же время.
- ❖ Во время выполнения домашнего задания ребёнок не должен отвлекаться: выключите телевизор, компьютер, уберите игрушки со стола.
- ❖ Оговорите с ребёнком время, за которое он должен выполнить домашнее задание (поставьте перед ним часы). Такой приём поможет научить школьника ценить своё время, не отвлекаться.
- ❖ Подскажите ребёнку, что выполнять домашнее задание следует по принципу от простого к сложному, от устного задания к письменному (например, по русскому языку сначала надо выучить правило, а потом сделать письменное упражнение).
- ❖ Через каждые 15—25 минут (в зависимости от возраста школьника) делайте небольшой перерыв, во время которого ребёнок может

выполнить несколько физических упражнений для снятия усталости мышц спины, глаз.

- ❖ Не устраивайте сцен, если ребёнок ошибся или грязно написал в тетради. Школьник не должен связывать выполнение уроков с неприятными эмоциями. Напротив, чаще хвалите ребёнка за удачно выполненное задание. Терпение, доброжелательный тон — важное условие успешной помощи маленькому ученику.
- ❖ Постепенно приучайте ребёнка к самостоятельности. Не сидите рядом с ним постоянно. Не спешите давать ему готовый ответ. Лучше подскажите, где искать этот ответ.
- ❖ Приучайте ребёнка к самоконтролю. Если заметили ошибку в тетради, не торопитесь показывать, где она, тем более не исправляйте. Пусть школьник попытается найти ошибку сам; вы только подскажите, на какой строчке она находится.
- ❖ Хорошо подумайте, целесообразно ли нагружать ребёнка дополнительными заданиями, заставлять его выполнять домашние уроки сначала в черновике, а потом переписывать в тетрадь. Ребёнок переутомляется, нередко начинает учиться не лучше, а хуже. Он теряет интерес к учёбе, которая становится для него скучным и тяжким трудом. Соблюдайте чувство меры!
- ❖ Проявляйте искренний интерес не только к отметкам, но и к тому, что ребёнку особенно нравится в школе, какие предметы он любит, а какие нет, какие у него одноклассники, с кем он дружит.

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ!

Если вы научите ребёнка хорошо и быстро выполнять домашнее задание самостоятельно, то, во-первых, он будет так же успешно работать на уроке, во-вторых, вы снимете с себя груз проблем, связанных с приготовлением уроков в средней школе.

Как заниматься с первоклассником, пока нет домашних заданий

Очень многие ответственные и заинтересованные родители беспокоятся, что в 1-м классе нет домашних заданий, и поэтому сами стараются нагрузить ребёнка: проводят диктанты, заставляют решать примеры, задачи и т. д. Делать этого не стоит. Помните, что главное в 1-м классе — не сформировать какие-то навыки ребёнка, а развить психологические функции, необходимые для продуктивной учебной деятельности, научить учиться, сохранить и укрепить желание ходить в школу.

Вот некоторые советы, как можно заниматься с первоклассником:

- ❖ Читайте вместе с ребёнком по очереди детские книги (сначала вы читаете большую часть текста, а потом постепенно передаёте «пальму первенства» малышу). Главная ваша задача — не «натаскать» первоклассника на быстрое чтение, а привить ему интерес к самому этому процессу.
- ❖ Не заставляйте малыша писать бесконечные строчки букв, ведь он ещё не умеет правильно писать. А если вы просите ребёнка многократно повторить написание какой-либо буквы, то его рука «запомнит» именно такое — неправильное — написание этой буквы. Лучше займитесь лепкой, рисованием букв, конструированием их из проволоки. Подобные занятия способствуют запоминанию зрительного образа буквы и развитию мелкой моторики.
- ❖ Математикой занимайтесь практически, используя любые жизненные ситуации. Например, для закрепления навыков счёта сосчитайте вместе с ребёнком ступеньки лестницы в вашем подъезде, деревья под окном и т. п. Составляйте условия задач (или просите ребёнка их придумать) из конкретных вещей и предметов, которые можно увидеть на улице, в квартире и т. д. Например, стоя у дороги, можно «увидеть» следующую задачу: в одну сторону едут 3 машины, а в другую — 5 машин. Сколько всего машин едет по дороге? На сколько больше машин едет в одну сторону, чем в другую?

- ❖ Постоянно обращайтесь внимание ребёнка на явления и закономерности окружающего мира. Не заставляйте первоклассника заучивать параграфы из учебника по окружающему миру. Лучше беседуйте с ним обо всём, что привлечёт его внимание: «Почему осенью деревья сбрасывают листву? Как устроен компьютер?» И чем больше таких вопросов задаёт ребёнок, тем лучше.
- ❖ Развивайте воображение, фантазию ребёнка: пусть он нарисует, скажем, своё настроение, сказочную птицу или придумает свою сказку с такими, например, героями, как ёжик, Красная Шапочка, Баба Яга.
- ❖ Мастерите вместе с ребёнком то, что ему интересно, и то, что вы сами умеете и любите.

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ!

Приветствуйте успехи ребёнка и принимайте его неудачи. Будьте с ним рядом всегда и везде, доверяйте ему.

Как помочь первокласснику справиться со стрессом в адаптационный период?

Поступление в школу — это стресс для ребёнка. Чтобы безболезненно пережить вместе с ним этот жизненный этап, попробуйте использовать следующие приемы:

1. С раннего утра настраивайте ребёнка на доброе отношение ко всему. Скажите: «Доброе утро!», приготовьте что-нибудь вкусненькое на завтрак, собирайтесь в школу без суеты.
2. Ласково, без нравоучений проводите малыша в школу. Покажите ему путь от дома до школы. Но помните:

САМЫЙ КОРОТКИЙ ПУТЬ — НЕ ЗНАЧИТ САМЫЙ БЕЗОПАСНЫЙ!

3. Встречая ребёнка после уроков, порауйтесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно (без вас) несколько часов. Расспросите о школьных делах, похвалите, поддержите. Не расстраивайтесь, если ребёнок поначалу не будет много рассказывать о школе. Столько эмоций, впечатлений, что ему трудно пока обобщить весь объём новой информации.

4. Если появились первые трудности, будьте щедры на похвалу, а не на критику. Замечание делайте конкретное и ни в коем случае не касайтесь личности ребёнка. Малыш должен быть уверен, что вы его любите не за хорошую учёбу, а за то, что он есть на свете.

5. Никогда не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми. Это может привести к формированию низкой самооценки или к озлоблению.

6. Если учитель предъявляет претензии к вашему ребёнку, не объединяйтесь с ним против малыша. Не ругайте его в школе, при одноклассниках, а позже дома спокойно объясните ему, в чём он не прав.

7. Не позволяйте ребёнку замыкаться на школьных неудачах. Постоянно подчёркивайте важность не отметки, а самого процесса обучения, познания нового и интересного. Найдите такую форму деятельности вне школы, где ваш ребёнок сможет проявить свои способности, обретёт уверенность в себе.

8. Обязательно найдите общий язык с учителем, старайтесь как можно чаще общаться с ним, будьте в курсе всех удач и неудач вашего ребёнка в школе. Избегайте обвинений, агрессии. Помните — только доброжелательный тон, такт и терпение!

Как помочь ребёнку включиться в учёбу после летних каникул!

Вот и подходят к концу длинные летние каникулы... Как трудно иногда переключиться с отдыха на работу! Вот несколько советов, которые помогут ребёнку быстрее войти в рабочий режим.

1. В последние дни каникул постепенно переводите ребёнка на тот режим дня, которому он следует во время учёбы (пораньше укладывайте спать, пораньше будите с утра).

2. Постарайтесь на утро назначать приятные дела, чтобы ребёнок просыпался с хорошим настроением.

3. Отправьтесь вместе с ребёнком за покупками в канцелярский магазин. Пусть он что-нибудь сам себе выберет из школьных принадлежностей, которые скоро ему пригодятся .

4. Обсудите с ребёнком, на какие школьные предметы следует обратить особое внимание. Может, стоит открыть прошлогодние учебники и тетради и освежить в памяти изученный материал.

5. Вспомните, у кого из одноклассников скоро день рождения. Подумайте вместе с ребёнком, как его поздравить, и заранее приготовьте подарок.

6. Не проявляйте излишней строгости в первые дни сентября. На первых порах помогайте ребёнку в приготовлении домашнего задания. Лишний раз приласкайте, похвалите его, не ругайте, и тогда он быстрее войдёт в школьный режим.

Как родителям найти общий язык с учителем?

Не забывайте, что, во-первых, учитель — обычный человек, со своими слабостями и недостатками, во-вторых, учитель — ваш союзник и помощник в деле воспитания вашего ребёнка. Поэтому относитесь к

учителю как к важному деловому партнёру, уважайте его, никогда не показывайте своего плохого настроения, отрицательных эмоций, в любой ситуации сохраняйте терпение, такт, доброжелательный тон, будьте вежливы.

Если возникла конфликтная ситуация, не торопитесь осуждать учителя, тем более жаловаться на него администрации школы или вышестоящей организации. Иногда бывает достаточно поговорить с учителем по душам — искренне, откровенно, доброжелательно, — и конфликт будет исчерпан. Возьмите себе за правило никогда не обсуждать слова и поступки учителя в присутствии ребёнка. Школьник должен знать, что в семье учителя уважают, считаются с его мнением.

Старайтесь не игнорировать замечания или требования учителя, даже если вы с ними не согласны. Если вас что-то не устраивает, лучше тактично скажите об этом учителю, не держите обиды в себе. При этом избегайте обвинений, агрессии.

Обязательно посещайте родительские собрания, будьте в курсе всех событий, происходящих в классе и школе, принимайте активное участие в жизни класса.

Ваш учитель — скорее всего женщина. Не забывайте проявлять к ней внимание. Вежливость, комплимент, небольшой знак внимания, лишнее «спасибо» приятны любому человеку.

Помните, что у учителя тоже есть семья, поэтому все вопросы, касающиеся вашего ребёнка, решайте с учителем после уроков в школе в отведённое для консультаций время.

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ!

Только в содружестве с учителем можно добиться хороших результатов. Какие правила общения с ребёнком следует знать, чтобы избежать конфликтов?

Правило первое. Ваше общение не должно строиться на основе авторитарного давления на ребёнка по типу: «Взрослый всегда прав». Школьник младших классов хочет быть равноправным членом семьи и часто не понимает, почему вам можно, а ему нельзя.

Правило второе. Стройте ваше общение с ребёнком на основе не

требований-запретов («Я не разрешаю тебе играть на компьютере»), а требований-объяснений («Собери ранец лучше вечером, потому что утром ты будешь торопиться и можешь что-нибудь забыть»).

Правило третье. Никогда не угрожайте и не обещайте наград! Старайтесь избегать фраз типа: «Если сделаешь в домашнем задании ошибки, то не будешь смотреть мультфильмы». Награду за хорошие отметки, отличное поведение лучше предъявляйте без предварительных обещаний.

Правило четвёртое. Умейте выслушать ребёнка, даже если он говорит не то, что вы хотите. Помните, что каждый человек имеет право на своё мнение. Чаще устраивайте доброжелательные споры, в процессе которых рождается истина.

Правило пятое. Разговаривая с ребёнком, следите за интонацией своей речи, выражением лица, эмоциями, используйте юмор и шутку, они поднимут настроение. Чаще улыбайтесь своему малышу!

Каким должен быть домашним завтрак младшего школьника?

Известно, что школьники, которые получают полноценный завтрак дома, лучше учатся, реже страдают от избыточного веса и простудных заболеваний.

Завтрак для ребёнка должен обязательно включать в себя фрукты, зерновые и молочные продукты!

Есть определённые продукты, стимулирующие умственную деятельность школьника. Например, для поддержания работы мозга необходима глюкоза, которая содержится в сладком чае, в шоколадных конфетах.

Актуален в школьном рационе витамин B6 (витамин памяти), помогающий быстрее думать, концентрирующий внимание). Содержится в макаронах из твёрдых сортов пшеницы, бананах, картофеле, орехах.

Витамин F избавляет от рассеянности. Содержится в зелени, капусте.

Магний помогает справиться с бессонницей, тревожностью, стрессами. Его много в плавленом сыре, картофеле, молоке.

Для того чтобы ребёнок позавтракал с аппетитом, примените фантазию. Например, обычную кашу украсьте горстью свежих ягод или из кусочков фруктов выложите на тарелке смешного человечка.

Попробуйте приготовить ребёнку на завтрак следующие блюда:

- **Макаронный салат.** Разноцветные макароны твёрдых сортов отварить, откинуть на дуршлаг, остудить. Маслины без косточек нарезать колечками, смешать с макаронами. Добавить зелёный горошек. Посолить по вкусу. Полить оливковым маслом или заправить майонезом*

• Каша «С добрым утром!». К геркулесовым хлопьям добавить свежие фрукты, сухофрукты, орехи, семечки. Залить кипящим молоком, поддержать на огне 1—2 минуты, закрыть крышкой, дать настояться. Через 3—5 минут каша готова. Добавить по вкусу мёд, сахар, соль, сливочное масло.

Как правильно подготовить ребёнка к школе?

Раньше готовым к школе считался ребёнок, обладающий определённым запасом знаний. Сейчас психологи и педагоги утверждают, что знания — это не цель, а средство развития ребёнка. Главное — это не само знание, а умение им пользоваться, самостоятельно его добывать, анализировать. Поэтому самым важным элементом подготовки ребёнка к школе является формирование умения учиться. Учите ребёнка сознательно подчинять свои действия общему правилу (например, читать книгу сидя, соблюдая расстояние от глаз до книги 25—30 см), внимательно слушать говорящего и точно выполнять данное задание, проявлять самостоятельность, инициативу, творчество в любом виде деятельности.

Расширяйте и углубляйте представления ребёнка об окружающем мире. Если вы не будете отмахиваться от возникающих у ребёнка вопросов, не будете отгораживать его от окружающей взрослой жизни — подготовка к школе будет идти естественно и без напряжения.

Развивайте устную речь будущего школьника. Как можно чаще читайте своему ребёнку детскую литературу; беседуйте с ним о прочитанных произведениях; чаще просите ребёнка пересказать только что услышанную им сказку или рассказать о том, что интересного он увидел во время прогулки.

Чаще превращайте повседневные просьбы в развивающие задания.

Например, для лучшего ориентирования ребёнка в пространстве эффективны следующие задания:

- Подай, пожалуйста, чашку, которая стоит справа от тарелки.
- Найди на верхней полке третью книгу, считая справа налево.
- Скажи, что находится в комнате за комодом, между стулом и диваном, за телевизором.

Развивайте мелкую моторику с помощью лепки, рисования, штриховки, конструирования из различных деталей. Чем лучше развита рука, тем легче ребёнку научиться писать, тем быстрее развивается его интеллект.

Приучайте будущего первоклассника к школьному режиму — рано ложиться спать и рано вставать. Прививайте ему привычку соблюдать элементарные санитарно-гигиенические навыки: пользоваться общественным туалетом; мыть руки перед едой и др. Учите его самостоятельно одеваться, аккуратно складывать свои вещи, соблюдать порядок.

Воспитывайте у ребёнка позитивное отношение к школе. Попробуйте

создать «романтическую обстановку» вокруг школьной жизни, где будут новые друзья, мудрая учительница и целый набор новых впечатлений и эмоций. Никогда не запугивайте ребёнка школой: «Вот пойдёшь в школу, там быстро тебя воспитают!»

Чтобы у ребёнка возникло ощущение, что он вступает в новую полосу жизни, кардинально измените его жизнь: сделайте перестановку в комнате ребёнка, придумайте ему новые обязанности по дому и т. п.

Как помочь ребёнку научиться решать простые арифметические текстовые задачи!

Арифметические текстовые задачи развивают логическое мышление ребёнка, поэтому в начальной школе важно, чтобы ученик приобрёл умение решать данные задачи самостоятельно.

Очень часто школьник не понимает условие задачи, поэтому и не может её решить. Для того чтобы убедиться, что ваш ребёнок понял условие задачи, используйте следующие приемы:

- попросите ребёнка несколько раз прочитать задачу и представить, о чем в ней говорится;

- спросите, что означает каждое число в задаче;

- попросите изобразить задачу графически, с помощью чертежа, сделать краткую запись задачи;

Помощником в работе над задачей является памятка, раскрывающая алгоритм решения задачи. Она включает в себя следующие задания:

1. Читаю задачу...
2. Известно...
3. Надо узнать...
4. Объясняю...
5. Решаю...
6. Ответ...
7. Проверяю...

Для закрепления умения решать простые задачи просите ребёнка составлять задачи по готовому решению, по краткой записи, по рисунку.

Как развивать речь младшего школьника?

Учитель сказал, что у вашего ребёнка бедная речь. Это значит, он не знает низкочастотных слов, то есть слов, которые употребляются нечасто. Незнание многих слов или их смысла приводит к тому, что ребёнок не может не только красиво, но и понятно изложить свои мысли. Иногда даже родители не в состоянии понять своего малыша, когда тот пытается пересказать только что просмотренный фильм или поведать о том, что с ним приключилось во время прогулки. Бедность речи может стать причиной неудовлетворительных отметок за пересказы, изложения, сочинения, а также негативного отношения ребёнка к чтению в частности (ведь, читая, ученик не понимает значения большей части слов, а значит, и смысла произведения в целом) и к учёбе вообще.

Не оставляйте решение этой проблемы учителю. Начните сами занятия с ребёнком по развитию речи.

Чтобы узнать и запомнить низкочастотные слова, ребёнку нужно лишь повседневное общение с вами. Например, гуляя по парку, он с помощью ваших объяснений быстро поймёт, что такое крона дерева, ясное небо, золотая осень и т. д.

Развитию речи также помогают и некоторые игры.

Игра «Целое животное». Можно играть в компании 3—4 человек. Ведущий даёт задание: например, описать белочку. Все дети говорят по очереди по одному предложению:

- У белочки рыжая шубка и пушистый хвост.
- Она маленькая и юркая.
- Белка умеет быстро прыгать с одного дерева на другое.
- Это животное обитает в лесу.
- Белочка любит грызть орешки.

Проигрывает тот, кто не придумает следующее предложение. В конце игры можно предложить одному из её участников описать белку или дать задание всем — нарисовать это животное.

Игра в слова. Участники по очереди называют слова, начинающиеся с последней буквы предыдущего слова. Можно играть, называя слова на определённую тему, например на фруктовую: груша — абрикос — слива — айва — апельсин — нектарин...

Игра «Балда» чрезвычайно полезна ученикам, пропускающим при письме в слове буквы. Один участник загадывает слово, указывая, из какой оно

области (транспорт, цветы, деревья), и обозначая его первую и последнюю буквы, а общее их количество заменяется чёрточками. Например, слово клён будет выглядеть так: к - - н. Другой называет буквы, стараясь угадать пропущенные. Верно названная буква встаёт на своё место, а неверно названная — превращается в буквы слова балда. Игра прекращается, когда слово угадано, а также в том случае, если составлено слово балда. Обязательным условием развития речи школьника является чтение художественной литературы. Если ребёнок читает ещё плохо, читайте ему сами, контролируя, чтобы он водил пальцем по строчкам, следя за вашим чтением. При этом обращайте внимание на трудные, непонятные слова и выражения, объясняйте их смысл.

РОДИТЕЛЯМ НА ЗАМЕТКУ!

Чем больше ребёнок читает, тем богаче его словарный запас, тем более развита его речь.

Памятки родителям подростка

Подростковый возраст - возраст кризисный и уязвимый. Ваш ребенок взрослеет, сталкивается с многочисленными трудностями. Если подросток остался один на один со своей проблемой, если он запутался, устал и не видит выхода - велика вероятность того, что найдется «доброжелатель» и предложит свою «помощь» в решении всех проблем сразу.

Уважаемые мамы и папы!

Если Вы хотите, чтобы Ваш ребенок:

- не скрывал от Вас своих неприятностей и переживаний;
- говорил правду, какой бы она ни была;
- советовался с Вами, уважаю Ваше мнение,

То попытайтесь использовать в жизни своей семьи определенные правила:

1. Если ребенок сообщил Вам о своих неприятностях, не стоит хвататься за сердце, кричать плакать и обвинять его. Иначе в следующий раз Ваш ребенок как следует подумает, прежде чем сказать правду. Ведь ему не нужны лишние проблемы, и он не хочет стать причиной Ваших страданий.

2. Принимайте ребенка таким, какой он есть, ведь он нуждается не в критике, а прежде всего - в понимании и сочувствии.

3. Выслушивайте ребенка. Если человек умеет слушать, то видно, что ему интересно, он старается понять, что ему говорят, он старается узнать о чувствах, о взглядах своего ребенка, не вступая с ним в спор.

4. Умейте поставить себя на место своего ребенка. Подростку часто кажется, что с теми проблемами, с которыми ему пришлось столкнуться, никто раньше не сталкивался, поэтому отнеситесь к его проблемам серьезно.

Рассказывайте своему ребенку о себе. Детям часто трудно, представить, что Вы тоже были молодыми. Не бойтесь говорить ребенку о своей молодости, о тех ошибках, которые сами совершали. При этом помните: Такой разговор не повод для поучительных историй («когда я был в твоём возрасте...», «если бы мы жили так, как вы сейчас...» и т.д.);

Не делайте из рассказа выводов-наставлений: («учись...», пока мы живы добивайся успеха» и т.д.

Рассказ должен быть «к месту», дабы не зависнуть в пространстве, не найдя понимания.

Старайтесь обнаружить истинную проблему своего ребенка и, не разрушая его собственного решения, попытайтесь помочь преодолеть трудную ситуацию самостоятельно.

Не предъявляйте ребенку завышенных требований. Идеальных детей не бывает. Иначе он будет рассказывать только то, что хотят услышать родители.

Старайтесь не унывать, сталкиваясь с проблемой. Глядя на то, как Вы решаете свои проблемы, Ваш ребенок будет учиться не паниковать в трудной ситуации.

Развивайте здоровое чувство юмора в себе и своем ребенке. Часто именно юмор спасает нас от стресса.

Учитесь радоваться своим и чужим победам и учите этому своего ребенка.

Старайтесь говорить правду своим детям. Если ребенок часто уличает Вас во лжи, с какой стати он сам станет говорить Вам правду?

Памятка для родителей по профилактике суицида у подростков

Советы для родителей по профилактике подростковых суицидов.

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.
2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

"Что посеешь, то и пожнёшь!" - гласит народная мудрость.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям прост и доступен: "Любите своих детей, будьте искренне и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе".

ПРИЧИНЫ ПРОЯВЛЕНИЯ СУИЦИДА

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
- Резкое повышение общего ритма жизни

- Социально-экономическая дестабилизация
- Алкоголизм и наркомания среди родителей
- Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие
- Алкоголизм и наркомания среди подростков
- Неуверенность в завтрашнем дне
- Отсутствие морально-этических ценностей
- Потеря смысла жизни
- Низкая самооценка, трудности в самоопределении
- Бедность эмоциональной и интеллектуальной жизни
- Безответная влюбленность

ЧТО МОЖЕТ УДЕРЖАТЬ ПОДРОСТКА ОТ СУИЦИДА:

- Установите заботливые взаимоотношения с ребенком
- Будьте внимательным слушателем
- Будьте искренними в общении, спокойно и доходчиво спрашивайте о тревожащей ситуации
- Помогите определить источник психического дискомфорта
- Вселяйте надежду, что все проблемы можно решить конструктивно
- Помогите ребенку осознать его личностные ресурсы
- Окажите поддержку в успешной реализации ребенка в настоящем и помогите определить перспективу на будущее
- Внимательно выслушайте подростка!

Это важно помнить родителям!

Уважайте

своего ребенка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребёнка делать что-то против своей воли.

- Если вы знаете, что ребёнок соседей подвергается насилию, избиению со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в милицию.
- Если ваш ребёнок говорит о нездоровом интересе к нему вашего мужа, прислушайтесь к его словам, поговорите с мужем, не оставляйте ребёнка один на один с ним, и если отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этим человеком, нет ничего дороже счастья собственного ребенка.
- Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.
- Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.
- Если вы заметили странность в поведении ребенка, поговорите с ним, что его беспокоит. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

