

## Выслушайте своего ребенка

- ♦ Найдите сегодня время и выслушайте, что пытается сказать вам ребенок
- ♦ Узнайте о его проблемах
- ♦ Каждый вечер говорите ребенку, что любите его, и даже браня ребенка не забывайте поддерживать его
- ♦ Чаще говорите «Всё будет хорошо!», «Всё будет в порядке!»
- ♦ Общение, разговор, внимательный слушатель— вот лучшее лекарство от большинства проблем детей

Слушая ребенка можно понять, чем он интересуется, что его беспокоит. Иногда родители или учитель, который умеет слушать ребенка и заботиться о нем, является источником жизни для него. Слушая их, мы помогаем ребенку не падать духом и начинать всё заново не смотря на трудности.

**Берегите себя  
и своих близких!**



Служба межведомственного взаимодействия по противодействию жестокому обращению и насилию в отношении несовершеннолетних

## Памятка для родителей

Государственное автономное учреждение Иркутской области «Центр психолого-педагогической медицинской и социальной помощи»

# Стратегии предупреждения насилия

1. **Подавайте хороший пример.** Угрозы, а также битьё, психологическое давление, оскорбления редко улучшают ситуацию. Ваш ребенок берет за образец Ваше поведение и будет учиться у Вас справляться с гневом без применения силы.
2. **Станьте частым посетителем школы.** Так Вы сможете знать о всех проблемах в учебе вашего ребенка и вовремя оказать ему помощь в устранении этих проблем
3. **Поощряйте желание говорить с Вами о своих страхах, своем гневе и печали.** Родители должны слышать тревоги своих детей, разделять их интересы и чувства, а также давать хорошие советы.

4. **Гордитесь своим решением воспользоваться помощью.** Это трудное решение, но оно отражает Вашу зрелость. Это поможет предупредить насилие

Если вы испытываете трудности в воспитании своих детей, хотите посоветоваться или поделиться своими проблемами, Вы можете позвонить на телефон доверия :

**8-800-2000-122**

# как защитить своего ребенка

1. Научите ребенка тому, что он может сказать «Нет» любому взрослому, если почувствует опасность
2. Научите Вашего ребенка сообщать о том, куда он идет, когда собирается вернуться и сообщать, если планы меняются
3. Старайтесь сами забирать вашего ребенка из детского сада, школы.
4. Будьте чуткими родителями. Если что-то случилось, ребенок, в первую очередь, должен рассказать об этом Вам.