



НИЦМП

Научно-исследовательский центр мониторинга и профилактики  
деструктивных проявлений в образовательной среде

<https://vk.com/nicmp>

[https://vk.com/parental\\_control](https://vk.com/parental_control)

## **ДОВЕРИТЕЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С РЕБЕНКОМ – ЗАЛОГ БЕЗОПАСНОСТИ ЕГО ЖИЗНИ. БЫТЬ В КОНТАКТЕ С РЕБЁНКОМ – ПРОСТО!**

### **ВАЖНО!**

Родители несут ответственность не только за экономическое содержание и обеспечение ребенка образованием, но и за формирование его личности. Родители дают знания о мире, учат решать проблемы и устанавливать отношения с другими людьми.

**Рекомендация родителям:** 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!**

Интересы ребенка – часть его жизни и личности, они отражают его психологическое состояние. Родителям необязательно быть экспертами в молодежной музыке, кинематографе и комиксах, но познакомиться с интересами ребенка – задача каждого родителя.

**Рекомендация родителям:** расспросите ребенка о его увлечениях и по возможности постарайтесь разделить данные увлечения с ним (послушать музыку или стрим модного блогера, посмотреть популярный молодежный сериал и др.). С одной стороны, это способ провести время вместе, а с другой – узнать больше о своем ребенке, а также о возможных проблемах его жизни.

### **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.

**ЕДИНЫЙ ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ,  
ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**

**8 – 800 – 2000 – 122**