

### Советы психолога родителям

- У подростка необходимо сформировать убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами, ошибками, достоинствами и недостатками;
- Надо своими поступками показать, что вам можно доверять;
- Поддерживайте положительные поступки подростка. Хвалите за помощь животным, природе;
- Больше говорите ласковых слов, обнимайте ;
- Контролируйте и регламентируйте пребывание ребенка в сети с помощью технических средств;
- Задавать вопросы так, чтобы у ребенка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора. К примеру, «Что сегодня было интересного в техникуме? »;
- Вы должны принимать его со всеми ошибками и помогать не допустить их в будущем. Подросток не должен бояться сказать вам правду;
- Учите ребенка противостоять трудностям и справляться с ними;
- Если Вы столкнулись с угрозой или заподозрили угрозу жизни Вашего ребенка, помните, что поддержка близких, их внимание, разговор по душам способны удержать от рокового шага;
- Если Вы испытываете трудности, обратитесь за помощью к специалистам.

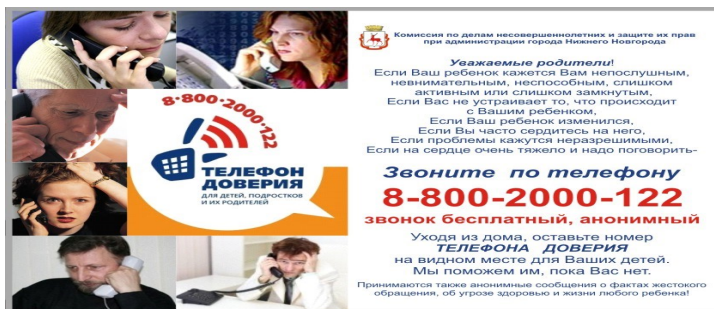
**Профессиональную помощь в ситуации угроз жизни могут оказать психологи и медицинские работники (врачи психиатры и психотерапевты)**



### Советы психолога родителям

- У подростка необходимо сформировать убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами, ошибками, достоинствами и недостатками;
- Надо своими поступками показать, что вам можно доверять;
- Поддерживайте положительные поступки подростка. Хвалите за помощь животным, природе;
- Больше говорите ласковых слов, обнимайте ;
- Контролируйте и регламентируйте пребывание ребенка в сети с помощью технических средств;
- Задавать вопросы так, чтобы у ребенка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора. К примеру, «Что сегодня было интересного в техникуме? »;
- Вы должны принимать его со всеми ошибками и помогать не допустить их в будущем. Подросток не должен бояться сказать вам правду;
- Учите ребенка противостоять трудностям и справляться с ними;
- Если Вы столкнулись с угрозой или заподозрили угрозу жизни Вашего ребенка, помните, что поддержка близких, их внимание, разговор по душам способны удержать от рокового шага;
- Если Вы испытываете трудности, обратитесь за помощью к специалистам.

**Профессиональную помощь в ситуации угроз жизни могут оказать психологи и медицинские работники (врачи психиатры и психотерапевты)**



### Советы психолога родителям

- У подростка необходимо сформировать убеждение, что его любят в семье и принимают таким, какой он есть, со всеми его проблемами, ошибками, достоинствами и недостатками;
- Надо своими поступками показать, что вам можно доверять;
- Поддерживайте положительные поступки подростка. Хвалите за помощь животным, природе;
- Больше говорите ласковых слов, обнимайте ;
- Контролируйте и регламентируйте пребывание ребенка в сети с помощью технических средств;
- Задавать вопросы так, чтобы у ребенка не возникло желания на них не отвечать или избегать разговора. К примеру, «Что сегодня было интересного в техникуме? »;
- Вы должны принимать его со всеми ошибками и помогать не допустить их в будущем. Подросток не должен бояться сказать вам правду;
- Учите ребенка противостоять трудностям и справляться с ними;
- Если Вы столкнулись с угрозой или заподозрили угрозу жизни Вашего ребенка, помните, что поддержка близких, их внимание, разговор по душам способны удержать от рокового шага;
- Если Вы испытываете трудности, обратитесь за помощью к специалистам.

**Профессиональную помощь в ситуации угроз жизни могут оказать психологи и медицинские работники (врачи психиатры и психотерапевты)**



## Когда и куда обращаться в ситуации риска и угрозы жизни?

### Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психологу:

- непонимание своего ребенка, напряженная атмосфера в семье;
- конфликтность по отношению к другим (семейные конфликты, конфликты со сверстниками);
- агрессивность по отношению к окружающим;
- зависимости (компьютерная, пищевая);
- смена настроения, переживания, печаль, обиды, подавленность и т.д.;
- негативные изменения в поведении (склонность к уходу из дома, воровство и т.д.);
- резкое снижение успеваемости ;
- изменения в самооценке; нарушения сна, повышенная утомляемость;
- неверие в свое будущее, негативная оценка настоящего и будущего и пр.

### Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психиатру:

- длительное (более одного месяца) повышение или понижение настроения;
- суицидальные попытки;
- параноидальные идеи, бред, галлюцинации, различные фобии (страхи);
- длительная бессонница;
- зависимости (от алкоголя, наркотиков);
- сильная тревога и пр.

#### **Полезные сайты**

<http://www.ya-roditel.ru>—Решение психологических проблем детей ;

[62ru.ru/news1.php](http://62ru.ru/news1.php) - Спасение детей от кибер преступлений.;



## Когда и куда обращаться в ситуации риска и угрозы жизни?

### Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психологу:

- непонимание своего ребенка, напряженная атмосфера в семье;
- конфликтность по отношению к другим (семейные конфликты, конфликты со сверстниками);
- агрессивность по отношению к окружающим;
- зависимости (компьютерная, пищевая);
- смена настроения, переживания, печаль, обиды, подавленность и т.д.;
- негативные изменения в поведении (склонность к уходу из дома, воровство и т.д.);
- резкое снижение успеваемости ;
- изменения в самооценке; нарушения сна, повышенная утомляемость;
- неверие в свое будущее, негативная оценка настоящего и будущего и пр.

### Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психиатру:

- длительное (более одного месяца) повышение или понижение настроения;
- суицидальные попытки;
- параноидальные идеи, бред, галлюцинации, различные фобии (страхи);
- длительная бессонница;
- зависимости (от алкоголя, наркотиков);
- сильная тревога и пр.

#### **Полезные сайты**

<http://www.ya-roditel.ru>—Решение психологических проблем детей ;

[62ru.ru/news1.php](http://62ru.ru/news1.php) - Спасение детей от кибер преступлений.;



## Когда и куда обращаться в ситуации риска и угрозы жизни?

### Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психологу:

- непонимание своего ребенка, напряженная атмосфера в семье;
- конфликтность по отношению к другим (семейные конфликты, конфликты со сверстниками);
- агрессивность по отношению к окружающим;
- зависимости (компьютерная, пищевая);
- смена настроения, переживания, печаль, обиды, подавленность и т.д.;
- негативные изменения в поведении (склонность к уходу из дома, воровство и т.д.);
- резкое снижение успеваемости ;
- изменения в самооценке; нарушения сна, повышенная утомляемость;
- неверие в свое будущее, негативная оценка настоящего и будущего и пр.

### Некоторые симптомы, при которых надо обращаться к психиатру:

- длительное (более одного месяца) повышение или понижение настроения;
- суицидальные попытки;
- параноидальные идеи, бред, галлюцинации, различные фобии (страхи);
- длительная бессонница;
- зависимости (от алкоголя, наркотиков);
- сильная тревога и пр.

#### **Полезные сайты**

<http://www.ya-roditel.ru>—Решение психологических проблем детей ;

[62ru.ru/news1.php](http://62ru.ru/news1.php) - Спасение детей от кибер преступлений.;

