



# Ваш путь к сердцу ребёнка

Рекомендации для  
родителей





# 5 путей к сердцу ребёнка

## ➤ Прикосновения

Допустимы: объятия, поглаживания, похлопывания по плечу. Обнимайте вашего ребенка не менее четырех раз в день (обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются).

## ➤ Поощрительные слова

В семье должны много разговаривать. Похвала должна быть искренней, конкретной.

# 5 путей к сердцу ребёнка



➤ **Время (совместно проведённое)** Главное — быть вместе, уделять внимание. Время, проведенное вместе дома, один на один — вот чего на самом деле хотят дети, говорящие на языке «время».

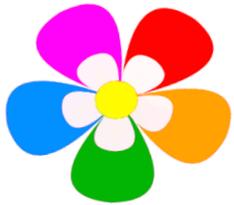
## ➤ **Подарки**

Делаются безусловно (не за что-то, а просто так). Вручение подарка: должен быть упакован, во время вручения можно прикоснуться.





# 5 путей к сердцу ребёнка



## ➤ **Помощь**

Если ребенок просит помочь ему сделать поделку, сшить новое платье для куклы, навести порядок в комнате, то ему нужно внимание родителей.

Помогайте малышу с радостью, старайтесь от всей души, показывайте своим примером, как важно поддерживать друг друга.



# Как помочь ребёнку в кризисной ситуации

- ✓ Разговаривать, выражать поддержку (объятия, совместные занятия, подарки, вкусная еда, похвала и др.)
- ✓ Помогать конструктивно решать проблемы с учёбой.
- ✓ Помнить, что физическое и психологическое благополучие ребёнка важнее школьных оценок.
- ✓ Научиться самому и научить ребенка применять навыки расслабления, регуляции своего эмоционального состояния в сложных, критических для него ситуациях (см. в книге О.В. Вихрстюк «Что нужно знать родителям о подростковых суицидах?»)

# Основные принципы разговора с ребёнком, находящимся в кризисном состоянии

- ❖ Успокоиться самому
- ❖ Уделить всё внимание ребёнку
- ❖ Вести беседу так, будто вы обладаете неограниченным запасом времени и важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет
- ❖ Избегать нотаций, уговаривания, менторского тона речи
- ❖ Дать ребёнку возможность высказаться и говорить только тогда, когда перестанет говорить он





# Примеры ведения диалога с подростком, находящимся в кризисном состоянии

1. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Ненавижу учебу, школу и т.п.», СПРОСИТЕ: «Что именно тебя раздражает?» «Что ты хочешь сделать, когда это чувствуешь?...». НЕ ГОВОРИТЕ: «Когда я был в твоём возрасте... да ты просто лентяй!»
  2. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Всем было бы лучше без меня!», СПРОСИТЕ: «Кому именно?», «На кого ты обижен?», «Ты очень много значишь для нас, и меня беспокоит твоё настроение. Скажи мне, что происходит». НЕ ГОВОРИТЕ: «Не говори глупостей. Давай поговорим о чём-нибудь другом».
- 



# Примеры ведения диалога с подростком, находящимся в кризисном состоянии

3. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Вы не понимаете меня!», СПРОСИТЕ: «Что я сейчас должен понять? Я действительно хочу это знать». НЕ ГОВОРИТЕ: «Кто же может понять молодёжь в наши дни?»

4. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «Я совершил ужасный поступок...», СКАЖИТЕ: «Давай сядем и поговорим об этом». НЕ ГОВОРИТЕ: «Что посеешь, то и пожнёшь!»





# Примеры ведения диалога с подростком, находящимся в кризисном состоянии

5. ЕСЛИ ВЫ СЛЫШИТЕ: «А если у меня не получится?», СКАЖИТЕ: «Если не получится, ничего страшного. Мы вместе подумаем, почему не получилось в этот раз, и что можно сделать, чтобы получилось в следующий». НЕ ГОВОРИТЕ: «Если не получится, значит ты недостаточно постарался!»

*Семья  
- маленький мир,  
созданный  
любовью*



# ПРАВИЛА Нашей Семьи

МЫ БЛАГОДАРИМ ДРУГ ДРУГА

ДЕЛАЕМ  
ПРИЯТНЫЕ  
СЮРПРИЗЫ

ВСЕГДА  
ЧЕСТНЫ

Прощаем и забываем обиды

МЫ ЛЮБИМ

**ПОСМЕЯТЬСЯ**

И БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМИ

ОБНИМАЕМСЯ

*и просто  
любим...* 





# Наши контакты

628250, Ханты-Мансийский автономный  
округ—Югра, Советский район, г.п.Пионерский, ул. Заводская, дом 2.



## Режим работы

Понедельник-воскресенье

09.00-21.00

Обеденный перерыв:

13.00-14.00



Прием граждан в стационарное

отделение

социальной реабилитации

ведется круглосуточно

Тел. /факс: +7 (34675) 7-89-59

E-mail: [srcn@admhmao.ru](mailto:srcn@admhmao.ru)

[www.совцентр.рф](http://www.совцентр.рф)



Дистанционная приёмная: [dtp@srcnb.ru](mailto:dtp@srcnb.ru)

Тел: +79527109950

