***Уважаемые папы и мамы!***

В жизни человек встречается не только с добром, но и со злом, приобретает не только положительный, но и отрицательный жизненный опыт. Добро лечит сердце, зло ранит тело и душу, оставляя рубцы и шрамы на всю оставшуюся жизнь.

Запомните эти простые правила в нашей непростой жизни…

* Обсудите с подростком вопрос о помощи различных служб в ситуации, сопряженной с риском для жизни.
* Проговорите с ним те номера телефонов, которыми он должен воспользоваться в ситуации, связанной с риском для жизни.
* Дайте ему ваши рабочие номера телефонов, а также номера телефонов людей, которым вы доверяете.
* Воспитывайте в ребенке привычку рассказывать вам не только о своих достижениях, но и о тревогах, сомнениях, страхах.
* Каждую трудную ситуацию не оставляйте без внимания, анализируйте вместе с ним.
* Обсуждайте с ребенком примеры находчивости и мужества людей, имевших выйти из трудной жизненной ситуации.
* Не иронизируйте над ребенком, если в какой-то ситуации он оказался слабым физически и морально. Помогите ему и поддержите его, укажите возможные пути решения возникшей проблемы.
* Если проблемы связаны только с тем, что ваш ребенок слаб физически, запишите его в секцию какой-либо борьбы или другую, связанную со спортом, и интересуйтесь его успехами.
* Ели кто-либо из числа ваших знакомых и друзей вызывает у вас опасения в отношении вашего ребенка, проверьте свои сомнения и не общайтесь больше с этим человеком.
* Не опаздывайте с ответами на вопросы вашего ребенка по различным проблемам физиологии, иначе на них могут ответить другие люди.
* Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок с раннего детства проявлялответственность за свои поступки и за принятие решений.
* Учите ребенка предвидеть последствия своих поступков, сформируй­те у него потребность ставить вопрос: «Что будет, если?..»
* Если ваш ребенок подвергся сексуальному насилию, не ведите себя так, как будто он совершил нечто ужасное, после чего его жизнь невозможна.
* Не обсуждайте при ребенке то, что произошло, тем более с посторонними и чужими людьми.
* Не формируйте у своего ребенка комплекс вины за случившееся с ним.
* Не позволяйте другим людям выражать вашему ребенку сочувствие и жалость. Это формирует принятие им установки, что он не такой, как все.
* Дайте возможность своему ребенку проговорить с вами самую трудную ситуацию до конца и без остатка. Это поможет ему освободиться от груза вины и ответственности.
* Если в этом есть необходимость, пройдите вместе с ним курс психологической реабилитации.
* Постарайтесь переключить внимание ребенка с пережитой им ситуации на новые занятия или увлечения.
* Ни в коем случае не оставляйте нерешенными проблемы, касающиеся сохранения физического и психического здоровья вашего.
* Не идите на компромиссы со своей совестью, даже если это ваш ребенок. Спустя годы компромисс может обернуться против вас.