

Детям

Если ты попал в трудную ситуацию

1. Если ты попал в трудную ситуацию, не впадай в панику или депрессию. Постарайся проанализировать свое положение с максимальной четкостью.
2. Определи, кто создал трудную ситуацию. Если ты сам, значит, возьми ответственность на себя.
3. Подумай, с кем ты мог бы откровенно поговорить о своем положении.
4. Не оставайся со своей болью один на один. Ложь - это еще одна проблема для тебя.
5. Со своей тайной обращайся осторожно. Не перекладывай ее на плечи своего друга, который реально не может тебе помочь, но будет очень сильно переживать за тебя. Тебе от этого не будет легче.
6. Постарайся обратиться к взрослому человеку, у которого жизненный опыт больше твоего и который может помочь тебе реально. Это могут быть родственники или родители.
7. Переступи через свой страх перед родительским гневом. Ты его заслужил, и с этим ничего не поделаешь. Гроза проходит, и вновь сияет солнце.
8. Верь, что ты сможешь исправить положение, главное - ничего не бойся. Страх – это не твой спутник и друг. Пусть страх дружит с одиночками! А ты не один! Если ты попросил помощи, тебе всегда помогут!

Где и какая помощь будет оказана тебе:

Семья, школа, твой классный руководитель, психолог, медицинский работник, заместитель директора по воспитательной работе, директор тебе помогут добрым советом, постараются разобраться в ситуации, при необходимости привлечь внимание общественности, правоохранительных органов, окажут психологическую помощь.

1. Телефон доверия

Напомним, телефон доверия для подростков и молодёжи - 260-27-20 работает круглосуточно. Анонимно, бесплатно и конфиденциально.

2. Отделение-центр психотерапии для подростков, молодежи и их семей (фамилию, адрес и другие сведения не требуют):

тебе окажут срочную психологическую помощь и поддержку, защитят от насилия, помогут разобраться в сложившейся ситуации;

помогут родителям и детям лучше понять друг друга, найти способы общения.

- Краевой центр семьи и детей
ул. Павлова, 17 (262-50-77)
- Первомайский, центр социальной помощи семье и детям
ул. Вавилова, 35 (213-18-20)

3. Инспекции по делам несовершеннолетних:

если необходимо, тебе обеспечат медицинское обследование и лечение;

примут меры для немедленного прекращения насилия;
если обидчик нарушил закон, об этом сообщат в милицию.

4. Полиция:

если обидчик нарушил закон, привлечет его к ответственности;
при необходимости обратится в суд для лишения родительских прав;
может обратиться в суд по поводу изъятия ребенка из семьи;
если ребенка нужно срочно забрать из семьи, поместит его в приют, больницу или интернат;
родителям и опекунам сообщит об обращении только с согласия ребенка.

Родителям

От заботливого, любящего человека, находящегося рядом в трудную минуту, зависит многое. Он может спасти потенциальному суициденту жизнь.

Самое главное, надо научиться принимать своих детей такими, какие они есть. Ведь это мы, родители, формируя отношения, помогая ребёнку в его развитии, получаем результат воздействия, результат своего труда.

"Что посеешь, то и пожнёшь!" - гласит народная мудрость.

Принятие человека таковым, каким он является, принятие его сущности и сути его существования на Земле - и есть Любовь в истинном её проявлении.

Поэтому совет родителям прост и доступен: "Любите своих детей, будьте искренне и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе".

1. Открыто обсуждайте семейные и внутренние проблемы детей.
2. Помогайте своим детям строить реальные цели в жизни и стремиться к ним.
3. Обязательно содействуйте в преодолении препятствий.
4. Любые стоящие положительные начинания молодых людей одобряйте словом и делом.
5. Ни при каких обстоятельствах не применяйте физические наказания.
6. Больше любите своих подрастающих детей, будьте внимательными и, что особенно важно, деликатными с ними.