

*Помните, нет вопросов, проблем, которых невозможно не решить!*

*Помните, нет чрезвычайных ситуаций, из которых нельзя не выйти!*

*Но может быть: нежелание, что-то изменить в сторону позитива!!! Но это не про нас!!!*

*Мы думаем! Мы понимаем! Мы решаем!!!*

*Всегда есть, те люди, которые помогут, подскажут, посоветуют!*

*По всем интересующим Вас вопросам*

*Вы можете обращаться:*

**Единый Всероссийский Детский Телефон «Доверие»:  
8-800-2000-122**

**Уполномоченный по правам ребёнка в Тюменской области: 8-3452-55-67-07**

**АУ СОН ТО СРЦН «Семья»:  
8-3452-20-21-42**

**Поддержка семей мобилизованных граждан  
8-800-201-41-41  
ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ**

**Инспектор по охране прав детства –  
Лилия Александровна Прокопьева**

**Несколько простых полезных советов  
родителям, педагогам, специалистам, при  
беседе с несовершеннолетними, попавшими  
в стрессовую (чрезвычайную) ситуацию**



**БЕЗОПАСНОЕ ДЕТСТВО – СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО!!!**

**Тюмень, 2024 год**

## Несколько простых полезных советов

**Есть очень простая закономерность: если ребёнку что-то не объяснить, он этого знать не будет!**

**Это касается всего – от знаний по предметам до правил поведения несовершеннолетних в социуме.**

**Помните, безопасным поведение должно быть всегда, в какой бы ситуации не оказался человек!**

**Самосохранительным поведение человека будет при одном простом условии: он сам этому не только научится, но и очень захочет этого!!!**

**Уважаемые родители, педагоги, все те, кто принимает участие в воспитании несовершеннолетних, и те, кто не безразличен к их счастливому детству!**

*Бывает так, что ребёнок, по не зависящим от него причинам попадает в стрессовую ситуацию, и вот здесь, именно взрослые, мудрые люди, должны помочь, как можно быстрее вернуться к прежней жизни, помочь выйти из стресса, нормализовать жизнедеятельность.*

Стрессовые ситуации, как правило, возникают по независящим причинам, мир многогранен – он постоянно меняется, как бы человек этого не хотел.

К сожалению, в силу возраста, житейской неопытности развивающийся несовершеннолетний человек не всегда может объяснить какие-то жизненные ситуации, причины почему они возникли.

И взрослые люди должны помочь разобраться в действительности.

**Напомним Вам лишь несколько простых правил, которые так необходимо соблюдать при общении с ребёнком, если он попал в стрессовую ситуацию:**

- Разговаривать в спокойном месте, чтобы избежать возможности быть прерванным в беседе.

- Уделять всё внимание собеседнику, смотреть прямо на него, расположившись напротив, но не через стол.

- Пересказать то, что собеседник рассказал Вам, чтобы он убедился, что вы действительно поняли суть услышанного и ничего не пропустили.

- Дать возможность собеседнику высказаться, не перебивая его, и говорить только тогда, когда перестанет говорить он.

- Обсуждать проблему без осуждения и пристрастия.

- Произносить только позитивно-конструктивные фразы.

**- Ни в коем случае нельзя проводить беседу в присутствии третьих лиц, желательно спланировать встречу не в учебное время.**

- В процессе беседы целесообразно не вести никаких записей, не посматривать на часы и тем более не выполнять какие-либо «попутные» дела.

**- Необходимо всем своим видом показать собеседнику, что важнее этой беседы для вас сейчас ничего нет.**

- Если в ходе беседы несовершеннолетний активно высказывал мысли, наносящие вред сохранности его здоровья, жизни, то его необходимо немедленно и в сопровождении родителей (законных представителей) направить на консультацию к психологу, клиническому психологу, психотерапевту, психиатру.

### **ВАЖНО:**

✓ **Всегда помните о личной безопасности детей, помогите им чувствовать себя в безопасном пространстве!!!**

✓ **Станьте ближе к ребёнку!**

✓ **Помните, ребёнок каждый день ждёт от Вас взаимопонимания, разговоров «по душам»!**

✓ **Постарайтесь, сделать так, чтобы стрессовых ситуаций не было!**

✓ **Постарайтесь, чтобы каждый день для ребёнка был насыщен новыми позитивными эмоциями и Вашим вниманием!**