Рекомендации для родителей
по профилактике ухода детей из дома (в рамках Акции «Дети улиц»).

Как помочь вам, родители, эффективно взаимодействовать с детьми, чтобы они чувствовали себя с вами спокойно и уверенно, чтобы были для них самой авторитетной группой и самой веселой компанией?
Вот несколько рецептов:
• слушайте своего ребенка;
• проводите с ним как можно больше времени (игры, совместное чтение интересных книг, походы в кино, театр, музеи, совместные прогулки; совместные покупки совместные развлечения и отдых; совместное приготовление пищи);
• делитесь с ребенком своим опытом: рассказывайте ему о своем детстве, о трудностях, радостях, ошибках и переживаниях;
• если в семье несколько детей, постарайтесь уделять свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности, а не только всем вместе одновременно;
• следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса, раздражены: скажите себе "СТОП" и посчитайте до 10;
-не прикасайтесь к ребенку;
-лучше уйдите в другую комнату;
-отложите совместные дела с ребенком (если это возможно);
-в эти моменты избегайте резких движений, двигайтесь намеренно медленнее;
-дышите глубже и медленнее, намеренно сбавьте громкость и тон голоса, не хлопайте дверью;
• если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии. Говорите детям прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях, используя Я-сообщения (Я вижу.....(факты), я чувствую.....(свои личные чувства), я хочу.....(свои пожелания), не использовать местоимения ТЫ.

Любите своих детей такими, какие они есть!

Н.З. Курманова, учитель русского языка и литературы,
классный руководитель