

Уважаемые родители!

В определенные моменты жизни каждый из нас может оказаться в ситуации, когда особенно важна поддержка и помощь близких людей. Часто ребенок может не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой безысходности и безнадежности.

- ❖ Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребенка.
- ❖ Больше общайтесь и вместе обсуждайте возникающие затруднения. Учите детей разрешать их, внушайте уверенность в себе и оптимизм.
- ❖ Дайте понять ребенку, что он не одинок, что его проблемы решаемы. Находите различные варианты решения проблем.
- ❖ Вместе стройте планы на будущее, показывайте ребенку свои чувства, будьте внимательным слушателем, оказывайте заботу и поддержку.

Если у вас возникают какие-либо вопросы и сомнения, вы чувствуете тревогу и опасение по поводу состояния ребенка, обращайтесь за помощью к специалистам.

Адрес городской психологической службы:

Центр диагностики и консультирования г. Улан-Удэ

ул. Хахалова, 8

тел. (3012) 55-38-17

<http://tsdik.buryatschool.ru>

***Все виды психологической помощи детям и их родителям:
Профессионально. Бесплатно. Конфиденциально.***