



Памятка для родителей по предупреждению детской агрессивности

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
2. Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний,
не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
3. Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий.
4. Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка.
5. Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяет делать себе.
6. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребенку
в угоду чему-либо.
7. Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.
8. Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями.
9. Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость
от его учебных успехов.
10. Помните, что ребенок — это воплощенная возможность!
Воспользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере!

Осторожно! Сотовый телефон!

Страничка для родителей

В наше время сотовые телефоны стали незаменимым средством связи. Никто не спорит, что очень удобно, когда ребёнок всегда находится на связи, может сообщить родителям, если задерживается в школе или с ним что-то случилось. Однако! Именно сотовые телефоны могут стать причиной проблем, а иногда и настоящей беды. Именно кражи сотовых телефонов у несовершеннолетних дают самый большой процент совершённых правонарушений. Что же делать, чтобы беречь ребёнка от этого?

Начните с того, что объясните ребёнку где, как и когда можно пользоваться сотовым телефоном. Познакомьте его с предлагаемой памяткой.

Памятка для школьников

- Не доставай без необходимости сотовый телефон в людных местах, общественном транспорте.
- Не демонстрируй достоинства своего телефона в общественных местах, не хвались его стоимостью.
- Носи свой телефон так, чтобы он не был заметен для окружающих.
- Не оставляй телефон в общественных местах. Например: в классе, гардеробе, раздевалке спортивного зала и т.д.
- Не давай свой телефон незнакомым или малознакомым людям.
- В тёмное время суток без сопровождения взрослых на улице не доставай телефон, пользуйся им только при необходимости.
- В случае кражи телефона сообщай родителям и в милицию незамедлительно, подробно рассказывай все обстоятельства происшествия.
- Если тебе угрожают и забирают телефон, не пытайся вступать в драку грабителями, а постарайся привлечь внимание прохожих, позвать на помощь.

Проблемы компьютерной зависимости



*Компьютер-мясорубка для информации.
Компьютер-это резонатор того интеллекта,
с которым человек к нему обращается*

В.Г.Кротов

Одной из проблем современного информационного общества являются новые для педагогики проблемы – **игромания** и **компьютерная зависимость**. Это увлечение компьютерными играми, интернет-технологиями, игровыми автоматами, азартными играми. Игромания – увлечение или болезнь? Психиатры утверждают, что игромания лечится, но бороться с зависимостью нужно на ранней стадии. Болезнь начинается с привязанности к компьютерным играм, которая превращается в патологию.

Игра – это взаимодействие. И не важно с кем: с людьми, компьютером или же самим собой.

Критерии, определяющие

начало компьютерной зависимости:

- **беспричинные частые и резкие перепады настроения от подавленного до эйфорически - приподнятого;**
- **болезненная и неадекватная реакция на критику;**
- **нарастающая оппозиционность к родителям, друзьям;**
- **значительное эмоциональное отчуждение;**
- **ухудшение памяти, внимания;**
- **снижение успеваемости, прогулы занятий;**
- **уход от участия в делах, которые ранее были интересны, отказ от хобби, любимого дела;**
- **пропажа из дома ценностей или денег, появление чужих вещей;**
- **денежные долги ребенка,**
- **появляющаяся изворотливость, лживость;**
- **неопрятность, неряшливость нехарактерные ранее;**
- **приступы депрессии, страха, тревоги.**

Памятка для родителей

по использованию компьютера ребенком

- **Для того чтобы родители могли контролировать использование ребенком компьютера, они сами должны хотя бы на элементарном уровне уметь им пользоваться.**
- **Ребенок не должен играть в компьютерные игры перед сном.**
- **Через каждые 20-30 минут работы на компьютере необходимо делать перерыв.**
- **Ребенок не должен работать на компьютере более 1,5 - 2 часов в сутки.**
- **Если ребенок посещает компьютерный клуб, родители должны знать, в каком клубе (зале) он бывает и с кем там общается.**
- **Родители должны контролировать приобретение ребенком компьютерных дисков с играми, чтобы они не причинили вреда детскому здоровью и психике.**
- **Если ребенок использует компьютер безответственно, необходимо ввести пароль, чтобы сделать невозможным доступ без разрешения родителей.**
- **Контролируйте, какие именно Интернет - сайты посещает ваш ребенок.**

Зачем нужен телефон доверия? Информация для родителей и учащихся

У каждого человека бывают в жизни ситуации, когда кажется, что жизньшла в тупик, и выхода нет, а поговорить по душам, посоветоваться наконец, просто выплакать свою боль некому.

Конечно, у большинства есть родственники и друзья, но как раз этим людямывает особенно стыдно и страшно рассказывать о своих бедах – могут неправильно понять или своим вмешательством еще больше осложнитситуацию.

Так что же, полностью замкнуться в своем горе? К счастью, теперуществует телефон доверия.

У телефонов доверия есть различные службы. Это может быть горячаялиния общего направления, на которой работают психологи или волонтеры,которые прошли специальную подготовку. Главное, что вас никто не будеторопить и требовать, чтобы вы конкретно изложили свою просьбу, ведьасто и просьбы как таковой нет – человеку нужно просто высказаться ислышать ободряющий голос, который не только окажет моральнуюподдержку, но и иногда сможет подсказать, по каким телефонам и адресамможно обратиться со своей проблемой. Такие телефонные беседы особенноражны, поскольку сохраняется полная анонимность – от человека не требуютникаких данных, и он может назваться любым именем просто для удобствабщения.

Кроме горячих линий общего направления существуют также кризисныелинии. Психологи, принимающие звонки, помогают пережить острую больтраты, тяжелое горе, а иногда и останавливают потенциального самоубийцуненавязчиво подводя его к мысли, что жизнь еще может сложиться и не стоителать непоправимого шага.

Специализированные телефоны доверия помогают найти выход детям иподросткам, женщинам, страдающим от насилия в семье, людям, которыеспытывают разного рода зависимость – алкогольную, наркотическую игровую и т.п.

Если вы оказались в трудной жизненной ситуации – звоните по телефондоверия! Здесь вам помогут.

Если Тебе необходима помощь специалиста,
Ты нуждаешься в добром слове, совете, поддержке,
Тебе очень плохо и одиноко, хочется поговорить...

Звони

8-800-2000-122

Детский телефон доверия –
полностью анонимная служба, т.е. ребенок имеет право
сохранить в тайне имя и любую другую
информацию, которую не захочет открывать.

Важный момент !!!

телефон доверия абсолютно бесплатный.

В трудную минуту ребенок может набрать номер и
поговорить о том, что тревожит с понимающим,
сопереживающим собеседником.

**Сайт Национального Фонда защиты детей от
жестокости обращения:**

<http://www.sirotstvo.ru/td2010>

в школе так же работает телефон доверия

3-02-62

время работы

вторник с 13.00 час. до 15.00 час.

Если вы нуждаетесь в помощи, звоните нам!

Телефоны экстренной психологической помощи

В помощь детям и родителям

Телефон «горячей линии» Центра экстренной психологической помощи МЧС России (бесплатно, круглосуточно) - 8 (495) 626-37-07

Телефон доверия экстренной медико-психологической помощи (бесплатно, круглосуточно) - 8 (499) 791-20-50

Телефон отделения суицидологии ФБГУ Московского НИИ психиатрии Минздравсоцразвития (бесплатно) - 8 (495) 963-75-72

Детский телефон доверия, работающий под единым общероссийским номером (бесплатно, круглосуточно) 8-800-200-122

«Дети Онлайн» консультирование по вопросам: как оградить детей от негативного контента, преследование, шантаж, домогательства

Интернете (бесплатно, с 09-00 до 18-00 по рабочим дням)

8-800-250-00-15

Школьный «Телефон доверия»: каждый вторник с 13.00 час. до 15.00 час. 3-02-62