

**Помните, задача
разговора с ребенком –
успокоить, а не напугать!**



Контакты

**Дни консультаций
педагога-психолога ДОУ:**

Вторник с 08.00 до 09.00

Четверг с 16.00 до 18.00

**Адрес электронной
почты:**

sadik.ru

Телефон для связи:

8-800-000-00-00

МБДОУ Детский сад «Сказка»

Памятка для родителей



**Как разговаривать
с ребенком о СВО и
мобилизации близких**

Наименование города,
год

Уважаемые родители!

Дети—это самые уязвимые члены нашего общества. В столь беспокойное время родителям важно уберечь их от лишней информации, но общая тревожность им все равно передается. И у детей возникает масса вопросов, на которые мы, взрослые, должны дать правильные ответы.

Взрослый должен быть спокоен

Важно, чтобы взрослый, который будет разговаривать с ребенком на эту тему, сам был «в ресурсе». Родителям самым в этот момент нельзя ни плакать, ни сердиться. Говорить нужно спокойно, уверенно, медленно, простыми и понятными словами. Разговор лучше начинать дома, в безопасной обстановке, когда никто неотвлекает. Хорошо, если о предстоящих изменениях с детьми будет разговаривать не кто-то один, а мама и папа вместе. Во время беседы о мобилизации необходимо ориентироваться на возраст ребенка, на его характер и на то, что ребенок уже знает о текущей ситуации.

Важно, чтобы объяснили родители

Чтобы в случае мобилизации отца ребенок не стал винить себя в этом нужно поговорить, всеобъяснить и снять с

ребенка подобную тревогу. Обязательно нужно обсудить вопрос отъезда папы, если ребенок стал беспокойным или вы знаете, что кто-то другой может сообщить ему известие о мобилизации. Лучше сделать это родителям и не ждать, когда ребенку расскажут «добрые люди».

Убедитесь, что ребенок все понял

Главная цель разговора – дать ему ощущение безопасности. Если ребенок в семье не один, то, возможно, с кем-то из детей стоит поговорить отдельно. Давайте только факты, без лишних подробностей. Ни в коем случае не стоит вываливать на ребенка все, что мы читаем и слышим о спецоперации, тем более что там умирают. Маленькому ребенку нужно помочь понять, какие эмоции он испытывает после этой новости: «Ты сейчас испугался, расстроился, так бывает». Также важно спрашивать у малыша: «Все ли тебе понятно?». Постарайтесь ответить на все его вопросы. А если после этого разговора ребенок начнет плакать, не нужно его сразу же начинать развлекать. Обнимите его и дайте несколько минут проплакаться.

Пообещайте, что справитесь вместе

Обсудите с ребенком, что может измениться в вашей семье после мобилизации папы. Обсудите, что, возможно, сейчас вам придется отказаться от запланированной поездки или мероприятия, но пообещайте ребенку постараться сделать все необходимое, чтобы ему было комфортно. Также старайтесь сохранять то, что ребенку было привычно в семейной жизни: совместные прогулки, обеды по выходным. Только пока они будут проходить без папы. Еще важно обеспечить ребенку в это тревожное время полноценный сон и отдых.

Больше поддерживайте ребенка

Поддерживать ребенка в это непростое время можно самыми простыми способами: выделять ему время и инициировать общение. С малышами читайте сказки, лепите, рисуйте. Важен и тактильный контакт. Найдите то, за что ребенка можно похвалить. Если ребенок все-таки увидит ваши слезы, объясните ему, что вам стало очень грустно, но не сбрасывайте груз проблем на него, ему это не по плечу, а лучше обратитесь за помощью к психологу.