26.02.2021

Памятка для родителей

**"Вместе против терроризма"**

К сожалению, терроризм - это часть нашей сегодняшней жизни. Даже если мы находимся далеко от этого. И неизбежно приходится задумываться - как наши дети реагируют на происходящее? Как правильно говорить с ними об этом?  
**Скажите ребенку:** "Испытывать страх за собственную безопасность - это нормально".Помогите детям убедиться в их личной безопасности. Расскажите, что предпринимаются меры для предотвращения терроризма. Например, усиливается охрана вокзалов и мест проведения общественных мероприятий, тщательно проверяются документы и багаж пассажиров, есть современные технические средства, обеспечивающие безопасность и т. д.  
Дети, особенно младшего возраста, могут испытывать непреодолимый страх, который им трудно выразить словами. Если кому-то из родителей нужно уехать, они могут беспокоиться и за него и за себя ("Что будет со мной, если кто либо из родителей не вернется? ").Поговорите с ребенком о возможной ситуации: кто о нем позаботится, если уедет тот или иной близкий человек? Кто его может поддержать.  
Если мы просто говорим ребенку "Не расстраивайся, все будет в порядке", то тем самым не признаем серьезность его эмоциональных реакций. В то же время, помогая ребенку выразить его чувства, не забываем высказать надежду, что все наладится.  
Стоит ли подробно обсуждать произошедшие теракты с ребенком? Это зависит от его возраста. Если вы говорите с дошкольником, младшим школьником, ограничьтесь только самыми необходимыми деталями.  
Создайте свои семейные ритуалы, например подготовка ко сну (рассказывание сказки, пойте песенки, помогут мягкие игрушки, любимое одеяло и т. д.) Это повышает у ребенка чувство постоянности и безопасности. Чем меньше ребенок, тем больше времени нужно проводить с ним.  
Уделите время для себя и попробуйте разобраться в своих реакциях на происходящее настолько, насколько это возможно. Это поможет вам лучше понять своего ребенка.  
**ЧЕТЫРЕ ОСНОВНЫХ «НЕ»**  
Если обнаружили неизвестный предмет:  
**НЕ ТРОГАТЬ!   
НЕ ТОЛКАТЬ!   
НЕ ОТКРЫВАТЬ!   
НЕ ПИНАТЬ!**  
Помните о своей безопасности!