

Говорите своему ребенку: «будь смелым, мы тебя поддержим, мы тебя любим». Если вы произносите это с улыбкой, обнимаете и целуете его, он будет уверен в себе, своих силах и возможностях. Действия ребенка зависят от воспитания родителей.

**ЕСЛИ ТРУДНО -  
ПРОСТО ПОЗВОНИ**

**КРУГЛОСУТОЧНЫЙ  
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ  
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**



анонимно  
**+7-708-08-74-201  
8(7142) 37-08-58**

**Ты можешь поговорить:**

- О своей жизни и проблемах ...
- О дружбе и неразделенной любви ...
- Об отношениях с родителями и учителями...
- О жестоком обращении с тобой и сверстниками...



**КГУ «Региональный центр  
психологической поддержки и  
дополнительного образования»  
Управления образования акимата  
Костанайской области**

## Как научить ребенка стрессоустойчивости?



**«РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
ПОДДЕРЖКИ И  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ» УПРАВЛЕНИЯ  
ОБРАЗОВАНИЯ АКИМАТА  
КОСТАНАЙСКОЙ ОБЛАСТИ**

8 (7142) 51-18-49 Директор  
8 (7142) 51-14-84 Бухгалтерия  
8 (7142) 39-00-33 Зам. директора,  
методический кабинет  
Сайт: <http://rcppido.kz>  
Электронная почта: [rcppido@mail.ru](mailto:rcppido@mail.ru)

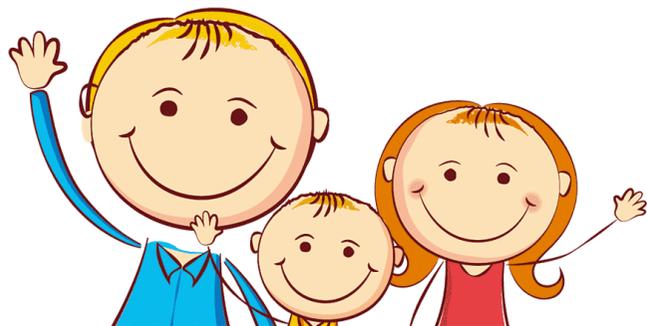


**37-08-58  
Сот. WhatsApp  
87080874201**

**круглосуточный телефон доверия  
(анонимные консультации  
для детей и родителей)**



То, что родители говорят своему ребенку, напрямую влияет на его будущее. *Какие слова мама должна говорить ребенку?*



**Ошибка  
–  
урок**

Объясните ребенку, что трудности в жизни - это не поражение, а новый урок, который перерастет в его опыт, умение справляться с трудной ситуацией.

**Нужно  
извлекать  
уроки из  
каждой  
ошибки**

Когда ваш ребенок сталкивается со сложной ситуацией, когда он совершает ошибку, вы спросите его: "Какой урок он извлек?». Обсудите эту ситуацию вместе. Объясните, что каждая ошибка является большим

**Ничего не  
бойся. Мы  
любим тебя!**

Вспомните свое детство. Вы ничего не боитесь, когда чувствуете любовь и заботу, правда? Для ребенка важно чувствовать себя в безопасности. Он должен чувствовать себя счастливо, комфортно рядом с родителями. Это помогает ему стать личностью, человеком с сильным характером.