**Практические советы родителям призывника**

Вы, без сомнения, воспитали самого лучшего, умного и красивого сына. Совсем, казалось бы, недавно вы не спали по ночам, носили его, тогда ещё маленького, на руках. Потом вместе с ним постигали азы и премудрости жизни, когда он ходил в детский сад, школу. Будили по утрам, заставляли умываться, вовремя кушать, помогали, принимать те или иные решения.

Теперь же пришло время, когда он всё будет делать сам, в том числе принимать решения и нести за них ответственность. Служба в армии – ступенька в развитии личности Вашего взрослого ребенка. Это своеобразное испытание, как для сына, так и для Вас, уважаемые родители.

Безусловно, момент смены гражданской одежды на военную форму – это стрессовая ситуация как для родителей, так и для юношей. Адаптационный период в среднем может занять от 2 до 3 месяцев. И в это непростое время, родители могут помочь своему взрослому ребенку помочь справиться с трудностями, несмотря на расстояние.

1. Самое важное, уважаемые родители – это Ваш позитивный настрой! Бытует мнение, что мысль – материальна. Действительно, убежденность в том, что служба пройдет благополучно, что трудности будут с честью преодолены, вселяет уверенность как в молодого солдата, так и в души его родителей.
2. Родителям важно адекватно относиться к службе сына в армии. Не стоит демонстрировать негативного отношения к воинской службе в целом. Проблемы современной российской армии такой настрой не решит, а психологически деморализует.
3. Основная Ваша задача за время службы — морально помочь сыну стать настоящим мужчиной, поддерживая его в своих письмах и телефонных переговорах.
4. Старайтесь писать не реже одного раза в неделю и, желательно, чтобы письма ваши носили оптимистический характер. Ограждайте сына от плохих известий.
5. Важно объяснять сыну, что армейская дисциплина – это важная составляющая службы, ее основа, а не способ подавления личности солдата, как могут ее воспринимать некоторые новобранцы.
6. Старайтесь регулярно проявлять интерес к взаимоотношениям сына с сослуживцами. Расспрашивайте его, как кого зовут, какие успехи у других ребят, какие смешные ситуации возникают и т.д.
7. При общении с ребенком (в письмах, телефонных разговорах) обращайте внимание на настроение, эмоциональное состояние Вашего сына. В случае изменения настроения (возникновение подавленности или наоборот безудержного оптимизма), попытайтесь понять причину таких изменений. Поговорите с командирами, об успехах или возможных неудачах сына, попросите их понаблюдать за юношей.
8. В случае необходимости обращайтесь за помощью в Комитет солдатских матерей.
9. Говорите с сыном о планах на будущее. Обсуждайте возможные варианты будущей учёбы или места работы, способы проведения досуга.

Удачной службы Вашим сыновьям, и скорейшей встречи с ними.