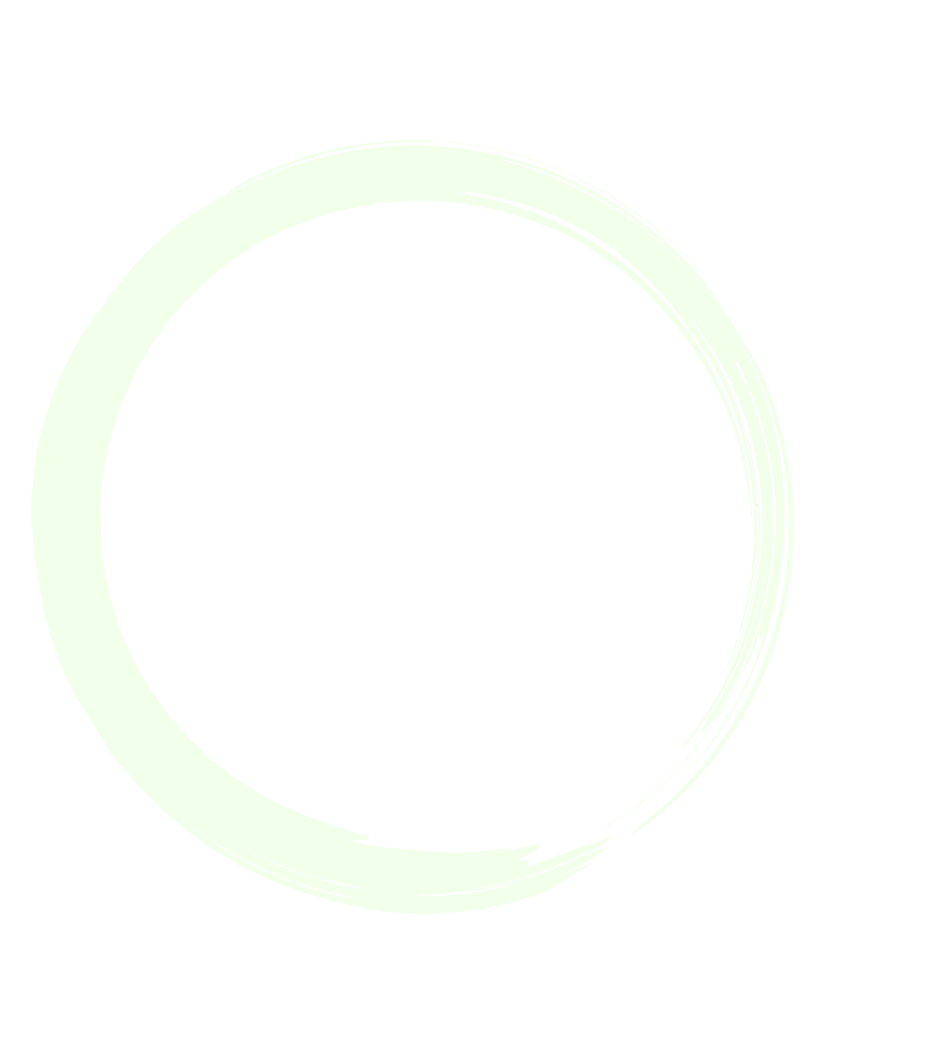
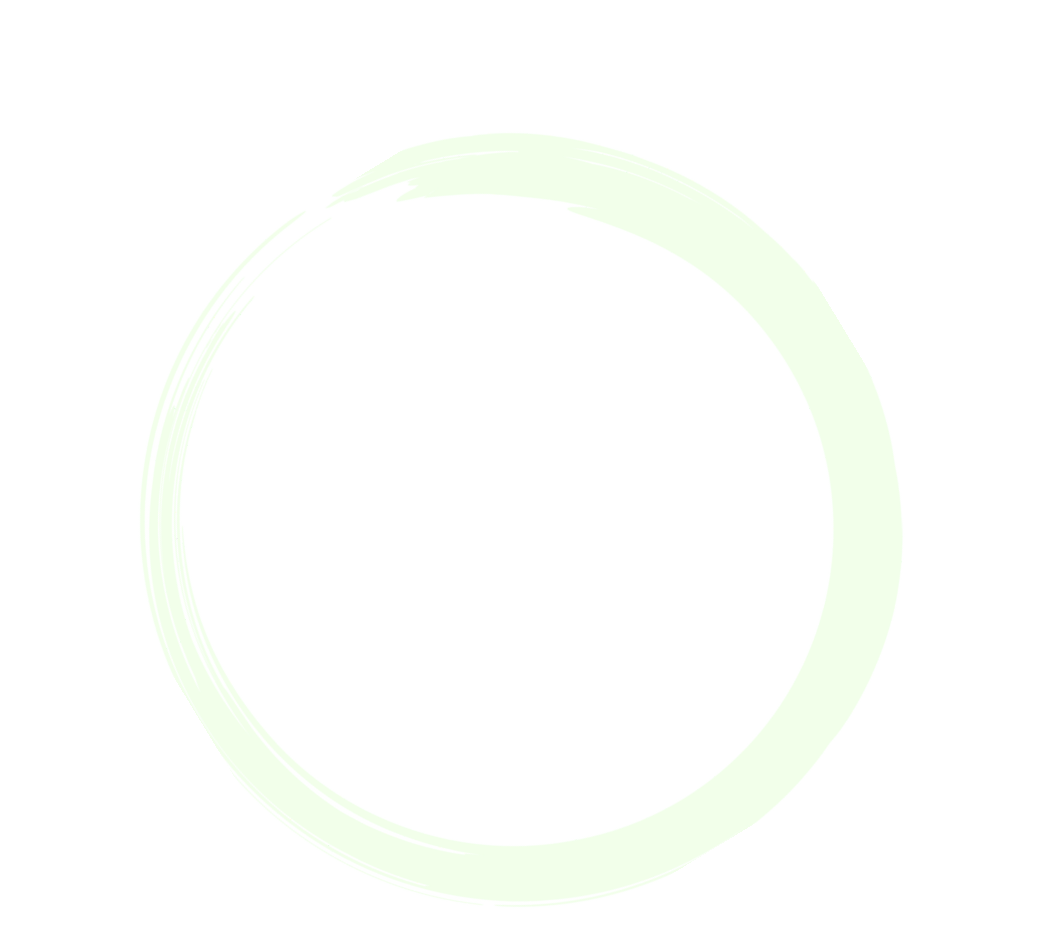
Не стоит ставить под сомнение ценность переживаний подростка.



За психологической помощью можно обратиться

по следующим номерам: 8-800-2000-122 – единый

общероссийский номер детского телефона доверия

8-800-300-83-83 - телефон психологической помощи Министерства здравоохранения Свердловской области;

+7 (343) 286-32-86 - Областной центр психологической поддержки детей и подростков;

+7(343) 505-77-87, 8-922-100-58-82 -

- ГБУ СО "ЦППМСП "Ладо";

+7 (343) 385-82-20 - МБУ Форпост;

+7 (343) 371-02-53 - МОО "Аистенок"

г. Екатеринбург, 2021г.

Это может навсегда разрушить доверие

между вами, ведь в переходном возрасте ребёнок обладает острой чувствительностью к оценке своего поведения.

Хотите доверительного разговора, когда ребёнок станет взрослым? Начинайте разговаривать с ним сейчас!

# Уважая желания, чувства и личные границы подростка, прислушиваясь к тому,

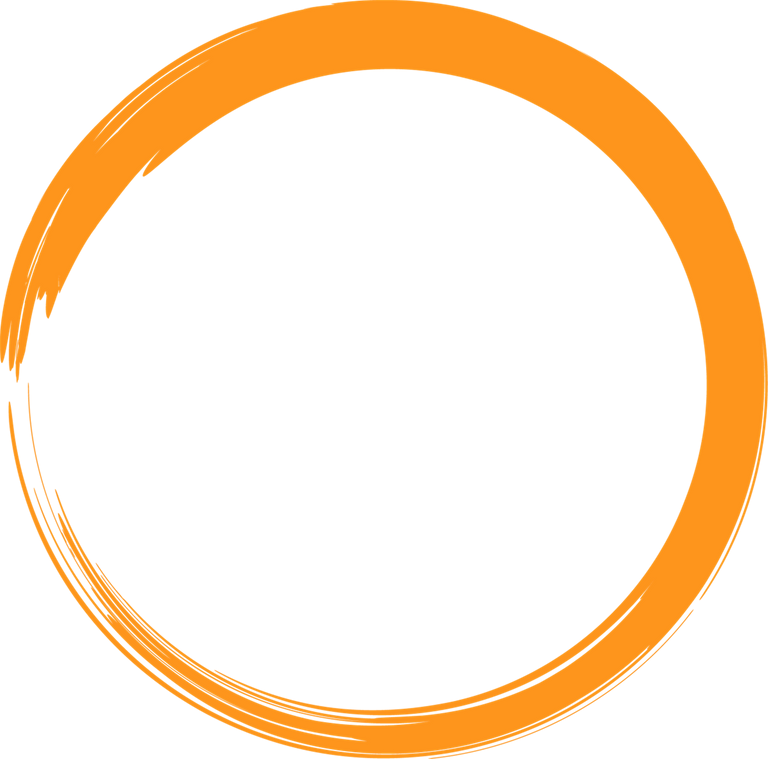
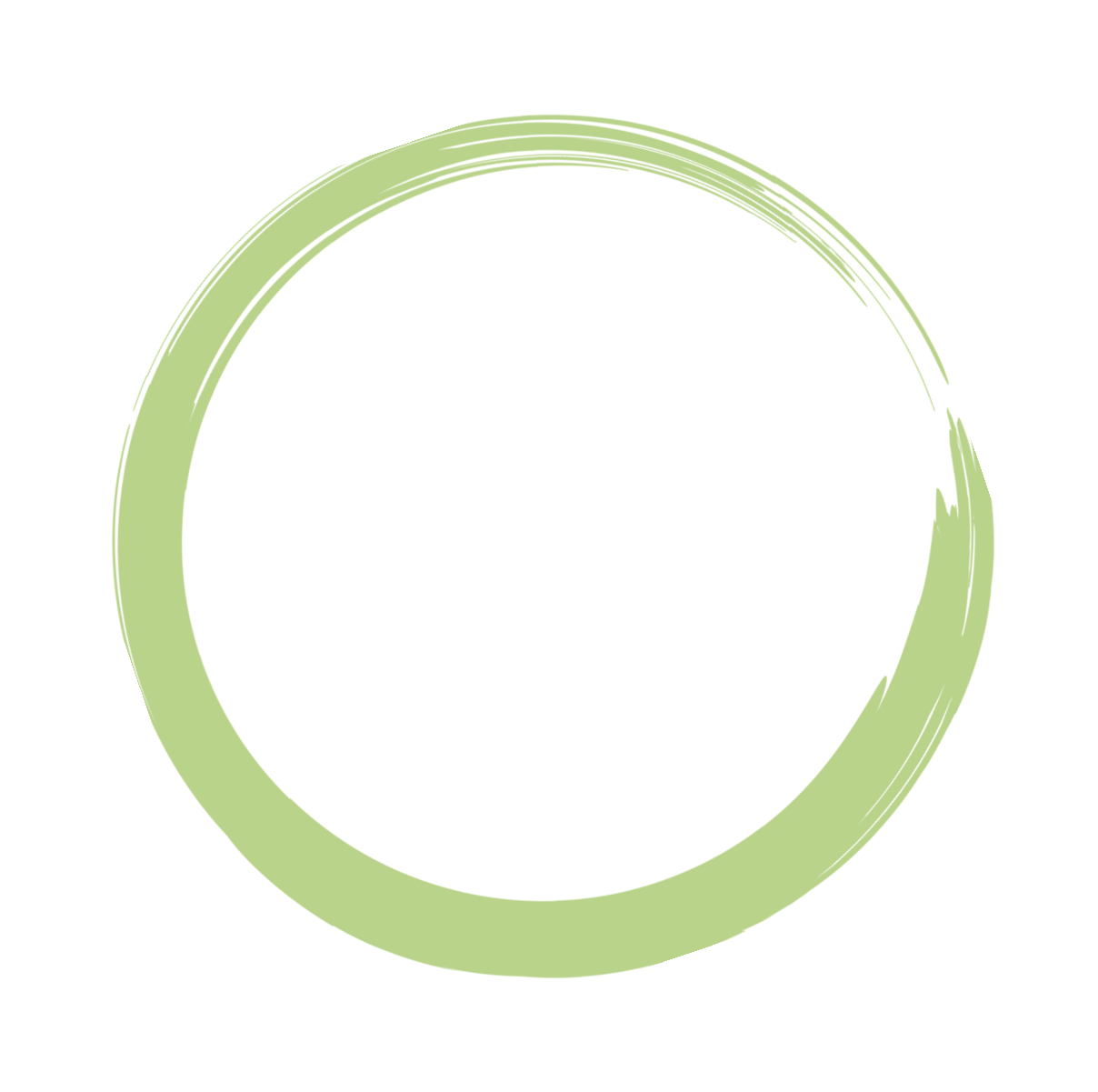
о чём он рассказывает, вы не только сможете завоевать его доверие,

# но и поможете преодолеть самые сложные моменты переходного возраста!

ГБУ СО "Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи "Ладо"

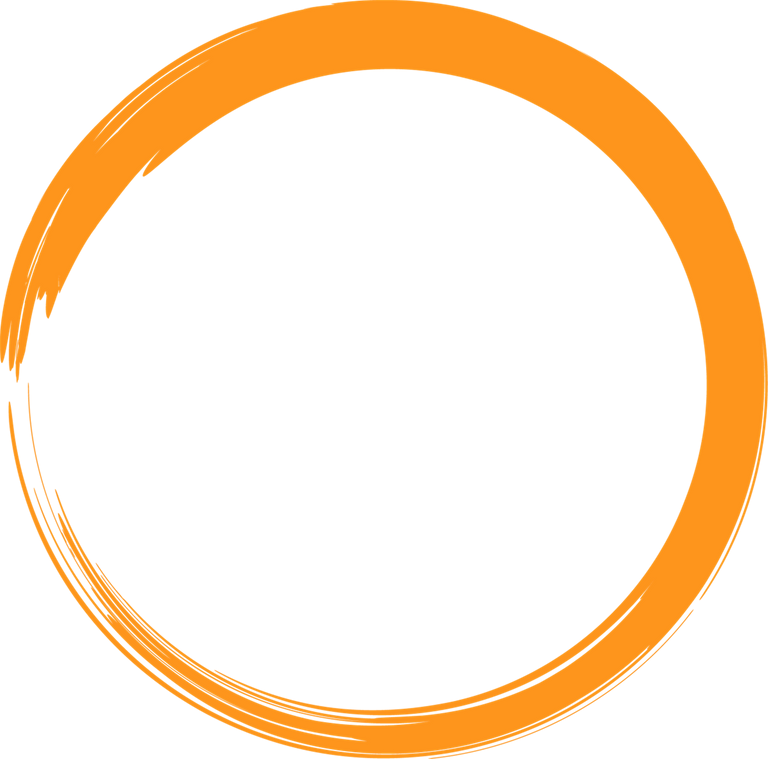
СЕРЬЕЗНЫЙ МИР НЕСЕРЬЕЗНЫХ ПОДРОСТКОВ

«Подросток идет по пути преобразования, неведомого ему самому,



что же касается взрослых, он для них – сплошные проблемы:

он то объят тоской и тревогой, то полон



снисходительности».

Франсуаза Дольто

Подростковый возраст — это переход из «детства» во «взрослость»,

период крайней ранимости и уязвимости.

Когда уже и не ребенок, но еще и не взрослый.

Это удивительное время обретения самостоятельности, наполненное противоречиями, сомнениями, страхами, ожиданиями и разочарованиями.

Подросток уже совершенно другими глазами смотрит на этот мир, он как будто снял розовые очки, и больше не верит в сказки. Ему открылась вся суровая правда жизни, но встретиться с ней он еще не готов.

В этот период подростки могут защищаться от этого мира депрессией, негативизмом, которые еще более усиливают их слабость.

КАК БЫТЬ РОДИТЕЛЮ И ЧЕМ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ

В ЭТОТ НЕПРОСТОЙ ПЕРИОД

«ПРЕВРАЩЕНИЯ ИЗ ГАДКОГО УТЕНКА В ПРЕКРАСНОГО ЛЕБЕДЯ»?

## Самое главное –

это принимать и уважать чувства ребенка!

Когда ребенок чем-то с Вами делится,

помните, что это важно для него. Он может слишком эмоционально реагировать

на те или иные ситуации, которые нам, могут казаться незначительными.

Например, ребенок перешел в пятый класс, а тут новая девочка в классе и первая любовь, но она не отвечает взаимностью – Так мило, что мы не можем сдержать улыбку.

Но такой ли реакции ждет от нас

ребенок?

Неразделённая любовь у подростков болит не меньше, чем у взрослых, а взаимная радует в любом возрасте.

## Чувства они и есть чувства, независимо от возраста.

Если подросток делится своими переживаниями по поводу ссоры с другом, значит для него это в данный момент важно. И думается он явно ждет не таких слов от родителей: «Ой да ерунда, помиритесь», это сразу его оттолкнёт, ведь его чувства как будто недооценили.

А если мама скажет:

# «Я вижу ты сильно расстроен из-за случившегося, как я могу тебя поддержать?»,

то ребенок почувствует принятие и понимание.

Иногда случается так, что в своих

повседневных заботах и проблемах, нам может казаться, что любые проблемы и переживания ребенка в сравнении с нашими вообще не значительны. Важно помнить, что ребенок, как и любой другой человек имеет право на свои чувства, эмоции и переживания.

Они не становятся менее значимыми, потому, что у нас своих забот хватает,

они остаются такими же, наполняют душу подростка и могут разрывать изнутри, потому как их не с кем разделить.