

## ***Поради татам і мамам дітей підліткового віку для їх вбереження від необдуманих і ризиконих дій, вчинків і небезпечних контактів за межами сім'ї***

Кожен період життя людини має свої радісні очікування і труднощі їх здійснення, але особливою змінюваністю відзначається вік переходу від дитинства до юності, так званий «перехідний» або підлітковий, як правило, 11-17-річний вік. Взаємини дитини цього віку розширюються, урізноманітнюються і, відповідно, ускладнюються, а вчинки і поведінка в процесі становлення самостійності супроводжуються природними більш або менш вираженими реакціями емансипації, переважанням бажань здобути визнання серед ровесників над схваленням батьків, неповне усвідомлення наслідків своїх дій, вчинків або й поведінки в цілому.

Ці поради ставлять на меті привернути увагу всіх дорослих членів сім'ї, а особливо батьків – тата і мами – до того, що можна і необхідно зробити власними силами.

### ***Усією родиною:***

1. Твердо виявіть і виявляйте надалі своє ставлення одне до одного як взірць для дитини.
2. Значущими для кожного підлітка є взаємини з дідусями і бабусями.



Ваші стосунки мають властивість наслідуватися дитиною, утворюючи власне ставлення, через призму якого підліток оцінює власні стосунки з усіма іншими знайомими за межами сім'ї.

3. Обговорюйте за участю підлітка плани всієї сім'ї, запитуйте доньку, сина про участь у них, наміри, бажання й очікування.

### ***В індивідуальних взаєминах з дитиною:***

1. Виявляйте увагу і пам'ятайте, що зайвої уваги до підлітка не буває, заохочуйте до цього всіх дорослих членів сім'ї.
2. Говоріть першими, не чекаючи, поки до вас звернуться. Візьміть за правило після пробудження бажати «Доброго ранку!», а перед сном – «На добраніч!».
3. Радійте, коли до вас звертаються з будь-якого приводу й уважно вислуховуйте, навіть якщо вам це здається не вельми важливим. Можливо, це й так, але цим створюється звичка до постійного спілкування і впевненість дитини в тому, що до вас найлегше звернутись, ніж до будь-кого іншого поза сім'єю.
7. Плануйте майбутнє. Заохочуйте мрії. Мрії стають перспективними задумами, а задуми – планами, плани – гарними вчинками вже найближчими днями. Визначайте найближчі приємні події.

8. Заохочуйте все, крім небезпечного. Про ризики, небезпеки та їх можливі наслідки говоріть прямо. Наводьте приклади уникнення небезпек, способів відмови і виходу з ризикових і небезпечних ситуацій.

9. Встановлюйте безпечну, на ваш погляд, періодичність зв'язку на випадок вашої відсутності, визначаєте події, про які вам треба обов'язково повідомляти.

10. Захоплення інтернетом означає, що в інтернеті треба бути там разом з дитиною, захоплення інтернет-іграми – гратися разом. Ваш життєвий досвід попередить появу небезпек.

11. Піднімайте самооцінку дитини.

Пам'ятайте, що жодне навчання не варте здоров'я вашої дитини і, тим більше, – її життя. Ви є останнім і крайнім захистом для дитини, вийшовши за межі якого, дитина шукатиме прихистку серед таких само, як і вона, уражених несправедливістю ставлення і не захищених від нього ровесників.

12. Відкрито висловлюйте своє ставлення, думки і почуття – цим самим створюється приклад повсякденної відкритості поведінки дитини,

співпереживання і подолання скутості, нерозв'язаних сумнівів і протиріч, здатності співпереживати і долати власні труднощі.

