

Рискованное поведение в той или иной степени проявляется у большинства подростков. Однако риск риску рознь. В некоторых случаях он помогает тинейджерам развить определенные качества личности, преодолеть страхи, влиться в социум и т.п. В других – провоцирует ситуации явной угрозы для здоровья и жизни детей. Что могут сделать родители, чтобы уменьшить вероятность проявления негативных форм рискованного поведения у подростков?

- ✓ Поддерживайте открытое общение с подростком, постарайтесь быть ближе со своим ребенком.

- ✓ Уважайте и принимайте личность подростка.

- ✓ Создавайте в семье атмосферу, в которой ребенок всегда может рассчитывать на поддержку и справедливую защиту взрослых.

- ✓ Обсуждайте с подростком его эмоции, помогайте в вопросах, связанных со сложными ситуациями.

- ✓ Помогите подростку научиться оценивать риск. Вы можете говорить

о поведении других людей и его последствиях, спрашивать, что он думает о причинах и последствиях рискованного поведения (например, обсуждая фильмы или новости).

- ✓ Выработайте некоторые основные правила, согласованные с подростком. Объясните ему, что эти правила направлены на то, чтобы сохранить его в безопасности. Решите вместе, какие последствия и санкции должны быть, если правила нарушены.

- ✓ Воспитывайте в ребенке социально ориентированные ценности – чем раньше, тем лучше. Это поможет ему развить чувство ответственности и сформировать ценностную систему личности.

- ✓ Говорите о ценности собственной жизни.

- ✓ Держите своего ребенка в поле зрения. Знание, с кем он и где он, может помочь вам предотвратить часть проявлений, связанных с риском.

- ✓ Будьте хорошим примером для подражания. Подростки руководствуются тем, что видят,

например, как ведут себя их родители.

- ✓ Поощряйте широкие социальные отношения. Вероятно, вы не можете помешать подростку дружить с определенным человеком или группой друзей, но вы можете дать ему возможность завести других друзей, используя спортивные, общественные или семейные мероприятия. Принимайте друзей вашего ребенка в своем доме, так вы будете знать, где он, по крайней мере, некоторое время.

- ✓ Поощряйте ситуации, когда подросток хочет самостоятельно «позитивно рискнуть».

- ✓ Учите ребенка путям отступления от рискованных ситуаций, умению сказать «нет». Бывает много случаев, когда подростка подталкивают к рискованному поведению его сверстники. Вы можете подсказать ему, как не поддаваться давлению и не потерять авторитет и репутацию среди сверстников.

- ✓ Обучайте ребёнка позитивному риску, в том числе и физическому. Помогите ему направить активность

в более безопасные и более конструктивные действия, например, на занятия спортом или творчеством.

✓ Предоставьте автономию и независимость подросткам в некоторых областях, позвольте ему принимать собственные решения.

**Подростку важно научиться
рисковать в пределах
безопасных границ, приобретать
необходимые для жизни навыки
и уметь справляться с
жизненными и
психологическими проблемами!**

Памятка подготовлена
специалистами Центра психолого-
педагогической, медицинской и
социальной помощи

Адрес: г. Рязань, ул. Чкалова,
д.1 корп.3
(рядом с пл. Победы)

Телефон для записи на
консультацию:
92-68-09

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И
МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА РЯЗАНИ

ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ

Рискованное поведение: как помочь подростку

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



РЯЗАНЬ 2019