

**«Детский телефон
доверия или как помочь
подростку стать
самостоятельным»**

Портрет самостоятельного подростка

- уверенный,
- настойчивый,
- целеустремленный,
- активный,
- инициативный,
- решительный,
- ответственный,
- знает, чего хочет и как этого достичь

Что может мешать подростку быть самостоятельным?

- лень,
- безразличие,
- мнение других,
- выгода (за тебя все делают, все решают),
- насмешки других,
- страх ошибки,
- неуверенность.

Что помогает подростку быть самостоятельным?

- поддержка окружающих,
- вера в подростка,
- доверие подростку,
- возможность принимать решения,
- высказывать свою точку зрения,
- уважение к его мнению.

«Позитивные аспекты самостоятельности ребенка для родителя»

- снижается необходимость в ежедневной опеке (может сам еду приготовить, постирать, выбрать, что надеть и т.п.),
- появляется время для себя, собственных нужд и потребностей,
- не нужно организовывать свое время под кружки, секции ребенка (он в состоянии посещать их сам) и т.д.

Телефон Доверия

8-800-2000-122

как ресурс поддержки.