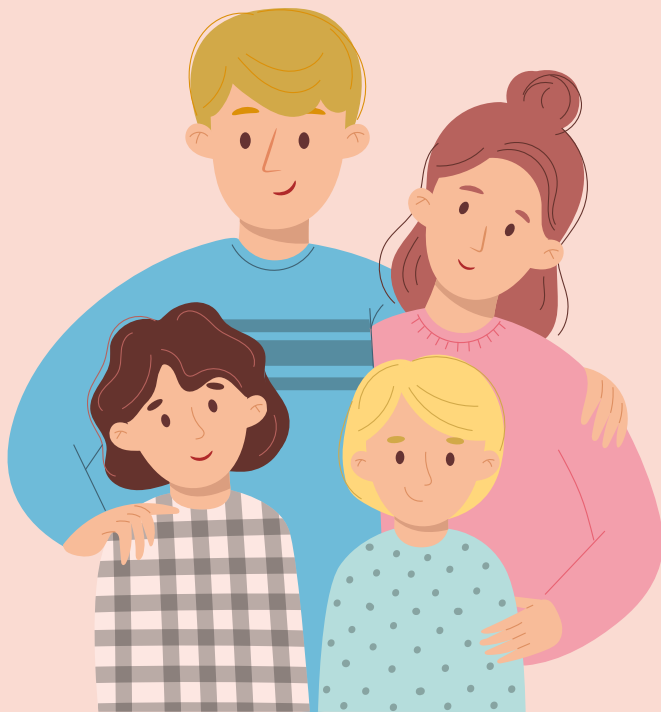


Як будувати міцні та довірливі стосунки зі своєю дитиною





Аби побудувати міцні та довірливі стосунки зі своєю дитиною і виховувати її щасливою, важливо знати особливості дорослішання дитини, правильно на них реагувати та допомагати дитині справлятися з кризами, які трапляються на цьому шляху.

Цей невеличкий буклет-порадник допоможе вам, батьки, краще зорієнтуватися у тому, які особливості та потреби має дитина у такі вікові періоди:

- **Період немовляти** (від народження до року)
- **Раннє дитинство** (від 1 до 3 років)
- **Дошкільний вік** (від 3 до 6 років)
- **Шкільний вік** (від 6 до 12 років)
- **Підлітковий вік** (від 12 до 19 років)



- 1 Шукайте віковий період, що вас цікавить!
- 2 Ознайомлюйтеся з особливостями цього віку!
- 3 Зверніть увагу на поради про те, як допомогти дитині дорослішати у гармонійних та безпечних умовах!

Вік немовляти

(від 0 до 1 року)



Що відбувається?

Новонароджена дитина на всі 100% залежить від значимого дорослого. Без нього вона не виживе.

Головними потребами дитини є:	харчування, догляд та безпека (присутність значимого дорослого)
Як вона про потреби сигналізує?	кричить, плаче
Головні особи	батьки або особи, які їх замінюють
Що робити дорослим?	чути сигнали дитини → розпізнавати, чого саме потребує дитина → задовольняти потребу дитини



Про завершення першого етапу свідчить настання кризи, яка називається **кризою першого року життя**.

Сутність будь-якої кризи полягає у тому, що у дитини з'являються нові можливості, але дорослі за звичкою продовжують діяти за старими правилами.

Криза першого року життя обумовлена появою у дитини здатності **ходити та говорити**. Емоційні форми поведінки дитини можуть виникати, коли дорослі **не розуміють її бажань**, слів, жестів і міміки або розуміють, проте не виконують те, що вона від них хоче.

Головною ознакою кризи першого року життя є різке **зростання незалежності дитини** від дорослих, малюк починає:



- ходити (тепер дитина може дістатися того, що викликало інтерес)
- брати та досліджувати предмети (наприклад, може взяти кубик, спробувати його на смак, подивитися, як він падає, і перевірити, чи дорослий все ще поруч і чи допоможе їй підняти предмет з підлоги)

Протягом цього періоду розвитку важливою є побудова соціальних зв'язків між дитиною та всіма членами родини (дорослими та іншими дітьми).

Важливо! Усвідомлюючи значущість кризового періоду в житті дитини, дорослі повинні вчасно перебудувати стосунки з нею, надати їй більше свободи (на скільки це можливо та безпечно) та самостійності.

Раннє дитинство

(від 1 до 3 років)



Що відбувається?

Особливості цього віку пов'язані з новоутворенням першого року – **набуттям самостійності, самостійним пересуванням.**

Особливості віку

Дитина починає знайомитися з навколишнім середовищем самостійно.



У цьому віці у дитини з'являється **великий діапазон страхів**. Дехто може боятися темряви, тварин або машин, багато хто боїться спати наодинці.

Зазвичай страхи з часом зникають.

Надмірна дратівливість, нетерпимість із боку дорослих через страхи дитини можуть тільки погіршити ситуацію.

Як допомогти дитині?

Найбільш ефективним способом зменшити рівень тривожності є поступове знайомство з тими предметами або явищами, які викликають страх у дитини. Також корисним буде приклад дорослих.

Що робити дорослим?

- Давати дитині приміряти та поносити одяг мами / тата
- Навчити махати у віконце, проводжаючи когось із батьків на роботу
- Подарувати маленький ранець чи сумку
- Малювати разом «пальчиковими» фарбами чи просто руками
- Робити разом із дитиною подарунок або листівку для тата чи мами, бабусь і дідусів, друзів сім'ї
- Хвалити
- Гратися в сюжетно-рольові ігри
- Разом прибирати
- Дозволяти допомагати в приготуванні простих страв: засипати кашу в каструлю, відміряти склянками воду, посолити

Особливості віку

Гра – провідний вид діяльності дитини. Саме завдяки грі дитина знайомиться з зовнішнім світом.



Все починається з маніпуляцій іграшками та предметами, до яких має доступ дитина (тримати, розглядати, крутити, складати, кидати).

Важливо!

Під час конструювання (пірамідки, кубики) для дитини важливий процес, а не результат. Вона може зацікавлено складати з батьками, але ще з більшим задоволенням руйнувати. У дітей цього віку дуже швидко змінюється інтерес від одного виду діяльності до іншого.

Ще одним аспектом дослідження світу є **«спробувати на смак»**: часто дитина тягне до рота все, що потрапило до її рук (яке ж воно на смак?).

Як допомогти дитині?

Забезпечити доступ до безпечних предметів.



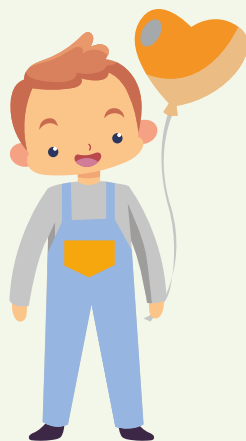
Основна потреба – **спілкування з дорослими**, відчуття любові, яку дарують батьки або особи, які їх замінюють.

Бажання бути схожими на батьків, наслідування (повторювати за батьками). Головна роль у задоволенні потреби в любові належить переважно одному з батьків протилежної статі. Дитина вимагає тактильного контакту (дотики, обнімання, масаж).

Ще однією з нових потреб є **потреба в нових позитивних враженнях**.

Що робити дорослим?

- Носити подібний до батьківського одяг маленького розміру
- Носити схожі аксесуари: намиста, шкарпетки, шарфи
- Розмальовувати одне одному обличчя (є спеціальні набори фарб для цього). Наприклад, можна розфарбувати одне одного в клоунів
- Грати в «дзеркало»: коли хтось із батьків починає копіювати дії та емоції дитини
- Копатися в городі (створеному хоча б на підвіконні)
- Придумати умовний знак, який буде зрозумілим лише для вас
- Вирощувати різні їстівні трави з насіння та стежити за тим, як вони ростуть
- Дозволяти мити посуд





Криза 3-го року життя

Завершується цей етап кризою третього року життя. Його ще називають «**Я – сам/-а**».

Криза виявляється в тому, що дитина часто:

- проявляє «впертість»: відмовляється виконувати вимоги дорослих
- на заборону реагує емоційно
- прагне діяти самостійно, заявляючи: «Я – сам/-а»

Дитина на певний час може стати вередливою та вразливою. Вона виявляє негативізм – негативні реакції на пропозиції дорослих.

І це все необхідно для здобуття дитиною дуже важливої навички – самостійності та довіри до власних потреб.



Дошкільний вік

(від 3 до 6 років)

Особливості віку	Що робити дорослим?
<p>У цьому віці коло значимих людей розширюється. До батьків або осіб, які їх замінюють, додаються брати, сестри та однолітки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Давати відповіді на численні запитання малюків
 <p>У цьому віці закладаються основи ініціативності. Дитина намагається розпочати нові види діяльності у сім'ї.</p> <p>Зазвичай вони стосуються хатніх справ.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Грати в «Повтори за мною» (можна перед дзеркалом, коли дитина показує рух, а мама/тато повторює, і навпаки) ○ Якщо у вас більше однієї дитини, приділяти індивідуальний час для кожної, щоб усім дісталось трохи одноосібного часу ○ Розділити з дитиною своє хобі ○ Ліпити сніговиків і будувати снігові фортеці
<p>Як допомогти дитині?</p> <p>Дорослі, розуміючи, що діти тільки освоюють цю діяльність, мають із розумінням та терплячістю поставитися до їхнього нового досвіду. Адже блокування ініціативності призводить до виникнення почуття провини, яке знижує активність дитини (і коли дитина досягає підліткового віку, вона не має жодного бажання допомагати дорослим, адже вона засвоїла урок: «у хатніх справах я – незграба, батьки зроблять краще»; «краще займатися своїми справами та не заважати...»).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Спільні ігри на підлозі (разом валятися або боротися) ○ Ритмічно стукати по чомусь дзвінкому ○ Співати разом караоке ○ Разом малювати, ліпити, робити щось творче ○ Спільно прикрашати приміщення до свята ○ Надувати та лопати мильні бульбашки
 <p>Для дитини стають важливими спілкування з однолітками та ігри з ними.</p> <p>Саме завдяки грі та спілкуванню діти вчаться домовлятися, відстоювати свою точку зору, формується прагнення виконувати правила.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ Танцювати разом під музику ○ Катати дитину на спині чи робити «літачок» ○ Гойдати на нозі



Дітей починає цікавити, у чому полягає різниця між дівчинкою та хлопчиком.

Вони можуть розглядати свої статеві органи та пробувати демонструвати їх один одному.

Як допомогти дитині?

Дорослим варто поставитись до цього питання так, як коли вони розказували дитині про пальчики на руках – як про частину фізіології та тілобудови. Адже пізнання себе та світу є нормальним та закономірним процесом, отже важливо розповісти дитині доступною та зрозумілою для неї мовою про те, що її цікавить.



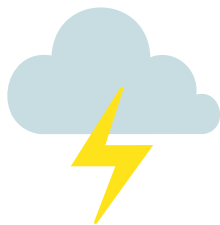
Ще одне питання, яке хвилює дитину цього віку – «Звідки беруться діти?»

Як допомогти дитині?

Не варто придумувати історії про «капусту» чи «лелек», оскільки, коли дитина дізнається, що така інформація неправдива, то вже не буде поспішати до вас із запитаннями з цієї тематики, а буде шукати відповіді деінде.

Варто розказати дитині правдиву інформацію зрозумілою для неї мовою, але не вдаючись до подробиць, які не відповідають віку дитини.

- Дати походити на ступнях батьків
- Робити разом зарядку
- Гойдатися на гойдалках і спускатися з гірки з дитиною на руках
- Закопувати одне одного в пісок чи сніг і обов'язково відкопувати
- Валятися на дивані
- Грати в хованки
- Довірити поливати вазони Сміятися з дитиною, особливо над її жартами
- Одягати дитину та годувати, якщо вона просить (навіть якщо вона вміє це робити)
- Позитивно реагувати на друзів та захоплення дитини (якщо є якісь причини, чому ви щось прийняти не можете, то дуже детально поясніть, чому так)
- Малювати листівки родичам, які живуть окремо, надсилати їх поштою та чекати на відповіді
- Розглядати сімейний фотоальбом
- Шукати дитину, маму, тата, інших членів сім'ї на групових фотографіях
- Розповідати історії про те, як всі чекали на народження дитини
- Телефонувати татові або мамі, коли вони не поруч
- Намалювати список продуктів і піти в магазин, давши дитині цей список



Криза 6/7-го року життя

Ця криза виявляється у втраті дитячої безпосередності, у замкненості, дещо штучній поведінці дитини, «клоунаді», кривлянні. Дитина починає розрізняти внутрішню та зовнішню сторони своєї особистості, усвідомлювати зміст своїх переживань (сердита дитина розуміє, що вона сердита), узагальнювати їх.

Ще однією ознакою кризи є феномен, який має назву «гірка цукерка»: коли дитині погано, але вона цього не показує.

Негативні прояви кризи (негативізм, упертість, норовистість тощо) повною мірою виявляються й у цьому віці.

У цей час діти копіюють дії та слова дорослих. Намагаються робити те, що підтримують та за що хвалять дорослі.

Якщо ви хвалите малюнки, то дитина малюватиме з ще більшою завзятістю. Дитині дуже хочеться, аби її хтось помічав та давав позитивні відгуки. Як і будь-яка криза, ця криза теж має своє завдання.

Завданням для дитини в цей період є змінити тип діяльності з гри на навчання. А ще навчитися взаємодіяти з іншими на більш самостійному рівні.

Завдання для дорослих – допомогти дитині та підтримати її в таких непростих починаннях.

Шкільний вік

(від 7 до 12 років)

Особливості віку

Коло значимих людей не змінюється, але позиція батьків починає відходити на другий план – і це нормально.

Як допомогти дитині?



Перша вчителька може впевнено отримати авторитетну роль в очах дитини, посунувши на друге місце батьків («*А вчителька казала інакше!*»).

Не варто вступати в поєдинок за лідерство, обезцінюючи або піддаючи сумніву компетентність викладача. Така позиція батьків може ускладнити процес засвоєння нової ролі у навчальному процесі дитиною.

Варто підтримати дитину та прийняти нового дорослого в якості авторитету.

Авторитет для дітей передпідліткового та молодшого підліткового віку – це їхні однолітки.

Дітей починають цікавити молодіжні субкультури.

До всього цього ані дитина, ані оточуючі не встигають пристосуватися. Саме тут закладається майбутня самооцінка, самоідентифікація. Дитина ставить собі запитання: «*Хто я, і для чого я тут?*»

Що робити дорослим?

- Пояснювати дитині свої почуття: «*Я сьогодні розсердилася, коли...*»; «*Мені було сумно від того, що...*»; «*Я так раділа цього разу через те, що...*»
- Просити вибачення у дитини, якщо ви втратили самоконтроль або показали поганий приклад
- Називати почуття дитини та пояснювати їй її стан
- Застосовувати активне слухання (тобто справді слухати розповідь дитини та реагувати на сказане)
- Обговорювати конфлікти після того, як пристрасті вщухли, і ви готові розібрати конфлікт на складові та почути позицію іншого
- Організовувати спільне проведення часу (похід у кафе, кіно, прогулянки, майстер-класи тощо)
- Допомогати у розв'язанні складнощів стосовно стосунків із однолітками
- Поважати інтереси та бажання дитини, навіть якщо вам вони здаються безглуздими
- Наділяти певними обов'язками (виграти пил, заварити чай, накрити на стіл)
- Встановлювати правила з повагою та любов'ю

Особливості віку

У цьому віці розвиваються почуття компетентності, ефективності та цілеспрямованість.

Саме у цьому віці закладається ставлення до праці.

Дитина швидко змінюється. Майже кожного дня вона бачить у дзеркалі іншу людину. Змінюються настрої, вигляд, статура. Тіло росте нерівномірно, що може викликати головні болі та інші проблеми.



З'являються нові бажання, нові погляди, стосунки, перше палке кохання. Підлітки шукають подібних до себе.

Як допомогти дитині?

Сприймати почуття дитини (чи то перша закоханість, чи розставання) не з огляду на свій досвід (Наприклад, не варто говорити: *«у тебе ще такого стільки буде... тут немає чого переживати!»*), а навпаки – відчутти силу тих почуттів та переживань, підтримати дитину (Наприклад, *«я розумію, наскільки тебе переповнюють почуття, і хочу, щоб ти знав (-ла), що я поруч. І коли тобі потрібна буде моя порада чи підтримка – звертайся до мене!»*).

Що робити дорослим?

- Бути на боці дитини в разі зовнішньої загрози
- Слухати дитину, коли вона починає говорити, а не лише коли у вас є час
- Звертатися по допомогу до дитини в тому, в чому вона відчуває себе впевненою та компетентною
- Радитися з дитиною перед ухваленням рішень не тільки щодо неї, а й щодо загальносімейних питань





Криза 12-го року життя

Криза підліткового віку передбачає ламання старих поглядів, стереотипів, структур та формування нових переконань і побудови нових. Виділяють два головних шляхи проходження вікових криз:

- **Криза незалежності.** Прояви: норовистість, упертість, негативізм, примхливість, знецінювання дорослих, заперечення їхніх вимог, протест-бунт, ревності до власності тощо. Завдання батьків або осіб, які їх замінюють, – допомогти підліткам отримати незалежність.
- **Криза залежності.** Прояви: надмірна слухняність, регрес до старих інтересів, смаків, форм поведінки.

Конкуренція та агресивність є частими проявами кризи у взаємодії з батьками.

Необхідно приймати та підтримувати дитину у цьому віці, але також встановлювати правила та соціальні рамки. **Завдання батьків** – будувати чіткі рамки, а **завдання підлітка** – пробувати їх порушувати.

Провідна діяльність – це інтимність, спілкування та пошук ідентичності.

Підлітковий вік

(від 12/13 до 19 років)

Особливості віку

Емансипація від впливу дорослих



На її формування впливає основне новоутворення віку – **відчуття дорослості**.

У підлітка виникає бажання якщо не бути, то принаймні здаватися та вважатися дорослим.

Для підлітків важливо самостійно обирати собі зачіску, одяг, спосіб проведення вільного часу, майбутню професію тощо, і вони відстоюють своє право на цей вибір.

Як допомогти дитині?

Дорослим необхідно прийняти це та допомогти підліткам розв'язати головне завдання віку – стати дорослими. Неприйняття цього може лише погіршити стосунки батьків і дітей та ускладнити без того складний період життя, становлення дитини як особистості.

Прагнення до емансипації від впливу дорослих посилюється сильною потребою підлітків **у спілкуванні з однолітками**.

Відбувається формування «Ми-концепції», що іноді набуває досить категоричного змісту: *«Ми – свої, вони – чужі»*.

Що робити дорослим?

- Обіймати не менше 8 разів на день (з дозволу підлітка)
- Слухати й чути, утримуючись від зайвих порад та коментарів, що можуть образити
- Щиро цікавитися його/її захопленнями, музикою, хобі (навіть якщо дорослому вони не дуже цікаві)
- Оплатити квитки на який-небудь дорогий і бажаний концерт (ще краще на концерт в іншому місті) і піти разом
- Слухати підліткову музику. Скласти плей-лист своїх улюблених пісень і попросити дитину скласти свій (потім можна завантажити ці пісні в домашній програвач)
- Влаштувати «сімейні дні», коли вся родина збирається і проводить час разом. Можна попросити дитину записати на аркушах паперу заняття, які їй цікаві (похід у кіно, прогулянка, відвідування певних місць, гра у футбол, похід в перукарню і т.д.) і які вона б хотіла здійснити разом із сім'єю. Потім скласти ці папірці в якусь посудину і на кожен «сімейний день» витягувати один або кілька і втілювати в життя ці побажання
- Зробити разом щось добре для інших: допомогти притулку для собак, змайструвати шпаківню, купити продукти бабусі

Особливості віку

Діти починають об'єднуватися в групи, а провідною діяльністю стає інтимно-особистісне спілкування з однолітками.

Цінності групи підліток схильний визнавати за свої власні.

Закономірність цього поділу зумовлена **поведінковими реакціями, пов'язаними з формуванням статевого потягу**.



Підлітків цікавить все, що пов'язано зі статтю та статевиими стосунками, вони експериментують зі своїм тілом та відчуттями (що може виражатися у мастурбації), прагнуть до контакту з особами, які приваблюють.

Стадії формування статевого потягу:

- **стадія платонічного кохання** – формується ще у шкільному віці (10–12 років). Дитині простого спілкування з особами, які її приваблюють, усвідомлення, що дитина подобається комусь, що існують спільні секрети та інтереси. У цей період з'являється перша закоханість, яка має платонічний характер
- **стадія еротичного потягу** – у дівчат триває, орієнтовно, з 12 до 17 (20) років; у хлопців – з 13 (14) до 15 (16) років. На цьому етапі розвивається чуттєвість, потреба тактильного контакту, що має еротичний характер: важливо торкатися до об'єкта закоханості, тримати за руку, обіймати, цілувати

Що робити дорослим?

- Разом покататися на машині нічним містом
- Затягти разом перестановку вдома
- Запитувати, що подобається і що не подобається у всіх сферах життя: від політики до кольору серветок на столі
- Просити обґрунтувати позицію: ставити запитання, формулювати думку, відстоювати її, шукати аргументи
- Залучати дитину до розмов, цікавитися її думкою щодо «дорослих» тем, наприклад, що відбувається в країні або у світі, про екологію тощо
- Допомогти підлітку знайти дорослих наставників, тренерів, які можуть навчити його/її чогось цікавого і заодно стати добрими друзями
- Спробувати налагодити стосунки з батьками друзів дитини і проводити спільно свята, вихідні, разом вирушати на прогулянки, в поїздки
- Цікавитися друзями дитини, запрошувати їх у гості, грати в настільні ігри або займатися будь-чим, що допоможе ближче познайомитися з друзями дитини і налагодити відносини між ними та вашою родиною
- Пригощати приятелів підлітка (пригощання та годування – один із виявів турботи)

Особливості віку

- **стадія сексуального (фізичного) потягу** – потреба в реалізації потягу шляхом статевого контакту. У віці 15–17 років виникає бажання обійми і поцілунків, пестощів – це стадія еротичного кохання, коли виникають відповідні фантазії (у хлопців на цій стадії може статися перехід до бажання та ініціювання статевого контакту, до якого вони можуть залучати молодших за віком дітей).

Як допомогти дитині?

Формування статевого потягу (лібідо) та пов'язане з цим підвищення цікавості підлітків до теми стосунків та сексу є закономірним і цілком природнім явищем.

Якщо в родині тема сексу – під табу, то підлітки знайдуть відповіді на запитання, які їх цікавлять, у іншому місці. Що саме вони дізнаються і наскільки ця інформація буде корисною та достовірною, залишиться, як правило, таємницею для батьків.

Виникають яскраві, але зазвичай нестійкі та мінливі **захоплення та хобі**. Вони можуть посідати важливе місце в житті підлітка, і він вимагатиме від дорослих поваги та прийняття його вподобань.



Поведінка підлітка мотивується бажанням «спробувати все», «пройти через усе». Простежується схильність до ризику. А через притаманний підліткам **«комплекс невразливості»** вони часто наражають себе на ризик, вважаючи, що неприємності можуть статися з ким завгодно, але не з ними.

Що робити дорослим?

- Допомогати там, де підліток потребує допомоги, наприклад, у навчанні, сходити разом до лікаря тощо
- Запропонувати спробувати разом щось нове. Це може бути що завгодно: від польоту на повітряній кулі або кінної прогулянки до спроби навчитися їсти китайськими паличками
- Піклуватися в простих ситуаціях: збити подушку, застелити ліжко, допомогти зібрати речі
- Влаштувати спільну фотосесію або запропонувати сфотографувати дитину
- Запропонувати разом приготувати улюблену страву
- Попросити допомоги в побутових справах
- Подарувати відвідини майстер-класу на цікаву тему. Може, дитина давно хотіла навчитися знімати відео для блогу, зробити свій сайт, щось змайструвати в гончарній або столярній майстерні, навчитися шити зі шкіри, готувати, спробувати себе в ролі журналіста або зробити щось ще
- Повісити на видному місці (наприклад, на холодильнику) списки бажаних подарунків для всіх членів сім'ї, у які кожен/кожна може записувати те, що хотів/-ла б отримати. Несподівано виконувати бажання дитини (за можливості, звичайно). Можна домовитися про те, що бажання можуть бути як матеріальні, так і ті, що не потребують великих витрат (наприклад, відвідування якихось місць)

Особливості віку

Як допомогти дитині?

Дорослим важливо пам'ятати, що без дозволу дитини в жодному разі не можна брати/читати її записи та розглядати малюнки.



Через гормональну бурю, яку переживає організм, для підлітків характерні різкі перепади настрою – від радості та веселощів до смутку, туги, сліз.

Причому значимих причин для такої зміни настрою може й не бути.

Як допомогти дитині?

Батькам важливо з розумінням поставитися до таких коливань настрою та не чинити тиску на дитину, не влаштовувати «допит» про те, що ж з нею трапилось. Важливо проговорити дитині, що ви поруч і готові поговорити з нею, коли вона цього захоче або буде готова.

Внаслідок стрімкого росту організму в підлітків порушуються пропорції тіла, з'являються підліткові висипи на обличчі тощо.

Відтак створюються умови для внутрішніх переживань, невпевненості у собі через зовнішній вигляд.

Що робити дорослим?

- Розповідати про свій підлітковий досвід: переживання, проблеми й радості того часу
- Попросити підлітка навчити вас чогось, що ви не вмієте
- Дати можливість самостійно купувати одяг та особисті речі
- Говорити про зміни, які відбуваються в його/її організмі
- Хвалити і робити акцент на досягненнях, вселяти віру у його/її сили та пропонувати підтримку





Криза 15/17 року життя

Виникає на межі звичного шкільного та нового дорослого життя. У цей час **дитина опиняється на порозі реального дорослого життя**.

Для тих, хто важко переживає кризу цього віку, **характерні різні страхи**. Відповідальність перед собою та рідними за вибір, реальні досягнення в цей час – це вже велике навантаження. До цього всього додається страх:

- **перед новим життям**
- **перед імовірністю помилки**
- **перед невдачею під час вступу до вишу тощо**

На цьому етапі дорослішання може виникати **криза «відірваності»**, що ґрунтується на відчутті ізольованості від зовнішнього світу, самотності (*«я нікому не потрібен»*, *«мене ніхто не розуміє»*), яке юнаки та дівчата не завжди можуть подолати самостійно.

Життєві невдачі та відсутність підтримки з боку рідних можуть викликати депресії та навіть думки про самогубство (20% юнаків стикаються з такими думками). Зазвичай юнацька депресія ховається за вдаваною нудьгою, іпохондрією, агресивністю, бунтом, вередуванням або девіантною поведінкою – аж до протиправних дій.

Допомагають адаптуватися в новому для підлітка житті два фактори:

- підтримка сім'ї
- впевненість у собі (відчуття компетентності).

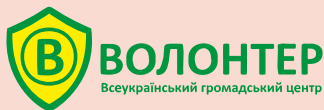
Важливими новоутвореннями періоду від 15 до 17 років є самоусвідомлення та самовизначення (професійне та особистісне).

Основні потреби в цьому віці:

Розуміння з боку дорослих, визнання дорослими незалежності та самостійності підлітка, повага до його/її таємниць.



Сподіваємося, що ці поради стануть вам у нагоді та допоможуть виховувати дітей екологічно, у повазі та гідності.



Буклет розроблено в межах проєкту, що реалізується Всеукраїнським громадським центром «Волонтер» за підтримки Представництва Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні.

Думки, висловлені в публікації, є позицією авторів і не обов'язково відображають погляди ЮНІСЕФ.

©ВГЦ «Волонтер», 2021
© Представництво Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2021