

В рамках міжнародної акції «16 днів проти насилля» пропонуємо добірку матеріалів, яка допоможе батькам у комунікації з тривожними підлітками!

«Як розпізнати тривожних дітей. Симптоми тривоги».

«Поради батькам тривожних підлітків».

Почуття тривоги – це нормальна частина життя, особливо в підлітковому віці. Але занадто сильне занепокоєння може руйнівно впливати на діяльність молоді: під дією цього почуття підліток починає уникати складних ситуацій, конфліктувати та впадати у відчай.

Підвищена тривожність, постійний стрес, гнів, також впливають на зростання напруженості, недовіри в сім'ях, що може перерости в домашнє насильство.

Усі ці проблеми негативно впливають на розвиток молоді. Адже психічне здоров'я підлітка — це стан її душевного благополуччя, емоційного комфорту, впевненості у своєму майбутньому, що пов'язано з відчуттям захищеності.