



- ◆ Старайся помогать другим—это приятно, а бывает крайне важно для кого-то.
- ◆ Принимай на себя ответственность за все, что ТЫ делаешь: говоришь, думаешь, выполняешь, планируешь — это станет залогом нравственного и серьезного подхода к жизни, базой понимания того, какой выбор ты можешь сделать и как будешь справляться с последствиями собственного выбора.
- ◆ Учись делиться своими трудностями и переживаниями с родными и близкими людьми, а не только с друзьями. Опыт и знания старшего поколения могут помочь решить сложные вопросы, которые не всегда под силу решить подросткам самостоятельно.
- ◆ Верь в себя и свои силы, но не переоценивай их.. Учись смотреть на себя трезво и реально—это путь к самореализации и личностному росту.
- ◆ Умей просить о помощи—это важно. Умение признавать свои слабости—показатель внутренней силы человека.

Глубина понимания себя и мира, в котором мы живем, собственной ответственности и нравственных норм - это важный ресурс для принятия того или иного решения и совершения выбора, преодоления различных сложных жизненных обстоятельств, которые иногда происходят в нашей жизни.



ГУ «Центр «Семья»

Забайкальский край, г. Чита, ул.
Ленина 27 а

Телефон: 89144389050
Эл. почта: semya2003@list.ru



Государственное учреждение
«Забайкальский краевой центр
психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи «Семья»

Я в этом мире

(памятка для подростков)



г. Чита



Ты несовершеннолетний, но, как любой гражданин, ты имеешь права и обязанности и несёшь юридическую и нравственную ответственность за свои поступки перед государством и другими людьми.

Эта ответственность зависит от твоего возраста, воспитания, моральных качеств и нравственных норм, которых ты придерживаешься, а также от правовых норм, которые каждый гражданин должен соблюдать.

Основная обязанность любого, в том числе, несовершеннолетнего гражданина, соблюдать законы и не совершать правонарушений, а также не нарушать прав и законных интересов других лиц. За невыполнение этой обязанности гражданин, в том числе, несовершеннолетний, может привлекаться к следующим видам ответственности: юридическая и моральная (нравственная).

Юридическая ответственность регулируется различными правовыми документами, а моральная - общественными нормами и правилами и, самое главное, внутренними механизмами личности (так называемая, нравственная ответственность перед самим собой и другими). Нравственную ответственность перед самим собой можно рассматривать через чувства долга, ответственного поведения, готовность дать отчет в своих действиях перед собой и людьми.

В нашем мире вопрос выбора стоит практически ежечасно — какую одежду носить, куда погулять, с кем пойти гулять, с кем дружить, чем заняться, как вести себя в той или иной ситуации, как относиться к родителям, как быть, если родители не понимают, как быть, если обижают другого на моих глазах и т.п.



Выбор бывает простым и обыденным (обед, наряд, времяпрепровождение и т.п.), а бывает сложным и выбивающим из колеи (выбор профессии, города, в котором учиться и жить, сказать правду и оказаться изгоем в классе/группе или обмануть/промолчать и стать участником какого неприятного или даже страшного события, уйти или остаться, заступиться или промолчать, когда унижают и обижают другого и т.п.).

Ситуация выбора бывает очень тяжелой и иногда бывает трудно ориентироваться в ней...

Именно поэтому мы предлагаем тебе простые и одновременно сложные (иногда по исполнению, всегда — по смыслу) рекомендации, которые могут помочь тебе осознать свое место в мире и сделать достойный выбор в различных



ситуациях.

Хочешь, чтобы родители предоставили тебе больше свободы?

- ♦ Делись с ними тем, происходит в твоей жизни. Будь откровенен и честен. Если ты замкнут и скрытен, им трудно тебя понимать и доверять тебе, а доверие — ключ к большей свободе. Не рассматривай общение с родителями только как формальные отношения и задачу родителей их поддерживать. Проявляй инициативу. Расскажи им как прошел твой день, спроси, что у них нового. Если ты чем-то недоволен, научись выражать свои чувства в уважительной форме.
- ♦ Умение общаться и понимать другого человека несомненно одно из умений, которые пригодятся тебе в жизни, в том числе, в ситуации выбора, начни с самых важных людей — родителей.
- ♦ Учись видеть достоинства других людей, ценить их, меньше обращай внимания на недостатки.
- ♦ Пробуй сопереживать и сочувствовать другим людям — это помогает лучше понять другого человека и себя.
- ♦ Научись прощать людям слабости и обиды.
- ♦ Смотри на свое поведение глазами других (сверстников, родителей, педагогов и др.) - это отрезвляет.

