

Drogi Rodzicu...

We współczesnym świecie życie nastolatka jest trudne. Obecnie żyjemy szybciej, nie mamy tyle czasu dla siebie, ile byśmy chcieli, a wokół pojawiło się wiele nowych zagrożeń związanych z trudnym czasem fizycznego i emocjonalnego dojrzewania naszego dziecka oraz postępem cywilizacyjnym.

Zamieszczane materiały, mogą okazać się pomocne w wychowaniu, ale także zrozumieniu trudności dziecka i świata, w którym funkcjonuje jako nastolatek.

W podanych broszurach zawartych będzie sporo informacji na temat bezpiecznego funkcjonowania w cyberprzestrzeni, radzenia sobie z zagrożeniami związanymi z substancjami psychoaktywnymi czy przemocą.

Można znaleźć odpowiedzi między innymi na pytania:

- Jak rozpoznać depresję u nastolatka?
- Jak postępować z nastolatkiem chorym na depresję?
- Jakie są skutki nadużywania smart-fonów?
- Czym są patologiczne treści w Internecie i jakim są zagrożeniem dla dziecka?
- Co powinien wiedzieć rodzic o myślach samobójczych, które (niestety coraz częściej) pojawiają się w głowie nastolatka?

Zapraszamy do lektury i zachęcamy do korzystania ze stron internetowych, adresowanych do rodziców i specjalistów, np. portalu Fundacji Poza Schematami Mądra ochrona-mniejsze ryzyko adresowanego do rodziców i specjalistów, świadczącego pomoc z zakresu zachowań ryzykownych wśród młodzieży.

- www.madraochrona.pl
- www.madraochrona.pl/strefa-rodzica/wspieranie-rozwoju-dzieci-i-mlodziezy
- www.pomaranczowalinia.pl

pomoc telefoniczna: 801 140 068

(infolinia czynna od poniedziałku do piątku w godzinach 14-20)

pomoc online: pomoc@pomaranczowalinia.pl

Telefon Zaufania dla Rodziców i Nauczycieli: (wsparcie i informacje w zakresie przeciwdziałania i pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym trudności takie jak: agresja, przemoc w szkole, cyberprzemoc, zagrożenia związane z nowymi technologiami, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, wykorzystanie seksualne, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania)

800 100 100 czynny od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00-15.00
www.800100100.pl/dla-rodziców

FUNDACJA POZA SCHEMATAMI polecane artykuły

- [BHP UŻYTKOWNIKA MEDIÓW ELEKTRONICZNYCH \(załącznik 1\)](#)
- [JAK CHRONIĆ DZIECKO PRZED NAŁOGOWYMI ZACHOWANIAMI \(załącznik 2\)](#)

WAŻNE TELEFONY/INSTYTUCJE WSPARCIA I POMOCY
[dane teleadresowe placówek świadczących pomoc w sytuacjach kryzysowych \(załącznik 3\)](#)

Pedagog szkolny- Jolanta Chmiel