



## **"Быть чутким к подростку. Риски самоповреждающего поведения"**

29 января 2025 года в Вязниковском филиале для замещающих родителей была организована групповая консультация на тему **"Быть чутким к подростку. Риски самоповреждающего поведения"**.

Мероприятие провели педагог-психолог и социальный педагог, которые поделились своими знаниями и опытом в работе с подростками.

В ходе консультации специалисты обсудили ключевые аспекты подросткового возраста, когда эмоциональные колебания становятся особенно яркими и заметными.

Педагог-психолог Анна Каменева подчеркнула, что подростки часто сталкиваются с внутренними конфликтами и могут прибегать к самоповреждающему поведению как способу справиться с эмоциональной болью. Участники активно задавали вопросы, делились своими переживаниями и опытом, что способствовало созданию атмосферы доверия и открытости.

Социальный педагог Ирина Лебедева выделила основные факторы риска, способствующие возникновению подобных состояний у подростков. К ним относятся социальное давление, проблемы в семье и низкая самооценка. Участники обсудили методы профилактики и способы оказания поддержки подросткам, что углубило их понимание важности внимательного и чуткого подхода к каждому ребенку.



Кульминацией встречи стал мастер-класс "Радость на ладошках", на котором участники обучились простым, но эффективным упражнениям, помогающим снять психоэмоциональное напряжение. Эмоциональное вовлечение и творческая атмосфера сделали этот опыт незабываемым для всех присутствующих, оставив положительные впечатления и новые знания о том, как поддерживать подростков в трудные моменты их жизни

