

МІЖОСОБОВІ СТОСУНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Презентацію підготувала студентка
УДУ ім. М. Драгоманова, Мохна Олена

1.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВИХ СТОСУНКІВ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ. ЧОМУ ЦЕ ВАЖЛИВО?

Самопізнання

**Самоповага
та самооцінка**

**Соціальна
взаємодія**

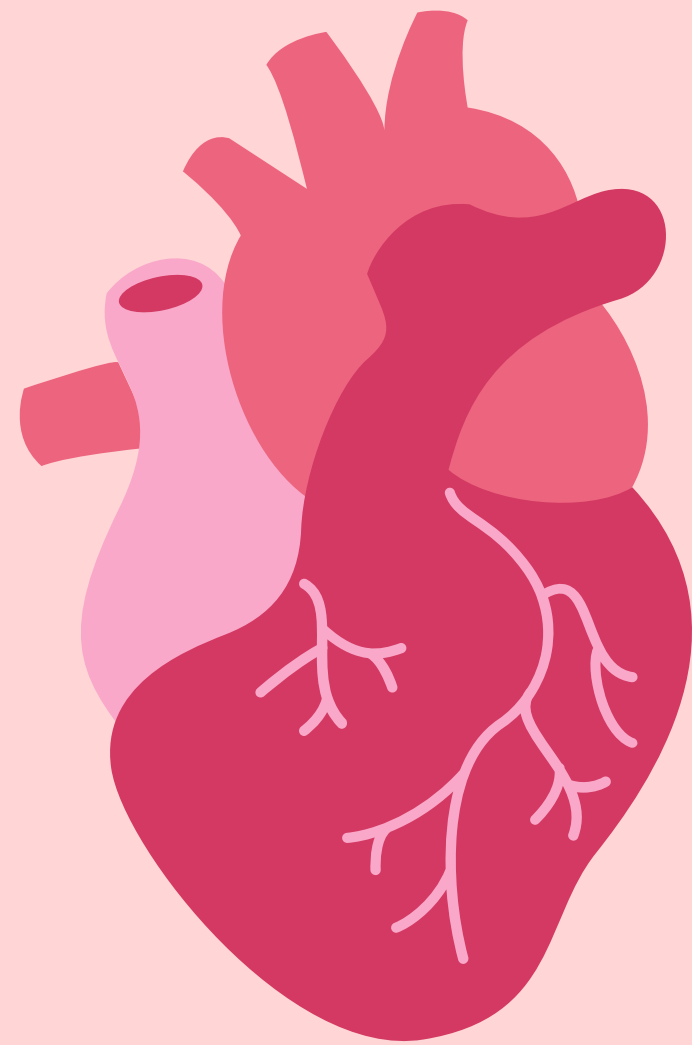
Досвід

2.

ВИДИ МІЖОСОБОВИХ СТОСУНКІВ

1. Дружні
2. Романтичні
3. Сімейні
4. Міжособистісні
5. Міжгрупові
6. Професійні
7. Соціальні

ОЗНАКИ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ



- 1. Інтенсивні емоційні почуття**
- 2. Фізичний контакт**
- 3. Ревнощі**
- 4. Підтримка та розуміння**
- 5. Емоційна прихильність**

ОЗНАКИ ДРУЖНІХ СТОСУНКІВ



- 1. Підтримка та довіра**
- 2. Спільні інтереси**
- 3. Взаємне прийняття**
- 4. Емоційна підтримка**
- 5. Свобода**

3. ОЗНАКИ ЗДОРОВИХ СТОСУНКІВ

1. Взаємна повага

2. Довіра

3. Відкрите спілкування

4. Емоційна підтримка

5. Здатність вирішувати
конфлікти

6. Збереження особистих кордонів

7. Рівність

8. Позитивний вплив на самооцінку

9. Прийняття

10. Спільні цілі

4. ОЗНАКИ ТОКСИЧНИХ СТОСУНКІВ

1. Контроль
2. Маніпуляції
3. Ревнощі та залежність
4. Знецінення
5. Недовіра
6. Насилля

ЩО МОЖНА РОБИТИ ТА ЩО НЕ МОЖНА?

- 1. Відверто говорити про свої почуття та потреби**
- 2. Підтримувати партнера**
- 3. Мати про особисті кордони**



- 1. Ігнорувати почуття іншого**
- 2. Маніпулювати та контролювати**
- 3. Ігнорувати власні потреби**



5. НАВИЧКИ ДЛЯ ПОБУДОВИ ЗДОРОВИХ СТОСУНКІВ

**Встановлення
особистих меж**

**Вирішення
конфліктів**

Емпатія

Комунікація

6.

ОСОБИСТІ КОРДОНИ ТА ЇХ ЗНАЧЕННЯ

1. Фізичні

2. Емоційні

3. Психологічні

ЩО ВАРТО ЗНАТИ ПРО
ІНТИМНІ СТОСУНКИ?



ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!