

Chào mừng Đến với Tuổi Thiếu niên

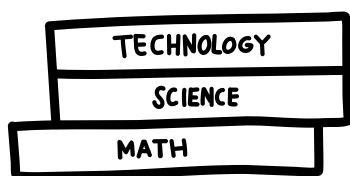
Hỗ trợ ra quyết định cho thanh thiếu niên

Bước sang tuổi thiếu niên là một điều siêu thú vị! Nó có nghĩa là các em sẽ có nhiều tự do hơn, được khám phá ra con người thật của mình. Các em có thể đưa ra nhiều quyết định hơn, đối mặt với những thử thách mới để giúp các em trưởng thành.



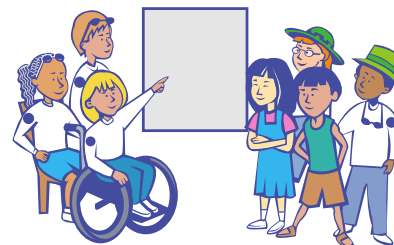
Các em có thể đưa ra lựa chọn về

bạn bè, các lớp học nên học, các hoạt động tham gia, và thậm chí cân nhắc về việc đi làm hoặc tham gia công việc tình nguyện.



Các em cũng có quyền quyết định...

- cách chi tiêu và tiết kiệm tiền
- phong cách quần áo các em mặc
- khi nào các em cần sự giúp đỡ và từ ai
- các mục tiêu cá nhân
- một số dịch vụ chăm sóc y tế và sức khỏe tâm thần các phương pháp điều trị



Tất cả chúng ta đều cần sự trợ giúp

Ở tuổi thiếu niên, các em có nhiều trách nhiệm và tự do hơn, điều này có thể khiến các em phải xử lý rất nhiều việc. Tất cả chúng ta đều cần được giúp đỡ khi phải đưa ra những quyết định quan trọng. Hãy nhớ rằng, các em có thể học hỏi từ những sai lầm và trưởng thành



Có nhiều cách để tìm sự giúp đỡ.



Yêu cầu giúp đỡ là một dấu hiệu của sức mạnh, giúp các em đi đến những lựa chọn sáng suốt hơn cho mình.



- Tìm hiểu thêm bằng cách đọc sách hoặc tham khảo tài liệu **online**.
- Xem video để học hỏi thêm.
- Nói chuyện với những người lớn mà các em tin tưởng, chẳng hạn như người trong gia đình, thầy cô giáo, cố vấn, huấn luyện viên, những người mà có thể hướng dẫn và hỗ trợ các em.



Đây được gọi là Ra quyết định Có hỗ trợ (Supported Decision Making, hoặc SDM).



Phương pháp ra quyết định có hỗ trợ sẽ giúp các em tiếp tục con đường tự lập khi bước sang độ tuổi trưởng thành.

Các em là người quyết định!

- Các em muốn ai giúp đỡ mình
- Các em muốn được giúp đỡ về việc gì
- Các em muốn được giúp đỡ khi nào

Bản quyền © The Arc Oregon. Đã bảo lưu mọi quyền. Tuyên bố này cho phép việc in ấn và phân phối cho mục đích thông tin hoặc giáo dục, miễn là nội dung không bị thay đổi hoặc sửa đổi dưới bất kỳ hình thức nào mà không có sự đồng ý rõ ràng bằng văn bản từ The Arc Oregon. Nhà tài trợ: Kuni Foundation. TheArcOregon.org