

ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ РОДИТЕЛЬ ПОДРОСТКА?



Деструктивное поведение – это разрушительное поведение, отклоняющееся от медицинских или психологических норм, приводящее к нарушению качества жизни человека, снижению критичности к своему поведению, снижению самооценки и эмоциональным нарушениям, что, в итоге, приводит к состоянию социальной дезадаптации личности, вплоть до ее полной изоляции.

Молодежные движения деструктивного характера – это неформальные движения (объединения), разрушающие личность молодого человека, подменяющие его понимание традиционных ценностей.

К объединениям деструктивной направленности можно отнести:

- ✓ деструктивные интернет-сообщества (пропагандирующие суицидальное, агрессивное поведение);
- ✓ криминальные субкультуры;
- ✓ территориальные/уличные группировки/банды;
- ✓ тоталитарные религиозные секты (вплоть до сатанинских), поклонники различных культов;
- ✓ экстремистские/радикальные группировки, которые специализируются в настоящее время по трем основным направлениям: политическое, националистическое и религиозное.



ПОЧЕМУ ПОДРОСТКАМ СВОЙСТВЕННЫ ДЕСТРУКТИВНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ?

В подростковом возрасте личность формируется, подросток пробует различные шаблоны поведения, пробует исполнять разные социальные роли и осваивается в мире взаимоотношений взрослых. Нужно помнить, что для подростков критически важно принятие в среде сверстников. В случае отвержения подростка группами сверстников, ключевая его потребность будет не удовлетворена, и его психика будет искать иной выход самоутверждения и выражения своего разочарования вовне.

Основными факторами риска (предпосылками) вовлечения в деструктивные группы являются:



✓ деформация семейных отношений (недостаток внимания к подросткам в семье);



✓ неудачи в школе (равнодушное отношение к учебе);

✓ нарушение конструктивного взаимодействия подростков и молодёжи с социальной средой (отчуждение от школьной команды);



✓ дезадаптации и девиации, отсутствие у несовершеннолетних твёрдых нравственных взглядов и убеждений;

✓ постепенное отчуждение несовершеннолетних от первичных социально полезных групп (семьи, класса, студенческой группы и др.).



Личностные особенности

несовершеннолетних: повышенная внушаемость, трудности формирования жизненных ориентиров и ценностей, переживание собственной неуспешности, трудности самопонимания, отсутствие адекватной самооценки, отсутствие позитивных жизненных целей, отсутствие умений взаимодействовать с

окружающими, неустойчивость эмоциональной сферы и др.



Причинами ухода подростков в деструктивные группы чаще всего являются: потребность в друзьях, конфликты дома или в школе, протест против формализма взрослых. В случае, если дети и подростки предоставлены сами себе и не знают, чем заполнить свое свободное время, опасность их неадаптивного поведения возрастает.



КАКИЕ ПРИЗНАКИ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДОЛЖНЫ ВАС НАСТОРОЖИТЬ?

Общие маркеры вовлечения обучающихся в деструктивные группы:

- изменение внешности;
- изменение эмоционального состояния

и его неустойчивость;



К



- преобладание в мировоззрении обучающихся идей неравенства, дискриминации, возмездия и наказания за несправедливое отношение;
- агрессивное поведение;
- использование сленга, относящегося к определенной деструктивной идеологии;
- смена привычного образа жизни;
- безразличие к учебной, групповой и общественно-полезной деятельности;
- скрытность в отношении ежедневной занятости и планов;
- систематические пропуски учебных занятий по неуважительной причине.

Общие маркеры вовлечения обучающихся в деструктивные сообщества в сети Интернет:

- резкое изменение данных личного профиля в социальных сетях;
- подписка на группы и сообщества в социальных сетях, посвященные деструктивной идеологии или движению;
- публикация и репостинг материалов, отражающих содержание идей деструктивного сообщества (группы);
- публикация статусов, выражающих агрессию или содержащих отсылку к деструктивному движению;
- новые «друзья» в социальных сетях, разделяющие интерес ребенка к деструктивной идеологии («понимающие» его);
- ограничение доступа всех близких к личному Интернет – аккаунту.



НЕ ДОЛЖНО ОСТАТЬСЯ БЕЗ ВНИМАНИЯ ВЗРОСЛЫХ

ДЕМОНСТРАТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ. Попытки подражания визуальному стилю «антигероев». Демонстрация агрессии и враждебности, в том числе по отношению к группам лиц, по религиозному, национальному, гендерному, социальному признаку.

НАВЯЗЧИВЫЕ ДВИЖЕНИЯ. Обкусывание губ, выдергивание волос, выщипывание ресниц: подросток неосознанно в моменты задумчивости или волнения причиняет себе физический вред.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ. Резкая смена эмоционального поля (жизнерадостный подросток вдруг стал замкнутым).

ЧРЕЗМЕРНЫЙ ИНТЕРЕС К ОРУЖИЮ. В том числе интерес к взрывоопасным и легковоспламеняющимся веществам, способам их изготовления. Покупка ингредиентов для проведения химических экспериментов.

АТТРИБУТИКА. Появление в комнате необычных рисунков, плакатов, книг (например, посвященных громким преступлениям, биографии серийных убийц, химическим экспериментам, религиозной литературы и др.).

КОНФЛИКТЫ. Подросток становится участником конфликтов, в том числе в образовательной организации (зачинщиком или «жертвой»), проявляет агрессивное поведение (публикует угрозы в социальных сетях или мессенджерах, либо озвучивает их вербально), испытывает потребность быть в оппозиции, находится в поиске противника.

РЕЗКАЯ СМЕНА КРУГА ОБЩЕНИЯ. Разрыв связей с ранее близкими людьми. Появление нового «закрытого» круга общения, преимущественно в социальных сетях.

ОТКАЗ ОТ ЛЮБИМОГО ХОББИ. Немотивированный отказ от тренировок, занятий музыкой и др. при условии, если ранее данные занятия приносили удовольствие.



Наличие хотя бы ДВУХ признаков – это повод обратить особое внимание на психологическое состояние вашего ребенка!

Наличие ТРЕХ и более признаков – повод проявить серьезную обеспокоенность и обратиться за помощью к специалисту (психологу, психотерапевту или психиатру).



КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ?

Дети и подростки в силу своего возраста, особенностей развития, страха или стресса иногда не могут сами обратиться за помощью. Кроме того, они могут бояться распространения информации о произошедшей с ними ситуации, воздействии тех или иных угроз, влияющих на их психологическое и физическое состояние. Из-за этого ребенок, оказавшийся в беде, часто остается один на один со своими проблемами. Поэтому так важно правильно и своевременно распознать симптомы надвигающейся опасности и, конечно, знать, как действовать, чтобы помочь ребенку, если он оказался в сложной жизненной ситуации. Что делать, чтобы обеспечить его психологическую безопасность!

Если вы заметили какие-либо признаки из вышеперечисленных в поведении подростка, важно понимать, что один разговор никогда не способен решить проблему! Подростку нужен постоянный эмоциональный контакт и поддержка родителей. Нельзя оставлять его одного в ситуации кризиса, но и чрезмерный контроль, ограничения тоже нежелательны. Зачастую необходима долгосрочная работа над улучшением эмоционального и психологического состояния подростка.

НЕ ЗАСТАВЛЯЙТЕ ПОДРОСТКА ОБЩАТЬСЯ ПРОТИВ ЕГО ВОЛИ.

Сохраняйте дружелюбный тон, начинайте разговор в спокойном и уравновешенном состоянии. Будьте готовы вести его столько, сколько это будет нужно.

БУДЬТЕ МАКСИМАЛЬНО ИСКРЕННИ. Помните – то, что вам кажется незначимым или малозначимым, для подростка может иметь огромное значение. Не пытайтесь упростить и отрицать проблемы.

ИЗБЕГАЙТЕ ПОУЧЕНИЙ («ты не должен...», «ты не имеешь права...»), оценок и осуждения («это плохо...», «это тебя недостойно...» и т.п.), не стыдите и не ругайте. Не пытайтесь манипулировать подростком или играть на его чувствах («ты нас не ценишь и не любишь...», «подумал бы лучше о нас...»).

НЕ ПЕРЕВОДИТЕ РАЗГОВОР НА ЛИЧНЫЕ ПРОБЛЕМЫ («знал бы ты, как мне сложно/плохо», «я столько работаю ради тебя» и прочее). Подростку в кризисном эмоциональном состоянии нужна дружеская опора. Находитесь на его стороне, постарайтесь убедить его, что принять помощь – это верный шаг

НЕ БОЙТЕСЬ ПРЯМЫХ ВОПРОСОВ. Зачастую подростку проще ответить на прямой и честный вопрос. Открытое обсуждение планов и проблем снимет тревожность. Постарайтесь переключить внимание с негативных мыслей на позитивные возможности, но не говорите, чтобы подросток перестал о чём-то думать (как правило, именно об этом он и будет думать еще больше).

В РАЗГОВОРЕ С ПОДРОСТКОМ ВАЖНЕЕ ВСЕГО СЛУШАТЬ. Если он получает возможность выговориться, эмоциональное напряжение нередко спадает даже без профессионального вмешательства. Не перебивайте, демонстрируйте внимание и участие в разговоре, поощряя к продолжению.

НЕ ДАВИТЕ НА ПОДРОСТКА. Не проводите разговор в форме допроса, не проявляйте прямой или скрытой агрессии, не угрожайте, не оскорбляйте и не унижайте ребенка.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБЪЯСНЯЙТЕ РЕБЕНКУ, что далеко не все, что он может прочесть или увидеть в Интернете, — правда. Осваивайте Интернеттехнологии, заведите аккаунт в популярных социальных сетях (особенно, если там зарегистрирован ребенок). Станьте другом своему ребенку в социальных сетях

(делитесь позитивной информацией, изучайте поступающие от него ссылки, узнавайте о виртуальных друзьях, о встречах ребенка с ними в реальной жизни). Ограничивайте время пользования гаджетами с выходом в Интернет (проведите ВМЕСТЕ с ребенком час без Интернета, а потом и день без него).

ИНТЕРЕСУЙТЕСЬ ЖИЗНЬЮ РЕБЕНКА. Разговаривайте о делах, проблемах, трендах в социальных сетях и популярных темах обсуждения в его окружении. Родитель должен знать социальные сети, в которых зарегистрированы аккаунты ребенка, обговаривать правила и длительность времяпровождения в социальных сетях. Важно использовать с детьми младшего школьного возраста приложение «Родительский контроль» (предварительно обсудив это с ребенком).

УДЕЛЯЙТЕ ВРЕМЯ ОБЩЕНИЮ С РЕБЕНКОМ. При этом главным правилом остается — говорить с ребенком. Доверительные отношения и общение — это универсальный и наиболее действенный способ уберечь ребенка от множества опасностей. Если вы уделяете внимание своим детям и обсуждаете с ними разные темы, то они будут прислушиваться к вашей точке зрения и критически оценивать остальные. Дети, которые счастливы в семье и чувствуют безопасность дома и в школе, смогут справиться практически с любым стрессом. А с тем, что не смогут, им помогут справиться близкие или детские психологи.

**ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО НЕ СПРАВЛЯЕТЕСЬ
С СИТУАЦИЕЙ – ОБЯЗАТЕЛЬНО СЛЕДУЕТ
ОБРАТИТЬСЯ К СПЕЦИАЛИСТУ!**

