

«Даже если человек страдает сам из-за себя,
разве не лучше, чтобы ему помогли,
если кто-то на это способен?»

Серен Кьеркегор

Деструктивный вид поведения является отклонением от общепринятой нормы поведения и морали и носит разрушающий характер. Разрушения затрагивают все сферы жизни человека: здоровье, отношения с друзьями, социализация и т.д.

Деструктивная модель характерна для 89% людей на планете и проявляется в тяжелые, переломные моменты жизни.

Но чаще всего такое расстройство характерно для подростков, которые ввиду своего переходного возраста, отсутствия достаточного внимания со стороны взрослых, влияния улицы, подмены настоящих ценностей, приоритетов и ряда других причин поддаются такому поведению. Для того, чтобы понять, как справиться с такой проблемой, нужно понять, что вызвало такое поведение. Разобравшись в этом, можно без большого труда и посторонней помощи справиться с деструктивностью.

Почему возникает деструктивная модель поведения

Для человека с детства примером для подражания становится семья и родители. К 4-5-летнему возрасту, ребенок получает запас знаний и понимания человеческих взаимоотношений, которым он будет руководствоваться в дальнейшей жизни.

Если конструктивная модель поведения является нормой в семье ребенка, все члены семьи проявляют заботу друг о друге, решают проблемы разумными способами, а не посредством скандалов и упреков, ребенок не видит постоянных пьянок и растет в гармоничной обстановке, то в его жизни маловероятно развитие такого отклонения.

Если происходит наоборот, первенец в группе риска.

Деструктивная деятельность имеет два вектора направления:

1. Внешние проявления (вандализм, жестокость к животным и людям, войны, теракты, экоцид).
2. Направление на внутренний мир человека или саморазрушение (употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, суицид и т.д.).

Психологи выявили четыре основных причины серьезных нарушений поведения детей

а) Привлечь к себе внимание.

Если ребенок не получает нужного количества внимания, то он находит способ его получить: непослушание. Учителя то и дело отрываются от своих дел, делают замечания...

Нельзя сказать, что это уж очень приятно, но внимание непослушанием все-таки получено, лучше уж такое, чем никакого.

б) Показать, что имеет власть над другими.

Детям особенно трудно, когда взрослые общаются с ними, в основном, в форме замечаний, указаний. Ребенок начинает восставать. Он отвечает упрямством. Смысл такого поведения – отстоять право самому решать свои дела, показать, что он личность.

в) Отплатить, отомстить, взять реванш.

Дети часто обижаются на взрослых за несправедливое наказание, любимчиков... В глубине души ребенок переживает, а на поверхности – протесты, непослушание, неуспеваемость.

Смысл плохого поведения: «Вы сделали мне плохо, пусть вам тоже будет плохо».

г) Продemonстрировать свою неспособность и неадекватность.

Ребенок потерял веру в собственные силы, накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, у него складывается низкая самооценка. Он может прийти к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится. Пусть я буду плохим».

Работа в группах (разделить родителей на группы)

Группы выполняют задание: проанализировать ситуации.

Ситуация 1: Ребенок шумит, вступает в разговор взрослых, не слушается. Взрослые обращают внимание на негативное поведение ребенка, раздражаются, делают ему строгое замечание.

Задание: как вы думаете, какова реакция ребенка на данную реакцию взрослых?

Выберите цель, которую неосознанно преследует ребенок своим плохим поведением:

- а) Привлечь к себе внимание.
- б) Показать, что имеет власть над другими
- в) Отплатить, отомстить, взять реванш.
- г) Продemonстрировать свою неспособность и неадекватность.

Вопрос: как бы вы поступили в этом случае?

Ответ: прекращает на время, затем снова начинает.

Цель: привлечь к себе внимание.

Рекомендации педагога-психолога:

1. Игнорировать.
2. Обращать внимание, когда ведет себя хорошо.
3. Задать вопрос: может быть, ты хочешь, чтобы я обратила на тебя внимание?
4. Оказывать ребенку положительное внимание. Придумать совместные занятия, игры, прогулки.

Ситуация 2: Ребенок не способен научиться самостоятельным навыкам, требует помощи. Взрослые соглашаются с тем, что ребенок ни на что не способен.

Задание: как вы думаете, какова реакция ребенка на данную реакцию взрослых?

Выберите цель, которую неосознанно преследует ребенок своим плохим поведением:

- а) Привлечь к себе внимание.
- б) Показать, что имеет власть над другими
- в) Отплатить, отомстить, взять реванш.

г) Продемонстрировать свою неспособность и неадекватность.

Вопрос: как бы вы поступили в этом случае?

Ответ: ребенок остается беспомощным.

Цель: продемонстрировать свою неспособность и неадекватность.

Рекомендации педагога-психолога:

1. Поверить в способности и возможности ребенка, дать ему понять, что в него верят.
2. Найти доступный для ребенка уровень задач, организовать с ним совместную деятельность. При этом ребенка нельзя критиковать.
3. Ищите любой повод, чтобы его похвалить, отмечайте любой, даже самый незначительный успех.
4. Постарайтесь подстраховать его, избавить от крупных провалов.

Подведение итогов

Выполняя задание, вы убедились, что главные усилия нужно направить на то, чтобы переключить свои отрицательные эмоции (гнев, обиду, отчаяние) на конструктивные действия.

Ведь чем больше недоволен взрослый, тем больше ребенок убеждается, что его действия достигли цели. Поэтому необходимо, прежде всего, изменить собственное отношение к ситуации и перейти к позиции помощи.

Помните, при первых попытках улучшить взаимоотношения ребенок может усилить свое плохое поведение. Он не сразу поверит в искренность ваших намерений, и будет проверять их.

Уважаемые родители! Обращайте внимание на эмоциональное состояние Вашего ребенка. Общайтесь, обсуждайте проблемы, учите их разрешать, внушайте оптимизм. Проявляйте бдительность. Если Вы не справляетесь сами, чувствуете неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере Вашего ребенка, не стесняйтесь обращаться за помощью. Специалисты помогут Вам найти выход из трудной ситуации.

Список рекомендуемой литературы

- Вроно Е.М. Поймите своего ребенка. — М.: Дрофа, 2002.
- Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? — М.: ЧеРо, Сфера, 2003.
- Выход есть! / Авт.-сост. Семеник Д.Г. — Москва, 2010.

Рекомендуемые информационные ресурсы

- Сайт «Я — родитель» На сайте представлены полезные советы, указания и подсказки для родителей по воспитанию, обучению и развитию детей. Решение психологических проблем детей <http://www.ya-roditel.ru>