

Родителям о деструктивном поведении детей и подростков



- Причины
- Проявления
- Рекомендации

МБОУ «ООШ №8»
Педагог-психолог
Дмитренко О.В.

Деструктивное поведение

- разрушительное поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, приводящее к нарушению качества жизни человека.
- действия (словесные или практические), направленные на разрушение чего бы то ни было: настроения, успеха, здоровья, физических предметов, своего тела и т. д.

Человека, поведение которого считается разрушительным (деструктивным), отличают следующие черты:

- агрессия и жестокость по отношению к окружающим;
- враждебность при общении;
- склонность разрушать материальные предметы и вещи;
- желание расстроить сложившийся уклад жизни близких ему людей;
- неспособность испытывать эмоции и чувства;
- угроза жизни как чужой, так и собственной.

Источники деструктивных переживаний:

- особенно частым источником деструктивных переживаний являются нарушенные внутрисемейные, внутришкольные или внутригрупповые взаимоотношения.
- неблагополучие в семье имеет не внешний, но содержательный характер: в первую очередь нарушены родительско-детские отношения, нет взаимопонимания.
- роль «последней капли» играют школьные ситуации, поскольку школа — это место, где ребенок проводит значительную часть своего времени.

Черты, свидетельствующие о возможных деструктивных настроениях:

- потеря возможности получать удовольствие и испытывать наслаждение от тех вещей в жизни, которые раньше приносили счастье.
- поступки и настроение как бы выдыхаются и становятся безвкусными. Психика лишается сильных чувств.
- человеком овладевает безнадежность, вина, самоосуждение и раздражительность.
- заметно ослабевают двигательная активность или, наоборот, возникают приступы громкой, быстрой, порой беспрестанной речи, наполненные жалобами, обвинениями или просьбами о помощи.

Черты, свидетельствующие о возможных деструктивных настроениях :

- часто бывают нарушения сна или волнообразная усталость;
- соматические признаки тревоги проявляются дрожанием, сухостью губ и учащенным дыханием. Боли в голове, боку или животе.
- люди ощущают свою нежеланность, греховность и бесполезность, приходят к заключению, что жизнь не имеет смысла.

ПОСЛЕДСТВИЯ ДЕСТРУКТИВНЫХ КОНФЛИКТОВ



БОЛЬ,
ОБИДА



РАЗРЫВ
ОТНОШЕ
НИЙ



СЛЕЗЫ,
РАЗОЧАРО
ВАНИЕ



ОДИНОЧЕ
СТВО,
РАЗЛАД С
САМИМ
СОБОЙ



НЕПОНИМА
НИЕ ДРУГ
ДРУГА



НЕУСПЕВАЕМОСТЬ,
ПЕРЕЖИВАНИЕ,
СТРАХ НАКАЗАНИЕ



СНИЖЕНИЕ
НАСТРОЕНИЯ,
РАЗОЧАРОВАНИ
Е

К «группе риска» по наличию деструктивных проявлений относятся дети и подростки:

- с нарушением межличностных отношений, “одиночки”;
- злоупотребляющие алкоголем или наркотиками;
- отличающиеся асоциальным поведением;
- перфекционисты, сверхкритичные к себе подростки;
- страдающие от недавно испытанных унижений или трагических утрат.

К «группе риска» по наличию
деструктивных проявлений относятся
дети и подростки:

- считающие себя неудачниками;
- часто и длительно болеющие;
- из социально-неблагополучных семей, значим уход из семьи или развод родителей;
- из семей, в которых были случаи насильственной смерти или суицидов.

Признаки эмоциональных нарушений, лежащих в основе деструктивного поведения:

- потеря аппетита или импульсивное обжорство, бессонница или повышенная сонливость;
- частые жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);
- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- постоянное чувство одиночества, беспомощности, вины или грусти;
- ощущение скуки при проведении времени в привычном окружении или выполнении работы, которая раньше приносила удовольствие.

Признаки эмоциональных нарушений, лежащих в основе деструктивного поведения:

- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека «одиночку»;
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- погруженность в размышления о бесполезности, беспросветности, бесперспективности жизни;
- отсутствие планов на будущее,
- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей.

Факторы, препятствующие возникновению деструктивного поведения у детей подростков:

- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении; • эмоциональная привязанность к значимым родным и близким;
- выраженное чувство долга, обязательность;
- учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих;
- убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;

Факторы, препятствующие возникновению деструктивного поведения у детей и подростков:

- наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;
- психологическая гибкость и адаптированность, умение использовать методы снятия психической напряженности;
- наличие актуальных жизненных ценностей, целей;
- планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни.

Какие действия предпринять родителям:

- как только у ребенка отмечается сниженное настроение, и другие признаки депрессивного состояния - необходимо сразу же, немедленно, помочь ребенку выйти из этого состояния;
- разговаривать с ребенком, задавать ему вопросы о его состоянии, вести беседы о будущем, строить планы. Эти беседы обязательно должны быть позитивными.
- не надо сравнивать его с другими ребятами – более успешными, бодрыми, добродушными. Можно сравнить только подростка сегодняшнего с подростком-вчерашним и настроить на позитивный образ подростка-завтрашнего.

Какие действия предпринять родителям:

- внести разнообразие в обыденную жизнь.
- можно завести домашнее животное – собаку, кошку, хомяка, попугаев или рыбок. Забота о беззащитном существе может мобилизовать ребенка и настроить его на позитивный лад;
- соблюдать режим дня. Необходимо проследить за тем, чтобы он хорошо высыпался, нормально питался, достаточно времени находился на свежем воздухе, занимался подвижными видами спорта. Необходимо поддерживать физическое состояние подростка в этот период.

Какие действия предпринять родителям:

- обратиться за консультацией к специалисту – психологу, психотерапевту.
- оптимизация межличностных отношений в школе (в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия;
- проявлять сочувствие и понимание;
- **к проблемам и жалобам ребенка относиться с пониманием и**