

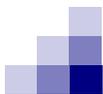
Рекомендации родителям

1. Учите своих детей с помощью слов, речи. Старайтесь добиться понимания ими правил, которые вы установили у себя дома. Это могут быть правила безопасности, времени и порядка принятия пищи или отхода ко сну. Сделайте все возможное, чтобы правила соблюдались всеми членами семьи.

2. Никогда не шлепайте ребенка. Ребенок, которого шлепают, никогда не научится управлять своим поведением: он всегда будет искать кого-то еще, кто бы говорил ему, что правильно делать, а что неправильно. Такие дети обычно руководствуются принципом: «Я не должен ничего делать, иначе меня накажут», вместо «я не должен делать плохие вещи, потому что они плохие».

3. Поощряйте своего ребенка, когда он дружелюбен и настроен на сотрудничество. Поддерживайте его, когда он делает свой собственный хороший выбор.

4. «Никогда не бейте ребенка, чтобы прекратить то или иное его нежелательное поведение «на людях». К сожалению, многие родители стесняются того, что ребенок выходит у них из-под контроля и это происходит на глазах у других людей. Вы должны четко понимать, что ребенку гораздо тяжелее пережить насилие, совершенное на виду у других. Ведь он думает, что его эмоции и его мнение ничего не значат для вас.



Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная
школа №8»

ВНИМАНИЕ, ПОДРОСТОК!



ПОДРОСТКОВЫЙ ВОЗРАСТ

Подростковому возрасту свойственно чувство психологической независимости, хотя человек еще не взял на себя в полной мере никаких социальных обязательств. При достижении детьми подросткового возраста, родители сталкиваются с набором проблем в их поведении. Кто - то проходит этот этап проще, а у кого - то возникают сложности. Со стороны родителей отмечаются страхи, что их ребенка вовлекут в какую - либо криминальную деятельность, либо они станут зависимыми от алкоголя, наркотиков, превратятся в игроманов и т.д. А подростки в свою очередь испытывают трудности при принятии ответственных решений, которые в последующем определяют всю его дальнейшую жизнь: выбор профессии, формирование своего мировоззрения и самосознания. Этот возраст также характеризуется появлением чувства своей неповторимости, индивидуальности и непохожести на других.

В настоящее время резко возросло количество самоповреждений в подростковой среде. Это опасная мода на «порезы» - имеет большую популярность у американских детей и подростков регулярно наносящих себе порезы бритвой, ножом или острыми предметами, чтобы заглушить психосоматическую боль физической, для того чтобы избавиться от накопившейся боли и обрести контроль над эмоциями.

САМОПОВРЕЖДЕНИЯ

В современном обществе наметилась тенденция не обращать внимания, делать вид что ничего страшного не происходит, так как для окружающих такое поведение является глупостью или «дешевым» способом привлечь к себе внимание. Семьи кто столкнулся, с этим пытаются скрыть этот факт, расценивая как позор и огрехи воспитания. Однако эта проблема гораздо сложнее и шире чем, кажется на первый взгляд.

К самоповреждениям относится широкий ассортимент различных видов вредного воздействия на себя. Но самое главное в этом случае – отсутствие суицидальных намерений. Самый распространенный и широко известный тип такого поведения – порезы на предплечье, синяки от щипания, ссадины от царапания ногтями и другими острыми предметами, проколы кожи, постоянное расковыривание заживающих ран, удары кулаком, головой об стену и т.п. Каждый подросток склонный к самоповреждениям, имеет свой излюбленный способ и в основном пользуется им. Чаще всего для нанесения ран используются ножи, лезвия, ножницы, гвозди. Но в ход может пойти все, что как- то может повредить мягким тканям. Обычно повреждения наносят себе по 2 основным причинам:

1. У подростка слишком много эмоций, с которыми он не может справиться и боль от самоповреждения дает выход эмоциям.
2. Либо эмоций нет совсем, он ощущает себя бесчувственным и самоповреждение дает ему возможность почувствовать себя живым.

Причины возникновения самоповреждающего (саморазрушительного) поведения

1. Неблагоприятная семейная обстановка (развод или ситуация «будем жить вместе только ради детей»).
2. Перфекционизм (стремление человека к совершенству) подростка и его окружения.
3. Влияние друзей (когда сверстники дают образец поведения в ложных жизненных ситуациях).
4. Пережитое сексуальное насилие.
5. Информация в СМИ, когда самоповреждение преподносится, как решение проблемы.
6. Наличие психических заболеваний.

Формирование зависимого поведения и поведенческой схемы, где самоповреждение становится способом ответа на стресс (т.е. легче ранить себя, чем что- то конструктивно решить).

Как оказать помощь?

1. Если подросток нанес себе раны или любые другие повреждения, особенно если это случилось уже не первый раз, родителям важно обратить на это внимание и постараться спокойно поговорить с ребенком, а не надеяться, «Все само пройдет».
2. Необходимы консультации психиатра.
4. Родителям необходимо снизить давление на подростка и не завышать требований.
5. Организация семейного досуга, выстраивание доверительных отношений.