



«Хочешь быть счастливым – будь им!» Меры предупреждения деструктивного поведения несовершеннолетних.

Бережная Н.Б, психолог отдела психолого-педагогического
сопровождения МАУ ИМЦ г.Томска



Два главных вопроса давно интересуют людей

? Достижимо ли счастье в принципе, то есть можно ли быть счастливым исходя из определения счастья длительное время, в идеале всю жизнь.

? Если это возможно в принципе, что для этого нужно делать.



Для получения удовольствия от жизни главное — это правильно организовать всего лишь два основных процесса:

- Получение всего, что нужно для жизни
- Избавление от всего, что не нужно и мешает жизни



Счастье — это общая удовлетворенность жизнью и получение от нее хронического удовольствия.

В этом определении два главных компонента: общая удовлетворенность и его длительность.



Деструктивное поведение

- Деструктивное поведение — это действия, которые приводят к разрушению самого человека, других людей или предметов вокруг.
- Как правило, подросток совершает их регулярно и либо неосознанно, либо с желанием достичь конкретной цели, например: привлечь внимание и пр.



- Деструктивное поведение может быть обусловлено разными причинами.
- У одних — это психологическое влияние общества, у третьих — особенности работы нервной системы, психическая травма, полученная в детстве, у других — системы.
- Деструктивное поведение свойственно лицам, которые имеют зависимость от алкоголя или наркотиков.

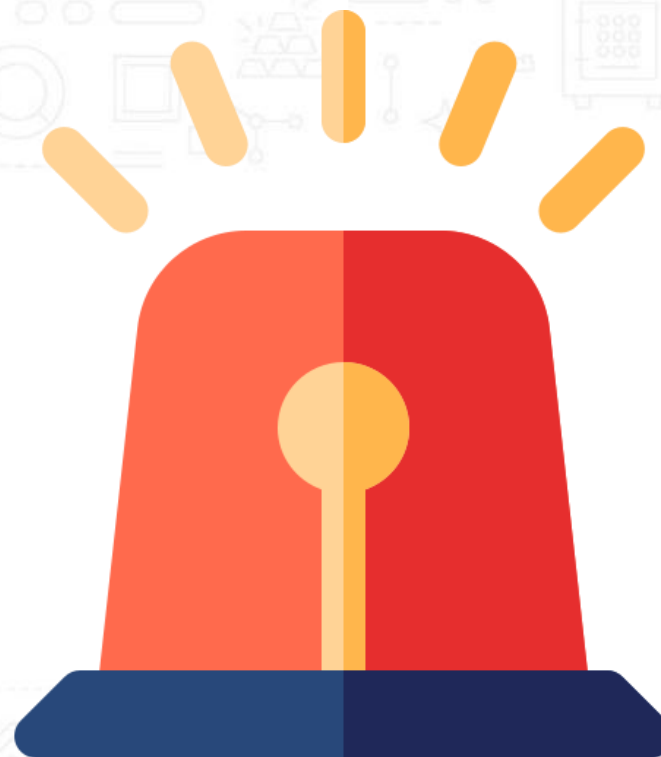


- Деструктивное поведение связано с комплексом сочетающихся психологических, поведенческих и внешних факторов риска.
- Наличие одного или нескольких признаков может быть временным проявлением, случайностью но **ДОЛЖНО ПРИВЛЕЧЬ ВНИМАНИЕ**.



Проявления у несовершеннолетнего деструктивного поведения могут стать источником повышенной опасности как для него самого, так и для его близких, окружающих, общества в целом.

Игнорирование или несвоевременное выявление взрослыми признаков деструктивного поведения у ребенка нередко приводит к причинению им физического вреда самому себе, окружающим, суицидальным поступкам, появлению зависимостей (токсикомания, алкоголизм и иные).



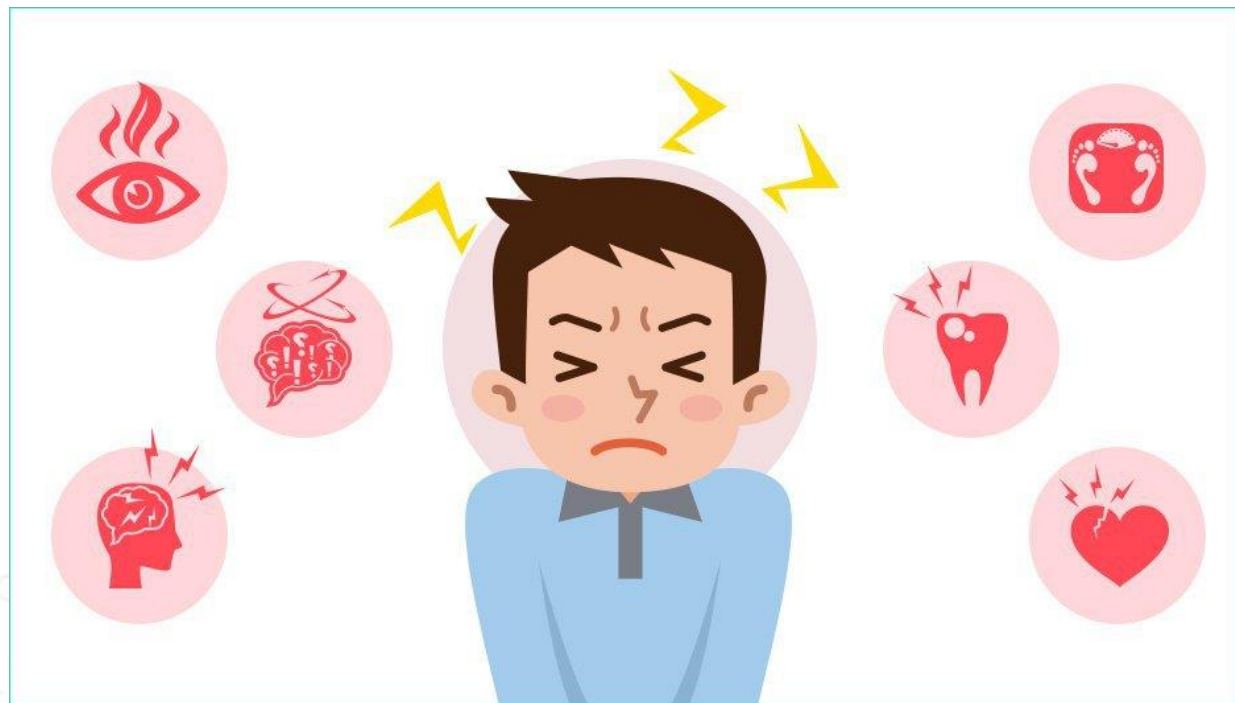
Что делать при выявлении тревожных сигналов деструктивного поведения подростка

1. Переключить внимание и активизировать положительные качества и внутренний потенциал ребенка, мотивировать на социально-позитивное и законопослушное поведение.
2. Действия родителей (законных представителей) по устранению факторов риска, развитию личностных ресурсов ребенка, созданию поддерживающей среды помогут не допустить развитие деструктивного поведения.
3. Предупредить деструктивное поведение подростка поможет родительская забота, своевременное обращение к специалистам (психологам, медицинским работникам и др.). Всегда лучше предотвратить беду, чем исправлять разрушающий характер деструктивного поведения.



По отношению к окружающим и внешней среде

- Намеренное нарушение социальных отношений
- Сквернословие
- Причинение физического ущерба другим людям (побои, драки)
- Экоцид (нанесение вреда объектам природы)
- Жестокость к животным
- Вандализм
- Моральное унижение других людей
- Провоцирование конфликтов
- Участие в травле



- Интернет- зависимость
- Страсть к азартным играм
- Употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ
- Чрезмерное видоизменение собственного тела (татуировки, шрамирование, пирсинг)
- Суицидальное поведение



Это нормально?

Основная сложность с которой сталкиваются родители и педагоги в том, что подростки с деструктивными паттернами считают свое поведение *нормой*



Что с этим делать?

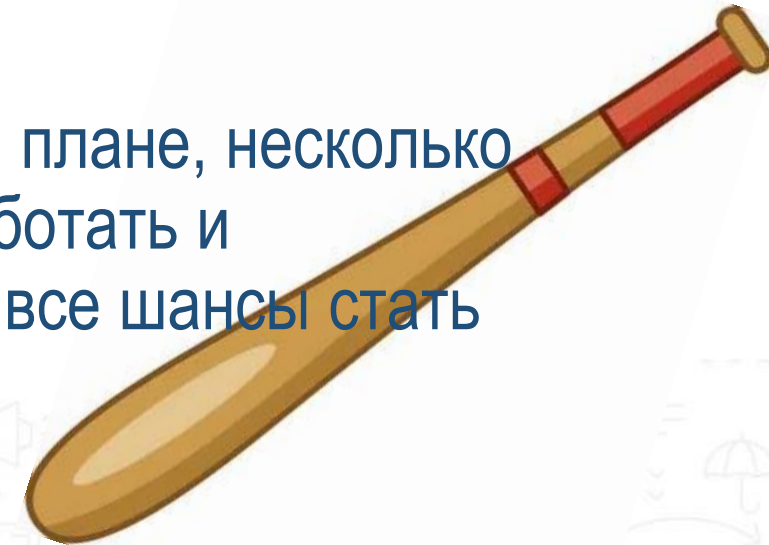
- 1. Как бы больно, страшно, противно ни было, простить и отпустить.
- 2. Перестать оглядываться на прошлое и «чесать» всех людей одной гребенкой.
- 3. Концентрироваться на настоящем.
- 4. Общаться с позитивными людьми.
- 5. Делать акцент на положительном, а не на болезненном опыте.



Понять и принять, что Ваше счастье – это только Ваш выбор, Ваша ответственность.

- Оно не зависит от родителей, друзей, посторонних людей и обстоятельств.
- Человек выбрал быть счастливым и полностью взял на себя ответственность за это решение.

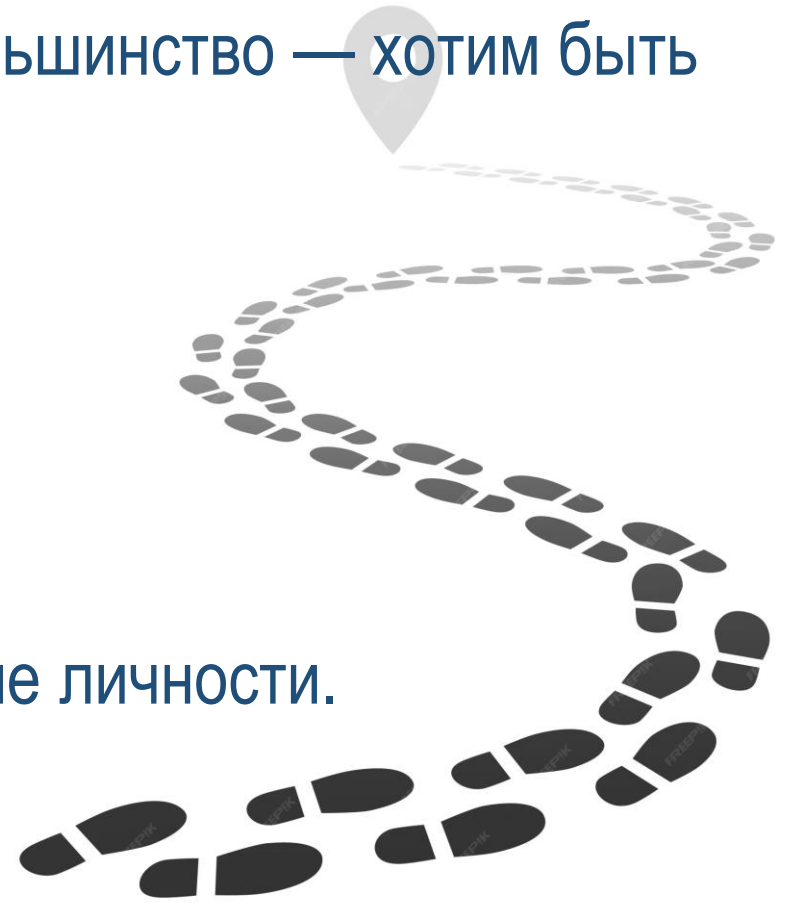
- **Деструктивные качества присутствуют практически у каждого, но их наличие – не повод отказываться от счастья.**
- Если не позволять порокам постоянно быть на первом плане, несколько «глушить» их, признавая их наличие, стараться проработать и трансформировать во что-то другое, позитивное, есть все шансы стать счастливым.



- Все мы — или, по крайней мере, подавляющее большинство — хотим быть счастливыми, но как мы движемся к этой цели?
- Шаг вперед, два шага назад, полшага в сторону...

Важно!

- Степень адаптации во много определяет поведение личности.



- Все мы можем и должны быть счастливы всю жизнь, и какие два условия нужно для этого выполнять..
- Счастье жизни, не зависит ни от времени, ни от места жизни, ни от пола, ни от возраста, ни от культуры, ни от текущей ситуации в стране или в мире.
- «Счастье можно найти даже в самые трудные времена, нужно просто стремиться к свету».

- Отдел психолого-педагогического сопровождения
- МАУ ИМЦ Тел: (8-3822) 43-05-32
- "Психея" центр социально психологической помощи
- Кирова 51а стр. 5, Томск
- +7 (913) 881-24-83
- psychology_center23
- centr_psiheya@mail.ru

