



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОНТЕНТ
ДЛЯ ДИСТАНЦИОННЫХ КУРСОВ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
(ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ
ПО ОСНОВАМ
ДЕТСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
И ПЕДАГОГИКЕ**

**КАЗАНЬ
2021**



ГОД РОДНЫХ ЯЗЫКОВ
И НАРОДНОГО ЕДИНСТВА
В РЕСПУБЛИКЕ ТАТАРСТАН

2021

ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНДА
ТУГАН ТЕЛЛӘР ҺӘМ
ХАЛЫКЛАР БЕРДӘМЛЕГЕ ЕЛЫ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОНТЕНТ
ДИСТАНЦИОННЫХ КУРСОВ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ ПО ОСНОВАМ
ДЕТСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
И
ПЕДАГОГИКЕ

Образовательный контент

Казань
2021

ББК 74.9р
Р17

Печатается по решению Ученого совета ГАОУ ДПО ИРО РТ
Под общей редакцией Нугумановой Л.Н.,
ректора ГАОУ ДПО ИРО РТ, д-ра пед. наук;
Яковенко Т.В., проректора по научной и инновационной
деятельности, канд. пед. наук

Автор-составитель:

Башлай Э.Х., научный сотрудник лаборатории воспитания, дополнительного образования и профилактики асоциального поведения ГАОУ ДПО ИРО РТ.

Образовательный контент дистанционных курсов для родителей (законных представителей) несовершеннолетних детей по основам детской психологии и педагогике: образовательный контент / авт.-сост. Э.Х. Башлай. — Казань: ИРО РТ, 2021. — 100 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Информационно-просветительские материалы к модулю 1. «Современные нормативно-правовые основы, регламентирующие зону ответственности и функциональные обязанности родителей. Ответственность родителей за обеспечение прав детей»	8
Информационно-просветительские материалы к модулю 2. «Возрастные, психологические особенности ребенка подросткового возраста. Детские возрастные кризисы»	9
Информационно-просветительские материалы для родителей к модулю 3. «Кризисные и трудные ситуации в жизни современного подростка»	23
Информационно-просветительские материалы к модулю 4. «Ошибочные (нежелательные) методы воспитания детей и их последствия»	32
Информационно-просветительские материалы к модулю 5. «Психическая травма. стресс в жизни ребенка. Особенности травматических ситуаций в детском возрасте»	41
Информационно-просветительские материалы к модулю 6. «Мотивы суицидальных поступков у детей подросткового возраста. Что могут сделать родители, чтобы спасти детей?»	68
Информационно-просветительские материалы к модулю 7. «Проблема агрессивного поведения подростков. Природа подростковой агрессии»	81
Литература	87
Приложение	89

ВВЕДЕНИЕ

Дети — самая незащищенная, уязвимая и полностью зависящая от взрослых часть общества. Дети — опора и наше утешение на склоне пути, в них источник семейного счастья, смысл жизни. Поэтому важно помочь им в самостоятельном преодолении глупостей и ошибок, не забывая об их потребностях, возможностях и способностях [18].

В центре внимания социальной психологии детства находятся социальные группы, в которые включен ребенок или с которыми он себя отождествляет. Это прежде всего семья и школьный класс, а также сообщества в социальных сетях, «виртуальные» группы, в которые ребенок добавляется сам, согласно своим интересам или мотивации, сформированной не осознанно, а под влиянием обработки сознания и различной манипуляции. Семья — первая и самая важная социальная микрогруппа, взаимоотношения с которой влияют на всю последующую жизнь ребенка. На личностное становление ребенка влияет мир взрослых и мир детей, а сочетание этих воздействий создает уникальную социальную ситуацию развития детства на каждом этапе его исторического и индивидуального бытия. Если семья и вообще взрослый, опираясь на «зону ближайшего развития ребенка» (Л. С. Выготский), готовит его к освоению социальных норм ценностей и стереотипов данной культуры, то детское сообщество, детская субкультура и особенно референтная детская группа обуславливает зону вариативного развития [1].

Каждый из социальных институтов (семья, группы сверстников) представляет собой альтернативный референтный источник, благодаря которому осуществляется выбор моделей поведения, однако в ситуациях социальных переломов и нестабильности (современного «культурного взрыва») доля группы сверстников возрастает. Детское сообщество с определенного возраста ребенка начинает играть преобладающую роль в процессе социализации.

Подростковый возраст — это период развития детей от 10–11 до 14–15 лет, иногда его называют отрочеством (от древнерусского слова «отрок», что означает «не имеющий право голоса»). Отрочество — период, когда подростки заново оценивают свои отношения с семьей. Стремление обрести себя как личность порождает потребность в отчуждении от всех тех, кто из года в год оказывал

на него влияние, и в первую очередь это относится к семье. Отчуждение, внешне выражающееся в негативизме, является началом поиска собственной уникальной сущности. Подростковый возраст имеет и другие укрепившиеся названия: трудный возраст, переходный возраст. Как и всякий переходный период, подростковый возраст несет в себе черты кризиса, который считается большинством психологов практиков наиболее острым и длительным. Подросток чувствует, что он уже не ребенок, но еще и не взрослый. Однако перед ним стоит сложная задача — за два-три года стать взрослым человеком, выбрать свой жизненный путь и будущую профессию, что требует хороших знаний о себе и самого себя. Именно в подростковом возрасте многие дети начинают вести дневник, в котором ребенок «находит исключительное свободное убежище», где никто и ничто его не стесняет. Предоставленный самому себе, он свободно и независимо выражает свои внутренние, глубоко интимные переживания, волнующие мысли, сомнения и наблюдения. При наличии психологических трудностей у подростков окружающие его взрослые — учителя, родители, сверстники — не всегда могут заметить признаки психологического неблагополучия. Это связано с низкой психологической грамотностью, отсутствием представления о том, на что обратить внимание, а что — нормальные возрастные изменения. Подростковый возраст — возраст, в котором коммуникативные навыки только развиваются, равно, как и навыки осознанного обращения за помощью. В случае «неосознанного» заявления о своей проблеме часто возникают сопутствующие нарушения: поведенческие трудности, падение школьной успеваемости, конфликты. Такие нарушения могут быть как попытками привлечения внимания к своей проблеме, так и вариантом «самолечения» от собственных проблем. Даже если разговор состоялся и подросток заявил о том, что он нуждается в поддержке взрослого и ему нужно помочь, реакции взрослых порой усугубляют и без того тяжелое психологическое состояние растерянности, «подавленности», чувство одиночества и полную неуверенность в себе и в своем будущем.

Среди распространенных ошибок, которые допускают взрослые в общении с детьми, можно назвать следующие:

- взрослые перебивают ребенка, не дают ему высказать свою мысль до конца;

- взрослые автоматически реагируют на сказанное ребенком;
- взрослые обесценивают сказанное;
- взрослые занимают позицию доминирования над ребенком.

Неудовлетворенность отношениями «на равных» в семье влияет на общее настроение подростков, он психологически страдает. Карл Юнг предполагал, что сильнейшее влияние на ребенка оказывают не сами детско-родительские отношения. *Наиболее болезненно сказывается на личности ребенка то, что в этих отношениях отсутствует*, поэтому свою потребность в общении «на равных» он реализует со сверстниками. Если у ребенка сложились добрые, понимающие, доверительные взаимоотношения с родителями или другими значимыми взрослыми, тогда подросток не будет испытывать зависимость от сверстников и общение со сверстниками будет в качестве дополнительной поддержки. Родительская роль иногда становится тяжелой ношей, но кто-то должен выполнять эту работу. Если родители не будут указывать ребенку направление, кто же это будет делать? Будучи взрослыми, родители несут ответственность. Когда эту функцию берут на себя ровесники, они не несут за нее никакой ответственности и не испытывают угрызения совести за дурное влияние. Если ровесники заменяют родителей в роли наставников, ребенок начинает действовать в соответствии с ожиданиями сверстников.

Из специфики привычного для нового поколения виртуального способа коммуникации с окружающим миром вытекают психологические особенности современной молодежи. Технические средства для нее понятнее и важнее, чем человеческие эмоции и реакции, и это отражается во взаимодействии родителей и детей: коммуникативная дистанция между ними увеличивается. Ж. Бодрийяр писал, что массовая коммуникация и порождаемые ею образы разрушают домашнее, внутреннее, приватное пространство — время. Особенности нового поколения в наиболее ярком виде можно наблюдать в форме таких психологических синдромов, как дефицит внимания и гиперактивность. Молодые люди очень беспокойны и расторможены, им трудно оставаться сосредоточенными на чем-то одном продолжительное время, у них возникают сложности с успеваемостью из-за неусидчивости и невыдержанности. Недостаток эмоциональных контактов в семье, в первую очередь с родителями, и излишек информации, который окружает детей с рождения, разрушают нервную систему.

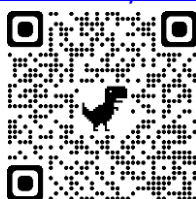
Гиперактивный социум, в котором люди отличаются большей потребностью в новизне, поиском ощущений, меньшей терпеливостью и терпимостью, склонность к повышенной конфликтности приводит к «клиповому мышлению» — особенности человека воспринимать мир через короткие яркие образы. Мышление ориентировано на усваивание информации малыми порциями. Еще одна особенность молодежи — склонность к аутизации как способ отречения от взаимодействия с миром людей, как защита от проблем современного образа жизни, как способ отгораживания от мира [21].

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К МОДУЛЮ 1.

«Современные нормативно-правовые основы, регламентирующие зону ответственности и функциональные обязанности родителей. Ответственность родителей за обеспечение прав детей»

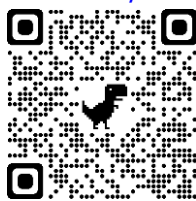
1. Конвенция ООН о правах ребенка (20.11.1989)

http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959/



2. «Семейный кодекс» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 04.02.2021)

http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/



3. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273 «Об образовании в Российской Федерации»

http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/



4. Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»

http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/



ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К МОДУЛЮ 2.

«Возрастные, психологические особенности ребенка подросткового возраста. Детские возрастные кризисы»

Возрастные психологические особенности ребенка подросткового возраста	Каким образом проявляется?	Что может сделать родитель, чтобы помочь подростку решить его проблемы?
<p>Формирование самооценки личности подростка.</p> <p>Самооценка выполняет регуляторную и защитную функцию, влияя на поведение, деятельность и развитие личности, ее взаимоотношения с другими людьми.</p> <p>Отражает степень удовлетворенности или неудовлетворенности собой, уровень самоуважения. Самооценка создает основу для восприятия собственного успеха и неуспеха, постановку целей уровня притязаний. Самооценка формируется на базе оценок окружающих, оценки результатов собственной деятельности, а также на основе реального и идеального представления о себе.</p>	<p>В основе самооценки подростка может лежать телесное восприятие. Внимание подростков сосредотачивается на отдельных частях тела, они кажутся им слишком, толстыми, тонкими, большими или маленькими. Подростки считают, что все окружающие замечают их недостатки и несовершенство тела.</p> <p>Подростки начинают сравнивать себя со сверстниками. Неприятие своего тела может стать важным фактором, влияющим на отношение со сверстниками и активную социализацию.</p> <p>В подростковом возрасте дети часто страдают от дисморфобии (страх изменения своего тела). Эти переживания варьируются от простой озабоченности подростка меняющейся внешностью до форменной одержимости ее дей-</p>	<ul style="list-style-type: none"> - научить подростка конструктивно реагировать на критику и замечания по поводу своей меняющейся внешности и другую критику; - делать акценты на лучших качествах и поступках детей; - избегать комментариев, связанных с особенностями формирующегося организма подростка; - создавать ситуации для повышения самооценки и опыта формирования положительного представления о себе; - подкреплять и поддерживать усилия ребенка, направленные на самопонимание и самоуважение; - создать в представлении подростка позитивный образ его самого. <p>Всем взрослым, кто находится рядом с подростками, необхо-</p>

	<p>ствительными или мнимыми дефектами. Самое страшное для подростка — публичное осуждение и негативная оценка.</p> <p>Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защиты.</p> <p>В подростковом возрасте дети очень ранимы и болезненно реагируют на критику и замечания по поводу внешности, способностей, выбора друзей и интересов. В протест – самоповреждение как способ привлечь к себе внимание, настоять на своем или заглушить физической болью душевные переживания.</p>	<p>димо создавать ситуации для повышения самооценки и опыта формирования положительного представления о себе.</p>
<p>Чувство взрослости у современных подростков. Потребность доказать окружению свою взрослость</p>	<p>В подростковом возрасте имеется важное противоречие: потребность быть взрослым, показать всем свою взрослость и отсутствие в реальности сформированных взрослых качеств, умений и навыков. Подросток требует признания от окружающих того, чего еще не достиг и что еще не сформировалось. Именно поэтому он остро реагирует на замечания педагогов, критику его взрослой позиции. Одновременно с чувством взрослости многие под-</p>	<p>Нельзя отрицать взросление подростка и постоянно напоминать, что он еще ребенок.</p> <p>Педагоги и родители должны правильно расставить акценты в подростковом взрослении. Необходимо говорить об ответственности, которая проявляется во взрослых поступках и взрослом отношении ко всему, что есть в жизни. Родители должны помочь детям открыть для себя взрослый мир со всеми трудностями и требо-</p>

	<p>ростки открывают для себя чувство одиночества. Подростки активно доказывают окружающим и себе свою взрослость. Это является основным новообразованием подросткового возраста. Чувство взрослости у подростка только начинает формироваться, является еще очень слабым и хрупким и неясным для него самого. У младших подростков наблюдается страх взросления.</p>	<p>ваниями. Важно проявить внимание к мнению подростка. Родители должны с пониманием реагировать на требования ребенка расширить его полномочия, в первую очередь в сфере принятия решений (как семейных, так и индивидуальных) [2].</p>
<p>Протесты в отношении запретов, устанавливаемых родителями</p>	<p>В подростковом возрасте меняется отношение к запретам. Это следствие формирующегося чувства взрослости. Слишком жесткие требования для соблюдения запретов могут спровоцировать уход ребенка из дома или другие виды деструктивного поведения. Современные подростки ищут помощи в социальных сетях у сверстников. Подросток отвергает того, кто «читает нотации», «подавляет инициативу и мнение», «не видит в подростке личность», не понимает его проблемы, не пытается общаться на равных, использует авторитарность и жесткую директивность.</p>	<p>Запреты, которые устанавливают взрослые, должны подтверждаться аргументами их необходимости. Если родители настаивают на своем только потому, что они взрослые и так решили, то подростки автоматически будут отрицать все правила и директивы. Родители могут объяснять ребенку свои действия и рассказывать о своих родительских чувствах. Если во время разговора с подростком он видит, что родители искренни, по-настоящему беспокоятся о его самочувствии, переживаниях, потребностях и хотят его уберечь или помочь, то запреты и санкции будут приняты и поняты ребенком.</p>

		<p>Не рекомендуется в протест подростковому непослушанию реагировать эмоциональным отвержением и неприятием.</p> <p>Развиваясь непрерывно, семья может сохранить прежний уровень сплоченности только при условии гибкости, взаимных уступок и готовности принимать растущие возможности растущих детей.</p>
<p>Определение будущих жизненных перспектив</p>	<p>У подростков формируются психологическая перспектива, целеполагание.</p> <p>Под психологической перспективой понимается способность сознательно, мысленно представить себя в будущем.</p> <p>Внутренняя позиция — это возможность объективно увидеть свое положение, сопоставить с тем, которое хочется занимать, и построить ступени между настоящим и будущим, т.е. понять, что необходимо делать сейчас для достижения желаемого будущего. У многих подростков под негативным влиянием деструктивных виртуальных сообществ (например, групп с депрессивной направленностью) формируется инфантильное отношение к будущему или полное</p>	<p>Нельзя детям и подросткам говорить о худших перспективах развития будущего, даже при наличии объективных проблем в социализации и обучении. Ребенок, представляя свое будущее, должен видеть позитивный жизненный сценарий, где он обязательно будет успешен и счастлив.</p> <p>Подросток ждет от родителей ответов на многочисленные вопросы, которые мучают его, и помощи в освоении пока чужого для него мира взрослых. Необходимо, чтобы подросток нашел в родителях чутких собеседников.</p>

	его отрицание. Л.С. Выготский говорил, что подростка характеризует не слабость воли, а слабость целей.	
Половая идентификация подростков	<p>Подростковый возраст — этап становления половой идентификации, представление о себе с точки зрения сексуального поведения, сексуальной позиции. У большинства подростков процесс половой идентификации затруднен, потому что они имеют мало образцов для позитивной идентификации, то есть жизненных эталонов.</p> <p>Половая идентичность — переживание и осознание человеком своей половой принадлежности, физиологических, психологических и социальных особенностей своего пола.</p>	<p>Нормальное психосексуальное развитие ребенка происходит при условии, что позиции и поведение родителей дифференцированы по половому признаку, мать ведет себя как женщина, а отец как мужчина.</p> <p>Замалчивание сексуальной темы — одна из основных ошибок родителей.</p>
Влюбленность и первые чувства подростка	<p>В подростковом возрасте формируются представления о любви, в основном романтического характера. Любовь соотносится со смыслом жизни, рассматривается как преобразующая сила. Любовь как переживание сопровождается различными чувствами. Большое значение придается эмоциональным отношениям (привязанности, доверию). Подростковый период — время первой любви.</p>	<p>Родители часто совершают ошибку, запрещая подросткам встречаться с парнем/девушкой, считая, что время для отношений еще не настало.</p> <p>Подобные препятствия могут очень пагубно сказаться на будущем развитии ребёнка — от комплексов до проблем в построении будущей семьи.</p> <p>Родительские запреты вызовут у ребёнка только обратную реак-</p>

	<p>Не у всех она проходит идеально, как раз наоборот — многие взрослеющие дети тяжело переживают это состояние.</p> <p>У родителей появляется страх, что ребенок перестанет хорошо учиться.</p> <p>Часто конфликты с ребенком подросткового возраста бывают по причине того, что родители считают, что это недостойный выбор их ребенка. Многие родители опасаются нежелательной беременности и поэтому запрещают встречи и отношения.</p>	<p>цию: он станет делать всё наперекор, чтобы доказать, что уже взрослый и в состоянии решать за себя, выйдет из-под контроля и в таком состоянии может допустить множество непоправимых ошибок.</p> <p>Подростковый возраст — это тот возраст, когда у ребёнка закладываются основные модели поведения в отношениях с противоположным полом. Сейчас у подростка по кирпичикам будет складываться картинка об идеальной мужчине и женщине, об их отношениях. Любое агрессивное вмешательство в его личную жизнь будет вызывать лишь бурю протеста. Разговоры и доверие — вот то, что поможет вам избежать конфликтов с детьми во время их первой серьёзной влюблённости.</p> <p>Родителям рекомендуется осознать, какой страх одолевает больше всего при мысли о том, что ребенка настигла первая любовь.</p>
<p>Потребность подростков быть принятым в своей социальной группе сверстников.</p>	<p>Многие подростки переживают неудовлетворенность своим социальным положением в группе сверстников, ис-</p>	<p>Родителям необходимо доступно и корректно объяснить, что в любом сообществе есть лидеры, которые могут по-</p>

	<p>пытывают затруднения в реальной коммуникации. У подростков присутствует страх быть отвергнутым сверстниками, и от этого зависит психоэмоциональное самочувствие ребенка. Направленность подростков на общение со сверстниками зачастую характеризуется страхом быть отвергнутым. Место, которое подросток занимает в коллективе, определяется отношением сверстников, и от этого в большей степени зависит эмоциональное благополучие личности подростка. Подростки стремятся к неформальному общению и вступают в различные виртуальные сообщества. Принадлежность к группе дает поддержку слабому «Я» подростка, заменяя его сильным «Мы». Таким образом, подростки ощущают иллюзию собственной силы и ощущение свободы. Причина того, что подростки вступают во множественные виртуальные сообщества и добавляют к себе в друзья в социальных сетях всех, кто хочет стать другом, является неразвитая критичность в отношении любой информации, отсутствие социального</p>	<p>давить других или навязывать им свои ценности, идеологию и мировоззрение. Если подросток говорит, что у него возникли проблемы в общении со сверстниками, — это уже хорошо. Значит, он доверяет взрослым, понимает, что ему могут помочь. Гораздо хуже, когда ребенок замыкается в себе и родители даже не знают, что у него возникли какие-то сложные ситуации. Научите ребенка считаться с мнением окружающих и находить компромиссы. Среди «токсичных» реакций семьи на обращение подростка об испытываемых трудностях могут быть: игнорирование (взрослый не придает значение проблемам подростка, игнорирует любые просьбы о помощи), обесценивание (несерьезное отношение к переживаниям подростка).</p>
--	--	---

	<p>опыта общения с разными людьми и знаний о деструктивных сообществах сети Интернет. Нарушение взаимоотношений со сверстниками влияет на все сферы жизнедеятельности и личностное развитие подростков. Формой негативного реагирования на проблемную ситуацию подросток может произвольно избрать агрессию, противопоставляя себя группе. Поведение носит произвольный, непосредственный характер и направлено на получение эмоционального отклика у сверстников. Такое поведение содержит в себе черты незрелости и неспособности установить деловые и доверительные отношения со сверстниками.</p> <p>В большей степени выражена потребность быть понятым, принятым, не быть одиноким. Общение со сверстниками настолько значимо в отрочестве, что Т.В. Драгунова и Д.Б. Эльконин предложили предать ему статус ведущей деятельности. В современной психологической литературе подчеркивается роль ровесников в создании чувства идентичности ребенка.</p>	
--	---	--

<p>Кризис ценностей. Проблема влияния информационной среды Интернета на формирование ценностей современных подростков</p>	<p>Подростки испытывают настоящий ценностный кризис и находятся под влиянием идеологии социальных сетей и виртуальных сообществ.</p>	<p>Взрослым нужно быть предельно внимательным к высказываниям подростков их принципиальности, понять, кто может влиять на формирующиеся взгляды детей и управляет или манипулирует их сознанием. Подросток ждет от родителей ответа на многочисленные вопросы, которые мучают его, и помощи в освоении пока чужого для него мира взрослых.</p>
<p>Проблема агрессивного поведения подростков</p>	<p>Проблема подростковой агрессивности требует срочного решения этой проблемы. Джонатан Коэн, доктор естественных наук, психолог, психоаналитик, говорит о факторах, которые способствуют росту агрессии в подростковой среде. Ученый считает, что много часов, проведенных за компьютерными играми, увеличивают активность коры головного мозга, регулирующей эмоциональное возбуждение, наряду с этим происходит снижение активности тех зон, которые отвечают за самоконтроль. Навязывание моделей агрессивного поведения реализуется в социальных сетях, СМИ и референтными группами.</p>	<p>Важным компонентом коммуникативных навыков является способность распознавать провокационные действия окружающих, направленные на актуализацию агрессии. Провокация является устойчивой причиной агрессии. Роль родителей – научить правильным реакциям на провокации со стороны сверстников. Подросток, столкнувшись с той или иной нестандартной ситуацией, реагирует эмоционально, если реакция обусловлена не самим событием, а восприятием события и его оценкой. Оценка события может быть правильной или ошибочной в зависимости</p>

	<p>Сцены насилия в СМИ провоцируют зрителя, если выглядят реальными и захватывающими, если зритель отождествляет себя с агрессором или ассоциирует враждебную персону с жертвой агрессии из фильма.</p> <p>Агрессивность формируется в процессе социализации ребенка и закладывается уже в дошкольном детстве, во многом определяя дальнейшие пути развития личности.</p> <p>Неразвитость эмпатии, сострадания, альтруистических качеств приводит к тому, что подросток считает собственную агрессивность нормальным явлением и оправдывает себя, перекладывая вину на других («он сам начал»).</p> <p>Многие подростки попадают в различные проблемные ситуации, так как у них просто не хватает базовых социальных умений.</p> <p>Они не знают, как выразить свои желания и распознать чужие, как ответить на провокации и как построить отношения.</p>	<p>от прошлого опыта, внутренних ожиданий и селективного (избирательного) внимания к отдельным фактам и сигналам ситуации.</p> <p>Роль родителей – научить альтернативно относиться к разным ситуациям и извлекать правильный позитивный опыт.</p> <p>Если подросток расценил событие как провокационное или угрожающее, это приведет к возбуждению, которое интерпретируется через призму прошлого агрессивного опыта и вызывает агрессивные реакции.</p> <p>В исследованиях поведения было обнаружено, что агрессивные подростки иначе воспринимают сигналы из окружающей среды, чем их неагрессивные сверстники. Агрессивные подростки обнаруживают низкую вариативность решений проблемных ситуаций и качественную непроработанность этих решений. Склонность к агрессивному реагированию в межличностном взаимодействии связана с тем, что подросток неверно понимает вербальные и невербальные сигналы, идущие от партнера по</p>
--	---	---

		<p>общению (слова, жесты, позы, мимику и движения). Ошибка в понимании ведет к ошибочной интерпретации намерений другого человека и к ошибке в реакции подростка [2].</p> <p>Типичные действия взрослого, усиливающие напряжение и агрессию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - повышение голоса, изменение тона на устрашающий; - демонстрация власти; - крик; - сарказм, насмешки; - использование физической силы; - втягивание в конфликт других людей, не причастных к нему; - нотации; - сравнение подростка с другими детьми; - команды, жесткие требования.
--	--	--

Детские возрастные кризисы

Основная причина кризисов — возникновение в стабильный период нового качества новообразования, которое приводит к нарушению установившейся гармонии между личностью и средой. Ребенок приобрел нечто новое, а его окружение осталось неизменным. Возникают конфликтная ситуация, требующая изменения среды, социальных отношений.

Общими чертами для всех возрастных кризисов, по Л. С. Выготскому, являются непослушание и непокорность.

Общая для всех родителей реакция на детский кризис — желание перевоспитать ребенка, «исправить» его, «переломить».

Каково неправильное отношение родителей к особенностям поведения ребенка в кризисный период? Это непринятие его индивидуальности, отрицание «похожести», поиск схожести характеров с кем-то из родителей.

Л.С. Выготский описал основные характеристики кризисных периодов:

- наличие резких изменений в короткие отрезки времени;
- несмотря на резкость изменений, нет четких границ кризиса;
- присутствие конфликтов с окружающими и трудновоспитуемость ребенка;
- наличие разрушения в развитии, т.е. «на первый план выдвигаются процессы отмирания и свертывания, распада и разложения того, что образовалось на предшествующей стадии» [22].

К началу каждого возрастного периода складывается совершенно своеобразное отношение между ребенком и окружающей его действительностью, прежде всего социальной.

Как вести себя родителям, когда ребенок находится в кризисном возрасте?

1. Надо понять, в чем отличие поведения ребенка в настоящем времени от того, как обычно ведет себя ребенок.
2. Необходимо быть гибкими и менять свою линию поведения и методы воспитания. Главное на этапе переживания кризисного периода ребенком — оказать помощь, а не увеличивать дистанцию в эмоциональной близости, проявляя жесткость, авторитарность или безразличие и инфантильность. Родители могут помочь ребенку в приобретении нового опыта в решении детских возрастных задач и использовании этого опыта для формирования важных личностных навыков.
3. Главным фоном отношений с ребенком в кризисные периоды является помощь и эмоциональная поддержка, так как новые формы поведения требуют от него огромного эмоционального напряжения, поэтому он всегда нуждается в защите.

Переживаемые в отрочестве изменения индивидуально вариативны по продолжительности, интенсивности и степени влияния на общее психическое развитие. Отрочество содержит в себе два поворотных момента — переход от детства к раннему под-

ростничеству и переход от позднего подросткового возраста к юности. Два этих перехода считаются кризисами развития.

Считается, что поведение подростков отличается рядом особенностей: недостаточностью жизненного опыта и низким уровнем самокритики, отсутствием всесторонней оценки жизненных обстоятельств, повышенной эмоциональной возбудимостью, импульсивностью, двигательной и вербальной активностью, внушаемостью, подражательностью, обостренным чувством независимости, стремлением к авторитету в референтной группе, негативизмом, неуравновешенностью возбуждения и торможения.

Динамизм психической деятельности подростка в одинаковой мере делает его податливым как в сторону социально позитивных, так и в сторону социально негативных влияний.

Подростковый возраст — это возраст открытия самого себя и своего «Я».

Причины нарушения общения со сверстниками в подростковом возрасте:

- слабо развитые (несформированные) коммуникативные качества ребенка;
- негативный приобретенный опыт общения с детьми в дошкольном и младшем школьном возрасте;
- педагогическая запущенность и отсутствие развитых личностных качеств;
- перенимаемые неправильные модели поведения и отношений между людьми на основе подавления и унижения другого человека;
- психопатологические характеристики ребенка, акцентуации характера;
- зависимость от мнения сверстников и высокая потребность в общении, переходящая в навязчивость;
- эмоциональная некомпетентность, неспособность распознавать чужие эмоции и переживания;
- потребность доминировать в общении;
- стремление «навязать» свою точку зрения и неумение слушать и слышать другого;
- отсутствие навыков самоконтроля;
- ориентация в общении на себя;
- заниженная самооценка и неуверенное поведение;

- нарушения в развитии моральных ценностей;
- желание привлечь к себе внимание;
- несформированные знания в области норм и правил общественного поведения.

Подростковый возраст всегда привлекал особое внимание психологов по причине его исключительной значимости в становлении личности. В этом возрасте происходят наиболее резкие изменения внутреннего мира ребенка, знаменующие его переход из детства во взрослость.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ К МОДУЛЮ 3.

«Кризисные и трудные ситуации в жизни современного подростка»

Трудные ситуации в жизни ребенка, связанные с особенностями семейного воспитания

Трудная жизненная ситуация	Виды и особенности ситуации, в которой оказался ребенок
1. Семейное неблагополучие	Семья ребенка ведет асоциальный образ жизни, родители не имеют постоянного места работы, употребляют алкоголь (наркотики).
	В семье в отношении ребенка применяют физическое насилие (жестокое обращение). Ребенок проживает в семье, в которой: - постоянное агрессивное поведение родителей; - угрозы наказанием, побоями, угрозы совершения насилия по отношению к ребенку или к тому, кого ребенок любит (по отношению к матери, сестре, брату, домашнему животному); - оскорбления ребенка, в том числе с использованием ненормативной лексики.
	Родители ребенка лишены родительских прав, ребенок воспитывается с бабушкой, дедушкой или ближайшими родственниками либо в приемной семье.
	Психическое заболевание родителей (депрессии, острые бредовые реакции, тяжелые тревожные расстройства, приводящие к агрессивным и аффективным реакциям).
	Ребенок проживает в неполной семье, в которой не уделяется должного внимания воспитанию ребенка.
	Ребенок проживает в семье, в которой имеются проблемы финансового обеспечения. Родители являются безработными или имеют маленькую оплату труда. Семья существует за счет пенсии бабушки, дедушки.
	Ребёнок проживает в семье, в которой постоянные конфликты между родителями. Ребенок является наблюдателем и свидетелем физического насилия в отношении одного из родителя.
	Ребенок был свидетелем убийства или тяжелого физического повреждения близких (родителей,

	родственников и др.)
	Ребенок проживает в семье, где близкие родственники или родители страдают от тяжелого заболевания (онкология и др.)
	Проживая в семье, ребенок был свидетелем смерти близкого человека.
	Неспособность ближайшего окружения, прежде всего матери, обеспечить для ребенка атмосферу доверия и эмоциональной защищенности (феномен «социального сиротства»).
	Эмоциональная холодность со стороны членов семьи, эмоциональная депривация.
	Развод родителей.
	Наличие члена семьи (отчима), вернувшегося из мест заключения.
	Семья, в которой проживает ребенок, исповедует нетрадиционную религию.
	Члены семьи, в которой проживает ребенок, состоят в деструктивной религиозной организации (секте).
2. Изоляция от общества. Отсутствие возможности для приобретения социального опыта и успешной социализации.	Вынужденная социальная изоляция по вине родителей, которые не реализуют право ребенка на получение образования и не создают условий для формирования социального опыта. Ребенок не посещает детский сад или образовательную организацию
	Самостоятельная изоляция ребенка от общества ввиду наличия отклонений (задержки в социально-психологическом развитии) или же приобретенного негативного, травматического опыта общения со сверстниками (буллинг).
	Ребенок имеет ограничения для полноценного общения и социализации ввиду наличия соматических заболеваний (врожденных, приобретенных).
	Территориальная особенность проживания (удаленность от населенных пунктов), которая не позволяет ребенку формировать социальный опыт и удовлетворять потребность реального общения со сверстниками.
	Ребенок страдает пограничными расстройствами, нервно-психическими заболеваниями, личностными особенностями, связанными с приобретенными фобиями и комплексами.
3. Наличие травматического опыта ребенка	Ребенок имеет пережитый опыт сексуального насилия.

(психической травмы).	Ребенок имеет пережитый опыт физического насилия со стороны сверстников (взрослых)
	Ребенок находится под воздействием постоянных угроз в свой адрес: - угрозы физической расправой; - угрозы распространения слухов др.
	Ребенок на протяжении длительного времени является аутсайдером (изгоем) в среде сверстников.
	Ребенок – жертва школьного буллинга.
	Жизненный опыт ребенка содержит трагические события, связанные с пожаром, военными действиями, экологическими катастрофами.
	Ребенок имеет опыт суицидального поведения или был свидетелем совершения суицида кого-то из родственников или сверстников.
4. Наличие актуальных проблем в образовательной и значимой для ребенка деятельности.	Ребенок не имеет возможности для самореализации в дополнительном образовании (ввиду отсутствия материальных ресурсов в семье или непосещения образовательной организации).
	Ребенок имеет трудности в обучении, с первого класса числится в отстающих учениках никогда не испытывал ситуацию успеха в учебной деятельности. Находясь в образовательной организации, ребенок подвергается постоянной критике, унижениям, оскорблениям своей личности как со стороны учителя, так и со стороны сверстников.

Кризисные, стрессовые обстоятельства подростка, связанные с образовательной деятельностью

Кризисные, травмирующие ситуации и обстоятельства жизнедеятельности подростка	Маркеры (последствия)
1. Ребенок постоянно сталкивается с унижением своей личности. В школе со стороны педагогов слышит комментарии по поводу своих способностей, уровня развития интеллекта. Учитель публично в присутствии одноклассников постоянно указывает на интеллектуальную или умственную отсталость ребенка (что в реальности не соответствует дей-	Маркеры этой ситуации: - вербальная агрессия в отношении учителя и сверстников, пропуски уроков, постоянные конфликты; - замкнутость, чувство обиды, игнорирование требований педагога, нежелание участвовать в мероприятиях школы. Создается искусственная ситуация для: - снижения самооценки; - формирования образа неуспешного

<p>ствительности). «Ты что, совсем перестал соображать?», «Ты видимо никогда не сможешь ничего понять! Понятно, с твоим-то умом!» — обращение учителя к ребенку.</p>	<p>человека; - появления чувства обиды на учителя и желания отомстить за причинные моральные страдания. Повторяющаяся ситуация на уроках, связанная с моральным унижением приводит к желанию не посещать школу и формированию потребности отомстить за причиненные обиды.</p>
<p>2. В школе ребенок постоянно испытывает стресс из-за особенностей физического развития (например, излишний вес). Под воздействием ежедневных насмешек со стороны сверстников или даже родителей, связанных с особенностями физического развития или внешности, ребенок начинает «избегать общения», замыкается в себе, формируется чувство собственной неполноценности, повышается восприимчивость к критике и замечаниям.</p>	<p>Последствия, которые могут стать маркерами: - суицидальные намерения, рискованное поведение, обида на близких, неприятие себя, сниженная самооценка; - самоповреждение; - социальная самоизоляция; - угрозы в адрес обидчиков, планирование отомстить обидчикам.</p>
<p>3. Ситуация, связанная с постоянным ощущением дефицита времени. Ребенок по требованию родителей с раннего школьного возраста посещает несколько кружков, секций, центров, связанных с дополнительным образованием. Ребенок постоянно живет в режиме ограниченного времени, формируется страх «не успеть» и тревожность за результат всей этой деятельности. <i>Чувство дефицита времени — стрессовый фактор, который может привести к соматическим заболеваниям и неврозу.</i></p>	<p>Чувство дефицита времени на контрольных, самостоятельных работах приводит к сильному эмоциональному возбуждению, мешает управлять эмоциями, вниманием, памятью. Постоянные учительские требования к скорости выполнения работ и упоминание об оставшемся времени до окончания урока — способствует появлению чувства раздражительности, а порой и нежелания продолжать выполнять учебные задачи. Ребенок может выйти из класса, заплакать, проявлять агрессию в отношении учителя.</p>
<p>4. Ребенок находится в процессе подготовки к ВПР, ОГЭ, ЕГЭ, испытывает сильнейший стресс, связанный со страхом не успеть качественно подготовиться и не оправдать ожидания родителей и педа-</p>	<p><i>Когнитивные симптомы</i> — тревожные мысли, проблемы с памятью, фиксация только на плохих событиях. <i>Эмоциональные симптомы</i> — общее уныние, раздражительность или вспыльчивость.</p>

ГОГОВ	<p>Другие симптомы: Чувство хронической усталости. Резкие перепады настроения. Паническое беспокойство. Невозможность сосредоточиться на изучении сложного материала. Неуверенность в том, что будут хорошие результаты на экзамене. Ожидание неприятных событий на экзамене.</p>
5. Ребенок с первых дней обучения в школе сталкивается с отвержением со стороны сверстников.	<p>Последствия – «закрытость» от общения, асоциальное поведение как способ обратить на себя внимание, чувство обиды, отчаяния. В ситуации отвержения сверстниками ребенок младшего школьного возраста стремится привлечь внимание учителя не всегда социально одобряемым способом. У подростков наблюдается подавленное состояние, самоповреждение, агрессивное поведение, отказ от посещения школы и намерения отомстить за непринятие и отвержение.</p>
6. Ребенок проживает в неполной семье, где мама формирует чувство вины за неустроенную личную жизнь.	<p>Ребенок редко рассказывает о доме и родителе (в начальной школе). Плачет, когда одноклассники рассказывают о своих родителях, доме, праздниках.</p>
7. Конфликтная ситуация с учителем, когда ребенок выразил свое несогласие по поводу необъективной оценки. Ребенок отказывается посещать урок этого учителя	<p>Ребенок публично выражает недовольство в отношении действий учителя, не посещает урок этого педагога. Среди одноклассников выражает гнев и раздражение в отношении этого педагога, считает его несправедливым и необъективным. Если ребенок оказывается на этом уроке, то искажает поведение, привлекает к себе внимание, ведет себя демонстративно.</p>
8. Находясь в школе, ребенок сталкивается с насмешками по поводу своей внешности и физических параметров.	<p>Самоповреждение (порезы в местах, недоступных для других, и др.) как способ наказать тело за его несовершенство.</p>
9. С момента обучения ученик биться отвечать у доски. В момент приглашения к ответу у доски ре-	<p>Страх отвечать у доски вызван повышенной зависимостью от мнения окружающих, ребенок боится быть высме-</p>

<p>бенок начинает сильно волноваться, забывает выученный материал и не получает положительной оценки. Педагог информирован о проблеме ребенка, но все равно продолжает вызывать к доске.</p>	<p>янным, неуверен в себе, не может отвечать на публику.</p>
--	--

Помощь родителей в удовлетворении значимых потребностей ребенка

Важные потребности ребенка	Помощь родителей
<p>1. Потребность в защищенности и безопасности.</p>	<p>Каждый ребенок нуждается в том, чтобы родители создали условия для формирования чувства безопасности. Родителям рекомендуется говорить и показывать ребенку, что они готовы его защищать и поддерживать, что бы ни случилось. Семья призвана обеспечить безопасность пребывания ребенка в семье, как необходимое условие для комфортного проживания, воспитания и обучения. Каждый ребенок ждет от родителей уверенности и стабильности. С помощью родителей ребенок создает свою картину мира, учится осторожности и внимательности.</p>
<p>2. Потребность в самостоятельности.</p>	<p>Родителям важно создавать условия для приобретения опыта самостоятельного выбора и принятия решений. Опыт самостоятельности поможет ребенку:</p> <ul style="list-style-type: none"> - хорошо адаптироваться к меняющимся условиям и не оказаться жертвой манипуляции; - решать конфликты со сверстниками, в сложных ситуациях опираться на себя, а не полагаться на рекомендации сверстников; - расставлять приоритеты и управлять своей жизнью. Чтобы справиться с выбором приоритетов, ребенка нужно научить выделять самое важное.
<p>3. Потребность в самоутверждении.</p>	<p>Родителям необходимо определить:</p> <ul style="list-style-type: none"> - лучшие качества и способности ребенка; - способ дальнейшего развития способностей и интересов; - понять что нужно, что интересно и что важно для их ребенка. <p>Родители должны подчеркивать способности детей, демонстрировать окружающим гордость за ребенка. Понимая потребность ребенка в самоутверждении, именно родители формирует представление о соци-</p>

	ально-приемлемых способах самореализации.
4. Потребность в помощи.	<p>В процессе взросления ребенок сталкивается с большим количеством разнообразных ситуаций и ему требуется помощь взрослого человека.</p> <p>Родители могут подсказать, как можно поступить в той или иной ситуации, как отреагировать на поступки других людей, какие выводы можно сделать и какой опыт извлечь. Родителям важно показать пример, как они заботятся о близких людях. В дальнейшем такие качества, как «готовность откликнуться» на «потребность в помощи и осуществлять ее» поможет самим родителям.</p>
5. Потребность быть для кого-то значимым и любимым.	<p>Важно демонстрировать ребенку, что он для них является самым дорогим человеком. Ребенок хочет видеть подтверждение этому в словах, действиях, в отношении. В каждом слове, обращенном к ребенку должен быть подтекст любви и заботы, внимания и соучастия.</p>
6. Потребность быть уверенным в завтрашнем дне, в том, что все будет хорошо и благополучно.	<p>Родители личным примером должны показать детям свою уверенность в будущем. Ребенку важно видеть пример оптимистично настроенных близких людей.</p> <p>У детей есть удивительная способность считывать информацию со взрослых, как они двигаются, как говорят, как смотрят, как реагируют. Нельзя заставлять что-то делать ребенка, если родители сами находятся в неуравновешенном состоянии, раздражены, испытывают тревогу и беспокойство по поводу своих рабочих вопросов, семейного бюджета или состояния здоровья. Нельзя постоянно говорить детям о проблемах на работе и в жизни, если они носят легкий характер и вполне решаемы. Родителям важно знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - каждый ребенок надеется, что в его жизни обязательно будут счастливые мгновения, он станет успешным в работе и семейной жизни; - каждый ребенок верит в свою мечту и хочет, чтобы в нее также поверили близкие люди. <p>Члены семьи, живущие рядом, взаимодействуют в потоке мелочей и важных событий, а дети наблюдают за всем, что происходит дома, и берут образцы для подражания, так формируются и развиваются основные стереотипы поведения детей. Стиль общения родителей друг с другом, с соседями и родственниками может стать основной моделью будущих супружеских отношений, манерой общения с людьми разного возраста, разного пола, разных характеров. Добрые семейные взаимоотношения не исключают разногласий</p>

	мыслей, споров и даже конфликтов, но в дружной семье они решаются без раздражения, без агрессии и унижений друг друга.
7. Потребность в доверительных отношениях.	<p>Для того чтобы были доверительные отношения и ребенок мог откровенно рассказывать родителям о своих переживаниях, нужно быть внимательным, терпеливым слушателем, не перебивать и не смеяться над тем, что рассказывает и делает ребенок. В процессе диалога или откровенного разговора рекомендуется признать значимость проблем ребенка и готовность разделить с ним его трудности.</p> <p>Неудовлетворенность отношениями «на равных» в семье влияет на общее настроение детей и желание быть откровенным. Карл Юнг предполагал, что сильнейшее влияние на ребенка оказывают не сами детско-родительские отношения. <i>Наиболее болезненно сказывается на личности ребенка то, что в этих отношениях отсутствует.</i> Поэтому свою потребность в общении «на равных» подростки реализуют со сверстниками. Если у ребенка сложились добрые, понимающие, доверительные взаимоотношения с родителями или другими значимыми взрослыми, тогда подросток не будет испытывать зависимость от сверстников.</p>
8. Потребность быть понятым.	<p>Родителям важно сказать ребенку, что они понимают его, как серьезно они относятся ко всему, что есть в жизни у ребенка, и разделяют его беспокойства и переживания. В ситуации, когда ребенок обратился к родителям со своими вопросами и проблемами, ответ должен быть один «Я тебя понимаю!», «Чем я могу тебе помочь?». Родители могут найти основные причины неправильных поступков детей и предотвратить дальнейшие их последствия. У родителей всегда должна быть установка стать другом для ребёнка. В подростковом возрасте дети очень ранимы и болезненно реагируют на критику и замечания по поводу внешности, способностей, выбора друзей и интересов. В протест — самоповреждение как способ привлечь к себе внимание, настоять на своем или заглушить физической болью душевные переживания. Конфликты с родителями и с педагогами, неумение решать проблемные ситуации, отсутствие опыта принятия правильных самостоятельных решений приводит к возникновению внутреннего конфликта и желания закрыться от внешнего мира.</p>

9. Потребность в справедливом и честном отношении к своей личности со стороны взрослых (педагогов, родителей).	Во время дисциплинарных мер, применяемых в отношении ребенка, всегда важно пояснить, за какой проступок, в отношении какого действия применяются такие меры наказания или поощрения. Честность со стороны родителей – это когда обещал и сделал, когда слова не расходятся с действиями и поступками самих родителей.
10. Потребность быть уникальным, самым собой и признание своей индивидуальности.	Не рекомендуется постоянно сравнивать ребенка с одноклассниками, или другими детьми, с братьями или сестрами. Родители могут показать, как они верят в своего ребенка. Вера в потенциал, способности и уникальность своего ребенка, неповторимость как личности служит важным фактором формирования хороших взаимоотношений.
11. Потребность быть здоровым.	Своим личным примером родители могут научить ребенка бережно относиться к своему здоровью, отрицать вредные привычки. Родители всегда модель поведения, в том числе в вопросах бережного отношения к своему здоровью и здоровья всех членов семьи. Поведение детей, так же, как и многие их привычки, формируются как зеркальное отражение поведения и привычек членов семьи.
12. Потребность в общении со значимыми людьми.	Необходимо планировать «семейное время», когда все члены семьи могут совместно вести беседы, рассказывать друг другу о своих переживаниях и планах на будущее. Важно демонстрировать заинтересованность друг в друге, не быть равнодушным, не игнорировать, если ребенок хочет поговорить. Семейные отношения – площадка для примерки и отработки человеческих отношений с людьми разных возрастов, разного пола, разных характеров. Именно семья дает универсальный опыт человеческого общения.
13. Потребность обсудить свои эмоции со значимыми людьми.	Если ребенок имеет возможность обсудить свои эмоции со значимыми взрослыми, он начинает правильно осознавать ситуацию и испытываемые им переживания. Но когда этого не происходит и ребенок слышит сплошные замечания, нотации и требования, у него формируется амбивалентность (противоречивость) чувств [4].

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К МОДУЛЮ 4.

«Ошибочные (нежелательные) методы воспитания детей и их последствия»

В процессе воспитания детей многие родители делают серьёзные ошибки, последствия которых сказываются на протяжении всей жизни ребенка.

<p>Ошибочные (нежелательные) воспитательные методы родителей, реакции на поведение ребенка, применяемые меры наказания и проявление личного отношения к ребенку</p>	<p>Последствия ошибочных методов воспитания, рекомендации родителям</p>
<p>1. Психологическое, или эмоциональное, насилие (депривация, отвержение). Неспособность ближайшего окружения, прежде всего матери, обеспечить для ребенка атмосферу доверия и эмоциональной защищенности (феномен «социальное сиротство»).</p> <p>Эмоциональная холодность со стороны членов семьи, эмоциональная депривация. Попустительское отношение к ребенку.</p>	<p>В ситуации эмоционального отвержения, холодности и депривации у ребенка появляется неосознанное стремление привлечь болезнь, начинается психосоматизация.</p> <p>Основные последствия эмоционального отвержения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - появление чувства одиночества, отчужденности, негативизма, неприязни к родителям; - стремление делать все назло, демонстративное неповиновение, агрессивность; - появление отчаяния, обиды и даже злости. Отсутствие теплого, эмоционального контакта с родителями способствует снижению у детей самооценки и стрессоустойчивости, отстранению от участия в семейных делах, приводит к конфликтам и ссорам. Эмоциональное неблагополучие осложняет всю жизнедеятельность ребенка, становится преградой к различным взаимоотношениям и достижению учебных и других результатов. <p>Получая со стороны холодных или постоянно раздраженных родителей строгие выговоры и упреки, к тому же сопровождаемыми угрозами наказания, в раннем детстве ребенок произвольно пытается восполнить недостающие ему чувства всевозможными страхами, болезненным состоянием и переживаниями, капризами, упрям-</p>

	ством, а также такими проявлениями и симптомами нервности, как заикание, энурез, тики [4].
2. Психологическое манипулирование ради личных целей или чтобы преломить подростка.	Манипуляция со стороны родителей быстро становится понятной ребенку, в дальнейшем он так же будет использовать манипуляцию и шантаж для достижения своих целей. Такой метод воздействия на ребенка приводит к потере доверия к родителям.
3. Педагогическая и психологическая некомпетентность родителей (психологическая безграмотность). Неадекватные родительские установки.	Последствиями педагогической родительской некомпетентности могут быть разнообразные ошибки в воспитании, которые повлияют на личностное развитие ребенка и его психологическое благополучие (акцентуации), инфантильность, низкий уровень самоуважения. Отсутствие адекватных воспитательных мер может привести к асоциальному поведению и формированию потребности в общении со сверстниками, независимо от их нормативов поведения. Воспитание родителями, которое осуществляется хаотично, интуитивно, без опоры на понимание психологии развития детей, приводит к непредсказуемым последствиям.
4. Постоянное унижение и угрозы.	Подчинение и запугивание влияют не только на личностные характеристики и адекватную социализацию, но и на дезорганизацию мыслительных процессов, развитие интеллекта и воли (сознательной саморегуляции ребенком своей деятельности). Грубость и семейные ссоры заставляют детей искать свои способы самозащиты: - ходить дома в наушниках; - закрывать комнату на замок; - погружаться в виртуальный мир интернета.
5. Родители чрезмерно внутренне сосредоточены на своих проблемах.	В ситуации, когда родители озабочены своими делами и сосредоточены исключительно на себе, становится невозможным заметить детские проблемы и переживания. Опасность такого поведения заключается в том, что можно пропустить серьезные изменения в состоянии и поведении ребенка, своевременно не оказав родительскую поддержку.
6. Оскорбление и унижение ребенка в присутствии посторонних лиц (эффект публичности)	Последствия такого поведения родителей: - формирование у ребенка глубокого чувства обиды на родителей; - потеря чувства доверия к близким людям;

<p>оскорблений и унижений является дополнительным психотравмирующим фактором). Демонстрация окружающим своей власти над ребенком.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формирование чувства собственной неполноценности; - «закрытость» от общения и контакта с родителями; - развитие комплекса неполноценности; - отсутствие уверенности в своём человеческом потенциале, в том, что «меня будут принимать и любить, что я смогу стать полезным и успешным членом общества»; - недоверие к людям. Когда дети сталкиваются с тем, что родители публично оскорбляют, обвиняют своего ребенка в различных проступках и указывают на его недостатки, они могут навсегда потерять доверие к родителям. Это опасно тем, что при возникновении трудных жизненных ситуаций, когда нужна помощь взрослого, ребенок не будет обращаться к родителям, а начнет самостоятельно принимать недетские решения. Часто жертвой различных деструктивных виртуальных сообществ и социальных сетей становятся дети, которые ищут поддержку и помощь у посторонних людей и сверстников, находясь в ситуации обиды на родителей или открытого конфликта. Потерянное чувство доверия к родителям и обида могут сопровождать ребенка на протяжении всего детства и стать серьезным препятствием в личностном развитии, в том числе в положительном восприятии мира, людей, будущего, сверстников и своей жизни.
<p>7. У родителей слишком высокие требования к личности ребёнка и к его результатам деятельности.</p>	<p>Ребенок будет стремиться удовлетворить не свои потребности, а родителей. В этом случае в деятельности всегда будет играть внешняя мотивация, стремление угодить родителю и соответствовать их ожиданиям. Имеется риск развития комплекса «отличника».</p> <p>Ребенок не может действовать, как заводная игрушка, и механически выполнять указания родителей. Ему важно знать, зачем, то есть с какой целью, он выполняет ту или иную просьбу. Важно в распределении обязанностей и поручений убедиться, что ребенок понимает задачу, поставленную перед ним, знает, что нужно сделать и как это сделать. Рекомендации: предоставлять ребёнку право голоса и право выбора. Чаще поощряйте ребенка за инициативу, качество выполненной</p>

	<p>работы. Если не все у него получилось — не раздражайтесь, а терпеливо объясните еще раз.</p>
<p>8. Стремление родителей воспитать ребенка по своему образцу и подобию, реальные возможности ребенка переоцениваются или игнорируются.</p>	<p>В результате полученной травмы от чрезмерно высоких требований к достижениям ребенка и его личностных качеств ребенок получает искаженные представления о себе, своих особенностях и способностях, которые потом нередко несёт во взрослую жизнь. В такой ситуации ребенок может вырасти крайне застенчивым, неуверенным в себе и испытывать постоянный страх «быть не тем».</p> <p>Излишняя требовательность может стать источником высокой ситуативной тревожности и постоянного внутреннего напряжения ребенка. Чрезмерная строгость может привести к различным видам страха и неуверенности ребенка в себе. Излишняя требовательность может стать источником высокой ситуативной тревожности и постоянного внутреннего напряжения ребенка.</p>
<p>9. Пренебрежение основными нуждами ребенка относится к моральной жестокости. Пренебрежение основными потребностями ребенка, например, в физической и психологической безопасности, любви, признании; отсутствие должного обеспечения опекой и надзором; недостаточное обеспечение ребенка медицинской помощью, игнорирование потребности в безопасном окружении, поддержке, общении.</p>	<p>Кроме огромной психологической нагрузки, он испытывает сложности в развитии, у него просто нет условий и времени чему-то учиться, когда основная цель — выжить.</p> <p>Возможны следующие последствия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие чувства защищенности; - асоциальное поведение; - проявление различных видов агрессии; - чувство одиночества; - заниженная самооценка; - личностная деформация; - удовлетворение потребности во внимании и любви через виртуальные формы общения; - уход из дома; - формирование негативных черт личности ребенка. <p>Ребенок перестает верить родителям, не воспринимает слова родителей всерьез. Отрицание важности того, что волнует ребенка, приводит к тому, что дети отгораживаются от родителей, решая, что впредь свои проблемы надо скрывать, так как их все равно не воспринимают всерьез.</p>
<p>10. Родители страдают различными формами личностных (психических) расстройств, постоянные конфликты в</p>	<p>Причиной травматизации ребенка может быть воздействие эмоционально травмирующих факторов, связанных с семейными конфликтами. Возможны побеги из дома как протест против конфликтных отношений между родителями и</p>

<p>семье, напряженные отношения между родителями, допускается жестокое обращение отца в отношении матери.</p>	<p>нежелание быть «включенным» в такие отношения, быть «зрителем» личных враждующих отношений между родителями и постоянным свидетелем разнообразных психопатий в поведении родителей.</p> <p>Дети, проживающие в условиях постоянного конфликта между родителями бояться быть брошенными и отвергнутыми, стать ненужными. Накопление негативных эмоций может спровоцировать аутоагрессию или агрессивные поступки в отношении братьев и сестер, сверстников как стремление заявить о себе, привлечь к себе внимание, появление различных пограничных расстройств, акцентуации характера.</p>
<p>11. Длительные и открытые для ребёнка ссоры родителей.</p> <p>Большое затруднение родителей при распознавании собственных психологических потребностей и потребностей своих детей. Психическое заболевание родителей (депрессии, острые бредовые реакции, тяжелые тревожные расстройства, приводящие к агрессивным и аффективным реакциям).</p>	<p>Разочарование родителями приводит к тому, что ребенок теряет доверие, отчуждается от родителей, чувствует себя одиноким и беспомощным, старается всеми способами угодить окружающим, чтобы символически «вернуть» или приобрести необходимую любовь.</p>
<p>12. Ситуация гиперопеки в отношении ребенка.</p> <p>Когда ребёнок становится для родителей сверхценностью, особенно для матери, если она одна воспитывает ребенка.</p>	<p>Последствия травмы в результате гиперопеки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - слабоволие (неумение преодолевать трудности); - социальная дезадаптация; - инфантильная позиция и социальная незрелость. <p>У детей, воспитывающихся в условиях гиперопеки, слабый уровень развития ответственности за себя, свои поступки, низкий уровень развития самоконтроля, перепады настроения, самостоятельности в различных ситуациях, низкий уровень адаптивности к новым условиям окружающей среды.</p>
<p>13. Жестко авторитарный стиль воспитания, когда ребенок лишается</p>	<p>Дети, которые растут в ежовых рукавицах, могут легко поддаваться манипуляциям, становятся доверчивыми в отношении тех, кто проявляет к ним</p>

<p>права голоса. Любые попытки ребенка заявить о себе и о своих правах, в том числе иметь свое мнение, жестко подавляются родителями. Ограничение свободы, постоянный контроль, отсутствие какой-либо самостоятельности.</p>	<p>внимание. Они часто становятся «опекунами» для друзей и родственников, заботясь обо всех вокруг в ущерб себе. В ситуации авторитарного метода воспитания у детей возникают нарушения пищевого поведения. Ответственный родитель думает о том, какие воспоминания о своем детстве останутся у ребенка на всю его жизнь, с кем из родителей ребенок всегда будет делиться своими проблемами и переживаниями.</p>
<p>14. Жестокое обращение с ребенком, агрессивное поведение родителей, угрозы наказанием, побоями, угрозы совершения насилия по отношению к ребенку или к тому, кого ребенок любит (по отношению к матери, сестре, брату, домашнему животному), оскорбления ребенка, использование ненормативной лексики. Установление безосновательных ограничений на социальные контакты ребенка со сверстниками, родственниками или другими взрослыми, ограничение прав ребенка на построение собственных взаимоотношений со сверстниками и отсутствие у ребенка права покинуть свой собственный дом (например, родители принудительно переводят ребенка на домашнее обучение). Наличие у родителя сценария, который содержит травматический опыт жестокого обращения.</p>	<p>В семье, где побои, брань, унижения являются распространенными «методами воспитания» или где ребенок лишен тепла и внимания, выявляются психологический инфантилизм, проблемы в сфере мотивации и потребностей, признаки задержки физического и психического развития, которые вызывают по выражению специалистов состояние «неспособность к процветанию». Если дети и подростки остаются один на один со своими мыслями и неразрешенными проблемами, не могут найти выхода, то у них возникают мысли о ненужности и никчемности своей жизни. Близкий человек выполняет в жизни ребенка особую роль — он определяет вектор активности. Недаром близкого человека называют опорой, надеждой, каменной стеной. Если в реальной жизни такой поддержки нет, то ребенок остается беззащитным перед лицом трудностей жизни, теряет интерес к саморазвитию, становится безразличным к своему здоровью, теряет веру в справедливость и безопасность окружающего мира. Детство — важнейший период неповторимой настоящей жизни и от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку, кто был рядом и что он делал вместе, что вошло в его ум и сердце из окружающего мира, — от этого в решающей степени зависит, каким будет ребенок. Сердечность, чуткость, отзывчивость — этот моральный иммунитет против зла приобретает лишь тогда, когда человек в раннем возрасте прошел школу доброты, школу подлинных человеческих взаимоотношений.</p>

<p>15. Родители относятся к ребенку как к помехе, обузе, неодушевленному и лишнему предмету (Л.С. Алексеева). Им можно понукать, командовать, «переставлять с места на место», не замечать и уж тем более не вникать в его состояния и желания чувства.</p>	<p>Ребенок, прошедший свой пик эмоциональной депривации в атмосфере черствости, душевной глухоты, нападок из-за попыток завоевать признание и получивший физический и психический отпор, не испытав ответной любви, заботы, интереса к себе, успел, по словам Э.Фромма, внутренне замерзнуть. Именно поэтому так важно в процессе разговора с детьми не раздражаться, не перебивать, если ребенок настроился на доверительную беседу. Необходимо избегать суетливости и спешки, особенно в проявлении родительских чувств.</p>
<p>16. Отсутствие гибкости в вопросах наказания и поощрения. Непостоянство требований. Разногласия в требованиях между членами семьи.</p>	<p>Неумение родителей учитывать индивидуальные психологические особенности детей приводит к конфликтам и дистанции в отношениях. Случайные педагогические требования постепенно перестают восприниматься детьми, поэтому постоянство, четкость, соответствие возрасту и психологическим особенностям ребенка исключительно важны. Нельзя все, что происходит с ребенком, рассматривать в черно-белых тонах (или хорошо, или плохо). Требования между членами семьи должны быть согласованными.</p>
<p>17. Полное отстранение родителей от формирования половой культуры девушек и юношей.</p>	<p>Если родители не принимают участие в половом воспитании детей, то это приводит к тому, что дети удовлетворяют потребность в информации через информационное пространство Интернета, сверстников или специальной литературы.</p>
<p>18. Недооценка влияние Интернета на здоровье ребенка.</p>	<p>В информационном пространстве Интернета ребенок может столкнуться с негативным контентом. Виртуальное социальное пространство, в которое погружены современные дети, формирует мировоззрение детей, разрушает систему ценностей и будущие ориентиры. Подмена реальных форм социализации виртуальными, ослабление вертикальных связей между детьми и взрослыми, между разновозрастными детьми приводят к самоизоляции детства.</p>
<p>19. Ложь и невыполнение взрослыми обещаний.</p>	<p>Часто родители обманывают ребенка из соображений сиюминутного комфорта, расплата — потеря доверия. Забывчивость — это тоже разновидность обмана. Если родители что-то обещают, то обязательно должны исполнить или объяснить причину, почему в данный момент невозможно выполнить</p>

	<p>обещание.</p> <p>Необходимо вознаграждать за честность и подчеркивать значимость этого качества для всех членов семьи.</p>
<p>20. Насильственное навязывание авторитетов, ценностей, которые не являются значимыми для самих детей.</p> <p>Нежелание родителей понимать актуальные для ребенка проблемы, чаще всего, по мнению родителей, то, что волнует подростков, детей — это неважно и незначимо, важно только то, что говорят родители, все остальное — «пустяки»</p>	<p>Мудрость родителей — в понимании того, что ваш ребенок уникален, не похож на других. Его путь — это его путь. И скорость, с которой он по нему идет, — правильная скорость.</p> <p>Если ребенок видит, что родители не понимают его интересов и ценностей, не разделяют его проблемы, не понимают его личности, тогда возникнет пропасть между детьми и родителями. В такой ситуации ребенок может избегать общения с родителями и искать поддержки в социальных сетях.</p>
<p>21. Перекладывание формирования важных жизненных навыков на него самого ребенка (ответственность, самостоятельность и др.)</p>	<p>Пример взрослых является важным жизненным ориентиром в становлении личности ребенка и формировании жизненных навыков. Если родители в своих обещаниях сдерживают слово, демонстрируют свою постоянную ответственность за свое здоровье, ведут здоровый образ жизни, правильно питаются, то ребенок будет поступать так же.</p>
<p>22. Постоянное наказание, насилие в отношении детей.</p>	<p style="text-align: center;">Причины совершаемого в отношении детей насилия</p> <p>В рамках социокультурного подхода ведущим фактором остается социокультурная обусловленность. Насилие рассматривается как стереотип семейных отношений, принятых в данной группе населения и воспитанных с детства, а также как следствие воздействия социально-экономических факторов (безработица, плохие жилищные условия и пр.)</p> <p>С позиции психологического подхода насилие по отношению к собственным детям — результат негативного личного жизненного опыта, травмы детства либо алкоголизма и психопатологии. Насилие над детьми часто становится орудием установления власти и неадекватного самоутверждения в семье. Самоутверждаясь, взрослые повышают свою самооценку, а в момент применения</p>

насилия (хотя бы «здесь» и «сейчас») ощущают всю полноту своей власти над близкими и таким образом заявляют о значимости своей личности для них. В соответствии с концепцией психобиологического подхода, насильственное поведение в семье характерно для лиц с патопсихологическими отклонениями и обуславливается наличием у родителей патологических и девиантных средств. Проблема семейного насилия рассматривается также в терминах власти и контроля, то есть стиля жизни и семейного руководства. Унижая жертву, ущемляя ее права и свободу, обидчик получает возможность ощущать свою власть, утверждать зависимость, контролировать жизнь жертвы. Американские психологи изучили зависимость между характером семейного руководства и отклоняющимся поведением детей и обнаружили, что два параметра семейного руководства — контроль (степень опеки и осведомленности о своих детях) и последовательность (постоянство и строгость предъявляемых требований и методов дисциплинарного воздействия) связаны с количеством приводом ребенка в полицию.

В ответ на физическое и психологическое насилие, постоянное наказание за малейшие проступки ребенок реагирует аффектами, фобиями, гиперактивностью, невротическими тиками, аутоагрессией. У постоянно наказываемых детей по типу жестокой дрессировки, подавляющей любую активность и самостоятельность, появляются навязчивые страхи. Лживость ребенка — это, как правило, реакция на страх перед наказанием, стремление скрыть свой поступок.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К МОДУЛЮ 5.

«Психическая травма. Стресс в жизни ребенка. Особенности травматических ситуаций в детском возрасте»

Трудные жизненные ситуации сопровождают ребенка и в счастливой поре его жизни — детстве. Это могут быть случаи жестокого телесного обращения, ситуации разлуки и потери значимых лиц, утрата нормальной функции из-за болезни и увечья, душевная холодность и эмоциональное отвержение со стороны родителей; травма отвергнутого, травма покинутого, травма униженного, травма предательства и несправедливости. Именно отношение родителей (или тех, кто принимает их воспитательные функции) приводит к формированию того или иного типа привязанностей, которые определяют специфику восприятия всего окружающего мира, особенности эмоционального реагирования, мысли и ожидания ребенка во всех последующих отношениях. Временное прерывание контакта с объектом привязанности вызывает у ребенка беспокойство и сепарационную тревогу, а утрата объекта может провоцировать длительную скорбь. Эти стратегии являются генетически заданными, так как способствуют выживанию ребенка, который в этот период не приспособлен к самостоятельной жизни. Дети зависимы от взрослых, не способны самостоятельно изменить свои отношения с ними, отсюда характерный для детей конформизм.

Ребёнок адаптируется практически к любой ситуации, к любым отношениям в своей семье и считает их нормальными, какими бы неправильными на самом деле они ни были, и это часто становится причиной проблем уже во взрослой жизни. У детей в силу их возрастных особенностей преобладают инфантильные установки в восприятии жизни, что является дополнительным фактором, определяющим их повышенную уязвимость к жизненным трудностям по сравнению со взрослыми, чем младше ребенок, тем более трудной и непреодолимой может оказаться для него любая жизненная ситуация. Для всех трудных жизненных ситуаций характерно нарушение устойчивости привычного образа жизни, необходимость существенных изме-

нений, однако актуальный уровень развития психики ребенка не позволяет эффективно ответить на вызовы, которые готовит им жизнь.

Неадекватные формы переживания психической травмы обуславливают глубокие нарушения в жизнедеятельности и развитии человека на трех уровнях:

- деструктуризация отношений личности с миром и окружением, потеря доверия к жизни и людям;
- эмоциональные, когнитивные, личностные и поведенческие расстройства;
- психосоматические заболевания.

Конструктивные способы преодоления психических травм способны актуализировать внутренние ресурсы человека и стать началом личностного и духовного развития.

Специфические особенности детей в условиях травматических ситуаций:

- 1) недостаточность физических, интеллектуальных, эмоциональных и личностных ресурсов ребенка;
- 2) повышенная уязвимость психики ребенка;
- 3) повышенная зависимость ребенка от взрослого человека.

Под психической травмой чаще всего подразумевается интенсивное, но сравнительно кратковременное отрицательное внешнее воздействие, которое может вызвать эмоциональное переживание — горе, печаль, чувство утраты и одиночества, отчаяние, обиду, страх тревогу, ужас.

Психическая травма раннего возраста для конкретной личности понимается как «опыт переживания насилия и эмоциональной холодности в раннем детстве», формирующий у нее отсутствие предсказуемого самоощущения, плохое чувство автономности с нарушенным образом тела.

Среди тяжелых психологических травм существуют и менее интенсивные по своему воздействию, но очень значимые для данного человека события, на которые он болезненно реагирует.

Психологическая травма — это сложный психологический феномен, каждый ребенок и взрослый человек по-своему переживает травму, и последствия также носят индивидуальный характер.

Психологическая травма — это результат переживания сильного стресса или совершенного по отношению к человеку насилия.

Психологическая травма — это потрясение, переживание особого взаимодействия человека и окружающего мира.

Психической травмой называется жизненное событие, затрагивающее значимые стороны существования человека и приводящее к глубоким психологическим переживаниям.

Переживание — это комплекс ярко окрашенных в отрицательный эмоциональный тон представлений, связанных с тем или иным событием в жизни человека или психическим заболеванием. Переживания могут вызвать самые различные события общественного и личного характера, возникать внезапно или существовать длительное время. При длительном существовании переживаний иногда какой-нибудь незначительный факт может стать последней каплей, переполнившей чашу, после чего развивается психогенное заболевание, переживание о травме остается в эмоциональной памяти.

Психическая травма как событие или ситуация стоит в ряду иных жизненных ситуаций. Согласно классификации D. Magnusson, существует пять уровней определения ситуации:

1. Стимулы — отдельные объекты или действия.
2. Эпизоды — особые значимые события, имеющие причину и следствие.
3. Ситуации — физические, временные и психологические параметры, определяемые внешними условиями.
4. Окружение — обобщающее понятие, характеризующее типы ситуаций.
5. Среда — совокупность физических и социальных переменных внешнего мира.

К невротическим расстройствам могут приводить как эпизоды и ситуации, так окружение и среда, психотравмирующими они становятся не только в связи с масштабностью или катастрофичностью. При анализе фактора психической травмы выделяются следующие ее характеристики: интенсивность, смысл, значимость, актуальность, патогенность, острота появления (внезапность), продолжительность, повторяемость.

Реакция на травматическое событие зависит от целого ряда факторов. В литературе выделяют следующие причины:

1. Само событие. Насколько сильно событие угрожает человеку? Как долго оно продолжается? Как часто оно повторяется? Чем интенсивнее и продолжительнее события, тем больше последствий они имеют.

2. Жизненные обстоятельства в момент травматического события. Наличие либо отсутствие поддержки со стороны близкого окружения оказывает огромное влияние на реакцию личности. Кроме того, реакция на травматическое событие зависит от ослабленного здоровья, хронических стрессов, переутомления.

3. Индивидуальные физические особенности. Некоторые люди в конституциональном (генетическом) отношении являются более устойчивыми к стрессовым событиям, чем другие. Сила, скорость и общая физическая форма в некоторых случаях также могут иметь большое значение. Дополнительные факторы — это возраст человека, уровень его физиологического развития и устойчивости.

4. Способность к обучению.

5. Индивидуально переживаемое ощущение своей способности противостоять опасности и психотравмирующей ситуации.

Психотравмирующая ситуация — это длительная ситуация, при которой накапливаются многие отрицательные воздействия, каждое из которых само по себе не столь значительно, однако, когда их много и они действуют в течение определенного времени, их действия как бы суммируются и возникает болезнь.

Травматический опыт невозможно уложить в повседневные алгоритмы поведения человека. Речь идет о ситуациях, в которых была угроза жизни, безопасности (физической, психологической) человека, были затронуты базовые инстинкты человека — инстинкт самосохранения, инстинкт продолжения рода. Выделяется несколько видов психологической травмы:

- * *шоковая травма* — в результате внезапных событий, угрожающих жизни человека или его близких либо воспринимаемых как таковые;
- * *острая психотравма* кратковременного воздействия — вытекает из предшествующих негативных событий. Это может быть тяжело переживаемый конфликт, разрыв значимых отношений, социальное унижение;
- * *хроническая травма* — длительное нахождение в эмоционально неблагоприятной ситуации.

Анализ литературы позволил выявить, что наиболее полное исследование этой проблемы осуществлялось в рамках психоаналитического подхода. Термин «травма» был заимствован З. Фрейдом из медицины, в дословном переводе с греческого означает «рана», «повреждение», «результат насилия». Следует четко осознавать, что детская психическая травма не становится слабее и не оказывает менее негативного влияния на жизнь, если человек забыл о самом событии. Напротив, такие травмы постоянно присутствуют в качестве «фундамента», на котором строятся реакции, чувства и отношения с окружающими.

Неблагоприятные последствия психической травматизации могут быть столь сильными, что приобретают клиническое значение и становятся предметом внимания врачей-психиатров. Симптомы, через которые проявляются детские психические травмы, могут быть многогранными, так как это состояние развивается в разном возрасте, при огромном количестве обстоятельств, при участии разных «персонажей» — все это оказывает влияние на то, насколько глубоким и ярким будет след.

Обострение детской психической травмы всегда происходит в присутствии схожих обстоятельств, вне зависимости от того, какими именно симптомами проявляется это состояние — тоска, апатия, страх, чувство душевного дискомфорта, гнев, они возникают при событиях, так или иначе ассоциирующихся с детской травмой.

Чувства, которые сопровождают травмы и их последствия, могут быть очень разными:

- обида («это несправедливо, так не должно быть, все против меня»);
- тревога, страх, которые начинают проявляться позднее как чувство неуверенности в себе, неадекватности, неполноценности;
- стыд и неконструктивное чувство вины (те случаи, когда обвинение в чем-либо не является обоснованным, или тогда, когда вина побуждает человека не к покаянию, а к переживаниям);
- изоляция, потерянности;
- чувство бессмысленности жизни, мира в целом.

Дети и подростки представляют собой группу риска по отношению к ПТСР, так как у них еще недостаточно развиты личностные ресурсы, позволяющие эффективно справляться с последствиями травматических ситуаций.

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) — это непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека.

М. Решетников в работе «Психическая травма», ссылаясь на публикацию Р. Кеслера, дает классификацию психических травм в зависимости от их частоты и прогностического значения относительно развития ПТСР по американской репрезентативной выборке. По частоте ведущего травматического фактора травмы классифицируются в следующем убывающем порядке: наблюдение насилия или несчастного случая; несчастные случаи и аварии; пожары и стихийные бедствия; угроза применения оружия; другие угрожающие жизни ситуации; физическое насилие; сексуальное домогательство; изнасилование; плохое обращение с ребенком в детстве; участие в боевых действиях; пренебрежение ребенком в детстве. По частоте развития ПТСР на первом месте стоит изнасилование, на втором — участие в боевых действиях, на третьем — плохое обращение с ребенком в детстве, далее по убыванию — пренебрежение ребенком в детстве, сексуальные соблазнения, угроза применения оружия, физическое насилие, несчастные случаи и аварии, наблюдение насилия или несчастного случая, стихийные бедствия.

Исследователи заключают, что ПТСР является нарушением, затрагивающим несколько психологических и физиологических уровней, включая биологические, поведенческие и познавательные компоненты.

Признаки наличия ПТСР у подростков:

1. Событие воспринимается как сильный стрессогенный фактор.
2. Расстраивается при мысли о событии.
3. Боится повторения события.
4. Пугается, когда думает о событии.
5. Избегает того, что напоминает о событии.
6. Возбужденный / нервный/ легко пугается.
7. Навязчивые мысли.
8. Плохие сны.
9. Нарушение сна.
10. Навязчивые образы и звуки.
11. Потеря интереса к ранее значимой деятельности.

12. Трудности концентрации внимания, замедленность темпа речи, мышления.
13. Отстраненность (увеличение межличностной дистанции).
14. Мысли о событии вмешиваются в учебу.
15. Чувство вины.

Дети и подростки представляют собой группу риска по отношению к ПТСР, так как у них еще недостаточно развиты личностные ресурсы, позволяющие эффективно справляться с последствиями травматических ситуаций.

Психологическая травма — это результат переживания сильного стресса или совершенного по отношению к человеку насилия.

Стресс рассматривается как психологические и поведенческие реакции, отражающие состояние внутреннего беспокойства или его подавления. Стресс определяется как событие или условие в физическом или социальном окружении, которое ведет к принятию мер по избеганию, агрессии, принятию решения об устранении и ослаблении угрожающих условий. Такое понятие, как «стрессоры», подобно понятию опасность, угроза, давление конфликт, фрустрация и экстремальная ситуация. Анализ работ ряда исследователей, изучавших состояние психической напряженности, позволяет определить его как неспецифическую реакцию активизации организма и личности в ответ на воздействие сложной (экстремальной) ситуации. Реакция на стресс зависит не только от характера экстремальных факторов, но и от степени адекватности и восприимчивости к ним организма конкретного человека, а также от индивидуальных особенностей личностного отражения ситуации и регуляции поведения в ней. Основоположником учения о стрессе является лауреат Нобелевской премии физиолог Ганс Селье. Естественным продолжением теории Г. Селье является теория эмоционального стресса Р. Лазаруса, которая проводит разделение системного (физиологического) и психического (эмоционального) стресса. Обязательным атрибутом эмоционального стресса, сигналом, указывающим на недостаточность функциональных резервов человека для преодоления угрозы, является тревога.

Первоначально в ходе биологической эволюции сформировались две основные реакции на стресс — борьба или бегство. Они

эффективны в некоторых случаях. Кроме реакции «борьба — бегство» существуют способ поведенческой реакции — замирание (оцепенение). Это защитный процесс эмоционального отстранения, когда человек бессилён что-либо принять, теряет чувствительность, отбрасывает от себя ощущение угрозы. Связывание чувства тревоги с угрозой, имеющей конкретное содержание, обозначается как страх.

К понятию стресса близко и понятие фрустрации. Фрустрация переживается как напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности. В переводе с латинского *frustration* означает расстройство планов, переживание из-за этого. Фрустрация указывает на травмирующую ситуацию. Помехи к достижению цели, барьеры, эмоциональное состояние в момент неудачи, конфликты, прерывание деятельности — все это характеризует фрустрацию. Чем больше подросток испытывает фрустраций, тем больше он страдает и не находит выхода из трудной ситуации, возникает риск пересмотра ценностей в своей жизни. Фрустрирующие ситуации; группируются по двум принципам: по характеру фрустрирующих мотивов и по особенностям преград (барьеров). К ситуациям первого типа относятся базовые потребности в безопасности, уважении и любви. Если они не удовлетворяются, то возникают сильные переживания. Барьеры, которые являются причинами фрустраций второго типа, могут быть физическими, биологическими, социокультурными, психологическими.

В настоящее время наряду с понятием «психологический стресс», который некоторыми авторами рассматривается в качестве синонима «эмоционального стресса», все чаще используется дифференцировка этого вида стресса в понятиях «информационный», «посттравматический» стресс. Стресс является источником большинства психологических травм у детей и подростков. Длительное стрессовое воздействие вызывает многие физиологические дисфункции, влияет физиологически на тело и даже на морфологические изменения в гиппокампе. Исследования показали, что стресс в раннем возрасте может нарушить нормальное развитие гиппокампа и воздействовать на его функцию в зрелом возрасте. Стресс влияет на развитие структур мозга. Связанные с клиническим стрессом постоянно повышенные уровни кортизола

и адреналина могут привести к изменениям как в структуре мозга, так и в его функционировании. Травма может привести к уменьшению объема коры головного мозга, нарушению связи между полушариями, а также к проблемам с памятью, вниманием, восприятием, мышлением, речью и сознанием. Эти проблемы ограничивают способность ребенка формировать позитивные отношения с другими людьми, препятствуют процессам обучения, исследования и приобретения новых навыков и опыта. У детей школьного возраста травма негативно сказывается на развитие тех областей мозга, которые отвечают за управление страхами, способность справляться с проблемами и агрессией, концентрацию на учебе и решении проблем, а также за контроль импульсов и управление физическими реакциями на угрозу.

У подростков травма может повлиять на развитие префронтальной коры головного мозга — области, отвечающей за предвидение последствий поведения, точную оценку угрозы безопасности, а также выполняющей управляющие функции (регулирование, прогнозирование, планирование, и работа над достижением долгосрочных целей). Кроме того, вследствие изменения уровня дофамина подростки склонны к более рискованному поведению.

В результате всех изменений у подростков, перенесших травму повышена вероятность:

- безрассудного, рискованного и саморазрушительного поведения;
- снижения успеваемости и отставания в учебе;
- «плохого» выбора;
- вовлечения в преступную деятельность с риском насилия;
- проблем со сном, связанных с учебой;
- самоповреждения;
- переоценки или недооценки угрозы;
- проблем с доверием;
- повторной виктимизации, особенно в случае повторной, хронической или комплексной травмы.

Большинство подростков чувствуют себя одиноко в своей боли и страданиях, страхах перед будущим.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТРАВМЫ ДЕТСТВА, ИХ ПРИЧИНЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Психологические травмы и их последствия, связанные с семейным воспитанием

В. А. Поздняков указывает на то, что любое нарушение семейных взаимоотношений не проходит бесследно ни для кого, но для ребенка этот фактор становится решающим. Речь идет, как правило, о неспособности ближайшего окружения, прежде всего матери, обеспечить для ребенка атмосферу доверия, защищенности, эмоционального резонанса.

Н. К. Асанова отмечает, что одним из основных факторов, обуславливающих психологическую травматизацию ребенка, является жестокое обращение с ним. Она выделяет четыре основные формы жестокого обращения:

1. Физическое жестокое обращение — любое неслучайное нанесение повреждения ребенку родителем или лицом, осуществляющим опеку.
2. Сексуальное насилие над детьми — использование ребенка и подростка другим лицом для получения сексуального удовлетворения.
3. Пренебрежение — хроническая неспособность родителя или лица, осуществляющего уход за ребенком, обеспечить основные его потребности в пище, в жилье, в медицинском уходе, в образовании, в защите и присмотре.
4. Психологическое насилие, в том числе психологическое пренебрежение (последовательная неспособность родителя или лица, осуществляющего уход за ребенком, обеспечить ему необходимую поддержку, внимание и привязанность), и психологическое жестокое обращение (такие формы поведения, как унижение, оскорбление, издевательства и высмеивание ребенка, носящие хронический, систематический характер).

При любом виде насилия ребенок получает психологическую травму. Наиболее распространенными видами насилия по отношению к детям являются пренебрежение нуждами ребенка и психологическое (эмоциональное) насилие. Кроме того, ребенок получает психологическую травму при конфликтных отношениях в семье, разводе родителей, потере родителей, изменении состава семьи, и в результате техногенных и экологических катастроф. На риск получения психологической травмы ребенком влияет и своеобразие личности родителей.

Основные причины детских психологических травм, связанных с семейным воспитанием

Основные причины детских психологических травм, связанных с семейным воспитанием	Последствия психологической травмы
<p>1. Потеря (смерть близкого человека, как правило, матери или отца), или ребенок был непосредственным свидетелем смерти.</p>	<p>Когда ребенок встречается с фактом смерти или другой катастрофой (включая потерю близкого), четыре личностных фактора — целостность, четкость, самоанализ и самосознание — перестают действовать, поэтому ребенок теряет контроль над собой и окружающим миром. Ребенок на неопределенное время беззащитен, и это его пугает, весь мир становится чуждым, рушится вся «Я-концепция», теряется почва под ногами. Физическое отсутствие значимой для ребенка личности оставляет в нем психологическую пустоту. Для ребенка, который недостаточно еще владеет речью (до трех лет), горе приобретает исключительно физический и эмоциональный характер. Психологически травмированные потерей близкого человека дети в дальнейшем всегда будут более чувствительны к разлуке, нежели другие. В поведении горюющего ребенка могут появиться признаки регресса, поведенческие реакции, свойственные более раннему возрасту. Симптомы депрессии у детей могут выражаться в отгороженности, апатии, головных болях, ночных кошмарах, отказе от друзей, агрессивности и ухода в себя. Дети, потерявшие кого-либо из родных, испытывают сильные и зачастую новые для себя чувства; детей пугает то, что они не могут объяснить своих реакций на переживание горя, поэтому они нуждаются во взрослых, чтобы последние помогли им разобраться в происходящем. Реакции горя у подростков похожи на реакции взрослых и детей. Поскольку у подростков обычно наступает регресс при таком сильном стрессе, как потеря, их реакции могут быть похожи на детские, однако есть и специфические особенности переживания потери близкого человека. Физическими проявлениями этой травмы, состояния часто бывают тахикардия, скачки артериального давления, шум в ушах, ощущение нехватки воздуха.</p>

	<p>Испытывая постоянный стресс, организм ребенка не может справиться с возникающими эмоциями, поэтому просто от них отгораживается. Это приглушает чувства и, как следствие, помогает справиться с болью (психологическая «анестезия»), но мешает адекватно реагировать на мир, человек становится менее восприимчивым к отрицательным эмоциям, однако и к положительным тоже.</p>
<p>2. Неспособность ближайшего окружения, прежде всего матери, обеспечить для ребенка атмосферу доверия и эмоциональной защищенности (феномен «социальное сиротство»).</p> <p>Эмоциональная холодность со стороны членов семьи, эмоциональная депривация. Родители чрезмерно внутренне сосредоточены на своих проблемах.</p>	<p>В ситуации эмоционального отвержения, холода и депривации у ребенка появляется неосознанное стремление привлечь болезнь, начинается психосоматизация. Основные последствия психологической травмы, связанной с неудовлетворенной потребностью в эмоциональной привязанности и любви:</p> <ul style="list-style-type: none"> - появление чувства одиночества, отчужденности, негативизма, неприязни к родителям; - стремление делать все назло; - демонстративное неповиновение, агрессивность. <p>Отсутствие теплого, эмоционального контакта с родителями способствует снижению у детей самооценки и стрессоустойчивости, отстранению от участия в семейных делах, конфликтам и ссорам. Ребенок в ситуации эмоциональной холодности родителей и отсутствия защищенности могут чувствовать отчаяние, обиду и даже злость, переходящую в агрессию, эмоционально дистанцируясь от родителей.</p>
<p>3. Оскорбление и унижение ребенка в присутствии посторонних лиц (эффект публичности оскорблений и унижений является дополнительным психотравмирующим фактором). Демонстрация окружающим своей власти над ребенком.</p> <p>Формирование у ребенка чувства стыда и вины за проявление естественных для них эмоций (страх, плач, гнев и т.д.). Примене-</p>	<p>Последствия такого поведения родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование у ребенка глубокого чувства обиды на родителей; - потеря чувства доверия к близким людям; - формирование чувства собственной неполноценности; - «закрытость» от общения и контакта с родителями; - развитие комплекса неполноценности; - отсутствие уверенности в своём человеческом потенциале, в том, что «меня будут принимать и любить, что я смогу стать полезным и успешным членом общества»; - недоверие к людям. Когда дети сталкиваются с тем, что родители публично оскорбляют, обвиняют своего ребенка в различных проступках и указывают на его недостатки, они могут навсегда потерять доверие к родителям. Это опасно тем, что при возникновении трудных жизненных ситуаций, когда нужна

<p>ние жёсткой, несообразной возрасту критики.</p>	<p>помощь взрослого, ребенок не будет обращаться к родителям, а начнет самостоятельно принимать недетские решения.</p> <p>Часто жертвой различных деструктивных виртуальных сообществ и социальных сетей становятся дети, которые ищут поддержку и помощь у посторонних людей и сверстников, находясь в ситуации обиды на родителей или открытого конфликта. Потерянное чувство доверия к родителям и обида могут сопровождать ребенка на протяжении всего детства, и стать серьезным препятствием в личностном развитии, в том числе в положительном восприятии мира, людей, будущего, сверстников и своей жизни.</p>
<p>4. Развод родителей.</p>	<p>В ситуации развода родителей ребенок теряет ощущение безопасности, стабильности, предсказуемости. Это базовые потребности. Лишаясь их, ребенок теряет опору. Развод родителей является сильной психологической травмой для детей любого возраста (если только один из родителей не вел асоциальный образ жизни и не был примером жестокости и агрессии). В ситуации, когда вполне благополучная семья распадается и родители сообщают ребенку о своем решении развестись, начинаются множественные нарушения в личностном, эмоционально-психологическом благополучии ребенка. Во время развода родителей ребенок может неосознанно стремиться привлечь болезнь, начинается психосоматизация.</p> <p>Последствия психологической травмы ребенка, связанной с разводом родителей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эмоциональная неуравновешенность; - страх потери любви (разрушение иллюзии о бесконечности любви); - чувство обиды на родителей; - чувство вины; - чувство беспомощности; - чувство ненужности и отчаяния; - чувство одиночества; - усиленная зависимость от мамы или папы, в зависимости от того, с кем остается ребенок; <p>Развод родителей влияет на формирование способности чувствовать себя счастливым на протяжении всей жизни, ребенок нередко остается один на один с собственными переживаниями. Из-за недостатка собственных ресурсов взрослые неспособны разго-</p>

варивать с ребенком о том, что происходит, настолько качественно, чтобы снизить интенсивность и травматичность его переживаний. В некоторых случаях, стараясь уберечь ребенка, близкие взрослые «игнорируют» тему развода, обходят стороной любые разговоры о том, что происходит. Ребенок не в состоянии понять всё ли с ними в порядке. В отсутствие достоверной информации о настоящем и будущем ребенок вынужден фантазировать, и часто мысли бывают катастрофичны. Избегая сталкиваться с «больными темами», не зная, что говорить ребенку, взрослые неосознанно дистанцируются, изолируются от него. Поэтому ребенок, оставаясь один на один со своими страхами, непониманием, внутренне переживает чувство одиночества и отчуждения: его привычный, стабильный и предсказуемый мир рухнул. Чувство базовой безопасности и доверия к миру нарушено. Будущее непредсказуемо и непонятно.

Развод родителей почти всегда вызывает чувство вины ребенка: дети винят себя в том, что случилось. Причем, чем младше возраст, тем сильнее тенденция к самообвинению, и это не случайно. Первая, естественная и адекватная реакция ребенка на приспособление к изменяющейся жизненной ситуации (развод), которая еще НЕ является невротической (т. е. нормативна), — это регресс. Регрессия это — защитный механизм, форма психологического приспособления в ситуации конфликта или тревоги, когда человек бессознательно прибегает к более ранним, менее зрелым и менее адекватным образцам поведения, которые кажутся ему гарантирующими защиту и безопасность, когда хочется к состоянию «на ручки», бессознательно вернуться «в утробу матери», обрести ту безмятежность, спокойствие и защиту.

Примеры проявления регрессии ребенка:

- усиленная зависимость (от матери);
 - слезы, капризы;
 - стереотипы поведения, относящиеся к более раннему возрасту, возвращение к старым привычкам, от которых уже давно избавился;
 - ночное недержание, энурез, приступы ярости;
- Отсутствие изменений в поведении, открытое проявление агрессии, обиды, регрессии, горевания,

	<p>слез, истерик, активизировавшихся страхов (все, что нормативно в данной ситуации и говорит о работе психики, направленной на преодоление травматичных переживаний) — более тревожный звонок, чем все вышеперечисленное!</p> <p>Кажущееся спокойствие и равнодушие ребенка к разводу на самом деле является смесью вытеснения чувств и покорности к обстоятельствам. Примерное поведение, его «взрослость», говорит о том, что ребенок вынужден взять на себя ответственность за чувства мамы — стать поддерживающим объектом для нее, тем самым выполняя непосильную задачу для своей психики. Данный процесс называется парентификация — семейная ситуация, при которой ребенок вынужден рано стать взрослым и принять на себя опеку над своими родителями.</p>
<p>5. У родителей слишком высокие требования к личности ребёнка и к его результатам деятельности.</p> <p>Педагогически неверное поведение близкого взрослого (обычно мамы) — наиболее типичный и в то же время самый скрытый фактор, оказывающий травмирующее влияние на ребёнка.</p> <p>Детские психологические травмы, вызванные неправильным воспитанием, нездоровым отношением матери или отца к ребёнку, когда на малыша возлагаются чрезмерные надежды, связанные с тем, что что-то не сбылось в жизни его родителей, и им хочется, чтобы успехи ребёнка компенсировали их прошлые неудачи. В</p>	<p>Ребенок будет стремиться удовлетворить не свои потребности, а родителей. В этом случае в деятельности всегда будет играть внешняя мотивация, стремление угодить родителю и соответствовать их ожиданиям. Имеется риск развития комплекса «отличника». В результате полученной травмы от чрезмерно высоких требований к достижениям ребенка и его личностным качествам, ребенок получает искажённые представления о себе, своих особенностях и способностях, которые потом нередко несёт во взрослую жизнь. В этой ситуации ребенок может вырасти крайне застенчивым, неуверенным в себе и испытывать постоянный страх «быть не тем».</p> <p>Излишняя требовательность может стать источником высокой ситуативной тревожности и постоянного внутреннего напряжения ребенка.</p>

<p>стремлении родителей воспитать ребенка по своему образцу и по добью реальные возможности ребенка переоцениваются или игнорируются.</p>	
<p>6. Пренебрежение основными нуждами ребенка относится к моральной жестокости. Пренебрежение основными потребностями ребенка, например, в физической и психологической безопасности, любви, признании; отсутствие должного обеспечения опекой и надзором; недостаточное обеспечение ребенка медицинской помощью, игнорирование потребности в безопасном окружении, поддержке, общении. Попустительское отношение к ребенку.</p>	<p>Кроме огромной психологической нагрузки, он испытывает сложности в развитии, у него просто нет условий и времени чему-то учиться, когда основная цель — выжить.</p> <p>Возможны следующие последствия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие чувства защищенности; - асоциальное поведение; - проявление различных видов агрессии; - чувство одиночества; - заниженная самооценка; - личностная деформация; - удовлетворение потребности во внимании и любви, через виртуальные формы общения; - уход из дома; - формирование негативных черт личности ребенка. <p>Ребенок перестает верить родителям, не воспринимает слова родителей всерьез.</p>
<p>7. Педагогическая и психологическая некомпетентность родителей (психологическая безграмотность).</p>	<p>Последствиями педагогической родительской некомпетентности могут быть разнообразные ошибки в воспитании, которые повлияют на личностное развитие ребенка и его психологическое благополучие (акцентуации), инфантильность, низкий уровень самоуважения. Отсутствие адекватных воспитательных мер может привести к асоциальному поведению и формированию потребности в общении со сверстниками, не зависимо от их нормативов поведения.</p> <p>Воспитание родителями, которое осуществляется хаотично, интуитивно, без опоры на понимание психологии развития детей, приводит к непредсказуемым последствиям для формирования важных навыков и умений у детей.</p>

<p>8. Родители страдают различными формами личностных (психических) расстройств, постоянные конфликты в семье, напряженные отношения между родителями, допускается жестокое обращение отца в отношении матери. Длительные и открытые для ребёнка ссоры родителей. Большое затруднение родителей при распознавании собственных психологических потребностей и потребностей своих детей. Психическое заболевание родителей (депрессии, острые бредовые реакции, тяжелые тревожные расстройства, приводящие к агрессивным и аффективным реакциям).</p>	<p>Причиной травматизации ребенка может быть воздействие эмоционально травмирующих факторов, связанных с семейными конфликтами. Возможны побег из дома как протест против конфликтных отношений между родителями и нежелания быть «включенным» в такие отношения, быть «зрителем» личных враждующих отношений между родителями и постоянным свидетелем разнообразных психопатий в поведении родителей.</p> <p>Дети, проживающие в условиях постоянного конфликта между родителями, бояться быть брошенными и отвергнутыми, стать ненужными. Накопление негативных эмоций может спровоцировать аутоагрессию или агрессивные поступки в отношении братьев и сестер, сверстников как стремление заявить о себе, привлечь к себе внимание, появление различных пограничных расстройств, акцентуации характера.</p> <p>Разочарование родителями приводит к тому, что ребенок теряет доверие, отчуждается от родителей, чувствует себя одиноким и беспомощным, старается всеми способами угодить окружающим, чтобы символически «вернуть» или приобрести необходимую любовь.</p>
<p>9. Ситуация гиперопеки в отношении ребенка.</p> <p>Когда ребенок становится для родителей сверхценностью, особенно для матери, если она одна воспитывает ребенка.</p>	<p>Последствия травмы в результате гиперопеки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - слабоволие (неумение преодолевать трудности); - социальная дезадаптация; - инфантильная позиция и социальная незрелость. <p>У детей, воспитывающихся в условиях гиперопеки, слабый уровень развития ответственности за себя, свои поступки, низкий уровень развития самоконтроля, самостоятельности в различных ситуациях, низкий уровень адаптивности к новым условиям окружающей среды, перепады настроения.</p>
<p>10. Жестко авторитарный стиль воспитания, когда ребенок лишается права голоса. Любые попытки заявить ребенком о себе и о своих правах, в том числе иметь свое мнение.</p>	<p>Дети, которые растут в «ежовых рукавицах», могут легко поддаваться манипуляциям, становятся доверчивыми в отношении тех, кто проявляет к ним внимание.</p> <p>Они часто становятся «опекунами» для друзей и родственников, заботясь о всех вокруг в ущерб себе. В ситуации насильственных действий и жесткого обращения у детей возникают нарушения пище-</p>

ние, жестко подавляются родителями.

Ограничение свободы, постоянный контроль, отсутствие какой-либо самостоятельности.

Жестокое обращение с ребенком, агрессивное поведение родителей, угрозы наказанием, побоями, угрозы совершения насилия по отношению к ребенку или к тому, кого ребенок любит (по отношению к матери, сестре, брату, домашнему животному), оскорбление ребенка, использование ненормативной лексики.

Установление безосновательных ограничений на социальные контакты ребенка со сверстниками, родственниками или другими взрослыми, ограничение прав ребенка на построение собственных взаимоотношений со сверстниками и отсутствие у ребенка права покидать свой собственный дом (например, родители принудительно переводят ребенка на домашнее обучение).

Наличие у родителя сценария, который содержит травматический опыт жестокого обращения.

вого поведения. В семье, где побои, брань, унижения, являются распространенными «методами воспитания», или где ребенок лишен тепла и внимания, выявляются психологический инфантилизм, проблемы сферы мотивации и потребностей, признаки задержки физического и психического развития, которые вызывают по выражению специалистов состояние «неспособность к процветанию».

Если дети и подростки остаются один на один со своими мыслями и неразрешенными проблемами, не могут найти выхода, то у них возникают мысли о ненужности и никчемности своей жизни. Подростковый суицид — не сиюминутное импульсивное деяние, оно обычно завершает период внутреннего мятежа и внешнего страдания.

11. Постоянный страх родителей за своего ребенка или повышенная тревожность за жизнь и безопасность.	Последствия такого поведения родителей сказываются на физическом здоровье ребенка и способствуют формированию различных психосоматических заболеваний.
12. Нежелание иметь ребенка и вынужденное исполнение роли родителя.	Последствия такой травмы: чувство вины за то, что родился, чувство обиды за нелюбовь, стремление угодить и быть хорошим ребенком.

Психологические травмы детей, связанные с насилием, тяжелым заболеванием и учебными трудностями и их последствия

Источник (причина) психологической травмы	Последствия
Физическое (в том числе сексуальное) насилие.	<p>Насилие приводит к замедлению социального развития человека — ему становится сложнее заводить друзей, адаптироваться к новым коллективам и уживаться с людьми. Часто после пережитого физического и сексуального насилия ребенок может испытывать страх, тревожность, резкие перепады настроения, полное безразличие к окружающим или крайнюю степень конфликтности, повторяющиеся ночные кошмары, бессонницу. У жертв насилия чаще всего наблюдаются отклонения в различных сферах, в частности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - на когнитивном уровне (низкая самооценка, иррациональные, разрушительные мысли, проблемы с принятием решения, проблемы с поиском выхода из сложных ситуаций); - на аффективном уровне (гнев, злость, тревожность, чувство вины, страх отвержения, фобии, депрессия); - на поведенческом уровне (низкая учебная успеваемость, изоляция от окружающих, конфликты, агрессия). <p>Переживание физического насилия в детстве, а точнее, развитие ребенка в условиях, где насилие является нормой межличностных отношений, часто связывают с уровнем агрессивности, наблюдаемых во взрослой жизни.</p> <p>Реакция на психологическую травму, связанную с</p>

	<p>насилием в возрасте 12–16 лет: стыд, вина, недоверие, амбивалентные чувства по отношению к взрослым, несформированность социальных ролей и своей роли в семье, чувство собственной ненужности.</p> <p>Психологи отмечают, что дети, пережившие насилие, часто испытывают:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подавленное настроение; - раздражительность и не доверяют взрослым; - постоянную тревогу и раздражительность, сильную подавленность находятся в ожидании каких-либо дальнейших действий.
<p>Травля, морально-нравственное унижение личности (например, травля в подростковой среде), кибербуллинг. Запугивание, физическое и психологическое притеснение.</p>	<p>Несмотря на то что события при интернет-буллинге развиваются в виртуальном мире, впечатление они накладывают вполне реальный. Влияние травмирующих факторов на детей порой бывает даже сильнее, чем при травле в обычной жизни.</p> <p>В результате кибербуллинга у подростков может развиться чувство страха, безысходности, ребенок может уйти в свой внутренний мир и «закрыться» от всех.</p> <p>Подростковый возраст — важный этап становления личности, поэтому издевательства в это время могут нанести серьезный урон психическому благополучию ребенка. Издевательства и унижение в Сети — серьезные испытания для психики, которые могут сильно повлиять на психическое здоровье. Последствия буллинга: депрессии, недоверие, тревожность, низкая самооценка, аффекты, нарушение пищевого поведения, зависимости, импульсивность, потеря веры в себя и чувство бессилия.</p>
<p>Длительная болезнь, тяжелое заболевание. Стресс является закономерной реакцией ребенка на тяжелое заболевание.</p>	<p>Такая психологическая травма приводит к развитию у ребенка комплекса неполноценности. Тяжелое соматическое заболевание погружает ребенка в новую психологическую реальность, которая является сложной и для ребенка, и для его близких людей. Болезнь влияет на физическое и эмоциональное состояние ребенка, и наоборот, эмоциональное состояние влияет на течение болезни, поэтому необходимо уделять внимание не только адекватности и качеству медицинского вмешательства, но и психологическому состоянию ребенка.</p> <p>Уровень травматизации ребенка в связи с тяже-</p>

	<p>лым заболеванием зависит от особенностей и тяжести самого заболевания. Многие зависят от болевого синдрома и успехов лечения, степени осознания дефекта, психологической защиты, возможности социально-психологической поддержки и специфики внутрисемейных отношений.</p> <p>Причиной травмы может стать ограничение активности, отрыв от коллектива сверстников и семьи в связи с госпитализацией.</p>
<p>Школьная неуспеваемость в любых вариантах.</p>	<p>В результате травмы, полученной в процессе обучения и связанной со школьной успеваемостью, у ребенка снижается самооценка, учебная мотивация, появляется состояние внутренней беспомощности, неуверенность в себе. Основные последствия данной травмы влияют на формирование у детей представления о своих будущих перспективах и о возможности какого-либо успеха. Дети начинают воспринимать себя исключительно с точки зрения неудачника, который не сможет выполнить ответственное поручение или заслуживает достойную работу. Потребность в самореализации и самоутверждении может привести ребенка к деструктивным сообществам и группе сверстников, которые склонны к асоциальному типу поведения.</p> <p>Неудовлетворенная потребность в успехе может стать причиной:</p> <ul style="list-style-type: none"> - акцентуаций характера; - формирования различных зависимостей; - развития нервно-психических и соматических расстройств. <p>Часто родители воспринимают неудачи ребенка в учебной деятельности как лень или нежелание и неспособность хорошо учиться. Результатом такого непонимания становятся конфликты между детьми и родителями. Не имея поддержки в лице родителей, у ребенка теряется чувство собственной значимости. Стойкие трудности в учебе «ломают» самосознание, теряется адаптационная способность. У одних детей как реакция на отсутствие успеха в школе вырабатывается позиция смиренного человека, с чувством страха в школе, у других появляется агрессия или могут развиваться психосоматические симптомы и отсутствие навыка асертивного поведения.</p>

Коррекция психологической травмы ребенка, методы и приемы оказания психолого-педагогической помощи детям в кризисной ситуации

Когда дети взрослеют, у них появляются какие-то ресурсы для того, чтобы справиться с трудными ситуациями. Однако, идя по дороге жизни, каждый ребенок всегда имеет риск заново испытать психологическую травму или вернуться к пережитой. Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, — это дети, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи.

В настоящее время не существует единой точки зрения на преодоление последствий психологической травмы у детей. Безусловно, оно должно быть безопасным и комплексным. Необходимо создание обстановки безопасности, ребенок должен верить, что ему не могут преодолеть страх, тревогу, беспокойство. Главное условие эффективной психолого-педагогической помощи — создание условий для безопасного общения, самореализации, погружение ребенка в атмосферу принятия и уважения. Если в школе имеются конфликты и ситуации неприятия, отвержения, угрозы, то ребенок остается один со своей травмой и получает дополнительные возможности для психологического неблагополучия.

Коррекция психологических травм детей — это очень ответственное и нелегкое занятие, в котором должны принимать участие не только специалисты, но также и все окружение травмированного ребенка, учителя, родители и близкие и другие люди. Первое, на что необходимо обратить при работе с подростками в кризисной ситуации, — системный подход. Специалисты должны посмотреть на ребенка, как на часть некой системы, например семьи. Семья в свою очередь включена в систему взаимоотношений с родственниками, соседями, коллегами, друзьями. Все части системы взаимодействуют между собой и могут помочь в получении полной информации о ребенке, его индивидуальных особенностях и в выборе адекватных способов оказания социально-психологической помощи.

Работа с травмой может быть пугающей, болезненной и провоцирующей ретравматизацию, поэтому она должна проводиться опытным специалистом.

В процессе исцеления психологической и эмоциональной травмы ребенок может столкнуться с невыносимыми чувствами и воспоминаниями, которых он избегал. Ему нужно снова пережить неприятные моменты вместе со специалистом, иначе травмы из детства будут возвращаться снова и снова, но уже к взрослому человеку. В зависимости от времени оказания помощи и от решаемых задач можно выделить экстренную, краткосрочную и пролонгированную психологическую помощь.

Экстренная помощь необходима непосредственно после травмирующего события — в первые несколько дней или недель в зависимости от тяжести психотравмы.

Краткосрочная помощь оказывается в течение первых месяцев после психотравмы. Если ребенок не получил такой помощи своевременно, то приходится оказывать ее отсрочено.

Пролонгированная помощь осуществляется в течение нескольких лет после психотравм.

Задачи психологической реабилитации детей и подростков, переживших тяжелую психическую травму, принципиально различны непосредственно после нее и несколько месяцев спустя. На первом этапе реабилитационная работа в целом может быть охарактеризована как медико-психологическая, на втором — как психолого-педагогическая.

Психологическая реабилитация является системой специфических мероприятий, направленных на восстановление и коррекцию психологических функций, качеств и свойств личности, создание благоприятных условий для самореализации в значимой деятельности.

Социальная реабилитация — комплекс мер, направленных на восстановление способности к жизнедеятельности в социальной среде. При всей важности роли психолога в психосоциальной реабилитации необходима слаженная работа различных специалистов с ребенком и его социальным окружением. В некоторых случаях рекомендуется создать замещающую среду, т.е. замещающую социальную ситуацию развития — такие взаимоотношения, где взрослые становятся значимыми для формирования у несовершеннолетних в первую очередь социальных компетенций.

Основной алгоритм работы с травмой (кроме экстренных случаев).

1. Сбор данных о состоянии ребенка.

2. Диагностика наличия психотравмы.
3. Определение возраста травмы.
4. Подбор методики для психокоррекции.
5. Психокоррекция.
6. Оценка достигнутого результата.

Из приведенного нами алгоритма работы с детской травмой видно, что он доступен в реализации как для психолога, так и для педагога.

Диагностику наличия психологической травматизации проводит психолог в ходе психодиагностической беседы по специально разработанным как для детей, так и для их родителей опросникам. В комплексном психолого-педагогическом подходе подбор психокоррекционных методик зависит от определения возраста травмы посредством детального обсуждения и составления индивидуального плана работы с ребенком.

Невозможно сразу же избавить ребенка от симптомов и последствий травмы, нельзя ускорить процесс восстановления, стоит понимать, что реакция во время восстановления может быть разной. Ребенок может проявлять агрессию или же, наоборот, быть замкнутым. Ребенок никогда не должен находиться в одиночестве и изоляции в его переживаниях.

Виды терапевтической, профилактической и коррекционной помощи детям, с последствиями психологической травмы детства

Так же, как и З. Фрейд, О. Фенихель констатирует возможность самостоятельного преодоления последствий психической травмы двумя путями. Первый путь — ментальное и территориальное отдаление от травмирующей ситуации, отдых, расслабление и постепенное восстановление. Так, человек, переживший психическую травму, старается избегать людей, мест, ситуаций, напоминающих о пережитом страдании, и постепенно переключается на другие интересы. Второй путь — отсроченная разрядка накопившегося аффекта через эмоциональную и моторную сферы в сочетании с феноменами повторения через переживания, воспоминания, эмоциональные всплески. Первый путь автор называет «методом успокоения», а второй — «методом отреагирования». В терапии психических травм должны реализовываться оба метода.

Детям, пережившим психологическую травму, нужна среда с низким уровнем стресса и предсказуемой безопасностью. Они требуют понятной и четко дружеской атмосферы, без чрезмерной критики и неприятия.

Логотерапия

Метод разговорной терапии — предполагает разговор с ребенком, направленный на вербализацию эмоциональных состояний, словесное описание эмоциональных переживаний. Вербализация переживаний может вызвать положительное отношение к тому, кто разговаривает с ребенком, готовность к сопереживанию, признанию ценности личности другого человека. Данный метод предполагает появление самоконгруэнции — совпадение внешней словесной аргументации и внутреннего состояния ребенка, приводящего к самореализации, когда ребенок делает акцент на личных переживаниях, мыслях, чувствах, желаниях.

Библиотерапия

Метод воздействия на ребенка, его переживания, чувства посредством прочтения книг. Подбираются литературные произведения, в которых описаны страхи детей, переживания стрессовых ситуаций, найден выход из них. Можно использовать книги Л. Толстого, Б. Житкова, В. Осеевой и др.

В выборе произведений важно опираться на возрастные особенности детей — заражаемость чувствами других, сопереживание им. Дети понимают, что страх, тревогу испытывают многие и по разным причинам. Вместе с героями литературных произведений они переживают те же состояния, но в это же время проанализировав их действия, дети видят, что можно найти выход из трудной ситуации, что позволяет им расширить свою социальную компетенцию.

Музыкотерапия

Для детей, которые проявляют тревожность и беспокойство, испытывают страхи и напряжение, можно сопровождать процесс слушания музыки заданием. Применение музыкотерапии способствует самовыражению, умению реагировать на собственные эмоциональные состояния, что может быть закреплено в изобразительной деятельности детей, когда им предлагают выразить в рисунке свое впечатление от музыки, которую они слышали.

Метод свободных словесных ассоциаций

Он может использоваться как метод искусства придумывания историй. Психолог предлагает детям по набору слов, между которыми налицо смысловая связь, придумывать разные истории.

Куклотерапия — использование кукольной драматизации. Взрослые разыгрывают кукольный спектакль, в котором вводят конфликтные и значимые для ребенка ситуации, предлагая ему как бы со стороны оценить их. Детей, проявляющих тревогу, страх, переживающих стресс, различного вида травмы, полезно привлечь к представлению с применением метода биодрамы, особенность которого в том, что все действующие лица в ней — звери. Распределяя между собой роли, дети разыгрывают спектакль. Можно рекомендовать обмен ролями со взрослыми или другими детьми.

Игротерапия

Подходящими для коррекционной работы в области психологической травмы детства могут быть игры в образах, игры, основанные на литературных произведениях, на импровизированном диалоге, на сочетании пересказа и инсценировки. Использование образов в игре имеет ряд психологических преимуществ. Создаются более благополучные условия для личностного роста ребенка, изменяется отношение к своему «Я», повышается уровень самопринятия, так как ограничен перенос своих эмоциональных переживаний, связанных с низкой самооценкой, неуверенностью в себе, беспокойством о себе, уменьшается напряженность, купируется острота переживаний. Можно использовать свободную игру и директивную, управляемую психологом. В свободной игре, предлагая детям разного вида игровой материал, психолог провоцирует регрессивный, реалистический и агрессивный виды игр. Регрессивная игра подразумевает возврат к менее зрелым формам поведения. Реалистическая игра зависит от объективной ситуации, в которой оказывается ребенок, а не от его потребности и желания.

Отправными точками в агрессивной игре могут быть игры в войну, насилие, конфликт и т.д. В играх дети часто возвращаются к испытанным стрессовым ситуациям, к которым будет еще долго возвращаться своей памятью.

В рамках реабилитационной программы целесообразно использовать структурированный материал, который провоцирует

детей на выражение собственных желаний и овладение социальными навыками. Например, человеческие фигурки, которые вызывают желание заботиться о ком-то, развивают коммуникативные навыки. Ценность этого вида работы определяется тем, что в игре проявляется неизвестная нам форма преодоления травмирующих переживаний. В том случае, когда интеграция сознания и переживания удалась, психическое напряжение снимается, формируется способность восприятия новых впечатлений и происходит перенос фантазии детей на темы, не связанные с насилием, что может способствовать развитию уверенности в себе, утверждению собственного «Я», повышению самооценки.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К МОДУЛЮ 6.

«Мотивы суицидальных поступков у детей подросткового возраста.

Что могут сделать родители, чтобы спасти детей?»

Одна из острейших проблем современного общества — рост агрессии, напряженности и суицидов в среде подростков и молодежи.

Большинство авторов считают, что концепция смерти у ребенка приближается к адекватной лишь к 11—14 годам, после чего ребенок может по-настоящему осознавать реальность и необратимость смерти.

Непрямое суицидальное поведение — подросток бессознательно подвергает себя риску, опасному для жизни, не имея при этом желания умереть. Н. Крейтман определил парасуицид как призыв о помощи, способ воздействия на окружающих с целью изменения сложившейся ситуации, и относил к ним суицидальные акты с истинным намерением умереть, но не закончившиеся смертью.

В клинической практике самоповреждение детей и подростков, не имеющих своей целью уход из жизни, хотя и не относится к типичному суицидальному поведению, однако всегда рассматривается как дополнительный фактор риска. Всегда существует вероятность нанесения повреждений, представляющих опасность для жизни. Грань между истинным суицидальным и самоповреждающим поведением весьма тонка, особенно это касается детей и подростков [16].

Суицидальные проявления подростков включают:

- 1) пассивные суицидальные мысли (представления, переживания);
- 2) суицидальные замыслы;
- 3) суицидальные намерения.

Пассивные суицидальные мысли характеризуются представлениями, фантазиями на тему своей смерти (но не тему лишения себя жизни).

Суицидальные фантазии и намерения подростков — прямое продолжение их депрессивных состояний и следствие неудовле-

творенных потребностей, которые, по сути, являются дефицитарными, но очень сильными [10].

Суицидальные замыслы — это более активная форма проявления суицидальности. Тенденция к самоубийству нарастает в форме разработки плана: продумываются способы, время и место самоубийства. Суицидальные намерения проявляются тогда, когда к замыслу присоединяется волевой компонент — решение, готовность к непосредственному переходу во внешнее поведение [10].

Несмотря на очевидную уникальность каждого случая самоубийства, они имеют ряд общих характеристик.

Для суицидента характерны: невыносимость страданий, поиск выхода из ситуации, переживание безнадежности ситуации и собственной беспомощности, аутоагрессия, амбивалентное отношение личности к суициду, искажение воспринимаемой реальности — заикленность на проблеме, «туннельное зрение». Все это приводит к сужению выбора до «бегства» в суицид [10].

Г. Сейр, анализируя чувства, стоящие с суицидальными действиями, выделил четыре основные причины самоубийства:

- изоляция (чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется);
- беспомощность (ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, все зависит не от тебя);
- безнадежность (когда будущее не предвещает ничего хорошего);
- чувство собственной незначимости (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).

Чувства и эмоции сопровождают все суицидальные намерения подростка. Апатия и безразличие — спутники затяжного плохого настроения.

Существуют разные мотивы суицидального поведения подростков: протест, месть, призыв (внимания, помощи); избегание (наказания, страдания); самонаказание; отказ (от существования).

В суицидологии были охарактеризованы ситуации, выход из которых человек ищет в самоубийстве (проблемные ситуации), и обозначены факторы как повышающие вероятность самоубийства (суицидальные, или факторы риска), так и снижающие ее (антисуицидальные, или защитные факторы).

Так, В. Walsh предлагает все факторы разделить на 4 основные категории:

- 1) средовое влияние;
- 2) прямое влияние СМИ;
- 3) влияние референтной группы;
- 4) внутренние психологические влияния.

Автор подчеркивает особую значимость перечисленных факторов для подросткового, юношеского периода и этапа ранней взрослости [16].

Социально-психологические концепции объясняют суицидальное поведение социально-психологическими или индивидуальными факторами. Прежде всего, самоубийство связываются с потерей смысла жизни. В. Франкл указывал, что связанная с этим экзистенциальная тревога переживается как ужас перед безнадежностью, страх вины и осуждения, пустоты и бессмысленности жизни.

Для детей характерны импульсивные суицидальные действия, их наиболее частой причиной являются ссоры в семье (детско-родительские конфликты) негативное отношение к ребенку со стороны родителей, насилие и жестокое обращение. Преимущественная направленность суицидальных попыток в этом возрасте — не собственно на самоуничтожение, а на восстановление нарушенных социальных связей.

Главным суицидальным фактором является действие другого, значимого для ребенка человека (отвержение, игнорирование, издевательство, насилие, изменение прежних отношений, разочарование, предательство и др.).

В суицидальных попытках подростков может быть фактор дистресса «Заметьте меня, я очень нуждаюсь в вашей помощи».

А. Г. Амбрумова и ее коллеги рассматривают суицид как «следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемых микросоциальных конфликтов». Наиболее частотными являются личностно-семейные конфликты: несправедливое отношение (оскорбления, унижения) со стороны родственников и окружающих; ревность, супружеская измена, развод, потеря «значимого другого», болезнь, смерть близких; неудовлетворенность поведением и личными качества «других»; одиночество, социальная изоляция; не взаимная любовь; недостаток внимания, заботы со стороны окружающих. Сюда же относят-

ся конфликты, связанные с состоянием психического и физического здоровья, с антисоциальным поведением суицидента, конфликты в профессиональной или учебной сфере, материально-бытовые трудности.

Психопатологический подход рассматривает суицид как проявление острых или хронических психических расстройств. Суицидальные фантазии и намерения подростка — прямое продолжение их депрессивных состояний. При обострении депрессии активность подростка резко снижается, а затем наступает полное бездействие. Все вокруг он воспринимает в «черном цвете». Н.М. Иовчу и А.А. Северный, исследуя особенности депрессивных расстройств в детско-подростковом возрасте, называют суицидальные идеи «барометром тяжести» детско-подростковой депрессии.

А.Е. Личко рассматривает подростковое суицидальное поведение как явление пограничной психиатрии, т.е. области изучения психопатий и непсихотических реактивных состояний на фоне акцентуации характера.

В основе суицидального поведения лежит комплекс заряженных сильным аффектом переживаний обиды, острого недовольства окружающими и самим собой, стремление отомстить, наказать лиц, повинных в этих переживаниях.

Дети и подростки ограничены своими способами реагирования на кризисные ситуации ввиду отсутствия жизненного опыта и неумения просить помощь. Особую роль играют повседневные, обыденные трудные жизненные ситуации, попадая в которые подросток испытывает стресс, переживает психологическую травму, демонстрирует отклоняющееся поведение.

Ученые и практики в сфере педагогической, социальной и кризисной психологии считают, что всплеск суицидальных актов в определенных, условно однородных группах связан с влиянием на подростков и молодежь «эффекта Вертера» — стимулирование медиасообщений о самоубийствах (реальных или вымышленных). Подробное и детализированное освещение в социальных сетях подростковых суицидов вызывает «эффект заражения».

Встречается термин «индуцированный суицид», понимаемый как суицидальный акт, совершенный под психологическим воздействием самоубийства референтной персоны. Иногда используют термин «подражательные самоубийства», желая под-

черкнуть социально-психологическое заражение суицидальными мыслями, активизацию суицидальных намерений после соответствующих медиасообщений [12].

Романтизация самоубийств в музыкальной медиапродукции также способствует вовлечению молодежи в суицидальное поведение. В фильмах, песнях, видеороликах, темах социальных сетей и других медиаконтентах самоубийство преподносится как нечто красивое (девиантогенная установка на эстетичность отклоняющегося поведения), смелое (девиантогенная установка на героичность отклоняющегося поведения), веселое и не трагичное (девиантогенная установка на безопасность отклоняющегося поведения), как «правильное» поведение в трудной жизненной ситуации [14].

Большинство ученых сходятся во мнении, что наибольшей суицидоопасностью обладают медиасообщения о суицидальном поведении в интернет-среде. В целом подражательные суициды ложатся в классическую схему формирования суицидального поведения: оно формируется в результате наслоения нескольких внешних психотравмирующих факторов и психологических характеристик личности, не позволяющих ей адекватно преодолевать трудности [12]. Подражательное суицидальное поведение некоторые ученые объясняют с помощью теории социального научения (А. Бандура). Подражательные суициды видятся обратной стороной медали приспособления, адаптации к обществу (аспект социализации), когда человек моделирует поведение референтных лиц. Специалисты по психологии влияния (Р. Чалдини) вписывают такое поведение в «модель социального влияния». Социально-эволюционная концепция относит суициды к «социально-культуральным» заразным болезням с инкубационным периодом». Объясняя кластерные суициды, ученые упоминают феномен моды социально-психологического заражения, подражания, имитационного поведения, идентификации [12].

При демонстративно-шантажной мотивации «разрекламированное» самоубийство подсказывает способ привлечения внимания. При истинном суицидальном поведении суицидент получает смертельную подсказку, суицид видится выходом из трудных жизненных обстоятельств, сообщение о другом суицидальном акте провоцирует роковую решимость.

Причинами суицидов в детском и подростковом возрасте может быть следующее:

1) Несформированное понимание смерти. В понимании ребенка смерть не означает бесповоротное прекращение жизни. Ребёнок думает, что всё можно будет вернуть назад. У подростков понимание и осознание страха смерти формируется не раньше 18 лет.

2) Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям. Возникает ситуация, по мнению подростка, несовместимая с представлением «как жить дальше» (потеря любимого, наступление нежеланной беременности и т. д.). Суицидальное поведение у подростков часто объясняется тем, что, не имея жизненного опыта, они не могут правильно определить цель своей жизни и наметить пути ее достижения.

4) Дисгармония в семье.

5) Саморазрушающее поведение (алкоголизм, наркомания, криминализация общества).

6) В подавляющем большинстве случаев суицидальное поведение в возрасте до 15 лет связано с реакцией протеста, особенно частым источником последнего являются нарушенные внутрисемейные, внутришкольные или внутригрупповые взаимоотношения. 70 % подростков в качестве повода, толкнувшего их на попытку суицида, называли разного рода школьные конфликты.

Э. Шнейдман предлагает рассматривать суицид с точки зрения психологических потребностей. В соответствии с его теорией, суицидальное поведение определяют два ключевых момента:

– душевная боль, которая оказывается сильнее всего остального;
– состояние фрустрации или искажение наиболее значимой потребности личности. Бессознательным механизмом формирования суицидального поведения может быть чрезмерная нарциссическая потребность. Известно, что нарциссизм связан с чувством грандиозности и необходимостью получать подтверждение своей ценности извне. Другой стороной нарциссической динамики являются переживания стыда, зависти, пустоты и неполноценности. Объективно неблагоприятные ситуации, связанные с неуспехом, конфликтом, стрессом, могут усилить данные аффекты до уровня их невыносимости и появления суицидальных намерений. Согласно теории нарциссизма, суицидальное поведение является

компенсацией нарциссического кризиса за счет регрессии к гармоничному первоначальному состоянию [10].

Наряду с вышеперечисленными причинами подросткового суицида можно выделить дополнительные факторы, повышающие вероятность самоубийства:

1. Смещение нравственных ориентиров на материальные и социальное положение в обществе.
2. Выбор подростком суицида как наиболее легкого способа разрешения проблемы.
3. Наличие комплекса неполноценности, сформированного под влиянием постоянной критики и замечаний значимыми людьми и социумом. Повышенная восприимчивость к чужому мнению.
4. Накопившиеся за определенный промежуток времени отрицательные переживания и в связи с этим появление потребности избавиться от внутреннего напряжения, боли, страдания, переживаний, которые тяготят и мешают полноценно жить.
5. Сензитивность — повышенная чувствительность подростка к происходящим событиям.
6. Ощущение безнадежности (негативные мысли о будущем, утрата мотивации и отсутствие надежды на будущее), сформированное под влиянием негативного контента социальных сетей.
7. Отсутствие навыка просить помощь и поддержку у близких людей.
8. Деструктивное (девиантное) развитие личности в связи с наличием патопсихологического развития.

В работах, посвященных проблематике суицидального поведения, констатируется, что человек может решиться на самоубийство, если он:

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного друга), чувствует себя отверженным.
2. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье — в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм — личная или семейная проблема);
3. Ощущает себя жертвой насилия, физического, сексуального или эмоционального.
4. Предпринимал раньше попытки суицида.

5. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).

6. Слишком критически настроен по отношению к себе.

Доступность и открытость информации в интернете, касающейся модификаций тела, body art и собственно самоповреждений как способ совладания с сильными негативными эмоциональными состояниями, накладывает особую ответственность на родителей, педагогов, психологов, врачей, работающих с детьми и подростками [16].

Книжникова С.В. предложила осуществлять диагностику суицидального риска у подростков и молодежи посредством изучения содержания персональных страничек в различных социальных сетях открытого доступа с помощью «Матрицы суицидологического анализа веб-контента» [16].

Матрица предназначена для оценивания содержательных элементов персональной интернет-страницы (статус, фото, подбор референтных заставок, цитат, видеороликов, музыки, подписки на группы, хэштеги, приложения и т.д.) с позиций наличия или отсутствия просуицидальной тематики и «суицидальных сигналов». К ним относятся прямые суицидальные высказывания, планы, наличие депрессивной триады (в «черном цвете» — Я, Другие, Будущее), мрачное визуальное оформление, увлеченность сюжетами о смерти, указание на имеющийся суицидальный опыт. Фиксируя суицидальные темы прощания, самообвинения, искупления вины, одобрения самопожертвования (принятие альтруистической суицидальности), мести и наказания окружающих своей смертью; освобождения (облегчения) других от себя как обузы; душевных мучений, душевной боли; физического страдания, бессмысленности существования.

Каковы педагогические возможности в предупреждении подражательных суицидов среди подростков и молодежи? Продуктивные педагогические действия возможны и необходимы в рамках первичной профилактики (превенции). Первичная профилактика связана с профилактикой суицидального риска, т.е., это работа с людьми, не демонстрирующими признаки суицидального поведения, и она направлена на недопущение усугубления социально-психологической дезадаптации, на формирование и укрепление личностных ресурсов, позволяющих эффективно преодолевать жизненные преграды.

Превенция суицидов включает в себя профилактику и своевременное выявление суицидального риска.

Взрослым следует помнить, что в основе многих проблем ребенка лежит его заниженная самооценка. Закладывается она в раннем детстве, когда ребенок узнает о себе только из слов и отношения к нему близких. Положительное отношение к себе является основой его психологического выживания, и поэтому ребенок постоянно ищет и даже борется за него. Ребенок ждет подтверждения того, что он хороший, что его любят, что он может справиться с посильными делами. Есть выражение: «Единственное, что родители должны сделать для своего ребенка, — это дать ему высокую самооценку, остальное ребенок сделает сам». А для этого он должен расти в атмосфере любви и уважения, в окружении жизнерадостных, гибких и чутких родителей, научивших его радоваться жизни. Именно в такой атмосфере вырастают уверенные в себе, любимые другими и способные на многое в жизни люди [26].

Нужно объяснять детям, что опыт поражения так же важен, как и опыт успеха; рассказывать детям о своих кризисных ситуациях, и как они справились с ними, кто помог, какой опыт извлекли, поделиться ситуациями, которые возникают сегодня на работе, в общении. Родители могут поделиться своими детскими воспоминаниями, переживаниями, чувствами и страхами.

Важно своевременно заявить детям о своей готовности всегда прийти на помощь и разделить со своим ребенком все трудности, возникающие на пути к взрослению, формировать доверительные взаимоотношения. С точки зрения Б.Г. Ананьева, выносливость личности по отношению к сильным неприятностям зависит от поддержки, моральной помощи, солидарности с группой, соучастия, сочувствия других людей [10]. Социальная поддержка выступает барьером для сильного или отягощающего последствия стресс-фактора. Родители могут похвалить ребенка за попытку самостоятельно найти решение проблемы, но периодически проявлять заинтересованность. Родителям важно знать, какие потребности есть у ребенка в данное время и как они могут ему помочь. Личным примером родители должны показать детям свою уверенность в будущем. Ребенку важно видеть пример оптимистично настроенных близких людей.

Главное — избегать прямо или косвенно провоцировать ребенка на уход из дома, при любых ситуациях сохранять контакт, разговаривать о ценности жизни, о ее смыслах. Важно научить ребенка получать удовольствие от простых и доступных в жизни вещей, лучший способ прививать любовь к жизни — собственный пример. Осознание подростками ценности собственной жизни происходит под влиянием примера взрослых, их советов и рекомендаций, позитивного взаимодействия, понимания потребностей, чувств, переживаний и представления о тех будущих жизненных перспективах, которые есть у каждого взрослеющего человека.

Если дети будут иметь опыт своевременного реагирования взрослыми на трудные ситуации, возникающие в жизнедеятельности ребенка, то в следующий раз они обязательно обратятся за помощью к взрослым.

Факторы, препятствующие возникновению суицидального поведения у подростков

Антисуицидальные факторы личности — это сформированные положительные жизненные установки, жизненная позиция, комплекс личностных факторов и психологические особенности человека, а также душевные переживания, препятствующие осуществлению суицидальных намерений. К ним относятся:

- эмоциональная привязанность к значимым родным и близким;
- выраженное чувство долга, обязательность;
- концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического ущерба;
- учёт общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, представление о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;
- убеждения о неиспользованных жизненных возможностях;
- наличие жизненных, творческих, семейных и других планов, замыслов;
- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;
- психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности;

- наличие актуальных жизненных ценностей, целей;
- проявление интереса к жизни;
- привязанность к родственникам, близким людям, степень значимости отношений с ними;
- уровень религиозности и боязнь греха самоубийства;
- планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;
- негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства.

Чем большим количеством антисуицидальных, жизнеутверждающих факторов обладает человек, в частности подросток, чем сильнее его «психологическая защита» и внутренняя уверенность в себе, тем прочнее его антисуицидальный барьер.

Подростки, в особенности при наличии расстройств личности, как правило, негативно относятся к лечению. После совершения суицидальной попытки они в подавляющем большинстве случаев остаются неспособными к разрешению своих проблем. Поэтому им крайне важна помощь специалистов и прежде всего неотложная терапия с последующей долговременной психотерапевтической коррекцией (особенно семейной), а также (в ряде случаев) назначением психотропных средств. Назначение конкретного лекарственного препарата зависит от анализа суицидальной попытки и наличия актуальной психопатологии.

Депрессия в подростковом возрасте

Феномен депрессии существует более ста лет и в переводе с латинского языка означает «подавление» или «угнетение». В настоящее время большинство ученых определяют депрессию как болезненное состояние, для которого характерны чувства тоски, подавленности, отчаяния, а также заторможенность мышления и движений.

Современная международная классификация болезней (МКБ—10) утверждает, что диагноз «депрессия» можно ставить в том случае, если имеет место наличие минимум двух из следующих симптомов:

- сниженное большую часть дня настроение;
- утрата интересов и способности получать удовольствие от того, что обычно радовало;
- чувство утраты энергии и повышенная утомляемость.

Депрессия в подростковом возрасте — это биохимический и нейрогормональный процесс, развивающийся несколько недель или месяцев.

К основным причинам подростковой депрессии относятся:

- нестабильность нервной системы из-за гормональной перестройки организма;
- психологические нагрузки, связанные с поиском своего места в жизни, изменением представлений о жизни;
- семейные проблемы (развод родителей, постоянные ссоры, наличие в семье алкоголика);
- жестокое обращение родителей с ребенком;
- снижение самооценки, чаще у девочек;
- переживания, связанные с первой любовью или с первым сексуальным опытом;
- нерешительность;
- снижение успеваемости в школе;
- низкий социальный статус среди сверстников;
- отсутствие доверительных отношений с родителями.

Необходимо иметь в виду, что суицидальное поведение, как правило, сопровождается глубокой депрессией. Важно уметь видеть ее признаки. Для депрессии обычно характерно:

- снижение внимания или способности к ясному мышлению;
- потеря интереса или чувства удовлетворения в ситуациях, обычно вызывающих положительные эмоции;
- вялость, хроническая усталость, замедленные движения и речь;
- снижение эффективности или продуктивности в учебе, работе, быту;
- чувство неполноценности, бесполезности, потеря самоуважения;
- изменение привычного режима сна, бессонница или повышенная сонливость;
- пессимистическое отношение к будущему, негативное восприятие прошлого;
- неспособность к адекватной реакции на похвалы или награды;
- чувство горькой печали, переходящее в плач;
- изменение аппетита с последующим увеличением или потерей веса;
- повторяющиеся мысли о смерти или самоубийстве.

Суицидоопасные депрессии протекают у подростков атипично, маскируясь симптомами сомато-вегетативных расстройств, ипохондрическими нарушениями, девиантным поведением, дисморфофобическими симптомами. Депрессия проявляется по-разному, в зависимости от акцентуации характера.

У гипертимного подростка — склонность к риску, пренебрежение опасностью.

У циклотимного — аффекты, печаль отчаяния, неосознанное желание навредить самому себе.

У эмоционально-лабильных подростков значимы аффективные реакции интрапунитивного типа. Суицидальное поведение отличается быстрым принятием решения, основывается на малоопределённом стремлении «что-то с собой сделать». Другим фактором может служить желание «забыться». Чаще всего к саморазрушающему поведению толкает эмоциональная холодность близких и значимых лиц.

Сензитивные подростки страдают от чувства собственной неполноценности, поэтому реактивная депрессия и вызревание суицидальных намерений с неожиданной их реализацией.

Психастенические подростки в состоянии расстройства адаптации характеризуются нерешительностью, испытывают страх ответственности, страх ущерб социального статуса.

Подросток с эпилептоидной акцентуацией на фоне аффекта может перейти меру осторожности. В состоянии одиночества или в безысходной ситуации агрессия может обернуться на самого себя: чаще всего наносят порезы, ожоги, порой из мазохистских побуждений. Опьянения нередко протекают по дисфорическому типу с утратой контроля над собой.

Истероидные подростки предрасположены к демонстративным суицидам.

Все интересы подростка с неустойчивой акцентуацией направлены на получение удовольствий.

Конформный подросток может совершить суицид за компанию.

ИНФОРМАЦИОННО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКИЕ МАТЕРИАЛЫ К МОДУЛЮ 7.

«Проблема агрессивного поведения подростков. Природа подростковой агрессии»

Агрессивность наносит объективный ущерб материальному миру и миру людей, сеет насилие вокруг себя и порождает все новые волны гнева, обиды, страха. Проблема подростковой агрессивности требует срочного решения. Джонатан Коэн, доктор естественных наук, психолог, психоаналитик, говорит о факторах, которые способствуют росту агрессии в подростковой среде. Ученый считает, что много часов, проведенных за компьютерными играми, увеличивают активность коры головного мозга, регулирующей эмоциональное возбуждение, наряду с этим происходит снижение активности тех зон, которые отвечают за самоконтроль. Навязывание моделей агрессивного поведения реализуется в социальных сетях, СМИ и референтными группами. Сцены насилия в СМИ провоцируют зрителя, если выглядят реальными и захватывающими, если зритель отождествляет себя с агрессором или ассоциирует враждебную персону с жертвой агрессии из фильма.

Существует множество определений агрессивности и большое разнообразие смыслов, которые вкладываются в этот термин. Проявления агрессии широки и многообразны. Первые исследования природы агрессии принадлежат З. Фрейду. В психоаналитическом подходе агрессия рассматривается как порождение инстинкта борьбы. В этиологическом подходе положение о враждебной природе агрессии находит свое развитие. К. Лоренц изучал враждебные, сдерживающие агрессию начала, к которым относил родство, любовь и дружеские взаимоотношения [3]. Он считал, что агрессивная энергия генерируется в организме спонтанно, непрерывно, в постоянном темпе, регулярно накапливаясь с течением времени. Чем больше агрессивной энергии имеется в данный момент, тем меньше силы стимул нужен для того, чтобы агрессия выплеснулась вовне.

В социобиологическом подходе основной акцент в изучении природы агрессии связывается с влиянием генов, так как они обеспечивают адаптивное поведение. К ситуативной природе агрессии относится подход Дж. Доллара, который рассматривает

агрессию как следствие фрустрации. Дж. Доллард считал, что фрустрация (помеха, раздражение) всегда приводит к агрессии, а агрессия всегда является следствием фрустрации. Согласно этой теории, у индивида, пережившего фрустрацию, возникает побуждение к агрессии. В некоторых случаях агрессивный позыв встречает какие-то внешние препятствия или подавляется страхом наказания. Теория социального научения агрессии А. Бандуры постулирует, что агрессивное поведение представляет собой сложную систему навыков, требующую длительного и всестороннего изучения. Чтобы усвоить способы разрушительных действий, человек должен наблюдать их социальные образцы, встречать поощрение при их демонстрации и внутренне «одобрять» собственные «успехи» в причинении ущерба другим людям [3].

Теория научения лежит в большинстве программ профилактики и коррекции агрессивного поведения, т.к. поведенческий подход является эффективным, методически универсальным и быстрым.

Наиболее распространенными целями агрессивного поведения, не связанного с психическими расстройствами, в переходе от враждебности к манипулятивности могут быть:

- причинение боли жертве, принуждение к страданию;
- месть за перенесенные страдания;
- причинение ущерба;
- доминирование, власть над другим человеком;
- получение материальных благ;
- аффективная разрядка, разрешение внутреннего конфликта;
- самоутверждение (повышение самооценки, сохранение самоуважения);
- защита от реальной или воображаемой угрозы, от страдания;
- отстаивание автономии и свободы;
- завоевание авторитета в группе сверстников;
- удаление препятствий на пути к удовлетворению потребностей;
- привлечение внимания.

Чаще всего агрессия вызывается словами и поступками, т. е. имеет социальный контекст. Отрицательные эмоции, вызываемые оскорблением или помехой, ведут к агрессивным намерениям. Чем выше уровень фрустрации, т.е. переживания неудачи, обиды, чем неожиданнее эта помеха, тем сильнее агрессия пострадавшего. Наиболее сильной детерминантой агрессии является provoca-

ция. Обвинения, издевки, насмешки побуждают интенсивный гнев. Агрессия как следствие подчинения авторитету, власти также не является следствием враждебных эмоций по отношению к жертве.

В современной психологии принято различать агрессию как отдельные действия и поступки и агрессивность как относительно устойчивое свойство личности, определяющее склонность реагировать на окружающий мир преимущественно враждебно.

Агрессивность формируется в процессе социализации ребенка и закладывается уже в дошкольном детстве, во многом определяя дальнейшие пути развития личности [2].

Подростковый возраст — это возраст «социального импринтинга» — повышенной впечатлительности ко всему тому, что делает человека взрослым. В силу этих обстоятельств ряд авторов предлагает различать «первичную» и «вторичную» девиацию (К. Мак Кэтни, Д. Миллер, С. Смит, Р. Мейер). Первичная девиация — это собственно ненормативное поведение, имеющее различные причины («бунт» подростка, стремление к самореализации, которое почему-то не осуществляется в рамках «нормативного» поведения). Вторичная девиация — подтверждение (вольное или невольное) того ярлыка, которым общество отметило ранее имевшее место поведение [2].

По данным А.В. Мудрика и И.С. Кона, типичными чертами подростков являются стремление к новизне, к оригинальности поведения, желание понимать, бороться, достигать, утверждаться, пытаться изменить существующую систему оценок и взглядов, принятых в среде ближайшего окружения. Это становится почвой для девиантного поведения.

Девиантные действия выступают:

- в качестве средства достижения значимой цели;
- как способ психологической разрядки, замещение блокирования потребности и переключения деятельности;
- как самоцель, удовлетворяющая потребность в самореализации и самоутверждении.

В отечественной психолого-педагогической литературе рассматриваются проблемы девиантного поведения, связанные главным образом с трудными детьми и подростками, которые представляют собой группу повышенного социального риска.

В науке существует несколько понятий, характеризующих эту социальную группу подростков: «трудновоспитуемые», «кризисные», «педагогически запущенные», «дезадаптивные», «асоциальные» и др.

Ведущая задача специалиста — определить индивидуальную направленность агрессивного поведения, его доминирующих мотивов. Мотивы могут осознаваться ребенком или подростком, но чаще агрессивное поведение побуждается и поддерживается бессознательными тенденциями.

Агрессивность наносит объективный ущерб материальному миру и миру людей, сеет насилие вокруг себя и порождает все новые волны гнева, обиды, страха.

Неразвитость эмпатии, сострадания приводит к тому, что ребёнок считает собственную агрессивность нормальным явлением и оправдывает себя, перекадывая вину на других («он сам начал»).

Важным компонентом коммуникативных навыков является способность распознавать провокационные действия окружающих, направленных на актуализацию агрессии. Провокация является устойчивой причиной агрессии. Подросток, столкнувшись с той или иной нестандартной ситуацией, реагирует эмоционально, но если реакция обусловлена не самим событием, а восприятием события и его оценкой. Оценка события может быть правильной или ошибочной в зависимости от прошлого опыта, внутренних ожиданий и селективного (избирательного) внимания к отдельным фактам и сигналам ситуации.

Если подросток расценил событие как провокационное или угрожающее, это приведет к возбуждению, которое интерпретируется через призму прошлого агрессивного опыта и вызывает агрессивные реакции. В исследованиях поведения было обнаружено, что агрессивные подростки иначе воспринимают сигналы из окружающей среды, чем их неагрессивные сверстники. Агрессивные подростки обнаруживают низкую вариативность решений проблемных ситуаций и качественную непроработанность этих решений. Склонность к агрессивному реагированию в межличностном взаимодействии связана с тем, что подросток неверно понимает вербальные и невербальные сигналы, идущие от партнера по общению (слова, жесты, позы, мимику и движения).

Ошибка в понимании ведет к ошибочной интерпретации намерений другого человека и к ошибке в реакции подростка [2].

Многие подростки попадают в различные проблемные ситуации, так как у них просто не хватает базовых социальных умений [2]. Они не знают, как выразить свои желания и распознать чужие, как ответить на провокации и как построить отношения.

Типичные действия взрослого, усиливающие напряжение и агрессию

- повышение голоса, изменение тона на устрашающий;
- демонстрация власти;
- крик;
- сарказм, насмешки;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт других людей, непричастных к нему;
- нотации;
- сравнение подростка с другими детьми;
- команды, жесткие требования.

Правила поведения для родителей в ситуации предупреждения агрессивного поведения подростков. Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией, — снизить напряжение ситуации

1. Воздействие на когнитивную сферу характеризуется углублением осознания. Осмысления, понимания и усвоения нравственных норм и правил; формирование смыслообразующих внутренних стимулов нравственно-правомерного поведения. Разговаривать с подростками о смысле жизни, помочь найти значимые смыслы в интересах и увлечениях ребенка. Правильно сформировать взгляды на общественно-политические и социальные процессы, происходящие в обществе.
2. На эмоционально-волевою — предполагает актуализацию переживаний подростка в связи с изменением отношения к нему значимых взрослых, сверстников, коллектива; изменение общественного мнения, преодоление негативного отношения к окружающим, устранение интереса к асоциальному поведению, усиле-

ние его произвольности, преодоление неуравновешенности, замкнутости, упрямства, эгоистических наклонностей.

3. Изменение мотивационно-потребностной сферы включает стимулирование социально и личностно значимых мотивов самовоспитания, которые превращаются во внутренние мотивы перевоспитания подростка, развития его личности, снижения дезадаптированности. Необходимо помочь подростку сформировать личную внутреннюю мотивацию на социально-приемлемые формы поведения.

4. Профилактика, направленная на поведенческую сферу, предполагает переориентацию негативных поведенческих импульсов на позитивные путем приобщения детей к разнообразным созидательным, творческим, активным видам деятельности; развитие положительных мотивов поведения, организацию социально значимой деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абраменкова В.В. Социальная психология детства в контексте развития отношений ребенка в мире // Вопросы психологии. № 1. 2002. С. 3–15.
2. Авдулова Т.П. Агрессивный подросток: книга для родителей. М.: Издательский центр «Академия», 2008. 228 с.
3. Агрессия у детей и подростков: учебное пособие / под ред. Н. М. Платоновой. СПб.: Речь, 2004. 336 с.
4. Алексеева Л.С. Жестокое обращение с детьми: его последствия и предотвращение. М.: Сентябрь, 2016. 160 с.
5. Ахметгалеева Л.Н. Влияние Интернет-ресурсов на суицидальное поведение молодежи и его профилактика // Медиабезопасность и профилактика правонарушений молодежи в социальных сетях: материалы Межрегиональной научно-практической конференции (г. Уфа, 5 декабря 2019 г.). Уфа: Изд-во БГПУ, 2019. 188 с.
6. Выявление и предупреждение суицидального поведения среди несовершеннолетних: метод. рекомендации / сост.: Л.Р. Халикова. Уфа: Издательство ИРО РБ, 2012. 28 с.
7. Даллакян К.А., Шамигуллова О.А., Литвинович Ф.Ф., Булычев Е.Н. Ловцы неокрепших душ. Дорожная карта обеспечения безопасности в социальных сетях. Уфа: Изд-во БГПУ, 2019. 155 с.
8. Змановская Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. 3-е изд., испр. и дополн. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 288 с.
9. Кабанченко Е. Школа и родители. Учить родительству // Директор школы. 2020. № 1. С. 84–87.
10. Казанская В.Г. Суицидальное поведение подростка; своевременная помощь / под ред А.С. Обухова. М.: Национальный книжный центр, 2015. 224 с. (Психологическое сопровождение образования).
11. Клейберг Ю. А. Психология девиантного поведения: учебное пособие для вузов. М.: ТЦ Сфера, при участии «Юрайт-М», 2001. 160 с.
12. Книжникова С.В. Трудности педагогической профилактики суицидального поведения // Педагогика. 2019. № 6. С. 32.
13. Книжникова С.В. «Эффект Вертера»: подражательные суициды среди подростков и молодежи // Педагогика. 2017. № 1.

14. Левковская О.Б., Шевченко Ю.С. Несуицидальное само повреждающееся поведение в подростковой среде: современные объяснительные подходы // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2015. № 1. С. 105–117.
15. Никольская Е. Расскажите родителям, как уберечь ребенка от сексуальных домогательств // Справочник педагога-психолога. 2017. № 3. С. 18–24.
16. Профилактика суицида у несовершеннолетних. О направлении информации (письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства России от 30.10.2020 № 07–6586) // Вестник Образования Росси. Декабрь. 2020. С. 52.
17. Психология подростка. Хрестоматия / сост. Ю.И. Фролов. М.: Российское педагогическое агентство, 1997. 526 с.
18. Педагогика со смыслом. Учимся, чтобы воспитывать: монография/ авт-сост. И.Ф. Сибгатуллина. Казань, 2016. 228 с.
19. Секреты дружной семьи: метод. рекомендации по воспитанию будущего семьянина. Казань: ГАОУ ДПО ИРО РТ, 2016. 24 с.
20. Николаев В.А., Гринева Е.А., Олевская И.А. Сущность профилактики девиантного поведения подростков // Педагогика. 2020. № 11. С. 73.
21. Езиев А.М., Накохова Д.Х., Напсо М.Д. Социально-психологические особенности современной молодежи // Педагогика. 2018. № 10.
22. Хухлаева О.В. Как сохранить психологическое здоровье подростков (пособие для школы). М.: Сентябрь, 2003. 176 с.
23. Холмогорова А.Б., Тарханова П.М. Стандарты внешности и культура: роль физического перфекционизма и его последствия для здоровья подростков и молодежи // Вопросы психологии. 2014. № 2. С. 52–64.
24. Шульга Т. Подросток в кризисной ситуации. М.: Чистые пруды, 2009. 32 с. (Библиотечка «Первого сентября», серия «Школьный психолог»).
25. Чижов Е.Д., Алексеев К.И. Представления о смерти и суицидальном поведении в виртуальных сообществах молодежи // Вопросы психологии. 2019. № 1. С. 76–90.
26. Шехорина А.В. Значение надежды в реабилитации детей // Вопросы психического здоровья детей и подростков. 2015. № 1. С. 117–119.

Профилактическая лекция для родителей

Уважаемые родители!

Ребёнок строит себя, свою личность с помощью своих родителей. Он получает представление о самом себе от других людей, прежде всего — близких взрослых. Фактически мы все в той или иной мере становимся такими, какими видели нас наши родители. Но далеко не всегда это представление правильное и педагогически полезное.

Л. С. Выготский писал, что воспитывать — значит организовывать жизнь, в правильной жизни правильно растут дети. Эксперты ВОЗ констатировали, что психологические отклонения, как правило, отмечаются у тех детей, которые растут в условиях семейного разлада, страдают от недостаточного общения со взрослыми или от их враждебного отношения. Помните, что ребенок с самого раннего возраста нуждается в признании. Среди многих важных биологических и социально-психологических потребностей у детей наиболее значимыми являются потребность в уважении, потребность чувствовать связь с окружающими, потребность в приятии и потребность ощущать собственную значимость. Для успешного решения возрастных задач развития у ребенка должна быть удовлетворена главная потребность в безопасности. Детям обязательно нужно чувствовать себя значимыми, понимать, что их оценивают как личность и ценят их желания. Независимо от возраста каждый ребенок нуждается в любви. Очень важным в семье должен стать принцип доступности. Быть доступным — значит в любую минуту отложить все дела, чтобы пообщаться с ребенком. Находитесь постоянно в диалоге с ребенком, много разговаривайте, задавайте вопросы. Для родителей ничто не может быть неважным в жизни ребенка, важно все: настроение, интересы, круг общения, достижения, успехи и неудачи, отношение к миру, людям, планы и ожидания. Главное, у каждого ребенка должна быть уверенность в том, что в его жизни есть кто-то, кто всегда поймет, поможет, подскажет, примет и будет любить, независимо от достижений и других условностей.

Способом сближения детей и родителей являются семейные традиции, они помогают сохранить связь между поколениями и теплые, нежные отношения между родителями и детьми.

Дети часто перенимают поведение родителей в конфликте и в дальнейшем переносят его на среду сверстников. Первый шаг в мире ребенка начинается с того, что он оглядывается на взрослых и судит этот мир по законам, которые они ему преподносят. Если в семье принято жаловаться на жизнь, на недостатки, есть привычка видеть все плохое, негативное, тогда откуда в семье вырастет ребенок-оптимист, если ежедневно он видит неуверенность в завтрашнем дне и полный пессимизм? Родительский опыт преодоления препятствий — лучшая основа для оптимизма в отличие от утешений «все будет хорошо». В общении избегайте крайних форм критики с переходом на личность ребенка. Не нужно обобщать один конкретный случай и переводить его в категорию «всегда» («С тобой всегда одни проблемы»). Не заставляйте ребенка делать что-то, если вы не в духе, раздражены и не контролируете свои эмоции. Как только вы почувствовали, что нервы сдают, — остановитесь! Сделайте паузу, чтобы не сказать или не сделать что-то, о чем потом пожалеете. Дети всегда настроены на одну волну с родителями и реагируют на малейшие изменения в настроении мамы и папы.

Разумеется, родители в подавляющем большинстве случаев не вредят своим детям сознательно. Однако собственные нерешенные психологические и личные проблемы (нередко так же вызванные детской психологической травмой) часто приводят и к неправильному отношению родителей к своему ребёнку. Есть теория, что многие нерешенные душевные проблемы родителей передаются их детям, причем в усугубленном виде. Происходит эта передача путем «внушения» от родителя к ребенку в раннем детстве. Родители передают детям свои «родительские представления» (директивы) о том, как нужно жить, относиться к людям и обращаться с родителями и старшими, даже не задумываясь о том, что их «представления» не только являются причиной их собственных проблем, но и могут сломать всю жизнь ребенку. Директива — скрытое приказание родителей, за неисполнение которого ребенок будет наказан. Наказание за исполнение этого приказа не явное, как, например, физическое наказание, а косвенное — через чувство вины. Ребенок как бы наказывает сам себя

чувством вины перед родителем, внушившим ему такую установку. Ребенок никогда не должен находиться в одиночестве и изоляции в его переживаниях, если он находится в кризисной ситуации.

В одном обращении к родителям в сети Интернет было такое послание: «Можно купить дом, а потом продать его. Можно переехать в другой город и поменять место жительства. Можно выйти замуж, а потом развестись. Можно купить одежду и вернуть ее в магазин. Поменять можно все. Может все измениться (отношения, работа, обстоятельства, положение, здоровье). Неизменным с годами и обстоятельствами жизни, постоянным навсегда является лишь одно — «Я — родитель!», «Я — мама!», «Я — папа!». Как сказал С. Л. Соловейчик, счастье — не вещь, и не склад вещей, и не положение, и не денежное состояние. Счастливая доля — это когда есть кто-то, для кого ты — целый мир, кто любит тебя и кого любишь ты, когда ты знаешь, что ты кому-то нужен. И если вы, уважаемые родители являетесь папой и мамой, вы — самые счастливые люди! Ваша счастливая доля — научить ребенка любить мир, жизнь, себя, родителей, научить ставить цели и преодолевать трудности, научить понимать свои потребности и желания, научить радоваться и переживать.

*Счастливая доля — подарить жизнь человеку
и быть мамой и папой! **Счастливая доля — любить!***

Уважаемые родители!

Недоверие может развиваться, как зеркальная реакция на недоверие взрослых. Если вы сами держите ребёнка на большом расстоянии от себя, скрываете от него своё настроение и мысли, то не стоит удивляться, что он ведёт себя так же. Возможно, с точки зрения ребёнка вы предали его, не защитили, когда ему это требовалось. Это — поводы для «закрытия» ребёнка от вас. Посмотрите на ситуацию глазами ребёнка — может, ему нужно больше личного пространства и его утомляет ваше пристальное внимание? Не следует давить на ребёнка, пытаясь силой проникнуть в круг его доверия, ведь этим самым вы можете насильно задерживать его на более инфантильном уровне развития, чем тот, к которому он

стремится. Чем сильнее вы будете вторгаться в его мир, тем более высокие стены он будет строить, чтобы отгородиться от вас.

Слабая взаимная заинтересованность родителей и детей создает у обеих сторон негативное отношение друг к другу, дети вообще разочаровываются в общении и переносят свое отношение к родителям на весь мир взрослых людей. Родители тоже в свою очередь испытывают горечь разочарования в своих детях, обиду и досаду, не верят в них, не уважают. Часто утраченное в младшем школьном возрасте доверие родителей влияет на характер отношений между детьми и родителями в подростковом. При наступлении подросткового возраста семья и школа встречают мощного конкурента во влиянии на ребенка — общество сверстников, которое начинает занимать доминирующее положение. Подростковый возраст — время перемен в голове, перемен в жизни, время первых решений, первых последствий, первых успехов и первых падений. Родители могут заметить, что подросток уходит от серьезных разговоров, уклончиво отвечая на прямые и важные вопросы о нем самом. Закрывая дверь в свою комнату, он запирает вход в свой внутренний мир. Самые близкие люди знают о нем в разы меньше, чем школьные друзья! Почему так: чем ближе человек, тем меньше желания поделиться с ним чем-то личным, важным, тем, что беспокоит, что терзает, что смущает? При утраченном доверии подросток тысячу раз попробует решить свои проблемы самостоятельно, нежели попросит помощи у родителей, а в результате несложный вопрос, который можно было разрешить за один день, превращается в большую головную боль для всей семьи. В чем же загвоздка? Что стоит между подростком и его родителями, мешая построить доверительные, дружеские, близкие отношения? Как правильно взаимодействовать с почти взрослым ребенком, чтобы хоть немного повысить степень его доверия? Есть ли шанс заглянуть в глубоко личный и секретный подростковый мир ребенка, когда между ним и его родителями уже выстроена внушительная китайская стена?

***Общаясь с ребенком, очень внимательно
следите за своим тоном!***

Во многих случаях, когда нет понимания со стороны родителей, дети на стороне начинают искать тех, кому они будут дове-

рять, рассказывать свои секреты, делиться переживаниями горя и радости.

**Давая обещание и не выполняя его, вы рушите
корень доверия — надежду**

В совместных делах не только родители открывают характер детей, но и дети познают сложный мир взрослых, их образ мыслей и переживаний, лучше узнают своих родителей. Если атмосфера в семье доброжелательная и чуткая, то ребенок, воспитанный на положительных примерах своих родителей в обстановке взаимной любви, заботы и помощи, вырастет таким же чутким и отзывчивым. Для того чтобы правильно оценить мотивы поведения своих детей, нужно понимать их, знать интересы. Если в семье нет подобной информации о детях, в таком случае появятся взаимные трудности в общении. **Весьма полезно обсуждать с детьми семейные и общественные проблемы, прислушиваться к их мнению, уважать, поправлять и направлять их в нужное русло, формируя чувство ответственности, самоуважение личности, при необходимости признавать свои ошибки.**

Для крепких доверительных отношений между ребенком и родителями взрослые должны иметь выдержку и уметь не повышать голос. Не допускайте в своей речи к оценочных суждений, сарказма, насмешек, слов, способных унижить ребенка. Знайте, что, если ребенок один раз поймет, что доверять вам нельзя, вернуть доверие будет очень сложно.

Рекомендации родителям

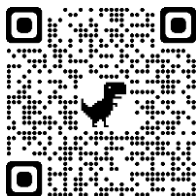
1. Не сравнивать своего ребенка с одноклассниками.
2. Не требовать немедленных высоких результатов на первых этапах обучения.
3. Не критиковать, не оскорблять, не вешать «ярлыки» своему ребенку («Пишешь, как курица криволапая»).
4. Не критиковать педагога и не обсуждать педагогические действия педагога в присутствии ребенка.
5. Поддерживать старание ребенка и его желание быть успешным.

6. Не ориентировать своего ребенка на эталон, на который, по вашему мнению, должен быть похожим сын (дочь).
7. Не применять жестокие санкции за временные трудности в учебной деятельности и избегать жестокого обращения со своим ребенком.
8. Попытаться понять истинную причину учебно-психологических трудностей вашего ребенка.
9. Всегда показывать ребенку свою готовность разделять с ним успехи и неудачи.
10. По необходимости обращаться к школьному психологу.
11. Стать партнером школы в вопросах воспитания и развития своего ребенка.
12. Иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.
13. Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
14. Общайтесь со своим ребенком не только на учебные темы.
15. Уважайте ребенка как личность, имеющую право на свою точку зрения.
16. Учите правильно оценивать свои поступки и поступки других людей.
17. Нельзя все, что происходит с ребенком рассматривать в черно-белых тонах (или хорошо, или плохо).
18. Интересуйтесь друзьями своего ребенка и приглашайте их в свой дом.
19. ВЕЧЕРОМ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ ОБСУЖДАЙТЕ, КАК ПРОШЕЛ ДЕНЬ!!!!!! Непременно у ВСЕХ членов семьи.
20. Признайте право ребенка на ошибку.

Как формировать у детей важные навыки?

1. Какие навыки развивать у ребенка и как это поможет в будущем?

<https://trends.rbc.ru/trends/education/5e72915d9a79476951a62a2c>



2. 8 шагов, чтобы сформировать полезный навык у ребенка.

<https://www.b17.ru/article/103778/>



3. Самые важные навыки, которым должны обучить родители своих детей.

https://zen.yandex.ru/media/more_idey/samyje-vajnye-navyki-kotorym-roditeli-doljny-obuchit-svoih-detei-5ede9402ea6of47e71507d00



4. 10 навыков, которым стоит научить ребенка в цифровую эпоху.

<https://mel.fm/blog/crushpro/50218-top-10-navykov-kotorym-stoit-nauchit-rebenka-v-tsifrovuyu-epokhu>



5. Какие навыки людей будущего необходимо развивать у современных школьников.

<https://vyuchit.work/shkola/kakie-navyki-lyudej-budushhego-neobhodimo-razvivat-v-sovremennyh-shkolnikah.html>



6. 8 навыков дошкольника, которые стоит развивать.

<https://logiclike.com/razvitie-rebenka/sposobnosti-nuzhno-razvivat>



7. Навыки будущего, что нужно знать и уметь в новом сложном мире.

<https://eduregion.ru/upload/manuals/navyki-bydyshego.pdf>



Родителям о виртуальном мире ребенка.

Как вернуть детей в реальность.

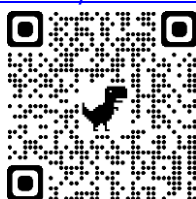
1. Как вернуть ребенка в реальный мир, если виртуальный привлекает его больше.

<https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/kak-vernut-rebenka-v-realnyy-mir-esli-virtualnyy-privlekaet-ego-bolshe/>



2. Дети в виртуальная реальность. Доводы за и против.

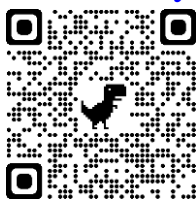
https://smartum.by/about_us/blog/bezopasnost-detej/deti-i-virtualnaya-real-nost-dovody-za-i-protiv/#anchor_2



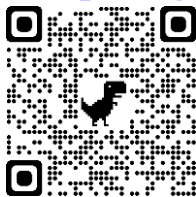
3. Что ищут подростки в виртуальном мире.
<https://psychologies.today/chto-ishhut-podrostki-v-virtualnom-mire/>



4. Интернет-зависимость и гаджетомания. Как вырвать ребенка из лап виртуальной реальности.
<https://psyfactor.org/lib/gadzhetomaniya.htm>



5. Как обеспечить безопасность детей в Интернете.
<https://childdevelop.ru/articles/upbring/5499/>



6. Цифровое детство: особенности социализации и безопасность.
<https://saizyral.rtyva.ru/wp-content/uploads/2019/04/cifrovoe-detstvo.-Osobennosti-sociolizacii-i-bezopasnost.pdf>



7. Как виртуальный мир становится реальным? Психологические механизмы формирования аддитивного поведения.
<https://macards.ru/kak-virtualnyy-mir-stanovitsya-real/>



Рекомендуемые ссылки для повышения психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания ребенка

1. Суркова Л.М. Как лучше разговаривать с ребёнком о трудных ситуациях <https://psy.su/feed/8766/>
2. Почему так трудно растить детей. Рекомендации родителям. <https://psy.su/feed/8637/>
3. Слепян М., Рубин Ниязова — Л. Развитие у детей навыков решения проблемных ситуаций. <https://psy.su/feed/8649/>
4. Последствия насилия в школе. Что делать детям, родителям и учителям? <https://psy.su/feed/8631/>
5. Что делать, если ребенок стал свидетелем насилия в школе? <https://psy.su/feed/8467/>
6. Пора в школу. Памятка для родителей первоклассников. <https://psy.su/feed/7597/>
7. Как близким людям понять, что у подростка депрессия? <https://psy.su/feed/7718/>
8. Почему родителям никогда нельзя ломать пароли от страниц детей в соцсетях? <https://ria.ru/20190708/1556256220.html>
9. Отношения с родителями и самоопределение старшеклассников <https://psy.su/feed/7475/>
10. Появление симптомов подросткового кризиса <https://psy.su/feed/6867/>
11. Подростки онлайн: 5 фактов, которые нужно знать взрослым <https://psy.su/feed/6695/>
12. Родителям о детях и о себе. Как же воспитывать? <https://psy.su/feed/6646/>

Все о подростках

1. Зачем ребенку подростковый кризис? <https://psy.su/feed/5772/>



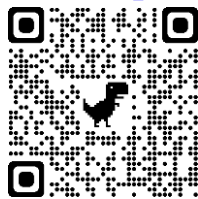
2. Современный подросток, кто он?

<https://www.b17.ru/article/39772/>



3. Сленг, клиповое мышление и гаджеты: как понять современного подростка?

<https://externat.foxford.ru/polezno-znat/centennial>



4. Современный подросток, кто он?

<https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200801009>



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОНТЕНТ
ДЛЯ ДИСТАНЦИОННЫХ КУРСОВ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ (ЗАКОННЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ)
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ ПО ОСНОВАМ ДЕТ-
СКОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКЕ**

Образовательный контент

Редактор Шабалина В. Я.
Техническое редактирование:
Гиниятуллина Р. С., Некратова А. В.
Дизайн обложки Шайхутдинова Д. М.

Форм. бум. 60x84 ¹/₁₆. Усл. п. л. 6. Уч.-изд. л. 4,4.
Институт развития образования Республики Татарстан
420015 Казань, Б. Красная, 68
Тел.: (843)236-65-63 тел./факс (843)236-62-42
E-mail: irort2011@gmail.com

Уважаемые коллеги, приглашаем к сотрудничеству!



СОВРЕМЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ: АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ И ИННОВАЦИИ

Свидетельство о регистрации СМИ: Эл № ФС 77-74813

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)



Территория распространения:

Российская Федерация и зарубежные страны

Периодичность: четыре раза в год

Опубликованные материалы будут размещены

в Научной электронной библиотеке (e-library.ru) и войдут в базу данных Российского индекса научного цитирования (РИНЦ)

Контактное лицо: Шайхутдинова Галия Айратовна

Адрес электронной почты: smi@iort.ru

Подробная информация для авторов <http://iortsmi.ru/node/3>



АКТУАЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА



Территория распространения:

Российская Федерация и зарубежные страны

Свидетельство о регистрации: ПИ №ФС77-75641 от 26 апреля 2019 г.

Материалы публикуются на русском и татарском языках

Контактное лицо: Абдулаев Валерий Анатольевич

Номер телефона редакции: 8 937610 37 60

Адрес электронной почты: vabdulaev@inbox.ru





Институт развития образования
Республики Татарстан
420015, Казань, Большая Красная, 68
(843) 236-65-63, 236-62-42
irort2011@gmail.com