

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые родители!

Здоровье ребенка — самое большое счастье для родителей. Но, к сожалению, все больше и больше подростков начинают употреблять табак, алкоголь и наркотики (далее ПАВ - психоактивные вещества).

Причины:

-любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!»):

-желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т. д.;

-желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания:

-безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате — эксперименты от скуки.

ЗАДУМАЙТЕСЬ:

-ухаженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.

-мы так боимся, чтобы наши дети не наделали ошибок в жизни, что не замечаем, что, по сути дела, не даем им жить. Мы попираем и нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, несамостоятельности, тому, что страх жизни преобладает в них над страхом смерти.

- ограничиваемый в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта; не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие — нет; что можно делать, а чего следует избегать.

Как при любой болезни, при соблюдении определенных профилактических мер можно уберечь ребенка от потребления табака, алкоголя и наркотиков. Конечно, не все представленные ниже способы легко воплощаются, но в совокупности они дают реальный положительный результат.

НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ. ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПАВ ВАШИМ РЕБЕНКОМ:

1. Общайтесь друг с другом

Общение — основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку? Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком

2. Выслушивайте друг друга

Умение слушать — основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны.

Умение слушать означает:

- быть внимательным к ребенку;
- выслушивать его точку зрения;
- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка;

Не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо.

Важно знать, чем именно занят ваш ребенок.

Иногда внешнее отсутствие каких-либо не желательных действий скрывает за собой вредное занятие.

Например, подросток ведет себя тихо, не грубит, не пропускает уроков. Ну, а чем он занимается?

Ведь употребляющие наркотические вещества и являются "тихими" в отличие от тех, кто употребляет алкоголь.

Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон "говорит" не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым или снисходительным.

Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или «Что ты об этом думаешь?»

3. Ставьте себя на его место

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку другом, вы будете самым счастливым родителем!

4. Проводите время вместе

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность.

Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

5. Дружите с его друзьями

Очень часто ребенок впервые пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на ПОСТУПКИ вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться

чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой.

Поэтому важно в этот период — постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка, то есть их тоже привлечь к занятиям спортом либо творчеством, даже путем внесения денежной платы за таких ребят, если они из неблагополучных семей. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но в первую очередь --- своему ребенку.

6. Помните, что вали ребенок уникален

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. Это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков.

Представьте, что будет с вами, если 37 раз в сутки к вам будут обращаться в повелительном тоне, 42 раза — в увещательном, 50 — в обвинительном?...

Цифры не преувеличены: таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют наибольшие шансы стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, распоряжений, уговоров, похвал, порицаний. Нужен отдых и от каких бы то ни было воздействий и обращений!

Нужно время от времени распоряжаться собой полностью — т. е. нужна своя доля свободы. Без неё — задохнется дух.

7. Подавайте пример

Алкоголь, табак и медицинские препараты используются многими людьми. Конечно, употребление любого из вышеуказанных веществ закономерно, но здесь очень важен родительский пример.

Родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить вас в неискренности, в "двойной морали". Помните, что ваше употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных". Несовершенные, мы не можем вырастить совершенных Детей- Ну не можем, не можем, не бывает этого — и с вами не будет, если вы стремитесь к идеалу в ребенке, а не в себе!

СОВЕТЫ

Когда человеку не подходит климат, он начинает болеть. Психологический климат в семье для ребенка еще важнее. Если такой климат становится непереносимым для ребенка, деваться ему некуда: не уедешь, родителей не сменишь... Хрупкая неустойчивая психика ребенка не выдерживает: он срывается в депрессию, уличную тусовку, алкоголь,

наркотики. Поэтому, даже ребенок далек от идеала и совсем не похож на Вас, **БУДЬТЕ МУДРЫ:**

- когда скандал уже разгорелся, сумейте остановиться, заставьте себя замолчать — даже если Вы тысячу раз правы;

- опасаетесь! В состоянии аффекта ребенок крайне импульсивен. Та агрессия, которую он проявлял по отношению к Вам, обернется против него самого. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в Вашей аптечке — всё станет реально опасным, угрожающим его жизни;

- не кричите, не распускаяйтесь. Ведь ребенок действительно может подумать, **ЧТО ВЫ ЕГО НЕНАВИДИТЕ**. Он будет в отчаянии, а Вы, оглохнув от собственного крика, его крика о помощи не услышите.

- похвалите своего ребенка с утра, и как можно раньше, и как можно доходчивее, теплее! — не бойтесь и не скупитесь, даже если собственное настроение никуда... (кстати, это и средство его улучшить!) Ваше доброе слово, объятие, поцелуй, ласковый взгляд — подпитка душевная на весь долгий и трудный день, не забудьте!... И на ночь - не отпускайте во тьму без живого знака живой любви...

Симптомы употребления подростками наркотических веществ.

Определить, употребляет ваш ребенок наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И все же стоит насторожиться, если проявляются: Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

Поведенческие признаки:

1. беспричинное возбуждение, вялость;
2. нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
3. уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
4. трудности в сосредоточении на чем-то конкретном;
5. бессонница или сонливость;
6. болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
7. избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
8. снижение успеваемости в школе;
9. постоянные просьбы дать денег;
10. пропажа из дома ценностей;
11. частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;

- 12.самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;
- 13.частое вранье, изворотливость, лживость;
- 14.уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
15. неопрятность внешнего вида.

Очевидные признаки:

- следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

Что делать, если это произошло — ваш ребенок употребляет наркотики? Соберите максимум информации. Вот три направления, по которым вам нужно выяснить всё как можно точнее, полнее:

- всё о приеме наркотиков вашим ребёнком: что принимал, сколько, как часто, с какими последствиями, степень тяги, осознание или неосознание опасности;

- всё о том обществе или компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики;

- всё о том, где можно получить совет, консультацию, помощь, поддержку. Ни в каком случае не ругайте, не угрожайте, не бейте.

Беда, которая стала горем для вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как вы раньше относились к другим неприятностям.

Меньше говорите — больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания "посадить" ребенка, "сдать" его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению.

Не допускайте самолечения. Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения.

Если вы предполагаете, что ребенок систематически употребляет алкоголь, наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу.

Не усугубляйте ситуацию криком и угрозами. Берегите собственные силы, они вам еще пригодятся. Тем более, что выплеском эмоций добиться чего-то будет сложно. Представьте себе, как вы бы себя вели, заболел ваш ребенок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придет в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распушенности, корни болезни могут находиться намного глубже. Если

состояние здоровья или поведение ребенка доказывают, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время решительных действий.

Не пытайтесь бороться в одиночку, не делайте из этой болезни семейной тайны, обратитесь за помощью к специалистам, обязанным помочь Вам.

ЕСЛИ ВЫ НЕ ПОЛУЧИЛИ НЕОБХОДИМОЙ ПОМОЩИ в своей беде или остались ею не удовлетворены обращайтесь в подразделение межведомственного взаимодействия в сфере профилактики Управления Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков.

Спасем наших детей !!!

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Дорогие родители! Вы нередко 'заблуждаетесь, когда думаете, что все в порядке. Наша практика и сведения, полученные при опросах самих наркоманов, показали, что значительная часть родителей ничего не ведала о проблемах своих детей, а правда открывалась часто лишь спустя несколько лет, когда их сын или дочь попадали в больницу. Не тешьте себя надеждой, присмотритесь к своим детям внимательнее.

Если:

- ваш ребенок становится скрытным, часто задерживается допоздна на прогулках, не отвечает на вопросы о том, где был, лжет без видимых на то причин, например, говорит, что был у друга, который давно живет в другом городе;

- увеличиваются финансовые запросы, которые он пытается удовлетворить любым способом, включая очистку родительских кошельков и вынос из дома вещей, не принадлежащих ему. Иногда, напротив, вы замечаете у ребенка наличие значительных сумм денег без постоянного источника;

- без очевидной причины резко меняется его настроение, то не в меру болтлив и весел, то выглядит измученным, апатичным, бледным. Наблюдаются нарушения памяти, неспособность логически мыслить, покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы уколов, расширенный или суженный и не реагирующий на свет зрачок, не по возрасту испорченные зубы, бледность, дряблость, землистый цвет кожи;

- вы замечаете резкие перепады аппетита у ребенка. То он целый день ничего не ест, а на ночь съедает все, что лежит в холодильнике, или если подросток отказывается от еды несколько дней подряд, а потом неожиданно начинает нормально питаться, хотя вроде бы не был болен;

- у ребенка, не отличавшегося раньше никакими дарованиями, периодически развивается неожиданная жажда творчества. Его вдруг начинает захватывать процесс рисования, писания или музицирования при

очевидном отсутствии интереса к плодам своей деятельности («плоды» обычно больше похожи на мазню, графоманию и невнятный набор звуков);

- на одежде ребенка появляются необычные пятна, в том числе пятна крови; от вещей исходит странный запах;

- в доме появляются незнакомые предметы: шприцы, дешевые папиросы, марки, не похожие на почтовые, различного вида трубочки, скатанные в трубочку денежные купюры, аккуратной формы стеклянные пластинки, скатанные из фольги шарики, таблетки с рисунками непонятного назначения, различного вида порошки, измельченные растения, растворители, тубики с клеем, неизвестные пузырьки бытовой химии (например, жидкости для чистки труб «Крот», растворитель, ацетон и т. п.);

- резко снижается успеваемость, теряется интерес к спортивным и другим внеклассным мероприятиям, ребенок часто говорит о бессмысленности жизни;

- ребенок часто похож на пьяного (говорит, растягивая слова, качается при ходьбе, избегает встреч со старшими), но при этом от него не пахнет спиртным, *то настало время поинтересоваться его состоянием более серьезно.*

Если Вы найдете в перечисленном списке основания для констатации указанных признаков, существует необходимость Вашего обращения за консультацией.

Рекомендации педагогам при общении с подростком:

- * беседу с подростком нужно начинать с дружеского тона;
- * в процессе общения с подростком проявляйте к нему искренний интерес;
- * лучшим словом, располагающим подростка к общению, является его имя;
- * диалог с подростком надо начинать с тех вопросов, мнения по которым совпадают;
- * в процессе общения старайтесь вести диалог на равных;
- * старайтесь инициативу общения держать в своих руках;
- * умеете смотреть на вещи глазами подростка.

Человек есть не что иное, как ряд его поступков.

Г. Гегель



ГБУ РХ ЦЕНТР «Радость»

Мы находимся по адресу:
г. Абакан, ул. Белоярская, 60
тел. (8-3902) 358-552, 358-814

Часы работы:
понедельник—пятница: 8:30-17:30

Наш сайт: <http://zentr-radost.ucoz.ru/>
E-mail: rgoy-zhentri@yandex.ru

Часы общественной детской приемной:
понедельник-пятница: 16:00 - 18:00
тел.: (8-390) 358-552

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ

**"Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
"Радость"**

Профилактика деструктивного поведения несовершеннолетних



Абакан, 2018

Деструктивным называют поведение, которое не соответствует нормам и направлено на радикальное неприятие альтернативных точек зрения

К формам деструктивного поведения относятся **экстремизм, терроризм** и другие отклонения от нормативного поведения

Основные проявления деструктивности:

*агрессия и жестокость по отношению к окружающим;

*враждебность при общении; склонность разрушать материальные предметы и вещи;

*желание расстроить сложившийся уклад жизни близких ему людей; неспособность испытывать эмоции и чувства (может быть постоянной, а может появляться лишь время от времени);

*угроза жизни как чужой, так и собственной.

Принципы организации профилактики деструктивного поведения



Особенности подростков с деструктивным поведением



Профилактика деструктивного поведения:

1. выработка нравственного сознания;
2. формирование навыков и привычек позитивного поведения;
3. воспитание волевых усилий, позволяющих противостоять антиобщественным влияниям;
4. социальное оздоровление макросреды;
5. предотвращение возможных физических, психологических перегрузок;
6. предложение альтернативных способов проведения свободного времени.

Памятка для родителей

по профилактике ранних проявлений суицидального поведения несовершеннолетних

Суицид – умышленное самоповреждение со смертельным исходом (лишение себя жизни). Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании аффекта, снятии эмоционального напряжения.

Суицидальное поведение – это проявление суицидальной активности – мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки, покушения.

Виды суицидов:

Истинный суицид. Истинное самоубийство подразумевает безоговорочное принятие решения индивидуумом прекратить жизнь, проведение предварительных подготовительных мероприятий и составление четкого плана.

Демонстративный суицид. Совершается при кратковременном, спонтанном, внезапно наступившем состоянии интенсивного аффекта. Зачастую попытки самоубийства не с целью прервать жизнь, а руководствуясь намерением привлечь внимание окружающих к себе.

Косвенный суицид. Человек сознательно выбирает суицидально обусловленное поведение. Модель поведения, которая не может привести к немедленной кончине, однако все деяния субъекта сопровождаются высокой вероятностью летального исхода. К скрытому суициду можно причислить наличие у человека пагубных пристрастий: алкоголизма и наркомании.

Тревожные сигналы

- Прямое или косвенное выражение желания умереть или убить себя;
- Повышенный интерес к теме смерти (музыка, фильмы, книги, игры, с присутствием суицидального контента);
- Рискованное поведение;
- Резкое изменение поведения: неряшливый внешний вид, утрата любого интереса, желание уединиться, отдаление от близких людей);
- Изменение эмоционального фона (подавленное состояние, раздражительность и пр.)
- Снижение успеваемости, прогулы, нарушение дисциплины.

Тревожные ситуации

- Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми;
- Безответная влюбленность или разрыв романтических отношений;
- Отвержение сверстниками, травля;
- Личная неудача (неуспешность в значимом деле, проигрыш в конкурсе и пр.);
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты и пр.);
- Резкое изменение социального окружения (в результате смены места жительства или места учебы).

Что делать?

- Постарайтесь поговорить с ребенком «по душам», избегая прямых вопросов о желании совершить суицид, если ребенок сам затронул эту тему;
- Попытайтесь выяснить, не чувствует ли он себя одиноким, никому не нужным, несчастным, загнанным в ловушку, должником;
- Не оставляйте ребенка в одиночестве даже после успешного разговора;
- Не бойтесь обращаться к специалистам – детскому психологу или детскому психиатру, так как такое обращение не означает постановки на учет и клейма психической неполноценности, но поможет уберечь вашего ребенка от трагического поступка.

Самое главное — покажите своему ребенку, что он вам небезразличен. Дайте ему почувствовать, что он любимый и желанный. Постарайтесь уверить его, что все душевные раны со временем заживут. Убедите его в том, что безвыходных ситуаций не бывает! Помогите ему увидеть этот выход.



Что делать? Как помочь?

Если Вы слышите...	Обязательно скажите...	Запрещено говорить...
«Ненавижу всех...»	«Чувствую, что что-то происходит. Давай поговорим об этом»	«Когда я был в твоём возрасте... да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	«Чувствую, что ты подавлен. Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно разрешить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твоё настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом.»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался!»

Если замечена склонность ребенка к суициду, следующие советы помогут изменить ситуацию:

- Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
- Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план суицида, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределенны, незамедлительно обратитесь за помощью к специалисту (психиатр, психолог и т.д.)
- Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.

ГБУ РК "Центр "Радость"

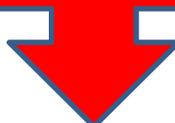
Мы находимся по адресу: г. Абакан, ул. Белоярская, 60 тел. (8-3902) 358-552, 358-814
 Часы работы: понедельник—пятница: 8:30-17:30
 Наш сайт: <http://zentr-radost.ucoz.ru/>
 E-mail: rgoy-zhentr@yandex.ru
 Часы общественной детской приемной: понедельник-пятница: 16:00 -18:00
 тел.: (8-390) 358-552

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ

«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«Радость»»

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Стратегии предупреждения деструктивного поведения



**Какие признаки
поведения
могут
насторожить
родителя?**

Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью

Длительное время подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.

Наличие случая суицида в окружении, а также среди сверстников.

Резкое изменение поведения подростка, например, резкое снижение успеваемости, потеря интереса к учебе, отказ от общения с друзьями, резкое изменение привычек, например, резкое изменение привычек питания, резкое изменение привычек сна, резкое изменение привычек гигиены.

Ситуации риска, в которых нужно быть внимательным:

- Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
- Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
- Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
- Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха (особенно в семье).
- Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).
- Резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

Главные правила взаимодействия родителей с подростками:

Важно сохранять контакт с ребенком,
несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей

Для этого важно!



- Расспрашивайте подростка о том, что его интересует, уважительно относитесь к тому, что кажется ребенку важным, даже если вам это кажется незначительным;
- Не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так. Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному!
- Помните, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (агрессия, направленная на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета.
- Говорите о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что Ваш подросток хочет, как он планирует этого добиться, помогите ему представить реалистичные шаги к желаемому будущему.
- Говорите на серьезные темы, такие как жизнь, смысл жизни, дружба, любовь, смерть, предательство. Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно. Поговорите о том, что ценно для Вас, для вашего подростка. Не бойтесь делиться своим опытом, размышлениями. Задуманная беседа на равных всегда лучше, чем «чтение лекций», родительские монологи о том, что правильно, а что неправильно.
- Дайте ребенку понимание ценности жизни самой по себе. Если ценность социального успеха, хороших оценок, карьеры доминирует, то ценность жизни самой по себе, независимо от этих вещей, становится не очевидной. Важно научить ребенка получать удовольствие от простых и доступных вещей в жизни: природы, общения с людьми, познания мира, движения. Лучший способ привить любовь к жизни – ваш собственный пример.
- Дайте понять ребенку, что опыт поражения, такой же важный опыт, как и достижение успеха. Рассказывайте о своем опыте преодоления трудностей. Конструктивно пережитый опыт неудачи делает человека более уверенным в собственных силах и устойчивым.
- Проявляйте любовь и заботу, определите, что стоит за внешней грубостью подростка.
- Ищите баланс между предоставлением свободы и родительским руководством.
- Вовремя обратиться к специалистам, если Вы понимаете, что у Вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт со своим ребенком. В индивидуальной или семейной работе с психологом Вы сможете освоить необходимые навыки, которые помогут Вам вернуть отношения доверия с Вашим ребенком.

ГБУ РХ ЦЕНТР «Радость»

Мы находимся по адресу: г. Абакан, ул. Белоярская, 60

тел. (8-3902) 358-552, 358-814

Часы работы: понедельник—пятница: 8:30-17:30

Наш сайт: <http://zentr-radost.ucoz.ru/>

E-mail: rgoy-zhentr@yandex.ru

Часы общественной детской приемной: понедельник-пятница: 16:00 - 18:00

тел.: (8-390) 358-552



Памятка для родителей по профилактике суицида

Причины проявления суицида

- Отсутствие доброжелательного внимания со стороны взрослых
- Резкое повышение общего ритма жизни
- Социально-экономическая дестабилизация
- Алкоголизм и наркомания среди родителей
- Жестокое обращение с подростком, психологическое, физическое и сексуальное насилие
- Алкоголизм и наркомания среди подростков
- Неуверенность в завтрашнем дне
- Отсутствие морально-этических ценностей
- Потеря смысла жизни

Признаки готовности ребенка к суициду:

- утрата интереса к любимым занятиям, снижение активности, апатия, безволие;
- пренебрежение собственным видом, неряшливость;
- появление тяги к уединению, отдаление от близких людей;
- резкие перепады настроения, неадекватная реакция на слова, беспричинные слезы, медленная и маловыразительная речь;
- внезапное снижение успеваемости и рассеянность;
- плохое поведение в школе, прогулы, нарушения дисциплины;
- склонность к риску и неоправданным и опрометчивым поступкам;
- проблемы со здоровьем: потеря аппетита, плохое самочувствие, бессонница, кошмары во сне;
- безразличное расставание с вещами или деньгами, раздаривание их;
- стремление привести дела в порядок, подвести итоги, просить прощения за все, что было;
- самообвинения или наоборот - признание в зависимости от других;
- шутки и иронические высказывания либо философские размышления на тему смерти.

Советы, которые помогут изменить ситуацию.

1. Внимательно выслушайте подростка. В состоянии душевного кризиса любому из нас, прежде всего, необходим кто-нибудь, кто готов нас выслушать. Приложите все усилия, чтобы понять проблему, скрытую за словами.
2. Оцените серьезность намерений и чувств ребенка. Если он или она уже имеют конкретный план суицида, ситуация более острая, чем если эти планы расплывчаты и неопределены.
3. Оцените глубину эмоционального кризиса. Подросток может испытывать серьезные трудности, но при этом не помышлять о самоубийстве. Часто человек, недавно находившийся в состоянии депрессии, вдруг начинает бурную, неустанную деятельность. Такое поведение также может служить основанием для тревоги.
4. Внимательно относитесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного. Он или она могут и не давать воли чувствам, скрывая свои проблемы, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.
5. Постарайтесь аккуратно спросить, не думают ли он или она о самоубийстве. Опыт показывает, что такой вопрос редко приносит вред. Часто подросток бывает рад возможности открыто высказать свои проблемы.



Памятка для родителей

Под влиянием различных факторов: социальных, политических, экономических и иных, наиболее уязвимой считается молодежная среда, в которой легче формируются радикальные взгляды и убеждения. Именно поэтому молодежь, активно используют в своих политических интересах. Молодые люди до конца не осознают, что собираясь посетить, то или иное мероприятия, они могут оказаться в очень трудной ситуации. Нужно объяснять своим детям, что иногда просто постоять в стороне во время митинга или драки, уже может быть нарушением законодательства. Если дети или подростки нарушают правила проведения мероприятий — в том числе идут на несанкционированный митинг или шествие и тем более позволяют там себе хулиганские выходки, - они подлежат ответственности наравне с прочими участниками правонарушения. **К ним применяется наказание в административном и уголовном порядке ст. ст. 20.2 и 20.2.2. КоАП РФ и ст. 212.1. УК РФ.**

- За организацию массовых беспорядков, сопровождающихся насилием, погромами, поджогами, уничтожением имущества, применением огнестрельного оружия, взрывчатых веществ, в соответствии со ст. 212 УК РФ, предусмотрена уголовная ответственность в виде лишения свободы до 10 лет.

- Совершение несовершеннолетним противоправных действий, в том числе участие в несанкционированных мероприятиях повлечет привлечение их родителей к установленной законом ответственности от 10 до 20 тысяч рублей штрафа или обязательных работ на срок до пятидесяти часов. Если же при этом был причинен вред чьему-либо здоровью или имуществу, или нарушение совершено повторно, в силу вступит уже более серьезное наказание: штраф на граждан от 150 до 300 тысяч рублей или обязательные работы на срок до двухсот часов. Предусмотрен также административный арест на срок до 30 суток.

- При этом семья подростка, вынужденная уплатить штраф, может пострадать не только материально, для них может наступить ответственность по **ст. 5.35 КоАП**. По этой статье привлекают к ответственности взрослых за неисполнение обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних.

Напоминаем родителям о необходимости контроля за действиями своих детей, особенно в местах массового скопления граждан. Так же необходимо, чтобы и родители, и дети знали об ответственности за нанесение побоев и причинение вреда здоровью, причиной которого являются конфликты и драки.

Рассмотрим понятие «Драка». Драка – это взаимные побои вызванные ссорой, скандалом. Что такое побои? Побои – это удары по живому телу. Цель побоев – это стремление причинить физическую боль определенному лицу. Последствием побоев (ударов руками и ногами), а также иных насильственных действий (заламывание рук и ног, сдавливание частей тела, волочение и проч.) могут стать ссадины, кровоподтеки, ушибы, не причинившие вреда здоровью. Последствием может стать просто физическая боль и в отсутствии визуально определяемых повреждений.

В указанных случаях, действия причинителя квалифицируются по **ст. 6.1.1 КоАП РФ «Побои», либо ст. 116, 116.1 УК РФ.**

- Лица, достигшие ко времени совершения преступления 14 лет, подлежат уголовной ответственности за совершение ряда преступлений, в том числе за убийство (**ст.105 УК РФ**), умышленное причинение тяжкого вреда здоровью (**ст. 111 УК РФ**), умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью (**ст. 112 УК РФ**), разбой (**ст. 162 УК РФ**), вымогательство (**ст. 163 УК РФ**) и др.

- При достижении виновным в нанесении побоев, избиении 16 лет, он может нести административную ответственность по **ст.6.1.1 КоАП РФ** - «побои», **ст.20.1 КоАП РФ** «Мелкое хулиганство» и др.

Обязательно нужно напоминать детям об общественной опасности преступлений, посягающих на неприкосновенность частной жизни. Она заключается в том, что в случае нарушения прав человека на неприкосновенность частной жизни создается реальная угроза личности, общественным, семейным или личным отношениям конкретного человека, в отдельных случаях наносится моральный вред интересам несовершеннолетних детей. **В таких случаях к ним применяется наказание в административном и уголовном порядке ст. ст. 5.61 «Оскорбление», ст. 137 УК РФ «Нарушение неприкосновенности частной жизни» и ст. 138 УК РФ «Нарушение тайны переписки». Ответственность за все указанные преступления наступает с 16 лет, это значит, что все несовершеннолетние, достигшие 16-летнего возраста, могут быть привлечены к уголовной ответственности за указанные преступления.**