

Раннее обнаружение признаков проблем подростков от 13 до 19 лет включительно (руководство для педагогов и родителей)

	Жестокость, насилие	Стресс	Курение	Сексуальная активность	Половая зрелость
Симптомы, признаки	<p>Всегда неправильно прибегать к насилию, но подростки, которые потенциально жестоки, часто хотят контролировать ситуацию и идти экстремальными способами к победе. Они чувствуют, что причиняют вред, но уверены, что могут отомстить, даже имеют оружие и не раскаиваются за боль и дискомфорт, причиненные другим.</p>	<p>Юность - напряженный, полный стрессов период для каждого, но если вы заметили изменения в поведении подростка (сон, еда), нервозность, раздражительность, болезненное отношение к критике, усталость, безразличие, депрессию, социальную отчужденность - это признак того, что он может страдать от стрессового расстройства</p>	<p>Подростки, которые курят табак или марихуану, общаются с курящими ребятами. Они могут прятать слички, зажигалки или портсигар в своих личных вещах, используют мягкую леденцовую карамель, бытовые дезодоранты и часто открывают окна в ненастную погоду, чтобы проветрить воздух в комнате. Их дыхание и одежда могут быть пропитаны дымом, неприятно пахнуть.</p>	<p>Все подростки стоят перед серьезным решением относительно сексуального выбора. Необычайная тревога охватывает их перед или после первого сексуального опыта, «потери невинности». Можно встретить подростков, которые против секса или испытывают страх (боязнь), выражая это признаками беспокойства при разговорах на эту тему.</p>	<p>Те физиологические изменения, которые происходят в юности, беспокоят подростков, которые бывают удивлены, что перемены в них - норма. Они бывают чрезмерно застенчивыми и неохотно раздеваются в групповой раздевалке. Они могут также уклоняться от нормальной социальной деятельности.</p>
Как избежать проблемы	<p>На собственном примере убедите подростка не прибегать к насилию при разочарованиях и конфликтах. Доведите до минимума проявление жестокости и использование оружия в качестве игрушки, когда ребенок растет. Приучите к дисциплине прежде, чем все это выйдет из-под контроля.</p>	<p>Будет лучше, если ваш ребенок будет есть хорошо сбалансированную пищу и вовремя отдыхать. Должен быть разработан режим дня для него. Обратите внимание на то, включает ли подросток в свой план (график) школьную и внешкольную деятельность. Вашему ребенку поможет девиз «Овладеть мастерством распознавать и решать конфликты»</p>	<p>Просветите вашего ребенка о экономике, медицинском и социальном риске курения. Приведите хороший пример. Но если вы и ваш супруг курите - стоп. Дети учатся на примере, и сегодняшние подростки не покупаются на призыв «Делай, как я говорю, а не так, как я делаю».</p>	<p>Помогите подростку понять, что не он один испытывает страх перед сексуальной жизнью и не имеет сексуальных связей. Помогите ему понять, что принимать решение, заниматься сексом или нет, - вопрос серьезный, так как возможны нежелательные последствия. Просветите подростка о средствах предохранения от беременности и болезней, передающихся половым путем, включая СПИД.</p>	<p>Расскажите подростку о физиологических изменениях, которые происходят в юности. Подчеркните, что нет стандарта и «расписания» для половой зрелости. Помогите ему или ей понять, что нормальное развитие одного человека отличается от развития другого (рост, вес, фигура, цвет волос и т.д.).</p>
Что делать, если у вас проблемы	<p>Вместе с ребенком найдите альтернативу жестокости, способы ограничения насилия и возможные причины его возникновения. Обратитесь за профессиональной медицинской и правовой помощью, если степень жестокости (насилия) выходит за пределы дозволенного.</p>	<p>Предупреждайте неприятности подростка стресс может иметь отношение к конкретной проблеме. Может помочь беседа. Никогда не отворачивайтесь от просьб ребенка, ни в коем случае, как бы вы ни были заняты. Если подросток испытывает комплексы юного возраста, обратитесь к профессиональной помощи психолога или психотерапевта.</p>	<p>Запретить подростку курить - непростое дело. Дайте понять ему, что вы обеспокоены его здоровьем и что вы хотите сделать все возможное, чтобы помочь ему бросить курить.</p>	<p>Будьте всегда готовы к разговору с подростком о его неосмотрительности, если проблема возникла на сексуальной почве. Укажите на необходимость держать под контролем сексуальное поведение, если это стало беспорядочным и случайным. Обратитесь к профессиональной помощи психолога, если такое поведение выходит из-под контроля.</p>	<p>Убедите вашего ребенка, что у всех подростков возникает беспокойство по поводу изменения тела и что это вполне нормально. Если у вас не складывается разговор, то помочь сможет психолог или психотерапевт.</p>

	Психологическое давление	Пищевые расстройства	Дисциплина	Депрессия, суицид	Алкоголь и др. наркотики
Симптомы, признаки	<p>Все подростки - до определенной степени мятежники. Это можно понять по их окружению друзья, мысли, одежда, поведение. Они не смотрят на последствия. Подростки могут также не уважать авторитеты, действовать против семьи, морального кодекса и ценностей.</p>	<p>Подростки из-за расстройства аппетита могут терять до 25% веса, если считают, что они «толсты» сверх нормы. Некоторые, употребляя много еды, потом в резкой потере веса могут появиться отечность или опухшее лицо, сухость кожи и другие нарушения.</p>	<p>Проблема включает в себя нежелание следовать правилам дома и в школе, агрессивность по отношению к родителям, учителям, отсутствие интереса к завершению домашней работы, установлению контактов, а в некоторых случаях - криминальное поведение.</p>	<p>Депрессия проявляется отчуждением от друзей и семьи, потерей интереса к окружающему. Могут иметь место потеря энергии, снижение активности, дурное настроение, раздражительность, чувство беспомощности, а также возможны рискованная активность и самое пагубное действие - суицид.</p>	<p>Употребление алкоголя или наркотиков может быть результатом происшествий, отставания в учебе, самовольных отлучек из школы, отчуждения от семьи. Отсутствии интереса к действиям и проявлениям, увлечение использованием зубных чистящих средств или ароматизаторов - признаки употребления наркотических средств, алкоголя. Наркотик может быть в помещении или одежде. Информативен осмотр глаз (зрачок, веки).</p>
Как избежать проблемы	<p>Обеспечьте вашего подростка любовью. Делитесь с ним своими мыслями, прислушайтесь, в свою очередь, к его мнению. Дайте вашему ребенку возможность сделать выбор и осуществить его в пределах разумного. Будьте готовы поддержать его, когда это будет необходимо.</p>	<p>Пищевые расстройства часто являются симптомами плохого самочувствия. Оно может быть связано с мнимыми опасениями подростка. Поддержите вашего ребенка похвалой. Объясните, что никто не может причинить ему вред, включая вас. Объясните с медицинской точки зрения те изменения в физиологии подростка, которые с ним происходят, и что хорошее питание должно быть залогом крепкого здоровья.</p>	<p>Знайте, что при изменении вашего ребенка, возможно и некоторые правила тоже должны измениться. Установите внутрисемейные правила и обсудите их с подростком. Договоритесь о том, какими будут поощрение или наказание за нарушение правил. Не будьте противоречивы сами тоже придерживайтесь правил.</p>	<p>Помогите подростку понять свою нужность, ощутить чувство самоуважения (высокую самооценку). Пусть ребенок знает, что вы можете обсудить с ним его проблемы и помочь справиться с ними. Докажите это на примере (его здоровья, решения семейных или его личных проблем).</p>	<p>Проинформируйте вашего ребенка о вреде наркотиков. Знайте его друзей. Будьте в курсе того, где он, что он будет делать, когда он вернется. Сделайте свой дом местом встречи, где друзья вашего подростка могут находиться вместе.</p>
Что делать, если у вас проблемы	<p>Давление со стороны сверстников ведет к серьезным поведенческим проблемам. Подросток мог попасть под эмоциональное влияние, и однажды он может не вернуться домой. Профессиональная консультация психолога или психотерапевта может помочь вам и вашему ребенку.</p>	<p>Если ваш ребенок страдает от расстройства пищеварения, то необходимо профессиональное вмешательство, так как эта проблема указывает на причины, находящиеся гораздо глубже. Обратитесь за помощью к психологу или психотерапевту.</p>	<p>Если подросток продолжает игнорировать домашние или школьные правила, то такое поведение может быть признаком психологических или психиатрических проблем. В этой ситуации психолог или психотерапевт помогут решить проблему.</p>	<p>Найдите время поговорить с подростком и помочь ему найти решение существующих проблем, которые могут быть причиной депрессии. Если это не поможет и депрессия будет усиливаться, необходима профессиональная помощь. Любые угрозы вреда или пагубных действий со стороны ребенка нужно принять всерьез.</p>	<p>Обсудите проблему обычно подросток мало знает о вреде наркотиков. Отстаивайте свою позицию относительно наркотиков, их использования и нарушения правил (Например «Мы допускаем употребление наркотиков. Если вы их используете, то потеряете все предельные выходные дни»). Если подросток уже употребляет алкоголь или наркотики, то ему нужна профессиональная помощь врача-нарколога.</p>

НАРУШЕНИЯ ВОСПИТАНИЯ

<i>Стили семейного воспитания</i>	<i>Признаки нарушений в поведении ребенка</i>	<i>Возможные последствия стиля воспитания</i>	<i>Рекомендации родителям и педагогам</i>
Гиперопека (чрезмерная помощь со стороны родителей, отношение к ребенку теплое)	1. Несамостоятельность, неуверенность в себе 2. Избалованность, завышенная самооценка 3. Ожидание внешней помощи 4. Безответственность, несобранность, невнимательность, неусидчивость 5. Зависимость от оценок других Ранимость, чувствительность	1. Запоздывание социальной зрелости 2. Формируется чрезмерное преувеличение собственной значимости 3. В переходном возрасте – наибольшее число нервных срывов или нарушений поведения («восстание» против родительской опеки) 4. Эгоизм, стремление к легкой жизни, ожидание внешней помощи 5. Иногда проявляют тревожность, беспомощность, ранимость. 6. Возможно развитие зависимого поведения (алкоголизм, наркомания)	Родители не должны вмешиваться в дела ребенка (учебу, общение с друзьями, интересы). Родителям следует предоставить ребенку возможности выбора, позволить ему увидеть последствия собственных правильных и неправильных действий. Родителям необходимо допускать изменение и обсуждение своих требований. Рекомендации преподавателям: - поощрение самостоятельности учеников; - развитие чувства ответственности за свою жизнь.
Сверхконтроль (чрезмерная требовательность к ребенку, подавление его инициативы; холодное эмоциональное отношение)	Возможны два варианта поведения ребенка в зависимости от особенностей личности: 1. Отсутствие инициативы, нерешительность, робость, зажатость (подавленная личность) 2. Упрямство, своеволие, отклоняющееся поведение, стремление к признанию и самоутверждению (протестующая личность)	1. Низкая самооценка, ребенок хорошо знает свои слабые стороны и игнорирует сильные 2. Повышенное стремление к признанию, самоутверждению. 3. Возможна неуправляемость, агрессивность, вспышки грубости	Родителям следует отказаться от излишнего контроля во всех сферах жизни ребенка, развивая у него самостоятельность. Взрослым необходимо быть открытыми для обсуждения семейных правил, предоставить ребенку право выбора. Рекомендации преподавателям: - создание атмосферы принятия ребенка; - Снижение уровня требований, поощрение самостоятельности у ребенка.
Эмоциональное отвержение (непринятие одной или нескольких особенностей ребенка, игнорирование)	1. Реакции протеста, реакции оппозиции 2. Уход в мир грез; ребенок замыкается в себе 3. Агрессивность	1. Не умеет сочувствовать, сопереживать 2. Поиск выгодных форм взаимодействия с окружающими.	В семье необходимо удовлетворение базовой потребности ребенка в любви и принятии, создание безопасной и теплой атмосферы, обеспечивающей доверие к миру.

его потребностей; нередко жестокое обращение с ним; эмоциональное насилие)		3. Высокая вероятность соматических заболеваний 4. Возможно развитие зависимого поведения (алкоголизм, наркомания)	Рекомендации преподавателям: - установление теплых доверительных отношений с ребенком; - демонстрация принятия, выделение и поощрение сильных сторон ребенка.
Неустойчивый стиль (непоследовательность воспитательных принципов, чередование разных стилей воспитания, связанное с текущей ситуацией или настроением родителя)	1. Повышенная тревожность 2. Импульсивность 3. Неуверенность 4. Скандалы, истерики 5. Проблемы в отношениях со взрослыми и сверстниками 6. Ребенок не знает, какую реакцию у родителя вызовет его сегодняшний поступок и он сам	1. Не формируется самоконтроль и чувство ответственности 2. Снижена социальная адаптация 3. В сложных ситуациях у человека проявляется агрессия, неуправляемость	Родителям необходимо создать атмосферу стабильности и упорядоченности окружающего мира, предоставить детям четкие ориентиры в оценке поведения. Выработка ясных и конкретных требований к ребенку у обоих родителей. Рекомендации преподавателям: - содействие развитию самоконтроля и самоанализа.
Либеральный стиль (низкий уровень контроля со стороны родителей; ребенок предоставлен сам себе; отношение к ребенку теплое)	1. Вовлеченность ребенка в асоциальные группы, т.к. у него не развиты психологические механизмы самостоятельного, ответственного поведения в обществе 2. Конфликтные отношения с теми, кто не потакает ему 3. Не способен учитывать интересы других людей 4. Ребенок не имеет собственного мнения	1. Человек не готов к ограничениям и ответственности 2. Чувствует страх и неуверенность, т.к. отношение родителей воспринималось, как отсутствие любви и проявление равнодушия	Родители должны выработать семейные правила и обязанности, которые упорядочат жизнь ребенка и привьют ему навыки ответственного поведения. Рекомендации преподавателям: - формирование у ученика четкого представления о правилах поведения и границах самостоятельности; - обучение самоконтролю.
Попустительский стиль (низкий уровень контроля со стороны родителей; родители безразличны к потребностям ребенка, родители заняты собственными проблемами)	1. Ребенок ищет выгодные формы взаимодействия с окружающими 2. Не умеет искренне сочувствовать и сопереживать 3. Склонен к проблемному поведению 4. Любит хвастаться, ищет внимания	1. Ребенок не любит умственный и физический труд 2. Не имеет собственного мнения 3. В отношениях с людьми использует угодничество, лесть, подхалимаж	Родителям необходимо вернуться к необходимому родительскому контролю, проявлять интерес к жизни ребенка; оказывать ребенку эмоциональную поддержку и прививать ему чувство ответственности за свою жизнь. Рекомендации преподавателям: - проявление позитивного внимания к личности ребенка - обучение правилам поведения - выявление сильных сторон ребенка и содействие развитию интересов