

*Деструктивное поведение* - это разрушительное поведение подростка.

### **Причины деструктивного поведения среди подростков:**

**1. Проблемы и конфликты в семье** (развод, насилие в семье, нарушения общения с близкими, семьей)

Отношения детей с родителями - к сожалению, не всегда строятся на фундаменте открытых, полностью искренних отношений, которые являются надежной защитой от многих суровых испытаний, с которыми встречаются подростки в наше время.

Это отчаянный призыв о помощи, как последняя попытка привлечь внимание родителей к своим проблемам, пробить стену непонимания между младшим и старшим поколением.

**2. Конфликты в общении с друзьями, проблемы в школе** обычно связаны с неуспеваемостью или плохими отношениями с учителями или классом. Эти проблемы обычно не являются непосредственно причиной, но они приводят к понижению общей самооценки учеников, появлению ощущения незначимости своей личности, к резкому снижению сопротивляемости стрессам и незащищенности от негативного влияния окружающей среды.

**3. Несчастливая любовь.**

Из-за постоянных конфликтов с родителями и отсутствия контактов с ними, в качестве компенсации плохих отношений в семье возникает зависимость от сверстников, особенно противоположного пола. В этом случае часто бывает, что отношения с другом или подругой становятся столь значимыми и эмоционально необходимыми, что любое охлаждение в привязанности, а тем более измена, воспринимается как невосполнимая утрата, лишаящая смысла дальнейшую жизнь.

**4. Страх перед будущим, одиночество.**

**5. Потеря смысла жизни.**

**6. Подражание кумирам.**

Работа по предотвращению деструктивного поведения начинается прежде всего с семьи во время школьного образования. Именно в этом возрасте детям необходимо закладывать те идеалы, которые станут для них проводниками в мире взрослых людей.

**Важно помнить! Основная сложность, с которой сталкиваются родители заключается в том, что дети с деструктивным отклонением считают своё поведение нормой.**

**Каждый родитель должен быть внимателен к ребенку!**

Главной причиной появления детей с деструктивным поведением является неспособность родителей эффективно воспитывать своих детей, недостаток знаний у родителей о том,

как заниматься их воспитанием, чрезмерная занятость родителей, недостаток контроля с их стороны, частые конфликты в семье, нежелание заниматься полноценным воспитанием детей; авторитарное воспитание (излишний контроль и запреты со стороны родителей.)

### **Уважаемые родители!**

Обращайте внимание на эмоциональное состояние вашего ребёнка. Общайтесь, обсуждайте проблемы. Учите разрешать их, внушайте оптимизм. Если вы не справляетесь сами, чувствуете неблагополучие в социальной, эмоциональной сфере вашего ребёнка, не стесняйтесь обращаться за помощью. Не стоит полагаться на время - что все само собой пройдет и наладится. Проявляйте бдительность!

Воспитывайте у подростков позитивный взгляд на все аспекты жизни!

Вовлекайте подростков в полезные виды деятельности!

Подросток должен помнить о том, что в трудной жизненной ситуации он может обратиться к людям, которым доверяет: родителям, тренеру, психологу.

**Всё в жизни можно исправить пока ты жив !!!**

**Психологи, работающие с детьми, дают несколько советов, которые помогут вырастить полноценную личность, вписывающуюся в социальные рамки:**

#### **1. Поймите своего ребёнка.**

Первое, что необходимо сделать родителю и тренеру, это понять, почему ребёнок действует именно так, почему он демонстрирует деструктивное поведение.

#### **2. Создайте баланс на уровне надо – могу - хочу.**

Чтобы привить ребёнку полезные привычки (от чтения книг, до ежедневных походов в школу, занятий спортом), необходимо соблюсти пропорцию между необходимостью, возможностью и желанием ребёнка это делать. Учитывая эти параметры, и объяснив ему, зачем нужно делать так, а не иначе, можно добиться того, что ребёнок выйдет из автоматического следования нормам и приобретёт мотивацию к их выполнению.

#### **3. Активируйте личностные ресурсы подростка.**

Помогите ребёнку реализовывать себя в разных направлениях деятельности. Экспериментируйте, добивайтесь того, чтобы он нашёл себе занятие по душе. Это благоприятно скажется на процессах его социальной адаптации.

#### **4. Решайте задачу взросления.**

Инфантильное расстройство личности часто становится фактором риска для появления аутодеструктивного поведения. Помогите ребёнку постепенно становиться взрослым. Создайте ему условия для безболезненного перехода в мир ответственности и самостоятельного принятия решений.

#### **5. Проявляйте меньше агрессии.**

Старайтесь терпимее относиться к промахам своего ребёнка. Вместо того чтобы ругать его, объясните где он ошибся, и покажите на личном примере, как надо было сделать.

**Совет родителям прост и доступен:**

***"Любите своих детей, будьте искренни и честны в своём отношении к своим детям и к самим себе»***