

Профилактика деструктивного поведения

- приучайте ребёнка при возникновении сложной (конфликтной) ситуации осознавать возможные последствия принимаемых решений и своего поведения;
- совместно с ребёнком анализируйте положительные стороны бесконфликтного поведения и общения, проводите беседы;
- оказывайте ребёнку/подростку необходимую поддержку;
- поощряйте ребёнка за успехи, чаще хвалите;
- спокойно относитесь к ребёнку в случае незначительной агрессии;
- акцентируйте внимание на поступках (поведении), а не на личности;
- контролируйте собственные негативные эмоции;
- обсуждайте проступки;
- сохраняйте положительную репутацию ребёнка;
- демонстрируйте модели неагрессивного поведения.

ТМК ОУ «Дудинская средняя школа №1»
Телефон/факс 8(39191) 5-26-01, 5-18-46
Адрес e-mail: taimyr1.1@mail.ru

При разработке буклета использовались материалы сети интернет:
<https://nsportal.ru>, <https://infourok.ru>,
<https://multiurok.ru>

Деструктивное поведение

буклет для родителей



Деструктивное поведение

— это разрушительное поведение, приводящее к нарушению качества жизни человека, снижению критичности к своему поведению, снижению самооценки и эмоциональным нарушениям, что, в итоге, приводит к состоянию социальной дезадаптации личности, вплоть до ее полной изоляции (агрессия, открытое хамство, конфликты, суицид, злоупотребление психоактивными веществами). Деструктивные действия выступают в качестве: средства достижения какой-либо значимой цели; способа психологической разрядки; способа удовлетворения потребностей в самореализации и самоутверждении.



Зоны риска

- ссора или острый конфликт со значимыми людьми;
- несчастная любовь или разрыв романтических отношений;
- отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях);
- объективно тяжёлая жизненная ситуация;
- личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха;
- нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия);
- резкое изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

Типичные действия взрослого, усиливающие агрессию:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий, демонстрация власти;
- крик, негодование;
- агрессивные позы и жесты;
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;

- негативная оценка личности ребёнка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, «чтение морали»;
- наказание или угрозы наказания;
- обобщения: «Вы все одинаковые», «Ты, как всегда ...», «Ты никогда не...»;
- сравнение ребёнка с другими детьми (не в его пользу).



Факторы, провоцирующие деструктивное поведение

- ✓ затруднения в профессиональной/учебной и бытовой сферах;
- ✓ нарушения взаимоотношений с друзьями, семьей;
- ✓ нехватка родительского внимания и поддержки;
- ✓ употребление психоактивных веществ (алкоголь, наркотики и др.);
- ✓ болезни, травмы;
- ✓ физические дефекты (слуха, речи, зрения и др.);
- ✓ внешняя непривлекательность.