

ГАПОУ Туймазинский индустриальный колледж

**ПРОФИЛАКТИКА НАРКОМАНИИ И
НАРКОПРЕСТУПНОСТИ**

«Роль семьи в профилактике наркомании»

АВТОР: Аминова Эльмироа Мирсаяфовна-

социальный педагог

2023-24 учебный год

ВВЕДЕНИЕ

«Проблемные», «трудные», «непослушные»

и «невозможные» дети, так же как дети «с

комплексами», «забитые» или «несчастные»

- всегда результат неправильно сложившихся

отношений в семье.

С.Б.Гиппенрейтер

Сегодня всё чаще звучат слова «наркомания» и «дети». Однако сочетание двух этих слов для многих родителей кажется несовместимым: **со мной и моими близкими этого случиться не может.** Увы, опыт многих благополучных семей показывает, что алкоголизм, табакомания и наркомания достаточно изобретательны в своём стремлении захватить всё новые и новые пространства, уничтожая потенциально прекрасные человеческие жизни и судьбы. К сожалению, приходится признать, что общество оказалось бессильным перед натиском этого зла.

Ошибка большинства родителей в том, что под наркотиками они подразумевают только запрещённые законом вещества, а алкоголь и табак не принимают всерьёз и не представляют себе ясно таящейся в них угрозы.

Воспитание детей, обеспечение духовного богатства, моральной чистоты, физического совершенства - важнейшая задача семьи. Условием благотворного влияния семьи на детей является высокая культура отношений в быту, в повседневном общении, активное стремление и умение родителей и всех взрослых её членов прививать детям высокие нравственные качества, эффективно предотвращать формирование несовместимых с интересами нашего общества взглядов, привычек, норм поведения. Однако этот процесс в существенной мере затрудняется тем, что значительная часть молодого поколения страдает от пагубного влияния употребления алкоголя, табакокурения и употребления наркотических веществ. Оно приносит обществу огромный моральный и экономический ущерб, подрывает здоровье молодого поколения, тяжёлым бременем ложится на семью, дезорганизуя её жизнь и воспитательные функции. Начиная с эпизодического употребления наркотических веществ, наркомания постепенно становится привычкой, а затем достигает тяжести

пагубного пристрастия, полностью подчиняющего себе все интересы, взгляды, поведение и в конечном итоге судьбу человека.

Нет ни одной сферы нашей жизни- идёт ли речь о работе, учёбе, отдыхе, спорте, взаимоотношения в семье,- куда бы не вторгались наркотики, посягая на всё, что дорого человеку. Они отрицательно влияют на все стороны нашей жизни: экономику, быт, моральный облик и сознание людей.

ЗАВИСИМОСТЬ КАК ИЛЛЮЗИЯ НЕЗАВИСИМОСТИ

Наркомания - социальное зло, несовместимое с жизнью в обществе.

Поговорка гласит: «Путь в тысячу километров начинается с первого шага». В развитии пристрастия к наркотическим веществам таким шагом становится первая доза наркотика. А затем это приводит к привыканию.

В жизни человека привычки играют важную роль, вполне оправдывая своё название, полезные - благоприятную, вредные- неблагоприятную. Как подчёркивал в своё время известный педагог К.Д.Ушинский, «воспитание, оценившее вполне важность привычек и навыков и строящее на них своё здание, строит его прочно. Только привычка открывает воспитателю возможность вносить те или другие свои принципы в самый характер воспитанника, в его нервную систему, в его природу». Поэтому родителям нужно активно способствовать формированию полезных привычек, предупреждая формирование вредных. Подростки в силу психологических особенностей возраста склонны порою противопоставлять себя окружающему миру, взрослым. И в этом важное значение для них приобретают как особенности их поведения, имеющие демонстративный характер, так и разного рода приметы их независимости и противопоставленности взрослым. Это хорошо сформулировал А.Макаров в следующих словах, приписываемых подросткам: « У нас свой мир. Хуже или лучше вашего «взрослого» мира, но свой собственный, и не замечать его невозможно. Да и попробуйте его не заметить, если именно он определяет всемирную моду и на одежду, и на причёски, и на музыку, и даже на стиль поведения. Не мы подражаем старшим, а старшие – нам. Но это лишь внешняя сторона дела. Между тем в нашем мире существуют свои неписанные законы, свои добровольно принятые правила, свой собственный, выражаясь учёным языком, свод ценностей...» Но насколько они хороши??? Избранность, отделённость, обособленность молодёжного мира от огромного мира страны - это миф , жестоко мстящий тому, кто в него с готовностью уверует. Странно и даже дико вообразить себе отдельное юношеское общество, полагающее себя элитой человечества, культивирующее свои собственные «передовые» вкусы и снисходительно вззирающее на остальную людскую массу. К счастью, в чистом виде это явление и невозможно. Однако и его идеальный облик способен заморочить юные головы. Всё это при

определённых общественных условиях приводит к широкому распространению наркотиков среди подростков. В нашем обществе нашлись люди, готовые использовать психологические особенности подростков в интересах наживы. Во-первых, они играли на стремлении подростков к самостоятельности, умело подогревая эти стремления. Не случайно сейчас многие пишут и говорят о какой-то якобы «подростковой культуре», имеющей ряд особенностей, позволяющей ей претендовать на самостоятельность. В реализацию этого положения широко выпускаются различные товары, рекламируемые как товары «специально для подростков». Заодно утверждалось, что наркотики- неотъемлемая часть «подростковой культуры». Торговцы наркотиками идут даже на то, чтобы в течении некоторого времени раздавать их бесплатно, будучи вполне уверенными в том, что жертвы наркомании потом обязательно придут к ним и заплатят за всё сполна.

Реализация преступного умысла людей, стремящихся любым путём нажиться на подростках, способствовала и уже отмеченная выше реакция подростков - группирование со сверстниками. Не случайно оказалось, что более 90% наркоманов начали употреблять наркотики в компании сверстников. Тот факт, что некоторые истеричные подростки порой склонны выдавать себя перед сверстниками или даже родителями за наркоманов, как отмечает А.Е.Личко, «свидетельствует, к сожалению, о том, что амплу наркомана... пользуется привлекательностью в некоторых асоциальных подростковых группах».

Такие особенности подростков определяют и тактику поведения взрослых в случае подозрения на употребление подростками наркотиков. В лечебных целях необходимо обязательно разобщение подростка с его группой; при этом необходимо позаботиться о том, чтобы он мог найти себе место в другой группе, привлекательной для него, но более подходящей с точки зрения правильности его социального развития. Кроме того, если в группе подростков обнаруживается хотя бы один, принимавший когда-либо наркотик, необходимо тщательное изучение всех остальных членов этой группы.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ

Одним из важнейших факторов, способствующих раннему приобщению детей к наркогенным «соблазнам», является неблагоприятная психологическая обстановка в доме. В семье не всегда бывает лад. Иногда всё идёт вкривь и вкось. Родители недовольны детьми и друг другом, дети ссорятся между собой. Недостаток тепла, любви в семье может побудить у ребёнка желание привлечь к себе внимание окружающих любыми способами, в том числе и социально негативными.

Только от умения, такта, терпения взрослых зависит характер их отношений с сыном или дочерью, а значит, и их физическое и душевное здоровье.

Развитию наркомании в подростковой среде способствует не только неправильное воспитание, результатом которого являются особенности психики подростков, но также и недостаточность просветительной работы, отсутствие антинаркотической настороженности родителей и других членов семьи.

Об отсутствии антинаркотической настороженности родителей говорит и довольно широкое распространение отдельных слов из лексикона наркоманов, например слова «кайф», свидетельствующего о наличии произвольных наркоманических представлений. Смысл выражения «ловить кайф» совершенно определённый. Оно означает сосредоточенное ожидание того особого психического состояния, которое может наступить, например, в компании, объединившейся в каком либо месте и ведущей неторопливый и часто малосодержательный разговор. Нормальной психике должно быть глубоко чуждо стремление «поймать» удовольствие, улавливать сам момент перемены состояния, стремиться к этому. Каждому разумному человеку должна быть чуждой мысль о том, что можно получить удовольствие путём приёма какого-то вещества, сама идея изменения своего психического состояния искусственным способом. Человеку приходится испытывать в жизни и радость, и горе, и естественным для него является стремление получить первое и избежать второго - но путём активной деятельности, достижением каких-то целей, преодолением каких-то препятствий.

Опасность развития наркомании возрастает, если подросток не понимает опасности приёма каких бы то ни было лекарств без специального врачебного назначения - понаслышке, по совету знакомых и т.д. Иногда один такой «добрый совет» может стоить здоровья на всю жизнь. Как отмечал Н.Керр, «физическая ткань наркотического паука создаётся незаметно и исподволь; ничего не подозревающая муха постепенно запутывается в петлях этой паутины, и как только крайнее усилие может её освободить, так и человека, попавшего в её сети, может спасти только посторонняя медицинская помощь».

Специфика наркомании заключается ещё и в том, что при определённом психическом предрасположении болезненное к себе пристрастие могут вызвать различные вещества: органические растворители, содержащиеся в клее, многие лекарства (элениум, седуксен, тазепам, триоксазан и т.д.) и поэтому привычка к самолечению должна всячески предотвращаться родителями. Особенно отчётливо роль психического предрасположения проявляется в действии снотворных средств (барбитуратов).

Развитие зависимости подростка от наркотического вещества связано с воздействием этого вещества на важнейшие психические процессы. Характерно при этом, что именно особенности воспитания оказывают влияние на течение определённых фармакодинамических процессов. Как писал в своё время известный немецкий психиатр Краффт-Эбинг, «недостатки воспитания составляют часто почти неодолимое препятствие для врачебных усилий».

Особенности формирования вредных привычек наглядно демонстрируют тесную связь, существующую между эмоциональной сферой, потребностями и деятельностью человека, а также связь между характером воздействия на ребёнка в процессе его развития и особенностями протекания в его нервной системе определённых процессов. Действуя первоначально на эмоциональную сферу, наркотические вещества затем превращаются в потребность и в этом качестве преобразуют деятельность человека; меняются при этом и такие высшие черты его характера, как взгляды, убеждения, его мировоззрение.

Анализ развития наркомании у подростков позволяет выявить и отчётливую цикличность протекания в нервной системе определённых процессов. Это нужно учитывать не только медицинским работникам, а также и родителям подростка.

Эмоциональная нестабильность, свойственная практически всем подросткам, может принимать крайние формы, называемые проблемным поведением. Неспособность к выбору, неумение решать свои проблемы, интеллектуальные и эмоциональные, вызывают у подростка постоянную тревогу. Если в детстве от чего-то страшного, непонятного можно убежать и уткнуться в мамины колени, то теперь, когда ты «взрослый» и «самостоятельный», этот вариант выхода из кризиса уже неприемлем, а потребность убежать и спрятаться по-прежнему существует. Попытка «убежать в наркотики» означает определённую незрелость личности, неготовность к пугающей взрослой жизни. Помимо недовольства собственным внешним обликом и незрелости «я», можно выделить следующие факторы риска:

- неуверенность в собственных силах,
- неуверенность в правильности выбора профессии, страх за своё будущее;
- низкая самооценка и непопулярность среди сверстников;
- неудачи в учёбе или на работе;
- поиск самореализации, самоутверждения в экстремальной ситуации;

- проблемы в семье, как материальные, так и эмоциональные. Степень риска возрастает при увеличении количества конфликтов между родителями и практически достигает максимума при их разводе.

Взрослеющий ребёнок неизбежно требует пересмотра взаимоотношений с родителями. Одной из главных особенностей является стремление к автономии. Это проявляется в стремлении освободиться от лишней опеки и добиться хоть незначительной независимости. Ваш ребёнок пробует начать общаться с вами на равных. Даже если он по-прежнему зависит от вас материально, он пытается отстаивать своё право на собственные идеи, мнения и суждения, нередко отличные от мнения родителей.

ОБЩЕНИЕ В СЕМЬЕ

Как это ни печально, чаще всего **именно неготовность родителей** пойти ему навстречу становится причиной серьёзного эмоционального кризиса и возникновения проблемного поведения ребёнка.

Возникает вопрос: КАК ОБЩАТЬСЯ С РЕБЁНКОМ?

Причины трудностей ребёнка часто кроются в сфере его чувств. Во всех случаях, когда ребёнок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать родителям- это дать понять ребёнку, что они **знают** о его переживаниях, что родители **заметили** его состояние. В таких случаях взрослому как никогда надо **активно** выслушать ребёнка. Психологи советуют: если вы беседуете с расстроенным или огорчённым ребёнком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши реплики- ответы звучали в **утвердительной форме**. Дело в том, что фраза- вопрос, не отражает сочувствия. А оно необходимо ребёнку!

Да, беседа по способу активного слушания очень непривычна для нашей культуры, и ею овладеть не просто. Однако, отмечает Гипенрейтер, этот способ быстро завоевывает симпатии, как только родители увидят результаты, которые он даёт. Их минимум три. Они также могут служить маркерами того, что родителям удаётся правильно слушать ребёнка.

1. Исчезает или сильно ослабевает отрицательное переживание ребёнка. Замечательная закономерность: разделённая радость удваивается, разделённое горе уменьшается вдвое.

2. Ребёнок, убедившись, что взрослый готов слушать, начинает рассказывать о себе всё больше: тема повествования (жалобы) меняется, развивается. Иногда в одной беседе неожиданно разматывается целый клубок проблем и огорчений.
3. Ребёнок сам продвигается в решении своей проблемы.

При использовании «техник» активного слушания постепенно происходят два замечательных изменения в общении родителей и детей.

Первое: дети **сами** довольно быстро начинают активно слушать родителей.

Второе: родители ощущают, что становятся более чувствительными к нуждам и горестям ребёнка, легче принимают его «отрицательные» чувства.

В ЧЁМ СОСТОЯТ ОШИБКИ И ЗАБЛУЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ?

Заблуждение 1. *Мой ребёнок употребляет наркотики, это страшно и стыдно. Необходимо сделать всё возможное, чтобы никто из друзей и родственников не узнал об этом.*

Наркомания - действительно страшная болезнь, НО больны не вы, а ваш ребёнок. Задача родителей заключается в том, чтобы открыть для него все доступные каналы помощи. Для этого, может быть, к большому сожалению, необходимо проинформировать об этом всех близких родственников и друзей. Для чего это нужно: Ребёнок будет уверен, что вы не готовы мириться с его болезнью и замалчивать существующую проблему, ведь молчание - знак согласия. Тем самым родители дадут понять ребёнку, что они встали на путь открытой и бескомпромиссной борьбы не с ним, а с его болезнью. Родителям необходимо помнить: *Главное - не сохранять собственный имидж, а помочь ребёнку справиться с наркотической зависимостью.*

Заблуждение 2. *Мы сами виноваты в том, что наш ребёнок стал наркоманом. Значит, мы его таким воспитали.*

Специалисты убеждены: Ни в коем случае не нужно пытаться взвалить на себя всю ответственность за случившееся. Это только поможет ребёнку в очередной раз скинуть тяжесть проблемы на плечи родителей, а он и так хорошо умеет ими манипулировать. Проблема состоит не в том, кто виноват, а в том, что делать. И первое, что необходимо сделать родителям, - изменить отношение к своему ребёнку. Посмотреть на него со стороны. Главным принципом отношения родителей к детям в этой ситуации должна быть фраза: «Ты уже взрослый человек. Самостоятельно принял решение употреблять наркотики, теперь за все последствия ты

отвечаешь сам». С этого момента ребёнок не должен получать никакой финансовой поддержки: никаких денег на мелкие расходы, одежду, оплату отдыха и тому подобное. Дети привыкли, что деньги родителей- это их деньги. Любым способом нужно дать понять, что это не так.

Заблуждение 3. Мой ребёнок, употребляя наркотики, пал так низко, что должен быть за это жестоко наказан.

«Не судите, да не судимы будете». Не пытайтесь переделать ребёнка сразу.

Угрозы и наказания очень часто малоэффективны. Не нужно припоминать ребёнку все его проступки и промахи, не нужно превращать отношения родителей и ребёнка в непрерывный скандал. Если обстановка в доме накаляется, то подросток будет стараться как можно больше времени проводить вне дома, а значит, в своей привычной компании. Необходимо разработать определённый набор правил поведения и проживания в семье. Сами требования должны быть разумными и ни при каких обстоятельствах не подвергаться изменениям. Подросток должен знать, что на каждый его неверный шаг незамедлительно последует ответ родителей.

Заблуждение 4. Если мой ребёнок, давая многочисленные обещания, всё равно срывается, то это ужасно и является для меня катастрофой.

Катастрофой для родителей может быть только одно состояние- состояние, в котором они не способны реально оценить сложившуюся ситуацию и выработать новые стратегии собственного поведения. В семье наркомана должны существовать правила поведения не только для него, но и для всех остальных членов семьи.

Правила поведения родителей:

Правило 1. Независимо от ситуации ведите себя достойно.

Правило 2. Никогда не поддавайтесь на шантаж.

Правило 3. Не занудствуйте.

Правило 4. Меньше говорите, больше делайте.

Заблуждение 5. Поскольку мне известны многочисленные последствия употребления наркотиков, начиная от разрушения личности и заканчивая такими страшными заболеваниями как гепатит и СПИД, то я должен быть очень озабочен этим, постоянно размышлять и концентрироваться на возможности таких последствий.

Конечно, степень риска заболевания гепатитом и СПИДом достаточно велика. Но, постоянно думая о таких возможных последствиях, родители вгоняют себя в состояние хронического стресса. Постоянно думая о неприятностях, они их как бы бессознательно притягивают, ждут, боятся, и ... они обязательно находят и догоняют их.

Задача родителей заключается в том, чтобы в максимально доступной форме, без нравоучений довести сведения о последствиях употребления наркотиков до своего ребёнка. Не пытаться скрывать от ребёнка информацию, какой бы страшной и нелицеприятной она ни была. Родители не смогут удержать подростка дома, не смогут проконтролировать, каким шприцем и в какой компании он колется. Ответственность за здоровье ребёнка лежит полностью на нём.

Заблуждение 6. Я не могу не зависеть от собственного ребёнка. Родители должны жить его жизнью и его проблемами.

Если родители согласны с данным утверждением, то они сами нуждаются в лечении. Врачи и психологи называют это состояние созависимостью.

Что же делать?

- Необходимо чётко провести грань между вашей жизнью и жизнью подростка.
- Дайте возможность другим членам семьи жить своей жизнью.
- Уделяйте другим членам семьи не меньше внимания, чем ребёнку, употребляющему наркотики.

Если вам не удаётся выполнять эти рекомендации самостоятельно, обратитесь сами к врачу-психотерапевту.

И *ещё одна ошибка* родителей, часто возникающая в процессе лечения подростка: ***Если родителям показалось, что ребёнок после перерыва приёма наркотиков вновь начал употреблять их, не нужно набрасываться на ребёнка сразу.*** Нужно успокоиться и понаблюдать за ним, похожие на приём наркотика симптомы могут появляться у подростка во время электромагнитной бури или резкого изменения погоды. Обвинения родителей должны иметь под собой очень серьёзные основания. Необходимо созвониться с врачом, организовать дополнительную встречу.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наркомания - очень древнее социальное явление и весьма гибкое. Оно легко приспосабливается к любым достижениям цивилизации, общественным формациям, идёт нога в

ногу с научно-техническим прогрессом и в XXI веке процветает не меньше, чем столетия назад. Происходит это по ряду причин. Во-первых, в обществе функционирует механизм наркотической преемственности поколений: младшие берут пример со старших и таким образом передают наркотическую эстафету следующему поколению. Во-вторых, коллективное употребление наркотиков стал основным способом общения подростков и обладает способностью вытеснять другие формы контактов. В-третьих к наркотикам происходит быстрое привыкание.

О вреде наркотических веществ написано много, однако главное внимание обычно уделяют отрицательному действию наркотиков на здоровье человека. Но для преодоления наркозависимости этих знаний недостаточно. Главное - понять, что употребление наркотических веществ безнравственно не только по своим последствиям, но и по существу, что наркозависимость- заболевание психики.

Распространение употребления наркотических веществ можно представить в виде системы, состоящей из трёх основных элементов. Первый: источник соблазна

- сам наркотик с его специфическим действием на психику человека и люди, употребляющие его; их «наркотическая практика» является примером для окружающих, пропагандой в пользу наркотиков.

Второй: уязвимый контингент (т.е. те, кто ещё не употребляет наркотики, но при определённых условиях может приобщиться к этому), это главным образом подрастающее поколение; устойчивость к наркотическому соблазну, к примеру наркозависимых, определяется наличием или отсутствием антинаркотических барьеров.

Третий: пути и методы давления «наркотических лидеров» на окружающих, а также произвольная или непроизвольная пропаганда наркотических традиций и обычаев в произведениях литературы, кино и т.д. «Наркотические лидеры» оказывают интенсивное давление на не употребляющих и тем самым вовлекают их в употребление наркотиков.

У детей, подростков, молодёжи необходимо формирование устойчивости к наркотическому давлению микросреды воспитанием убеждений в безнравственности самого употребления наркотических веществ (а не только последствий этого) и чёткого знания всех особенностей поведения подростков, пристрастившихся к наркотикам. Необходимо всячески препятствовать любым попыткам тех, кто употребляет наркотики, воздействовать на подрастающее поколение. Антинаркотическое воспитание должно начинаться в семье, продолжаться в учебном заведении и завершаться в трудовом коллективе. Недопустима тенденция некоторых работников образования, здравоохранения, органов охраны общественного порядка, представителей

общественности, членов семьи наркозависимого подростка перекладывать друг на друга задачи антинаркотического воспитания.

Важным условием преодоления наркозависимости является также правильная организация трудовой деятельности, воспитания, образования и досуга детей, подростков, молодёжи, взрослых людей, возможность достижения ими существенных и значимых результатов с положительным эмоциональным их подкреплением, достижением психологически комфортного состояния приемлемыми для общества способами. Для этого необходимо повышение психологической культуры педагогов, родителей, общественности, руководителей трудовых коллективов, эффективная деятельность психологической службы в учебных заведениях, использование снятия психологического напряжения (кабинеты психологической разрядки, консультации психотерапевта), формирование потребности в самостоятельных систематических занятиях физической культурой.

Потерять ребёнка очень легко: потерять в собственном доме... А как уберечь, как вывести на жизненную дорогу? Как помочь стать счастливым?

Наркоманию можно победить только всем миром.

Сделай свой вклад в борьбу с этим злом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

Эти книги помогут родителям восстановить благоприятный стиль общения в семье.

1. Данилин А., Данилина И. Как спасти детей от наркотиков. – «Врачи предупреждают». – М: ЗАО «Изд-во Центрполиграф», 2000. – 348с.

Эта книга для родителей, чей ребёнок ещё не пробовал наркотики, для тех, кого волнует их здоровье.

2. Гиппенрейтер С.Б. Общаться с ребёнком. Как? – М: ЧеРо, 1997. -240с.

Мировая практика психологической помощи детям и их родителям показала, что даже очень трудные проблемы воспитания вполне разрешимы, если удаётся восстановить благоприятный стиль общения в семье. Эта книга не только просвещает родителей, но и обучает способам правильного общения с детьми.

3. Леви В.Л. Как воспитывать родителей, или Новый нестандартный ребёнок – М.: Горобан, 2002.-416с. (серия «Конкретная психология»)

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Идрисова А.А., Кудряшова Л.А. Наркомания: как уберечь наших детей?: Советы родителям.-Казань: КНПО ВТИ, 2007.-28с.
2. Блинова Л.Ф. Зависимость как иллюзия независимости или причины обращения ребёнка к наркотикам: Пособие для практического психолога.-Казань: КНПО ВТИ, 2007-72с.
3. Сердюкова Н.Б. Наркотики и наркомания. Книга для врача, преподавателя, родителя. - Ростов-на-Дону,200
4. Романова Е.С., Гребенников Л.Р. Механизмы психологической защиты. -Мытищи,1996
5. Братусь Б.С. Психология личности./Психология личности. Том 2. Ред-сост. Райгородский Д.Я.-Самара, 1999

**ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ О ФИЗИОЛОГИИ ПОДРОСТКА ДЛЯ ТОГО,
ЧТОБЫ ЭФФЕКТИВНО С НИМ ОБЩАТЬСЯ?**

Физиологические изменения, происходящие в головном мозге	Как они проявляются в поведении подростка	Как учитывать физиологические изменения при общении с подростком
Сокращается период активности доминирующего центра коры	Неустойчивое, непродолжительное внимание	<ul style="list-style-type: none"> - Не требовать от подростка продолжительной концентрации внимания при выполнении домашнего задания. - Во время выполнения домашнего задания через каждые 15-20 минут выполнять гимнастику для глаз и т.п.
Ухудшается способность к дифференцировке	Ухудшается понимание нового материала и усвоение информации	<ul style="list-style-type: none"> - Рассказывая о чём-либо использовать больше ярких, понятных примеров и фактов. - Неоднократно повторять сложную просьбу или информацию. - По ходу изложения информации проверять с помощью вопросов правильно ли вас поняли
Увеличивается латентный период рефлекторных реакций	Замедляется реакция. Подросток не сразу отвечает на вопрос, не сразу начинает выполнять просьбу.	<ul style="list-style-type: none"> - Не торопить подростка. - Учитывать эту особенность при планировании времени для выполнения просьбы
Подкорковые процессы выходят из –под контроля	Он плохо владеет своими эмоциями. Не может контролировать проявление как положительных так и отрицательных эмоций	<ul style="list-style-type: none"> - Относиться к проявлению эмоций с пониманием - Не оценивать. - Не «заражаться» отрицательными эмоциями. - В конфликтной ситуации переключать внимание подростка на что-либо другое
Ослабляется деятельность второй сигнальной системы	Речь может быть замедленной, краткой, стереотипной. У подростка плохое понимание	<ul style="list-style-type: none"> - Не торопить. - Подсказывать необходимые слова. - рассказывать эмоционально, с яркими примерами

ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ О ПСИХОЛОГИИ ПОДРОСТКА ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ЭФФЕКТИВНО С НИМ ОБЩАТЬСЯ?

Психологические особенности личности подростков	Как они проявляются в поведении подростка	Как учитывать психологические особенности при общении с подростком
Чувствительность к мнению окружающих по поводу внешности, знаний, способностей	Подростки становятся обидчивыми. Для них лучше ничего не сказать, чем сказать и ошибиться. Они хотят выглядеть лучше всех и производить выгодное впечатление	<ul style="list-style-type: none"> - Избегать оценок, говорить только о своих чувствах, при объяснении приводить примеры из собственной жизни. - Принимать подростка таким, какой он есть. - Не иронизировать над словами подростка, тем более не высмеивать его неверные суждения, внешность, поступки т.п.
Реакция эмасипации – стремление высвободиться из-под контроля, опеки взрослых, внешнее бунтарство, демонстративность	Проявляется как сопротивление: подростки могут демонстративно нарушать общепринятые правила или нормы поведения	<ul style="list-style-type: none"> - Давать возможность свободно высказывать свои мысли. - отказываться от покровительственного или поучительного тона, запретов, нотаций. - Занимать равную позицию по отношению к подростку
Потребность в доверительном общении	Хотят, чтобы их мнение уважали. Хотят быть услышанными. Тяжело переживают, когда их перебивают, не дослушав	<ul style="list-style-type: none"> - Общаться с подростком на равных, но не допускать панибратства. - Не перебивать, когда подросток пытается рассказать о своих чувствах, мыслях и т.п. - Никому не пересказывать услышанное от подростка, если обещали ему хранить тайну.
Потребность в общении и дружбе, страх быть	Часто избегают общения из страха «Не понравится».	<ul style="list-style-type: none"> - Не запрещать подростку общаться с друзьями и

отвергнутым	Поэтому многие не могут сформировать глубокие межличностные отношения	<p>одноклассниками</p> <ul style="list-style-type: none"> - Помогать подростку найти новый круг общения со сверстниками (например по интересам). - Поддерживать разговор о любви и дружбе
Стремление быть принятым в значимой для него группе сверстников; потребность быть похожим на лидера или кумира. Подверженность влиянию со стороны сверстников	Могут не выразить своё мнение, если оно расходится с мнением группы, не обладать навыками самостоятельного принятия решений. Может быть ярко выражено стремление к эпатажности, приукрашиванию своих «подвигов», как социально-приемлемых, так и наоборот	<ul style="list-style-type: none"> - Дать задание, выполнение которого потребует взаимодействия с другими людьми. - Если реальные или надуманные различия (социальный статус, статус подростковой культуры, возраст и пр.) начинают мешать общению с людьми, обсудить этот вопрос с подростком
Склонность к риску, острым ощущениям. Низкая устойчивость к стрессам	Не умеют адекватно оценивать свои силы. Не думают о своей безопасности. Могут вести себя необдуманно, находятся под влиянием эмоций	<ul style="list-style-type: none"> - Позволять свободно проявлять эмоции как положительные, так и отрицательные, показав как это можно делать социально одобряемым способом. - Демонстрировать уверенное спокойное поведение. - Объяснить, что такое стресс и способы реагирования в стрессовых ситуациях