

*Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»*

Обеспечение психологического благополучия ребенка в тактике и стратегии родительского воспитания

*Чухварова Анна Васильевна,
Педагог-психолог отдела экстренной
психологической помощи ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо».
2025*



Подростковый возраст

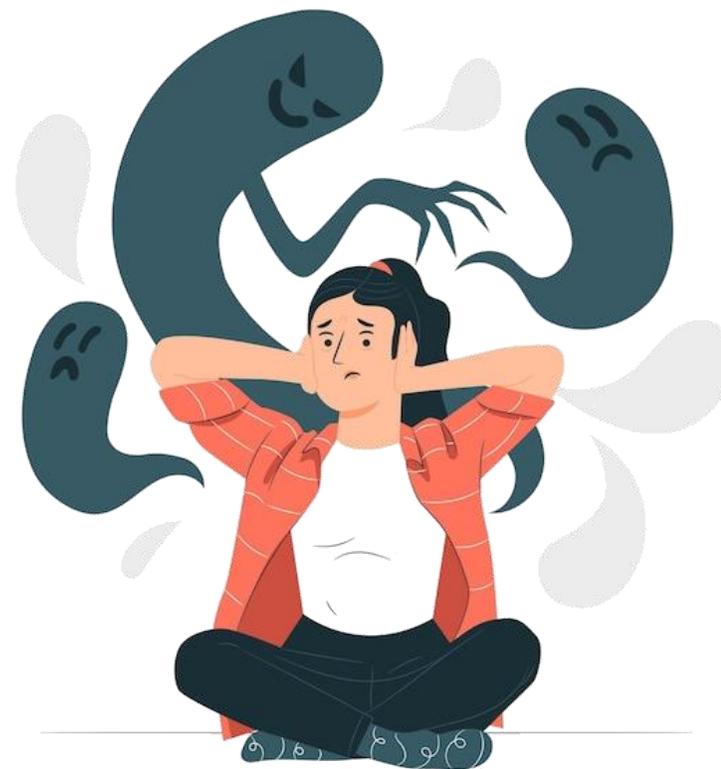
В возрасте 12-17 лет проявляются трудности переходного этапа, начиная с психо-гормональных процессов и заканчивая перестройкой Я-концепции под влиянием неопределённого социального статуса и противоречий, обусловленных неумением подростка найти позитивный смысл собственной жизни.



Факторы риска развития кризисного состояния у подростков:

Сочетание внешних нарастающих проблем и внутренней нестабильности, неспособность справиться со стрессовыми сложными ситуациями приводит к кризисным состояниям несовершеннолетних.

Это в совокупности может способствовать аутоагрессивному поведению и к совершению суицида.



- **Суицидальные мысли** редко фиксируются у детей до 10 лет, но резко учащаются в **12-17 лет**.
- Важной составляющей динамики развития суицидального поведения являются **акты самоповреждения**.
- К категории подростков с суицидальным поведением относят тех, чье поведение и активность наносит **вред** им самим, их **физическому и душевному здоровью**.

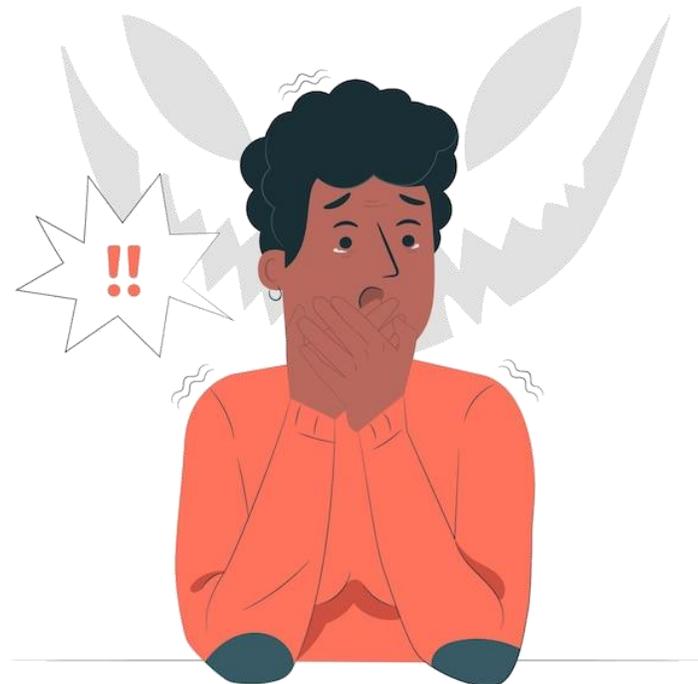
Поведение таких подростков достаточно осознанно.

Они представляют последствия своего поведения, но продолжают злоупотреблять опасностью.



В группе риска кризисных состояний подростки, у которых:

- сложная семейная ситуация (в том числе эмоциональная дистанцированность членов семьи, родительский перфекционизм по отношению к ребенку).
- мало друзей
- проблемы в учебе
- нет устойчивых интересов, хобби
- ссора с любимой девушкой или парнем
- семейная история суицида
- перенесли тяжелую утрату
- жертвы насилия
- употребляющие алкоголь, наркотики
- попавшие под влияние деструктивных религиозных сект или молодежных течений
- имеют склонность к депрессиям



Потребности подростка

Принятие родителями

Принятие сверстниками

Кейс

К Маше (12 лет) родители предъявляют требования: к приходу родителей к 18ч. уроки должны быть все сделаны, квартира прибрана, ужин приготовлен на всю семью, секции посещены. Учится Маша должна на «4» и «5». По-другому не допустимо. Папа говорит, что это прямые обязанности дочери.

Девочка все требования ежедневно выполняет.

В пятницу отпросилась в гости к подруге. Ей разрешили до 20ч. Когда Маша вернулась домой, отец сразу начал кричать: "Если я купил тебе телефон, то ты должна всегда брать трубку". На слова девушки о том, что она опоздала на 5 минут просто не услышала звонок и долго прождала транспорт, отец разозлился еще больше: "Раз ты не слышишь телефон и не умеешь выполнять требования, то больше никуда никогда не пойдешь. Иди к себе в комнату, в наказание ты остаешься без ужина".

ВОПРОСЫ

1. Как проявляют себя родители?
2. Как ребенок чувствует себя в этой модели воспитания?
3. Как свое состояние проявляет в поведении?



ВОПРОСЫ

1. Как проявляют себя родители?
2. Как ребенок чувствует себя в этой модели воспитания?
3. Как свое состояние проявляет в поведении?



ОТВЕТЫ

1. Командный тон, суровый взгляд, полнейшая дисциплина. Родитель всегда выше, сильнее, умнее. Требования бывают сильно завышены и неадекватны по возрасту.
2. Тревожность, неуверенность в себе, теряется самооценка, не формируется опора на себя и нет веры в собственные силы.
3. Формируется пассивность и зависимое поведение. Во взрослой жизни может выбирать авторитарного партнера, которому позволяет взять бразды правления в свои руки. Или конфликтность, враждебность, желание доминировать над другими.

Стили воспитания

Авторитарный стиль («диктат», «доминирование»).

Родители удерживают власть над своим ребенком.

Требуют беспрекословного подчинения и не считают, что должны ему объяснять причины своих указаний, запретов. Высокий уровень контроля всех сфер жизни ребенка.

Дети практически не имеют право голоса и обязаны принимать диктат родителей. Стиль воспитания характеризуется дисциплиной и чувством долга

Кейс

Мальчик 15 лет по итогам 1-й четверти получил итоговые 8 двоек за школьные дисциплины, ко 2-й четверти уже 10 двоек. Раньше мальчик учился на «4» и «5», постепенно скатываясь на «3» и к середине 8-го класса пришел с такими результатами.

Родителей вызывают в школу в связи со сложившейся ситуацией с оценками и прогулами школы.

Ребенок стал замкнут. С друзьями перестал общаться. Играет целыми днями в компьютерные игры. Перестал вместе с семьей участвовать в разных мероприятиях вне дома.

Родители любят ребенка. Поддерживают его. Мама периодически ругается на сына. Просит например, вынести мусор несколько раз. Но просьба не выполняется. Папа выносит сам потом мусор.

Ни в чем родители не ограничивают мальчика практически. Вместе могут играть в компьютерные игры.

ВОПРОСЫ

1. Как проявляют себя родители?
2. Как ребенок чувствует себя в этой модели воспитания?
3. Как свое состояние проявляет в поведении?



ВОПРОСЫ

1. В чем проявляется данный стиль воспитания у родителей?

2. Как ребенок чувствует себя в этой модели воспитания?

3. Как свое состояние проявляет в поведении?

ОТВЕТЫ

1. Требования и правила воспитания практически отсутствуют, уровень контроля недостаточен. Нет разумных поведенческих и психологических границ. Плохие поступки со стороны ребенка тут же прощаются, толком ничего не обсуждается, не объясняется, никакого смысла не придается. По сути, такие родители отказываются брать на себя ответственность

2. Неуверенность в себе. Высокая тревожность. При отсутствии границ и защиты дети не чувствуют себя в безопасности, поэтому становятся подверженными депрессии и разного рода фобиям, среди них высока склонность к совершению насилия.

3. Инфантильность, истеричность, безответственность, разочарование в жизни и в людях (т.к. нужно прикладывать усилия и в личных отношениях, и чтобы чего-то достичь, а родители этому не научили) и как следствие, неумение строить здоровые, гармоничные отношения.

Стили воспитания

Либеральный стиль («попустительский», «снисходительный», «гипоопека»).

Характеризуется недостатком опеки и контроля. Ребенок остается без надзора. К подростку проявляют мало внимания, нет интереса к его делам.

При скрытом попустительском стиле воспитания контроль и забота носят формальный характер, родители не включаются в жизнь ребенка.

Низкая дисциплина либо ее полное отсутствие

Родители отказываются брать на себя ответственность.

Отсутствие семейной иерархии. Родители намеренно ставят себя на один уровень с детьми.

Кейс

Когда Марк пошел в детский сад, мама пошла работать в этот же детский садик. Говоря о том, что не понятно что за воспитатели там работают.

Когда Марк перестал ходить в детский сад и пошел в школу, мама уволилась из дет. сада и перестала работать, т.к. нужно было встречать и провожать ребенка из школы, плюс помогать ему с уроками.

Если возникали плохие отметки по предметам, мама приходила в школу и выясняла с учителем причину.

Мама глубоко уверена, что успехи ребенка абсолютно зависят от включения в его жизнь родителей.

Марк хотел поступать после окончания школы на экономический факультет учиться, но мама решила что профессия инженера перспективнее.

Марк хотел параллельно с обучением в ВУЗе работать, но мама сказала, что распыляться не стоит и полностью нужно сосредоточиться на обучении.

ВОПРОСЫ

1. Как проявляют себя родители?
2. Как ребенок чувствует себя в этой модели воспитания?
3. Как свое состояние проявляет в поведении?



ВОПРОСЫ

1. Как проявляют себя родители?

2. Как ребенок чувствует себя в этой модели воспитания?

3. Как свое состояние проявляет в поведении?

ОТВЕТЫ

1. С первой минуты появления на свет своего малыша стремятся быть не просто рядом с ним, а бдительно следить за каждым его шагом, предупреждать и заранее реализовывать все его потребности (то, чего именно должен хотеть ребенок, тоже определяют взрослые). Ребенок ограничивается в свободе, и любые попытки самостоятельного поведения пресекаются разными способами.

2. Тревожность, чувство беспомощности, обойти родительские установки вызывает чувство вины.

3. Может стараться вырваться из-под контроля взрослых и в следствии этого стать агрессивным, непослушным, своевольным, легко попадает под чужое влияние. Может становится эгоистичным в своих желаниях и требованиях.



Стили воспитания

Опекающий стиль воспитания («гиперопека», концентрация внимания на ребенке, «детоцентрированный стиль»).

Ребенок находится в центре внимания семьи, которая стремится к максимальному удовлетворению его потребностей. Воспитание стало центральным делом жизни родителей.

Повышенное, обостренное внимание и забота к ребенку, чрезмерной опека и мелочный контроль поведения, слежка, запреты и ограничения.

Стили воспитания

Хаотический стиль воспитания (непоследовательное руководство, «непостоянная модель воспитания»).

Родители непоследовательны в своих методах воспитания и требованиях.

Отсутствуют четкие требования к ребенку.

Отношения между родителями и детьми носит амбивалентный характер (двойственное отношение к чему либо).

Стили воспитания

Авторитетный («демократический», «сотрудничество»).

Принятие, эмпатия и эмоциональная поддержка от родителей.

Ценят в поведении подростка самостоятельность, и дисциплинированность, предоставляют ему право быть самостоятельным в каких-то областях его жизни; не ущемляя его прав, одновременно требуют выполнения обязанностей.

Систематический контроль, адекватная система требований, обоснованная возрастными и индивидуально-личностными особенностями ребенка, разумная и адекватная система санкций и поощрений.

Что могут увидеть родители в поведении ребенка:

Уход в себя.

Частые перепады настроения.

Депрессия. Тревожность, беспокойство. Утрата интересов и способности получать удовольствие.

Агрессивность.

Саморазрушающее и рискованное поведение, в том числе и самопорезы.

Потеря самоуважения.

Изменение аппетита.

Изменение режима сна.

Снижение успеваемости

Внешний вид (неопрятность).

Перемены в поведении.



Доверительные отношения — это вид близких отношений, в которых каждая личность имеет возможность *проявлять себя максимально естественно*, а также рассчитывать на помощь и поддержку.



Вера словам и поступкам человека, отсутствие необходимости перепроверять сказанное или постоянно искать запасные варианты.

Честность по отношению к собеседнику.

Уважение.

Готовность искать совместные решения и компромиссы при разногласиях и спорах ради *сохранения доверия*.

Безопасность (как в физическом, так и в психологическом плане)

Телефоны доверия

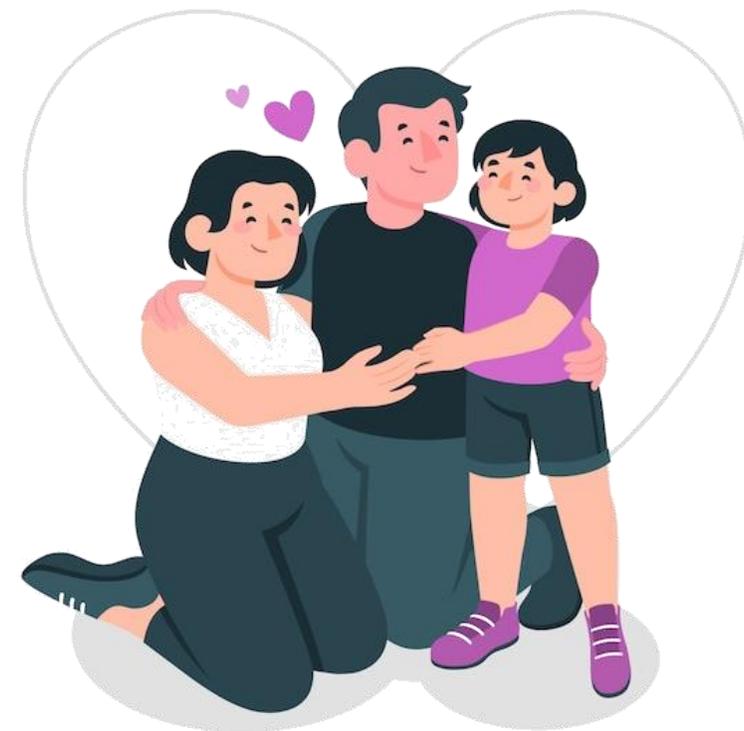
8-800-101-24-11 (ПН-ЧТ с 9 до 17; ПТ с 9.00 до 15.30)

112 (круглосуточно)

8-800-2000-122 (круглосуточно)

Что Вы можете сделать?

- будьте внимательны к ребенку
- умеете показывать свою любовь к нему
- откровенно разговаривайте с ним
- умеете слушать ребенка
- не оставляйте ребенка один на один с проблемой, предлагайте конструктивные подходы к ее решению
- вселяйте надежду, что любая ситуация может разрешиться
- привлечите к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц



Эти слова ласкают душу ребенка...

- Ты самый любимый!
- Ты очень много можешь!
- Спасибо!
- Что бы мы без тебя делали!
- Иди ко мне!
- Садись с нами!
- Расскажи мне, что с тобой?
- Я помогу тебе...
- Я радуюсь твоим успехам!
- Что бы ни случилось, твой дом – твоя крепость!
- Как хорошо, что ты у нас есть!



Чтобы поддержать ребенка, взрослым необходимо:

Проводить больше времени с ребенком.

Разговаривать с подростком, задавать ему вопросы о его состоянии, вести беседы о будущем, строить планы.

Уметь и хотеть демонстрировать принятие индивидуальности ребенка, симпатии (а родители – любви) к нему.

Позволить ребенку начать с «нуля», вселяя ему уверенность, что он справится с возникшей проблемой, что взрослый верит в него, в его способность достичь успеха.

Обеспечить подростку соблюдение режима дня.

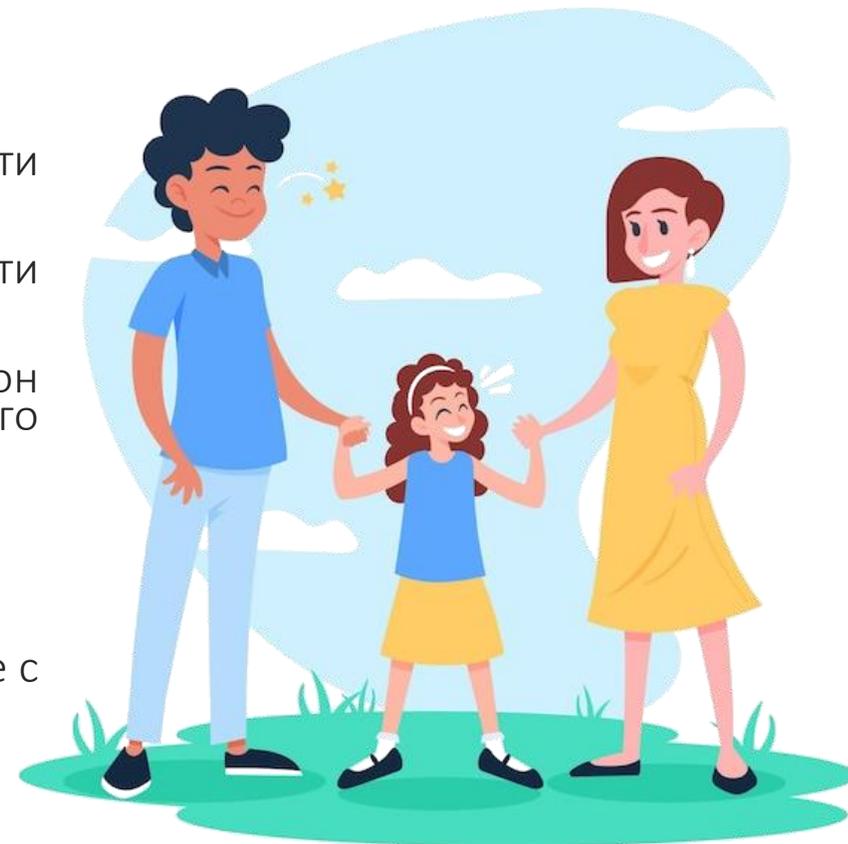
Заняться с ребенком новыми делами.

Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, такие с которыми он может справиться.

Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.

Помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним, а не к ошибкам.

При необходимости, обратиться за консультацией к специалисту – психологу, психотерапевту, психиатру.



Поддерживать ребенка – значит, верить в него!

Поддержка основана на вере в природную способность личности преодолевать жизненные трудности при участии тех, кого она считает значимыми для себя.



ГБУ СО ЦППМСП "Ладо"

г. Полевской, ул.
Черёмушки, 24
+7 (34350) 5-77-87

г. Екатеринбург, ул.
Машиностроителей, 8
+7 922 100-58-82

Сайт: centerlado.ru
Портал «Наши дети»:
nashi-deti66.ru

