

Профилактика кризисных переживаний у детей и подростков

В группе риска



- 1. Природная предрасположенность:**
 - энергетически слабый тип нервной системы, утомляемость
 - эмоциональная чувствительность
 - ранимость
- 2. Семьи, в которых есть прецеденты**
- 3. Дети из неблагополучных семей**
- 4. Подростки от 11-18 лет**

Почему в группе риска именно подростки?

- Резкие эмоциональные всплески и перепады настроения
- Глупый необоснованный риск
- Программа группирования, значимость принадлежности к группе «своих», особая субкультура, странная одежда, вызывающий внешний вид и поведение
- Слепое подражание

Что может привести к серьезным переживаниям

- неблагополучие в семье
- потеря близкого человека
- неуспешность в учебе
- гормональная перестройка при неблагоприятном социальном фоне
- несчастная любовь
- потеря близкого
- преследования, в том числе и в сети Интернет
- совершенные действия, после которых имеют место сильные переживания
- вовлечение в группы, угрожающие благополучию и здоровью



**Все, что угодно, может послужить пусковым механизмом, особенно, если есть
предрасположенность**

Что чувствует человек находящийся на грани?

- **Безнадежность**, негативный образ будущего («сейчас плохо, а дальше будет ещё хуже»).
- **Чувство брошенности (одиночество)**, восприятие себя как бремени для близких («я приношу только проблемы», «меня никто не понимает»).
- **Суженное мышление**: неспособность видеть разные пути решения проблем, дезадаптивные способы совладания с негативными эмоциями, крайне **узкий набор используемых стратегий решения проблем** («я не знаю, что делать»).



Что можно делать для профилактики

- разговаривать, поддерживать эмоциональную связь с подростком (это требует методичности во внимании к ребенку)
- выражать поддержку способами, близкими и понятными ребёнку
- с подростком можно и нужно говорить о тех явлениях, обсудить которые ему необходимо, есть потребность



Важно помнить!

Большинство попыток в подростковом возрасте, происходит из-за конфликтов и неблагоприятной обстановки, отсутствия поддержки в семье.

Родители несут ответственность за то, что происходит в жизни ребенка. Вовремя оказанная психологическая/и/или/медицинская помощь спасет здоровье и жизнь ребенка.



Внимание !

Ранняя диагностика риска суицидального поведения и обращение в службы помощи поможет сохранить здоровье и жизнь ребенка!

Обращение в государственные медицинские учреждения за помощью **не влечет за собой постановку на учет** в психоневрологических диспансерах по месту жительства!

Ресурсы

http://iro23.ru/sites/default/files/prezentaciya_kurennaya.pdf

Навигатор профилактики девиантного поведения от ИРО

Памятки:

- Социально-психологическая дезадаптация
- По раннему отклоняющемуся поведению
- По рискованному поведению
- По суицидальному поведению
- По аддиктивному поведению
- По агрессивному поведению
- По делинкветному поведению



Государственное бюджетное
образовательное учреждение
дополнительного
профессионального образования
"Институт развития образования"
Краснодарского края