Деструктивное поведение – это такое поведение, итогом которого является разрушение чего-либо.

Т.е., когда внутренний мир человека подвергается опасности, он начинает разрушать все вокруг: проявляет грубость по отношению к людям или животным, портит имущество, совершает насильственные действия и т.д.

Причины появления деструктивного поведения, **связанные с семьей:**

- *Проявление физического или психологического насилия.*
- *Детская психологическая травма: развод родителей, смерть.*
- *Чрезмерный или недостаточный родительский контроль.*
- *Отсутствие одного из родителей.*
- *Частая смена родителей.*
- *Чрезмерная привязанность к ребенку.*
- *Конфликты между родителями по поводу вопросов воспитания ребенка.*

Советы родителям чтобы избежать развития деструктивной модели поведения у ребенка:

- **Обращайте внимание на то, с кем общается ребенок:** он может попасть в плохую компанию или вступить в асоциальные группы в Интернете.
- **Научите ребенка основным правилам безопасности:** так он поймет, что сам ответственен за свою жизнь и десять раз подумает, прежде чем сделать что-то аморальное.
- **Обратите внимание на взаимоотношения со своим ребенком:** доверяет ли он вам? А вы ему? Чрезмерный контроль, авторитаризм или, наоборот, вседозволенность пагубно влияют на его психологическое состояние. Если родители проявляют жесткость, будьте готовы, что он ответит тем же или проявит агрессию по отношению к другим людям. Если вы мало интересуетесь жизнью своего чада, это может привести к развитию чувства одиночества и брошенности.
- **Вовремя выявляйте кризисные состояния ребенка:** если он напряжен, чем-то сильно расстроен, ведет себя импульсивно или, наоборот, изолировался от всех, необходимо понять причину такого состояния и устранить ее.
- **Помогите ребенку само-определиться:** дети должны быть заняты любимым делом. Есть ли у него хобби? Если его нет, предоставьте возможность попробовать себя в разных направлениях, пусть ребенок выберет то, от чего будет получать удовольствие и положительную энергию.
- **Интересуйтесь делами своего дитя:** Вы должны быть в курсе его отношений со сверстниками, учителями. интересуйтесь, как прошел день. Так ваш ребенок будет ощущать себя значимым.
- **Обращайте внимание на самооценку:** заниженная самооценка приводит к формированию ощущения никчемности. Чтобы справиться со своими переживаниями, ребенок начинает вести себя неподобающим образом.
- **Будьте примером:** дети подражают своим родителям. Как вы ведете себя в обществе? Здоровые ли у вас отношения внутри семьи? Следите ли вы за своей речью?
- **Предоставьте возможность выбора:** ребенок должен уметь принимать самостоятельные решения и проявлять инициативу. Это воспитывает ответственность.
- **Поддерживайте в моменты неудачи:** конечно, одни пятерки – это здорово, но и двойка не катастрофа. Ребенок должен понимать, что ошибки случаются со всеми и это совершенно нормально.
- **Обращайте внимание на резкую смену поведения:** это может быть следствием внутренних переживаний, влияния негативного окружения или показателем взросления.
- **Воспитывайте толерантное отношение к людям:** ребенок должен понимать, что все люди разные, уважать их возраст, национальность, социальный статус.
- **Привлекайте к совместному труду**: во-первых, это формирует чувство значимости, а во-вторых, ребенок

направит свою энергию в нужное и полезное русло и будет понимать ценность труда.

- **Обсуждайте поступки**: если дитя уже проявило себя с плохой стороны, то нужно понять мотивы его поступков. Спросите, зачем ребенок это сделал? Чего хотел добиться? Так вы поймете, что его беспокоит, и сможете вместе решить проблему.
- **Избегайте конфликтов между взрослыми внутри семьи**: когда ругаются родители, ребенок ощущает себя бессильным и при этом испытывает одновременно злость и любовь по отношению к родным. Такая противоречивая энергия находит выход в деструктивных поступках.
- **Предоставляйте возможность полноценно отдыхать и удовлетворять свои базовые потребности**: если ребенок будет постоянно чувствовать усталость, это вызовет эмоциональное напряжение и скажется на психическом здоровье.
- **Формируйте ценности:** ребенок должен понимать, что деструктивное поведение – это плохо. Правильное отношение к окружающим, себе, здоровью, труду должно быть привито с детства.
- **Идите в ногу со временем:** изучите новые молодежные направления, субкультуры, аббревиатуры и т.д. Так вы будете на одной волне со своим ребенком и сможете вовремя понять, что что-то пошло не так, например, если ребенок вступил в неблагоприятное общество/сообщество.
- **Рассказывайте о своем опыте:** на своем примере вы можете показать, как выйти из трудной ситуации, как нужно общаться с людьми. Поделитесь опытом разочарования в отношениях, историями из детства, покажите, что все проходят через определенные жизненные этапы и ребенок в этом не одинок.
- **Если вы считаете, что не сможете решить ситуацию самостоятельно, обратитесь за помощью к профессионалам.** Этого не нужно стыдиться, ведь все приходит с опытом или с помощью квалифицированных специалистов. И даже если вы не можете найти общий язык со своим чадом, решение есть.



Наш адрес:
Тимашевский район,
пос.Советский,
ул. Кирова, д.44 б.

Министерство труда
и социального развития
Краснодарского края
ГКУ СО КК «Тимашевский СРЦН»

Профилактика деструктивного поведения детей и подростков



Консультация для родителей

Педагог-психолог Е.Ю. Блинова

2026год