



**Центр Знаний**  
knowledge.org.ua

## **Сопровождение семей групп риска. Профилактика болезней у подростков, практикующих рискованное поведение**

**Спикер: Главник Елена Павловна - практический психолог Скандинавской гимназии, семейный, детский психолог, психотерапевт, специалист в области песочной психотерапии.**

Вебинар проводится в рамках реализации проекта «Центр Знаний».

Реализует проект Украинский институт социальных исследований имени Александра Яременко в сотрудничестве с МБФ «СПИД Фонд Восток - Запад» (AIDS Foundation East-West – AFEW-Украина) при технической поддержке Представительства Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ)

- **О чем говорят подростки своими рискованными увлечениями.**
- **Как научиться выражать эмоций взрослым экологично и помочь в этом подростку.**
- **Гнев, злость и «буллинг» в школе.**



# Склонность подростка к риску



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- **Подросток чувствителен, застенчив и обидчив**
- **Требование свободы часто означает страх перед ней. Подросток боится своей свободы и в тоже время протестует против родительской опеки**
- **Обычно высокий риск – это побочный продукт обостренной познавательной деятельности.**
- **Подросток экспериментирует, чтобы узнать себя лучше, попробовать разные стили жизни; стать самостоятельнее; взрослее и показать это окружающим**
- **Желание понравиться и заслужить уважение сверстников**
- **Повысить собственный статус.**
- **Не отставать от времени, прогресса, совершенства**
- **Продемонстрировать свои исключительные способности и найти единомышленников в социальных сетях, разделяющих его стремления расширить границы дозволенного или нарушить запреты взрослых**

# Мотивы рискованного поведения подростков

- Риск примиряет противоположности: с одной стороны, подростки объединяются с себе подобными, а с другой - выделяются из общей массы, стараясь проявить себя как можно ярче
- Незнание, не достаток опыта
- Поиск острых ощущений
- Призыв
- Любовь и доверие
- Давление группы



# Факторы рискованного поведения подростка



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- Врожденные – тип темперамента холерик, был пример для подражания среди родных и близких.
- Психофизиологические - импульсивность, экстраверсия, эмоциональная неустойчивость, стремления расширить границы дозволенного.
- Приобретенные - в семье, школе, сфере общения, сфере досуга.



# Истоки рискованного поведения в детстве



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- Если ребенок проявляет склонность к экстриму уже в 5-6 лет. Разумно подыскать ему занятие, где он смог бы реализовывать свои способности с минимальным риском. Помните, как говорил известный польский педагог Януш Корчак, «ребенок - это праздник, который пока с тобой...».
- По темпераменту такой ребенок холерик, он отличается малой чувствительностью, высокой реактивностью и активностью, которая явно преобладает над активностью. Поэтому он необуздан, несдержан, нетерпелив, вспыльчив. Ему свойственны резкость, стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Он менее пластичен и более инертен, чем сангвиник. Отсюда - большая устойчивость стремлений и интересов, настойчивость, возможны затруднения в переключении внимания. Вследствие неуравновешенности, увлекшись делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, проявляет себя в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни проявляется себя в раздражительности, аффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

# Гормоны и мозг

- **Незрелость нейронной сети, отвечающей за процесс оценки и анализа ситуации, объясняет трудность и даже невозможность принятия взвешенных, разумных решений в эмоционально насыщенной ситуации. При этом мозг у подростка устроен таким образом, что они испытывают биологическую потребность рисковать.**



# Подросток и риск: пирсинг, тату, селфи

- **Боль – не единственная опасность, предостерегающая подростка, который решил сделать тату и пирсинг. Яркий и эпатажный образ привлечет внимание окружающих, когда подростку хочется выделиться из толпы, найти своего кумира, пусть и не вписывающегося в общие социальные стандарты, и быть походим на него.**

**Селфи - обязательный атрибут известности подростка, возможность продемонстрировать свою удаль миллионам сверстников, получить их признание и уважение.**





# Подростк и риск: ружинг



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

Ружеры - эдакие Карлсоны, вооруженные фотоаппаратом или обычным телефоном с камерой, которые сутками бродят по чердакам и крышам городских многоэтажек и снимают виды, открывающиеся с высоты. Здесь они якобы ищут красоту, покой и вдохновение. Ружинг относится к самым опасным развлечениям подростков. Проникновение на крышу незаконно. Даже самые мирные развлечения на высоте пятиэтажного (и более) дома безобидными не назовешь. Соскользнула нога, споткнулся, испугался громкого звука и неудачно отшатнулся в сторону...



# Подросток и риск: скайуокинг

**Скайуокинг - покорение самых высоких точек в городе: крыш небоскребов, башень, мостов, без страховки и специального снаряжения для того, чтобы сделать крутые фотографии, насладиться ощущением свободы, полета и конечно поразить сверстников своими отчаянными поступками. Название увлечения дословно переводится как «хождение по небу».**



# Подросток и риск: диггерство

Кто-то считает диггеров современными археологами и искателями сокровищ. Однако, к сожалению, в большинстве своем подростки лезут в подземелье чтобы изучить подземные коммуникации (шахты метро, бомбоубежища и т. д.). Для подростков это настоящий триллер с эффектом присутствия. Сейчас можно заказать экскурсию по городским подземельям. Опытный диггер проводит любителей острых ощущений по относительно безопасным путям, чтобы почувствовать всю мрачную прелесть подземелий. Но даже с ним никто не застрахован от обрушений, да и доверять таким экскурсоводам не всегда можно – в таких местах очень легко заблудиться.



# Подросток и риск: сталкерство

Недалеко от диггеров ушли так называемые сталкеры, которым близка «романтика» заброшенных мест, но, в отличие от диггеров, они посещают еще и наземные локации: недостроенные здания, глухие деревни, неработающие заводы. Вдохновленные компьютерной игрой (S.T.A.L.K.E.R) и жаждой приключений, подростки часто залезают туда, куда ходить не следовало бы: военные склады, закрытые объекты, промышленные предприятия, даже на территорию Чернобыльской зоны. Кроме того, опасностей у юных сталкеров хватает и в общедоступных местах - от ветхих конструкций, готовых рухнуть под самым незначительным весом, до бомжей и бродячих собак.



# Подросток и риск: зацепинг

Вам наверняка доводилось видеть, как подростки едут на электричке, трамвае, метро зацепившись за поручни и другие выступающие части поезда. Это зацеперы – безрассудные ребята, которые в силу разных причин предпочитают ездить снаружи, а не внутри. Некоторые из них любят ездить на крыше и подвергаются опасности о высокого напряжения тока. Это экстремальное увлечение возникло в начале прошлого века, когда ездить вне салона поезда людей заставляла нужда: переполненные трамваи и поезда, а также высокие цены на билеты превращали обычных людей в зацеперов. Сейчас ситуация изменилась, однако подростки упорно испытывают судьбу.



# Подросток и риск: планкинг

Планкинг – это модный флешмоб, который прельщает своей доступностью. Его суть заключается в том, чтобы лечь в необычном месте лицом вниз и заснять это на фото или видео. Лег лицом вниз, вытянул руки по швам, дал товарищу сфотографировать себя и выложил это в Интернет – поздравляем, ты планкер! Родина планкинга – Англия..

Планкинг называют:  
«паркур для ленивых»,  
«притворись мертвым»,  
«на животе». Ради эффектных кадров планкеры выбирают самые необычные и экстремальные места.



# Подросток и риск: бейскламбинг и бейсджампинг



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

**Бейскламперы – поднимаются на большую высоту без страховки по отвесным стенам и мостам.**

**Бейсджамперы совершают прыжки с высоты со специальным парашютом с отвесных скал и других высоких мест. Основное отличие бейсджампинга от парашютного спорта - в высоте, с которой совершается прыжок и соответственно у них остается гораздо меньше времени на раскрытие парашюта и группировку тела в полете, поэтому риск совершить ошибку, запутаться в стропах или не успеть раскрыть парашют более велик.**



# Подросток и риск: акрострит, паркур и велотриал

Акрострит – уличная акробатика, с довольно сложными и опасными трюками: стойка на голове, прыжки с возвышенностей, сальто. Акрострит родом из Англии и стал прародителем паркура. Основное отличие акрострита от паркура в том, что все трюки совершаются на месте, паркур же предполагает постоянное движение и перемещение. Учиться акростриту обычно начинают на улицах, и это главная опасность занятия. Опытный акростритер знает, что начинать отработку любого трюка нужно начинать на матах, песке и рыхлой земле. А также обязательно наличие профессионального тренера. Паркур – «рациональное» преодоление попадающихся на пути препятствий – стен, лестниц и т.д. Трейсеры – люди, занимающиеся паркуром. Велотриал называют – паркур на велосипедах. Сочетает множество довольно сложных и опасных трюков: кувырки, прыжки с опорой. Подростки хотят «все и сразу», насмотревшись видео с трюками профессионалов, спешат повторить их без предварительной подготовки.





# Подросток и риск: «собачий кайф»

**«Собачий кайф» - намеренное перекрытие доступа кислорода к мозгу для получения «кайфа». «Собачий кайф» это не хобби и не увлечение. Хуже всего, что эта зараза распространяется среди старшеклассников, в средней и в начальной школе! Игра на грани жизни и смерти как в интернатах, так и во вполне благополучных школах. Дети от 12 до 19 лет делают это в компаниях и поодиночке. Сначала подросток повышает давление частым (собачьим) дыханием, после чего «придушивает» себя веревкой сам или это делают другие. Затем веревка убирается - и от прилива крови к мозгу подросток испытывает чувство легкости и эйфории. Понять, что ребенок подсел на «собачий кайф», можно по следам на шее, красным белкам глаз, жалобам на головные боли. А в доме могут появиться такие предметы, как веревки, шейные платки, собачьи поводки.**



# Как избежать опасных увлечений подростков?



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

**Ответ один: устранить причины, их вызывающие.**

**Постараться понять подростка.**

**Вселить в него уверенность в собственных силах.**

**Сделать так, чтобы он никогда не чувствовал себя одиноким.**

**Дети подросткового возраста проходят несколько этапов становления личности. В это время ребенок ищет свое место в мире, заводит друзей, у него появляются кумиры. Подростка переполняет энергия и интерес к жизни, поэтому он стремится попробовать разные занятия.**

**Некоторые проявляют свои таланты, занимаясь музыкой, танцами, спортом.**

**Другие же находят самовыражение через потенциально опасные увлечения, в том числе экстремальные. Если такие хобби не контролировать, ребенок может пострадать!**

# О проблеме буллинга



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- **Подвержены и страдают дети и педагоги (не по своей вине)**
- **Жертвой систематической травли, преследований, психологических издевательств (намеренных оскорблений, недопустимого поведения), запугивания, размещения порочащей информации в сети МОЖЕТ СТАТЬ ЛЮБОЙ ЧЕЛОВЕК**
- **Стабильный рост фактов школьного буллинга в последние 3 года**
- **В последние 3 года буллинг – причина 70% детских суицидов**
- **Действия буллеров всегда скрытые и жертвы агрессоров крайне редко рассказывают, не обращаются за помощью (создается иллюзия благополучия, что этого явления нет)**
- **Дети-агрессоры получают удовольствие от того, что делают, никогда не останавливаются на достигнутом, поведение переходит в криминальную форму**
- **Школа несет ответственность за отсутствие раннего выявления, замалчивание фактов, оставление в опасности (в случае обращений и жалоб)**
- **Ситуацией можно управлять, если делать это будут все педагоги.**

# Понятия

- **Буллинг – агрессия, насилие, злонамеренное преследование, жестокость, попытки оскорбления и унижения, повторяющиеся неоднократно, осознанно, намеренно.**
- **Буллинговое поведение - агрессивное поведение, выражающееся в злонамеренном преследовании, жестокости, попытках оскорбления и унижения.**
- **Антибуллинговая политика школы – форма социальной активности, деятельности школы по недопущению и предупреждению любых форм психического и физического насилия в отношении участников образовательного процесса**
- **Антибуллинговая программа – программа действий, мер по недопущению и предупреждению любых форм психического и физического насилия в отношении участников образовательного процесса**

# Социальная структура буллинга



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- преследователь (булли)
- жертва
- наблюдатель

Говоря о наблюдателях (кем бы они ни были), учёные отмечают у них такие типичные состояния как чувство вины и ощущение собственного бессилия.

# Какие дети становятся булли—преследователями



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- дети, уверенные в том, что «господствуя» и подчиняя, гораздо легче будет добиваться своих целей
- не умеющие сочувствовать своим жертвам
- физически сильные мальчики
- легко возбудимые и очень импульсивные, с агрессивным поведением.

# Формы буллингового поведения



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- **Эмоциональные формы агрессии (оскорбления, бойкот, клевета, террор в соцсетях, сексуальные комментарии, расистские комментарии, вымогательство) переживали 37% детей, 16% - педагогов**
- **Физические формы агрессии (удары, щипки, пинки, подзатыльники) испытали 27% детей, 1,5% педагогов**

# Особенности поведения жертв буллинга дома:



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- Ребёнок неохотно идёт в школу и очень рад любой возможности не ходить туда.
- Возвращается из школы подавленным.
- Часто плачет без очевидных причин.
- Никогда не вспоминает никого из одноклассников.
- Одинок.
- Очень мало говорит о своей школьной жизни.
- Его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.



# Последствия буллинга для детей-жертв



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- Суицид
- Защитное агрессивное поведение
- Школьная дезадаптация
- Нарушения в эмоциональном и социальном развитии
- Тяжелые психологические последствия

# **Факторы, способствующие буллингу в школе**



**Центр Знаний**  
knowledge.org.ua

- **отсутствие контроля за поведением на переменах**
- **позиция безразличия в отношении насилия со стороны сверстников**
- **равнодушие как установка педагогов**

# Буллинг: мифы и факты.



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

## Миф 1.

- **Насилие в школе в больших масштабах появилось только в последние годы**
- **Факт 1. Насилие в школе было, есть и будет. Школа – место где собираются личности психологически и морально незрелые, с разными установками, ценностями, идущими из семьи. Повлиять на это обстоятельство невозможно, поэтому в школе были и будут проблемы насилия. Никакая школа и никакой учитель не могут гарантировать, что актов насилия не будет. Свести негативное влияние к минимуму – реально**

## Миф 2.

- **Буллинг, как и другие формы нарушения дисциплины, возможен только в классе у слабого учителя**
- **Факт 2. В любой школе, у любого учителя могут обнаружиться факты травли, провокаций, физического или эмоционального давления как среди сверстников, так и отношениях с учителем.**

# Миф 3.

- **Психологическое насилие, душевные страдания, не столь опасны, как случаи физического насилия.**
- **Факт 3. Физическое насилие становится причиной детского суицида гораздо реже чем психологическое. На первом месте в школьном буллинге стоит словесная травля, на втором месте бойкот и только на третьем месте физическая расправа. Именно психологический прессинг вызывает наиболее болезненные переживания.**

# Миф 4.

- **Обидчиками и агрессорами чаще всего становятся дети из неблагополучных семей.**
- **Факт 4. Самооценка агрессоров высокая, их поведение вызвано холодным расчетом. Они умеют вести себя корректно, никогда не проявляют агрессию, если чувствуют угрозу наказания, возможность разоблачения.**

# Миф 5.

- **Чтобы заниматься проблемами детей – агрессоров, нужно привлекать их родителей.**
- **Факт. Практически бесполезно. Дети – буллеры редко имеют здоровые детско – родительские отношения. Часто их родители – эгоисты, люди с властным характером, а дети дублируют их поведение. Школе остается твердо и четко установить границы поведения такого ребенка в семье и школе. «Если дома разрешают так себя вести – пожалуйста, но в школе правила будут другими и не изменятся ни при каких обстоятельствах».**

# Миф 6.

- **Учитель должен уметь справляться с фактами физического и психологического насилия самостоятельно.**
- **Факт 6. Ни один учитель в одиночку не справится с фактами насилия в школе. Единственный путь решения (предотвращения) проблемы – готовность и умение всех учителей открыто противостоять властолюбцам в любых обстоятельствах.**



# **О чем информировать родителей**



**Центр Знаний**  
knowledge.org.ua

- **О проблеме буллинга, о детях-агрессорах, о детях-жертвах, уделить внимание таким явлениям как кибербуллинг (интернет преследование сообщениями, размещение порочащей информации)**
- **Об ответственности (от административной до уголовной) за буллинг с 14 лет.**

# О чем информировать детей



Центр Знаний  
knowledge.org.ua

- **О том, куда к кому обращаться, в случае, если притесняют, оскорбляют в соцсетях, запугивают, вымогают что-либо, обижают физически.**
- **Об ответственности за буллинг (с 14 лет возможна уголовная ответственность).**
- **Ни один факт жестокости в адрес детей или педагогов не будет замалчиваться (важно, чтобы информация об ответственности повторялось часто, т.к. вселяет уверенность в детей-изгоев и детей-жертв притеснений).**

# **Формировать у учащихся конструктивное поведение на случай буллинга в их адрес**



**Центр Знаний**  
knowledge.org.ua

- **рассказать о случае буллинга своим родителям, либо взрослым, которым они доверяют, например, учителю, воспитателю, классному руководителю и т.п.;**
- **вести себя уверенно;**
- **искать друзей среди сверстников и одноклассников;**
- **заниматься методично и последовательно восстановлением своей самооценки с помощью специалиста, если нужно**

## **Формировать у учащихся конструктивное поведение на случай буллинга в их адрес**

- избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;**
- быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);**
- не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;**
- учиться использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии.**

# БЛАГОДАРИМ ЗА ВНИМАНИЕ!

Видеозапись вебинара  
можно посмотреть на нашем сайте:



**Центр Знаний**  
knowledge.org.ua