

## ПРОФИЛАКТИКА УХОДОВ ПОДРОСТКОВ ИЗ ДОМА

Чаще всего поводом уйти из дома становится игнорирование потребностей ребёнка, в основе которого лежит отсутствие взаимопонимания с родителями.

В основном, из дома уходят подростки 10-17 лет. Традиционно подростковый возраст считается трудным периодом, когда подросток, несмотря на внешнюю браваду, грубость и агрессивность, на самом деле крайне раним и беззащитен.

Родители, не забывайте о потребностях своих детей, которые они не всегда могут или умеют удовлетворить конструктивным способом.

Одна из **задач развития** детского возраста - **исследование, познание мира и себя**. Это приводит к общему любопытству: все познать, все испытать, все попробовать. То, что необходимо для расширения кругозора, определения своих склонностей и интересов, выбора жизненного пути, может также приводить и к **исследованию новых ощущений** через любые формы отклоняющегося поведения.

### Профилактические меры:

**Организируйте свободное время ребёнка**, в котором ему представится возможность **удовлетворять свое любопытство** через **исследование** себя, разных сторон жизни, мира, природы и т. д.

**Дети любят рисковать**. Они теоретически знают, что многие люди погибают, но и сама смерть представляется им чем-то фантомным, то есть тем, что может происходить «с кем-то, но не со мной».

Дети **весьма отстраненно воспринимают аргументы** о том, что «когда-то в будущем» они могут жестоко поплатиться своим здоровьем.

К этому можно добавить стремление переживать напряжение определенного страха. Им хочется переживать нечто подобное, радостно-ужасное по-настоящему.

**Стимулируйте ребёнка участвовать в соревнованиях**, походах, играх и т.д., где детям предоставляется возможность переживать радостное напряжение разумного риска (так называемого «драйва»), преодоления собственного страха.

Конечно, переживание подобного полезного «драйва» легко **найти в спорте**. Кроме того, в спорте можно разрядить социально приемлемым способом накопившееся напряжение.

**Скука** - это **тяжелое эмоциональное состояние**. И к подобному состоянию нужно относиться так же серьезно, как, например мы относимся к депрессии. Чем может быть вызвано такое состояние?

Чаще всего скука это следствие какой-либо **причин**:

**1. Отсутствие смысла жизни:**

- полученных в детстве психических травм, в том числе от пережитых трагедий, насилия, жестокого обращения;
- тяжелых разочарований (например, предательство близких людей);
- чрезмерного баловства, когда ребенок просто не успевает чего-то по-настоящему захотеть - у него всегда всего слишком много;
- чрезмерной критичности взрослых.

**2. Хроническое неудовлетворение важных, базовых потребностей:** в уважении, любви, принятии значимых людей.

**3. Жизнь «пока»:** все, что должно произойти в жизни важное, значительное, интересное, будет когда-то в будущем, причем сроки не определены и кажутся очень далекими; а пока нужно просто ждать, когда это произойдет, ожидание всегда томительно и скучно.

**4. Неразвитость творческих способностей** - творческий человек всегда наполнен идеями, поэтому и свое свободное время он заполняет с интересом и вдохновением; когда человек не привык мыслить творчески, ему трудно структурировать свое время так, чтобы в обычных обстоятельствах найти что-то интересное для себя.

**Профилактические меры:**

Создайте условия, при которых ребенок, имея все необходимое, все-таки должен добиваться осуществления некоторых желаний, совершать какую-то работу для получения вознаграждения.

**Научите** ребёнка **мечтать** и **пробовать свои силы**, помогать в достижениях.

**Создайте ситуацию успеха.**

**Развивайте лидерские качества, уверенность** ребёнка в себе.

Развивайте в ребёнке **творческие способности**.

**Научите ставить** большие и маленькие **цели, определять задачи**, которые нужно решить для их достижения, а эти **задачи разделять на небольшие легко осуществимые шаги**.

**Ребёнок, в силу разных причин, часто не умеет сказать нет.**

Для него страх от последствий совершаемого не так силен, как **страх потери расположения друзей**. Чем менее уверен в себе подросток, чем хуже он относится сам к себе, тем более значима для него симпатия сверстников, и тем менее он способен мыслить и действовать вопреки их мнению. **Не чувствуя себя достаточно**

**уверенно** для того, чтобы спокойно выдержать напор, принуждения и даже издевательства, подросток предпочитает **подчиниться требованиям неформального лидера** группы.

### Профилактические меры:

Развивайте в ребёнке **уверенность, положительное отношение к себе**, принятие своих качеств, особенностей, отличительных черт.

**Научите** ребёнка эффективным моделям **противостояния негативному влиянию и независимому поведению** в сложных социальных ситуациях.

**Развивайте** в ребёнке **физическую силу, умение общаться**

**Дети бунтуют против родителей**, их правил, установок, но на самом деле их **зависимость от семьи еще очень велика**. Возрастной **протест** может достигать **интенсивности, близкой к отчаянию**, если родители совсем не интересуются жизнью своего ребёнка. Фактически, подросток **чувствует, что он не нужен** и даже в тягость своим родителям.

Часто у таких детей **формируется стремление к саморазрушению**.

### Профилактические меры:

Моделируйте условия, метафорически воссоздающие жизненные ситуации, обращайтесь внимание на неотвратимость **ответственности за любое свое решение и каждый поступок**.

**Научите** ребёнка **самоанализу своих желаний и выборов**:

«Для чего я это делаю?»

**Научите** подростка **не агрессивному и в то же время уверенному отстаиванию своего мнения, умению сказать нет**.

**Подростку свойственен максимализм**. Часто мир представляется ему в черно-белых тонах. Он **либо восхищается, либо ненавидит**.

Подросток особенно **чувствителен к любой несправедливости**.

А несправедливостью ему кажется все, что **не соответствует его ожиданиям**. Он может быть циничным, демонстрируя **презрение к чужим бедам, либо замыкается в себе**: не видеть, не слышать, не думать, часто ищет способ перестать чувствовать противоречия в душе.

### Профилактические меры:

1. **Научите** подростка **видеть неоднозначность жизни** и социальных явлений - в любом негативном явлении содержится позитивное зерно (предпосылка к позитивным мнениям), а в любом позитивном явлении есть предпосылка негативу.

2. **Поддержите подростка** при переживании им горя, разочарования в любви.

3. Оставьте дома, на видном месте **информацию о работе телефонов доверия и кабинетов психолога.**

Объясните ребёнку: для чего люди ходят к психологу?

Какие проблемы называют психологическими? Как обратиться к психологу?

**Итак**, мы имеем множество причин, по которым подросток может начать практику уходов из дома. Это перечисление немного пугает, поскольку **кажется, что избежать деструктивного поведения просто невозможно.**

На самом деле **все не так страшно!**

**Во-первых**, мы описали крайние варианты деструктивных процессов у подростков.

**Во-вторых**, опасной интенсивности достигают не все проявления сразу, а только некоторые из них.

**В-третьих**, подростки с удовольствием и готовностью откликаются на искреннее внимание и заинтересованность ими и их проблемами со стороны взрослых людей.

**В-четвертых**, подростки с удовольствием обучаются всему новому, и польза сочетается с возможностью проявить себя, почувствовать свою **успешность**, повеселиться и творчески **самореализоваться.**

### **Причины самовольного ухода подростков из дома.**

Вопреки общественному мнению, дети уходят не только из неблагополучных семей. Семья внешне может быть вполне благопристойной и даже обеспеченной. И тогда чаще всего **поводом уйти** из дома становится **конфликт**, в основе которого лежит **отсутствие взаимопонимания с родителями.**

В основном, **уходят подростки 10-17 лет.**

Традиционно подростковый возраст считается трудным периодом, когда подросток, несмотря на внешнюю браваду, грубость и агрессивность, на самом деле крайне раним и беззащитен.

Непонимание причин изменений, происходящих с детьми, приводит к нашему стремлению сохранить жесткий контроль и власть над ними или «повернуть назад их развитие».

Мы начинаем **отвергать новые качества подростка** и **желаем вернуть старые, детские**: *послушание, ласковость и т.д.*

И тогда **уход из дома становится** для них единственной **возможностью выразить свой протест**.

Довольно часто причиной нашей сильной тревоги при появлении резких изменений в поведении подростка является угроза разрушения представления о себе, как о хорошем родителе. А наличие **удовлетворенности собой** как родителем **повышает самооценку** человека. Поэтому мы неадекватно реагируем на поведение подростка только для того, чтобы поддержать свою положительную самооценку.

Мы совершаем ошибки не потому, что не любим своих детей, а потому, что не всегда знаем, как лучше поступить и часто не осознаем собственных побуждений.

**Дети бегут из дома, протестуя против невыносимых условий**, которые мы им создаем, не желая считаться с мнением ребенка.

**Другая причина ухода** дочери или сына от родителей - **несправедливое наказание**, неадекватное их проступку.

**Обида вскоре забывается**, и подросток готов вернуться, но **он боится наказания**, которое непременно последует. Так круг замыкается.

Ребёнок бежит от наказания и боится возвращаться из-за него же, то есть, выхода у него нет, и он остается на улице, пока не попадет на преступлении или не станет жертвой преступника.

**ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НЕНУЖНЫХ КОНФЛИКТОВ И УХОДА ДЕТЕЙ ИЗ ДОМА, СТАРАЙТЕСЬ СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:**

- Не давайте подростку чрезмерных нагрузок, когда у него не остается времени даже для того, чтобы погулять во дворе.

Не забывайте - он еще ребенок.

- Если кто-то жалуется на поведение вашего сына или дочери, не спешите сразу наказывать детей, выясните мотивы их поступков.

- Выбирайте наказание, адекватное проступку.

- Не наказывайте ребенка из-за того, что у вас плохое настроение или «для профилактики».

- Будьте внимательны и справедливы к своим детям, решайте вместе их проблемы, и тогда ваш ребёнок вряд ли убежит из дома.

Когда ребёнок начинает взрослеть, наша любовь к нему должна приобрести другую форму по сравнению с той, которая ему требовалась в детстве.

Если **маленькому ребёнку необходим**, прежде всего, **хороший уход, обеспечение безопасности** в окружающем мире, **контроль**, то теперь родительская **любовь проявляется в принятии и поддержке его как личности**, самостоятельной и индивидуальной, способной нести ответственность за свою жизнь.

### **ТРИ ШАГА, КОТОРЫЕ МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ В ЭТОМ НАПРАВЛЕНИИ ТАКОВЫ:**

1. Не делайте за ребёнка то, что он может сделать сам.

Откажитесь от желания подтолкнуть, направить его к тому, что мы хотим в данном конкретном случае. Вместо этого спросить себя: «Что я могу сделать в этой ситуации, чтобы помочь моему ребёнку быть более ответственным и способным принимать свои собственные решения?»

2. Научиться получать удовольствие от принятия решений ребёнком.

Мы можем это делать, если осознаем, что перед нами живая, пульсирующая частица самой природы, и у нас есть драгоценная, но мимолетная возможность наблюдать, как она развивается. Даже когда

мы видим, что ребёнок идёт в сторону неприятных, болезненных последствий, наилучшее, что можно сделать в подобной ситуации – просто высказать свои опасения, а затем дать возможность этим последствиям произойти.

3. Изменить некоторые из наших мыслей и убеждений относительно ребёнка.

Этот шаг чрезвычайно важен. Поскольку между нашими убеждениями и нашими действиями существует теснейшая взаимосвязь. Не осознавая этого, мы постоянно ведём себя так, чтобы подтвердить своими действиями истинность своих же внутренних убеждений. Если мы убеждены, что наш ребёнок изначально наделён положительными качествами, способен принимать верные решения и самостоятельно руководить собственной жизнью, то мы без особых усилий будем поддерживать его в этом.

Тогда наша любовь будет созидательной, и детям не потребуется уходить из дома.

Говорят: «от хороших родителей дети не убегают».

Наверное, **хорошие родители** - это те, кто способен так построить свои отношения с ребёнком, чтобы избавить его от различных разочарований»