

«Подросток в приемной семье: к чему БЫТЬ ГОТОВЫМ?»



Иркутск, 2021

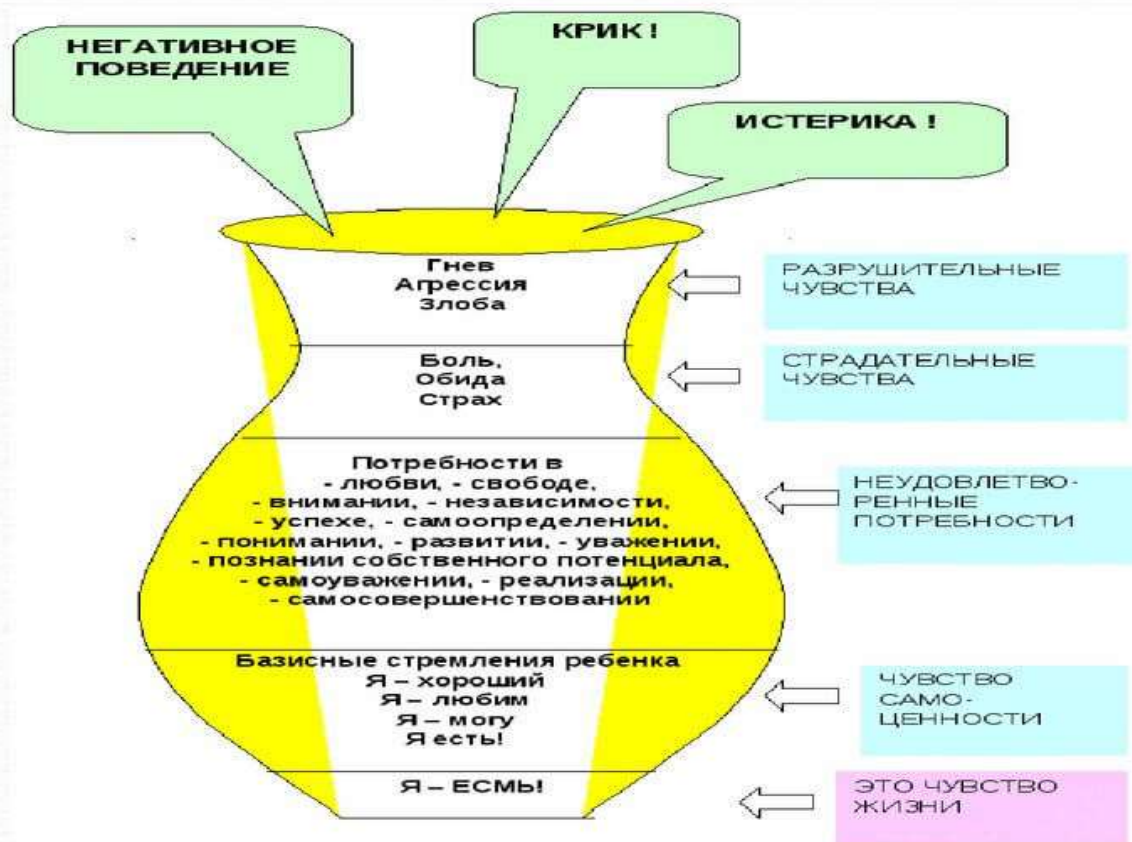
УМЦ. Низовцева О.В.

Справиться с поведенческими проблемами вашего подопечного станет легче, если:

- вы признаете, что истериками и вызывающим поведением движет укоренившийся инстинкт выживания
- вы признаете, что психологические защитные механизмы вне сознательного контроля вашего ребенка
- поймете, что он может просто не знать других способов отстаивания своих позиций
- **И тогда вы перестанете принимать его/ее плохое поведение на свой счет**

Важно понимать!

Кувшин эмоций



Важно понимать!

Подростковый возраст – возраст кризиса

Особенности полового развития – страх «Все ли со мной так?»

Кризис идентичности - неуверенность в своей компетентности в новом статусе (страхи в период кризиса могут достигать такой степени, что возникает боязнь утратить телесное и душевное единство (ощупывают свое тело, часто смотрятся в зеркало, записывают свои мысли и пр.)

Кризис авторитетов - реакции протеста, противостояние взрослым, социальным нормам и т.д.

Переживания отчуждения – меняется восприятия самого себя и окружающих

Нарушение оценки своего физического облика - преувеличивает свои подлинные или мнимые физические недостатки, что приводит к глубоким кризисным состояниям (нарушение самооценки, суицидальные попытки)

Нарциссические кризисы

Важно понимать!

• **Чего хочет подросток?**

- Иметь желаемый статуса в подростковой среде; свободно себя чувствовать, сохранить собственное «Я»;
-
- легко знакомиться и контактировать;
-
- вести себя так, чтобы все заметили, что он уже взрослый;
-
- хорошо владеть собой и собственными эмоциями;
- он хочет быть особенным, уникальным и избранным, поэтому отторгает чужой опыт... только «на своих ошибках»;
-
- хочет научиться и без ущерба для собственного «Я» выходить из любой сложной ситуации;
-
- легко и с блеском преодолевать любые конфликты и проблемы, как бы перепрыгивая через них;
-
- построить свой жизненный путь, распланировав дальнейшее обучение и карьеру, причем работа должна быть непременно престижной и высокооплачиваемой.

Важно понимать!

- Учитывать стремление подростка к автономности
- Повышать самооценку
- Оказывать помощь ребенку в проявлении эмоций (активное слушание, поддержка – я тебя понимаю)
- Общаться на основе позитивного подкрепления
- Выражать свои мысли и чувства от первого лица («Я- сообщение»)
- Управлять поведением ребенка, грамотный контроль (техника «красный, оранжевый, желтый, зеленый» и др.)

Что делать?

- Уметь вести диалог с подростком («ты рассердился?» – закрытый вопрос, «Почему ты рассердился?» - открытый вопрос)
- Рефрейминг (смена значения, потребность в рефрейминге обусловлена тем, что негативные высказывания принимают оскорбительный смысл)

Неконструктивное высказывание	Конструктивное высказывание
Ты опять	Я бы хотела.....
У тебя снова.....	Мне бы хотелось...

Что делать?

- Оптимизировать семейную систему. Прежде всего, речь идет о необходимости оптимизации системы семейных правил, регулирующих жизнь семьи. (например, методика «Семейный совет»).
- Помогать подростку устанавливать необходимые для него и семьи ресурсные социальные связи.
- Адекватно относиться к возможностям ребенка.
- Иметь ответственную родительскую позицию

Что делать?

- В поведении вашего подопечного может наблюдаться склонность к манипулированию и агрессии, но она не должна подвергаться резкому обвинению.
- Манипулировать окружающими и защищаться он научился, воспитываясь в неблагоприятных условиях.



ЧТО НУЖНО ПОСТОЯННО ПОМНИТЬ?

- Помните:
- - подросток жил без вас до того как вы начали заботу о нём, **он имеет право на свое прошлое и жизненный опыт;**
- работа по нивелированию травматического опыта ребенка связана с травматическими воспоминаниями. Ваша задача «не подменить» негативные воспоминания: «Ты забыл, это было не так», а помочь подростку, принять и проработать прошлый опыт. Возможно, понадобится помощь профессионального психолога.
-
- - **участие в его жизни и ясное понимание его потребностей** помогут вам удовлетворить их и научить ребенка новым более здоровым стратегиям поведения и успеха в будущем;

ЧТО НУЖНО ПОСТОЯННО ПОМНИТЬ?

- - возвращайтесь к формированию и оттачиванию одних и тех же продуктивных навыков до тех пор, пока подросток не усвоит их окончательно, оставайтесь, при этом, доброжелательны и настойчивы.
- - забудьте о старых методах воспитания. Суровые наказания и строгие наставления, непригодны по отношению к подросткам, пережившим насилие, жестокое обращение, травму, это только усложнит имеющиеся проблемы, а наказания лишь подтвердит их убеждение о несправедливости окружающего мира и их ненужности в нем.

ЧТО НУЖНО ПОСТОЯННО ПОМНИТЬ?



Для размышления



Для размышления



Для размышления

- Воспитательный подход, который работает. Вы!
- Быстро реагируете;
- Разъясняете свои ожидания;
- Предлагаете простые варианты поведения, даете выбор;
- Показываете возможные последствия его поведения;
- Даете возможность исправиться и «сделать заново»
- Стараетесь быть рядом с ребенком;
- Быть доступным;
- Поощряете за успех, видите успехи в малом.

ЧТО НУЖНО ПОСТОЯННО ПОМНИТЬ?

- При подготовке информации использованы материалы:

1 .Ослон В. Н. Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья. М.: Генезис, 2006. 368 с.

2. О чем молчат подростки? Интервью с психологом <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/o-chem-molchat-podrostki-intervyu-s-psikhologom/>

3. Как воспитывать современных подростков / Людмила Петрановская // Нам надо поговорить <https://www.youtube.com/watch?v=feahlyXxISo>

Рекомендуется к просмотру и чтению