АУТОАГРЕССИЯ

**(памяткадляпедагоговиродителей)**

Какопределить,подверженребёнокилиподростоксаморазрушительному поведению или нет? Есть несколько признаков,по которым можно выявить наличие или предположить склонность каутоагрессии:

* наличиесвежихилизажившихран,ожоговисиняков;
* чрезмернодлинныерукаваилиштанины(особеннонеуместныевлетнююжару),скрывающие следы самоповреждения;
* рассужденияособственнойнеполноценности,самоосуждение;
* молчаливаяраздражительность;
* частыепроявлениянегативныхэмоций,проявляющиесяплачем,упадком настроения;
* частоежеланиепобытьодному;
* излишняяэмпатичность,прикоторойблагополучиедругихставитсявущерб своему;
* склонностьнедооцениватьсебя,своидостоинстваиспособности;
* суицидальныенаклонности,желание«навсегдаисчезнуть».

КАК ОБЩАТЬСЯ С АУТОАГРЕССИВНЫМ ПОДРОСТКОМ

* Есливызнаетеподростка,которыйсклоненкаутоагрессивномуповедению, постарайтесь тактично поговорить с ним о его привычке.Выразитеискреннеебеспокойствозанего,нонесомнениявегопсихической полноценности.
* Нестыдитеподросткаинеосуждайтеегоповедение,этоможетвызватьпротестнуюреакцию.Скажитеосвоёмжеланиипомочь,постарайтесьвыслушать ипонятьпроблемыподростка.

АУТОАГРЕССИЯ

**(памяткадляпедагоговиродителей)**

Какопределить,подверженребёнокилиподростоксаморазрушительному поведению или нет? Есть несколько признаков,по которым можно выявить наличие или предположить склонность каутоагрессии:

* наличиесвежихилизажившихран,ожоговисиняков;
* чрезмернодлинныерукаваилиштанины(особеннонеуместныевлетнююжару),скрывающиеследысамоповреждения;
* рассужденияособственнойнеполноценности,самоосуждение;
* молчаливаяраздражительность;
* частыепроявлениянегативныхэмоций,проявляющиесяплачем,упадком настроения;
* частоежеланиепобытьодному;
* излишняяэмпатичность,прикоторойблагополучиедругихставитсявущерб своему;
* склонностьнедооцениватьсебя,своидостоинстваиспособности;
* суицидальныенаклонности,желание«навсегдаисчезнуть».

КАКОБЩАТЬСЯСАУТОАГРЕССИВНЫМПОДРОСТКОМ

* Есливызнаетеподростка,которыйсклоненкаутоагрессивномуповедению, постарайтесь тактично поговорить с ним о его привычке.Выразитеискреннеебеспокойствозанего,нонесомнениявегопсихической полноценности.
* Нестыдитеподросткаинеосуждайтеегоповедение,этоможетвызватьпротестнуюреакцию.Скажитеосвоёмжеланиипомочь,постарайтесьвыслушатьи понять проблемыподростка.
* Узнайте,естьлиунегопредставлениеоспособахрешенияэтихпроблем,поделитесьсвоимимыслями,предложитепомощь.Расскажитеотом,чтомногиелюдисмоглиотказатьсяотсаморазрушающего поведения и научились преодолевать свою печальили гнев. Обратите внимание подростка на его достоинства и сильныестороны.
* Повозможностипорекомендуйтеемуобратитьсязаанонимнойпсихологическойпомощьюкквалифицированномуспециалистуилиорганизуйтетакуювстречувбезопаснойдляподросткаобстановке.
* Еслиподростоксовершаетаутоагрессивныедействияввашемприсутствии, оцените степень риска этих действий для его здоровья ижизни. Не поддавайтесь на шантаж, если с помощью аутоагрессивныхдействийподростокпытаетсяполучитькакую-товыгодудлясебя.Отвечайте ему мягким отказом и призывайте к прекращению опасногоповедения
* Вслучаенепосредственнойопасностипостарайтесьспокойно,нотвёрдо удержать подростка от совершения аутоагрессивных действий(илиобратитесьзапомощью).Вслучаеявнодемонстративногоинеопасного характера подобных действий уместным будет спокойноеигнорирование.Следует,однако,помнить,чтохарактердействийможетпоменятьсяи стать болееопасным.
* Помните, что подростки склонны к острым эмоциональным реакциями в трудных ситуациях особенно нуждаются в чутком поддерживающемотношении.
* Узнайте,естьлиунегопредставлениеоспособахрешенияэтихпроблем,поделитесьсвоимимыслями,предложитепомощь.Расскажитеотом,чтомногиелюдисмоглиотказатьсяотсаморазрушающего поведения и научились преодолевать свою печальили гнев. Обратите внимание подростка на его достоинства и сильныестороны.
* Повозможностипорекомендуйтеемуобратитьсязаанонимнойпсихологическойпомощьюкквалифицированномуспециалистуилиорганизуйтетакуювстречувбезопасной дляподросткаобстановке.
* Еслиподростоксовершаетаутоагрессивныедействияввашемприсутствии, оцените степень риска этих действий для его здоровья ижизни. Не поддавайтесь на шантаж, если с помощью аутоагрессивныхдействийподростокпытаетсяполучитькакую-товыгодудлясебя.Отвечайте ему мягким отказом и призывайте к прекращению опасногоповедения
* Вслучаенепосредственнойопасностипостарайтесьспокойно,нотвёрдо удержать подростка от совершения аутоагрессивных действий(илиобратитесьзапомощью).Вслучаеявнодемонстративногоинеопасного характера подобных действий уместным будет спокойноеигнорирование.Следует,однако,помнить,чтохарактердействийможетпоменятьсяи стать болееопасным.
* Помните, что подростки склонны к острым эмоциональным реакциями в трудных ситуациях особенно нуждаются в чутком поддерживающемотношении.