AETCHE BIOLAROR



Nº 2 2022

B HOMEPE



«Детство в подарок» информационное издание для родителей и специалистов, работающих с семьей

Периодичность выхода 4 раза в год

Распространение бесплатно

Редакция издания info@cppisp33.ru

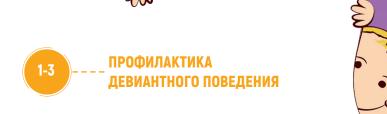
Производство и распространение ГБУ ВО ЦППМС, 600000, Владимир, ул. Летне-Перевозинская, д. 5. Тел.: +7 (4922) 32-38-61

Фото:

Любое использование материалов без согласия редакции запрещено

Аудитория: 16+





- 4-5
- 6-7 --- ОТКЛОНЯЮЩЕЕСЯ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ
- 8-10 ---- ПИЩЕВЫЕ ЗАВИСИМОСТИ
- 11-14
- 15-17 --- МОЛОДЁЖНАЯ СУБКУЛЬТУРА
- 18-20 ---- АДРЕНАЛИНОВЫЕ ФОРМЫ СУБКУЛЬТУРЫ

ПРИМЕНЕНИЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДОВ РАБОТЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В настоящее время проблема девиантного поведения детей и подростков в образовательных организациях очень актуальна. Ежегодно количество школьников, имеющих отклонения в поведении, увеличивается. Образование и труд для молодого поколения утрачивают свою общественную ценность и значимость, а материальное благополучие и жизнь по принципу «как хочу» выходит на первый план. Меняются ценностные ориентации, подростки не хотят учиться и работать, но при этом хотят дорого и красиво жить. Такое потребительское отношение к жизни провоцирует поведенческие девиации среди детей и подростков.

Для детей «группы риска» характерны следующие особенности: низкий уровень социализации, отставание в развитии, различного рода нарушения эмоциональной сферы, отрицательная Я-концепция, отсутствие опыта нравственного поведения, неадекватно завышенная или заниженная самооценка, неправильное отношение к системе нравственных норм, недостаточный социальный опыт, который выражается в их податливости ко внешнему воздействию. Отклоняющееся поведение очень существенно влияет на формирование характера индивида, который определяет всю будущую жизнь человека. Если такое поведение вовремя не остановить и не подправить, то общество получит неуравновешенную и морально незрелую личность. Поэтому вопрос профилактики девиантного поведения становится одним их ведущих для образовательной организации.

Профилактика означает предупреждение, следовательно, профилактика девиантного поведения сводится к предупреждению возникновения



недопустимых отклонений от социальных стандартов и норм в деятельности и поведении обучающихся.

Ранее вся профилактическая работа с детьми сводилась к преподнесению информации в формате лекций (традиционный метод). В этом случае педагог-лектор выступает в роли доминанта, который поучает, наставляет и высказывает неопровержимое мнение на ту или иную проблему. Подросток СИЛУ СВОИХ психологических В особенностей расценивает такое изложение материала как давление и унижение собственного достоинства, как посягательство на личную свободу. Его мнение в этом случае никто не спрашивает, его задача - выслушать, понять и воспроизвести полученную информацию при контроле. Сегодня этот метод не работает, так как давно утратил новизну и, как следствие, актуальность. Перед педагогами встает задача поиска новых инновационных методов профилактической работы, которые будут актуальны, интересны, а главное - результативны. И здесь на помощь педагогам приходят интерактивные методы и их элементы.

Слово «интерактив» пришло к нам из английского языка и состоит из двух частей: Interactive = inter (между, меж) + act (действовать, действие) и в переводе означает «взаимодействие», т.е. «интерактивный» – это имеющий способность взаимодействовать, находиться в режиме диалога с чем-либо (компьютер) или кем-либо (человек).

ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ





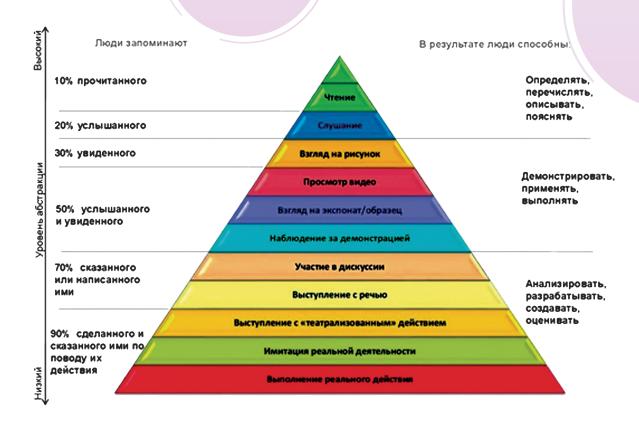
К основным видам интерактивных методов можно отнести:

- МОЗГОВОЙ ШТУРМ:
- ИГРЫ (ДЕЛОВЫЕ, РОЛЕВЫЕ, СЮЖЕТНЫЕ И Т. Д.);
- ДИСКУССИИ;
- КЕЙС-МЕТОДЫ;
- ТРЕНИНГИ;
- ОБСУЖДЕНИЕ ВИДЕОФИЛЬМОВ И ВИДЕОРОЛИКОВ;
- СОЗДАНИЕ РОЛИКОВ И ПРЕЗЕНТАЦИЙ;
- ДИСПУТЫ;
- ДРАМАТИЗАЦИЮ;
- ПРОЕКТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ;
- ЭКСКУРСИИ;
- АКЦИИ;
- АГИТБРИГАДУ И ДРУГИЕ.

Таким образом, интерактивные методы – это такие методы работы, в ходе которых осуществляется взаимодействие всех участников педагогического процесса: обучающихся, педагогов, родителей создаётся благоприятная дружеская атмосфера для подачи и усвоения новой информации, устанавливаются доверительные отношения. Педагог выступает с позиции консультанта, и его задача заключается в создании условий для проявления инициативы и активности обучающихся, побуждения их к самостоятельному поиску решения проблем, получения возможности оценивать свои поступки не через оценку педагога, а через отношение к ним окружающих сверстников.

В 1946 году известный американский педагог, профессор Эдгар Дейл-Огайо выпустил книгу «Аудиовизуальные методы в обучении (Audiovisual Methods in Teaching)», в которой предложил конус опыта. Его последователи дополнили конус ориентировочными числовыми данными и получилась следующая пирамида обучения.

Данная пирамида получила большое распространение и является лучшим руководством для самых результативных техник и методик обучения. Нетрудно заметить, что элементы интерактивных методов располагаются в нижней части пирамиды, что говорит об их целесообразности применения на профилактических занятиях.



Интерактивные методы работы подразумевают активную деятельность обучающихся, учат мыслить, размышлять, взаимодействовать друг с другом, правильно формулировать собственное мнение и уважать мнение другого, аргументировать свою точку зрения, вести дискуссию, осмысливать свои действия и нести ответственность за свою жизнь и здоровье. Формирование вышеуказанных компетенций актуально и необходимо для детей «группы риска» на всех этапах профилактической работы.

Применение интерактивных методов в профилактической работе позволяет решать следующие задачи:

- **1.** Активное включение каждого обучающегося в процесс какой-либо деятельности.
 - 2. Обучение навыкам успешного общения.
 - Умение эффективно работать в команде.
- **4.** Принятие на себя ответственности за совместную и собственную деятельность по достижению результата.
 - **5.** Воспитание лидерских качеств.
 - 6. Повышение самооценки обучающихся.
- **7.** Развитие творческих способностей и навыков самостоятельной деятельности.

Занятия с использованием интерактивных методов проходят в непринужденной и доброжелательной обстановке, в комфортных условиях, в которых ребёнок чувствует свою успешность, значимость, интеллектуальную состоятельность. В результате чего у обучающихся формируется адекватная самооценка, навыки общения и сотрудничества, повышается вера и стремление к успешности в жизни.

Таким образом, систематическое использование интерактивных форм и методов в профилактике девиантного поведения обучающихся способствует формированию психически и физически здоровой личности, укреплению морально-нравственных ценностей и популяризации здорового образа жизни среди молодого поколения.

Лесина Жанна Владимировна, социальный педагог Мелеховского филиала ГБУ ВО ЦППМС

ПОДАРИ ИМ ДЕТСТВО



ЕСЛИ В ВАШЕМ СЕРДЦЕ И В ВАШЕМ ДОМЕ ЕСТЬ МЕСТО -ЗАДУМАЙТЕСЬ, ВОЗМОЖНО, ВЫ УЖЕ ГОТОВЫ ИЗМЕНИТЬ ЧЬЮ-ТО ЖИЗНЬ?





Милана К., август 2012 г.р.



Ева Г., декабрь 2008 г.р.



Иван К., август 2006 г.р



Вероника З., август 2017 г.р.



Алексей И., октябрь 2017 г.р.



Даниил М., ноябрь 2012 г.р.



Ульяна П., июнь 2019 г.p.



Максим В., август 2007 г.р.



Мария Б., январь 2006 г.р.



Каролина Ш., май 2019 г.р.





ПОДАРИ ИМ ДЕТСТВО



Екатерина Б., март 2011 г.р.



Митрофан Б., июнь 2012 г.р.



Руслан Б., июль 2009 г.р.





Дарья З., август 2009 г.р.



Алексей Р., октябрь 2018 г.р.



Анастасия К., январь 2022 г.р.





ИНФОРМАЦИЯ О ДЕТЯХ-СИРОТАХ И ДЕТЯХ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ, РАЗМЕЩЕНА:

Федеральный банк данных о детях-сиротах и детях, оставшихся без попечения родителей http://usynovite.ru

Всероссийская база видео-анкет детей-сирот «ИЗМЕНИ ОДНУ ЖИЗНЬ» https://changeonelife.ru

Общероссийская информационно-поисковая система для усыновителей «ВИДЕОПАСПОРТ» http://videopasport.ru

ГБУ ВО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» в разделе: «Банк данных о детях-сиротах» - http://cppisp33.ru

Консультативная помощь гражданам, желающим принять на воспитание детей, оставшихся без попечения родителей, по телефону: 4922-32-25-20

Сергеева Светлана Николаевна, главный специалист ГБУ ВО ЦППМС; Киселёва Юлия Васильевна, главный специалист ГБУ ВО ЦППМС.



ПРОФИЛАКТИКА ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОВЗ

На заметку педагогу

Говоря о профилактике отклоняющегося поведения, мы выделяем различные «группы риска» (дети из неблагополучных семей, дети-сироты, дети с трудным поведением, обусловленным их личностными особенностями, и т.д.). При этом не стоит забывать, что дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) также являются «группой риска» по отклоняющемуся поведению. Конечно, не все дети с ОВЗ являются девиантами, как и не все «хулиганы» – дети с ОВЗ. Но, тем не менее, такие дети требуют к себе повышенного внимания. Почему?

Самой распространённой категорией детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных школах являются дети с задержкой психического развития (ЗПР), а иногда и умственной отсталостью (может быть, пока не уточнённой). Все педагоги рано или поздно сталкиваются с такими учениками, и работа с ними требует от учителя особого мастерства и профессиональных компетенций. Часто сложности в обучении детей с ОВЗ сопряжены с их «трудным» поведением. Не редки случаи, когда такие дети нарушают дисциплину, срывают уроки, конфликтуют с одноклассниками, совершают правонарушения





и пр. Родители требуют «вывести» такого ребёнка из класса, так как он мешает учиться их детям, нарастает противостояние между классом и семьёй «особого» ребёнка.

А ребёнок? Ребёнок всё больше теряет жизненные ориентиры. Он не хочет учиться, считает, что «все против него», и чем старше становится, тем больше его поведение может отклоняться от социальных норм. Как показывают результаты психолого-педагогических исследований, у младших школьников с ЗПР формы девиантного поведения проявляются в 2-3 раза чаще, чем у нормально развивающихся сверстников.

Дети, обучающиеся по адаптированной программе для детей с ЗПР, – самая многочисленная категория, но и самая неоднородная. Диапазон их различий довольно велик. Общими же для них являются (наряду с задержкой развития познавательных процессов) определённые личностные особенности: незрелость эмоционально-волевой сферы, личностная незрелость, нестабильный эмоциональный фон, трудности произвольной саморегуляции и самоконтроля, инфантильность, трудности в коммуникативной сфере.

Таким ребятам присущ недостаточный контроль за проявлениями своих эмоций, раздражительность, вспыльчивость. Им сложно выражать своё эмоциональное состояние вербально. В поведении преобладают импульсивные эмоциональные реакции. Это становится причиной многочисленных конфликтов, которые им сложно решать конструктивно, так как репертуар их жизненных стратегий довольно узок, они не владеют конструктивными стратегиями поведения и способами реагирования.

ОТКЛОНЯЮЩЕЕСЯ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ



В конфликтной ситуации они могут вести себя неадекватно из-за недостаточно развитых коммуникативных навыков, трудностей социального взаимодействия. Им сложно общаться с нормотипичными сверстниками, их не всегда понимают и принимают, одноклассники зачастую отвергают или игнорируют детей с ОВЗ.

Нарушения школьных правил, дисциплины обычно связаны с недостатками саморегуляции и самоконтроля у детей с ЗПР. Им трудно сидеть на одном месте, выполнять все требования учителя, планировать свою деятельность с учётом школьных правил. Они предпочитают путь, не требующий волевых усилий, а если к ним предъявляют непосильные для них требования, то развиваются такие черты личности, как негативизм и упрямство. Для них характерны неустойчивая самооценка, неуверенность в себе, а также низкая самокритичность и завышенные притязания. Это осложняется пассивностью, безответственностью.

Дети с ЗПР способны понимать и усваивать моральные и социальные нормы, но часто затрудняются в выстраивании своего поведения с учётом этих норм. Также как в учебной деятельности, они могут выучить какое-либо правило наизусть, но не могут его применить (например, знают, что ЖИ-ШИ надо писать с И, но в письменных работах допускают эту ошибку и не замечают, что ошиблись), так и в своём поведении бывают спонтанны и «забывают» правила. Увидев в супермаркете что-то, что вызывает желание обладать им, не задумываясь, берут и уходят, не заплатив, при этом всегда скажут, что «воровать нельзя».

Им сложно противостоять своим сиюминутным желаниям, они не задумываются о последствиях, так как выстраивание причинно-следственных связей требует интеллектуальных и волевых усилий. В ситуации нравственного выбора такие дети теряются при отсутствии внешнего контроля.

Таким образом, отклоняющееся поведение обучающихся не всегда связано с «невоспитанностью» или «избалованностью». Оно может стать следствием общей незрелости личности, психофизиологиче-

ских особенностей ребёнка, сочетания социальных и биологических факторов, что, безусловно, должны понимать педагоги, работающие с такими детьми. Ведь уже в младшем школьном возрасте формируются личностные черты и качества, накапливается нравственный опыт, складываются те или иные установки, которые в подростковом возрасте будут основой поведенческих моделей. Для учителя такой ребёнок в классе может стать «головной болью», но негативное отношение к такому ученику со стороны педагога в начальных классах приводит к тому, что он попадает в категорию «отверженных». А если и в семье ребёнок чувствует недостаток родительской любви и внимания, то, страдая от неудовлетворённой потребности в самоутверждении, он начинает искать другие сферы для самореализации, в том числе и асоциальные.

Чтобы не допустить беды, педагогу необходимо знать особенности таких детей, учитывать их не только в работе с учеником, но и в работе с классом, с родителями. Детям и подросткам с ограниченными возможностями здоровья необходимо создание специальных условий не только для успешного обучения, но и для социализации в целом, через внеурочную деятельность и коррекционно-развивающую работу специалистов.

Ульянова Надежда Викторовна, педагог-психолог Мелеховского филиала ГБУ ВО ЦППМС



пищевые зависимости



ПИЩЕВЫЕ ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ: БУЛИМИЯ И АНОРЕКСИЯ

У вас в семье растёт «малоежка». Для родителей эта проблема решается быстро, если предложить ему что-то вкусненькое. Другое дело, если перед вами подросток. Вы пытаетесь заставить его поесть, а он вам предлагает пересчитать калории, постоянно смотрится в зеркало и отворачивается, как будто увидел перед собой чудовище. Это первый признак, чтобы забить тревогу и обратить особое внимание на поведение ребенка. В подростковом возрасте часто случаются расстройства пищевого поведения, что при попустительстве взрослых может привести к девиантному поведению в виде аддиктивного поведения, а если быть более точным - к промежуточной аддикции – нарушению пищевого поведения. Наиболее распространенными являются булимия (переедание) и анорексия (голодание).

Переходный период – время непростое и для самих подростков, и для их родителей. Переживания, комплексы, переоценка всех ценностей. Именно в этот период чаще всего встречаются пищевые зависимости или расстройства пищевого поведения.

Прежде всего, следует определить, что такое пищевая зависимость? Под расстройствами понимают отклонения от нормального пищевого поведения: регулярного здорового и сбалансированного питания, не вызывающего негативных физических и психологических состояний человека. Как правило, акцент смещается на существенное сокращение потребляемой пищи либо на её бесконтрольное поглощение.

Подросткам, как девушкам, так и юношам, свойственно критически относиться к собственной внешности, не принимать её и пытаться изменить. Часто озабоченность внешним видом и фигурой становится у подростка навязчивой идеей. Ему кажется, что если внешне он изменится, то разом решатся все проблемы и сложности со сверстниками, родителями, школой. Не последнюю роль здесь играет общественное мнение и стереотипы, стандарты красоты как новые формы социального давления. Они приходят из сериалов, глянцевых журналов, обсуждений со сверстниками: как выглядеть, чтобы не «выпадать» из коллектива, не выделяться, быть как все. Недовольство своей внеш-



ностью нередко переступает здравые границы.

Булимия и анорексия у подростков может быть связана с проблемами, возникшими еще в период детства. В дальнейшем на формирование стиля пищевого поведения влияет абсолютно все: родители, окружающий мир и социальные условия.

Важно понимать, что пищевая зависимость, расстройство пищевого поведения – не капризы, а достаточно серьёзное заболевание, которое может привести к нарушению работы внутренних органов, в частности, сердца и почек, а в особо тяжёлых случаях – к смерти.

Чаще всего причина расстройства пищевого поведения - это сомнение подростка в том, что его любят, что с ним считаются, что его уважают, принимают. Запустить процесс могут как серьёзные события: смерть близких, переезд, смена класса, так и случайные фразы родителей относительно внешности подростка. Когда тело начинает меняться, дети становятся очень чувствительными к высказываниям других людей относительно того, как они выглядят. Период раннего подростничества следует сравнить с периодом «ГАДКОГО УТЁНКА». И, как правило, любые высказывания в отношении внешнего вида принимаются подростком как критика. Самому ребёнку нужно время на то, чтобы привыкнуть к новому себе, при этом взрослые должны минимизировать боязнь таких изменений, а ребенок принять их как должное.

К сожалению, многими неделями и даже месяцами подросткам удаётся скрывать от родителей и друзей серьёзные проблемы в своем психологическом и физическом состоянии. Очень важно вовремя распознать первые признаки проблемы – пищевой зависимости, чтобы не допустить опасных осложнений.

ПИЩЕВЫЕ ЗАВИСИМОСТИ



Как правило, в семьях подростков с булимией/анорексией существует большое напряжение между членами семьи, накопившиеся обиды, претензии, злость, ревность, печаль, горе. Причем, что важно, не проговоренные и не очень хорошо осознаваемые. Подросток чувствует, что ему плохо, но при этом ему не к кому обратиться за помощью. Семья может быть полной и внешне абсолютно благополучной, но если родители не воспринимают ребёнка всерьёз, если они слишком властные или чересчур отстраненные, ребёнок будет чувствовать себя одиноким. Со своими проблемами он остается один на один и пытается справиться самостоятельно – как умеет. правило, сбивается или пропадает совсем менструальный цикл. Стремление похудеть любым способом, при помощи диет, голодания или чрезмерных физических нагрузок, приводит к тому, что она старается есть как можно меньше или не есть совсем, решительно отрицает наличие проблем в области питания, стремится скрыть свое поведение и состояние, находится в подавленном состоянии, плохо контролирует эмоции, может впасть в депрессию, чувствует постоянную слабость, головные боли, озноб и невозможность согреться, в некоторых случаях наблюдается сердечная аритмия, мышечные спазмы.



Термин **«анорексия»** имеет греческое происхождение, означает «отсутствие позывов к еде». Нервная анорексия формируется на основе психических отклонений, отказ от пищи является результатом искаженных установок и ценностей в сочетании с неуверенностью, внушаемостью, зависимостью от мнения окружающих. Один из неотъемлемых параметров анорексии – значительный дефицит массы тела.

Тревожные симптомы при нервной анорексии характеризуются потерей веса или наличием проблем с его набором и дефицитом веса тела более 15% от нормы. При этом заболевании ребёнок или подросток решительно отказывается от принятия калорийной пищи; воспринимает свой внешний вид неадекватно: видит и ощущает себя толстым, испытывает страх и негативные эмоции перед возможностью набрать вес; испытывает гормональные нарушения. У девушек, как

Вследствие недостаточного и несбалансированного питания у заболевшего сильно ухудшается внешний вид: кожа становится сухой и бледной, начинают выпадать волосы, ногти становятся ломкими и слоящимися, появляются отёки, начинается прогрессирующая дистрофия. Страдают внутренние органы, особенно сердце: по статистике, каждый десятый случай анорексии приводит к смерти. Причиной может стать резкая остановка сердца, общее угнетение функций организма или суицид.

Булимия – расстройство пищевого поведения, при котором периоды неконтролируемого переедания сменяются фазами принудительной чистки организма, зачастую за счёт искусственно вызванной рвоты или слабительного. Коварство булимии заключается в том, что человек не обязательно теряет в весе. Его масса тела может оставаться в норме, а иногда даже чуть ее превышать.

ПИЩЕВЫЕ ЗАВИСИМОСТИ



Подросток, чтобы справиться со стрессом или переживаниями, переедает. Потом, боясь набрать лишние килограммы, избавляется от съеденной еды с помощью искусственно вызванной рвоты. У него присутствует постоянное чувство вины за каждый съеденный кусочек.

Чрезмерное переедание чередуется с такими же чрезмерными физическими нагрузками. Привести булимия может опять же к проблемам женского здоровья, обезвоживанию, язве желудка и дефициту всех важных веществ в организме. Будут плохо работать и сердце, и кишечник. Начнут разрушаться зубы.

Лечение расстройства пищевого поведения или пищевой зависимости, как правило, комплексное: наряду с мониторингом, психотерапией и консультированием по вопросам питания иногда применяют лечение лекарствами. Профессиональную комплексную помощь должны оказывать сразу несколько специалистов: педиатр, диетолог, психотерапевт.

Лечение булимии у подростков достаточно эффективно. Огромные компенсаторные возможности молодого организма в большинстве своем позволяют полностью восстановить нормальную жизнедеятельность. Перспектива выздоровления от анорексии зависит от своевременности диагностики и лечения – чем раньше оказана профессиональная помощь, тем короче этап восстановления и тем менее вероятен рецидив. Эффективный способ профилактики анорексии – формирование здоровых привычек питания, положительного отношения к телу с раннего возраста. В воспитании ребенку важно прививать ценности, пропагандирующие здоровье, физическую силу, ловкость, выносливость.

Но помимо врачебной, большую роль играет поддержка и включённость родителей, их готовность помочь и вместе пережить тяжелый период.

Булимия или анорексия? В принципе, какая разница, от чего вашему ребёнку плохо и как это проявляется. Ему просто плохо, ему нужна ваша помощь. У него должна быть возможность эту помощь принять или о ней попросить. Для этого важно, прежде всего, уважать вашего ребёнка и воспринимать его слова всерьёз. Его переживания могут казаться вам ерундой, но для него это не пустяк, а вопрос жизни и смерти. Очень важно не обесценивать его переживания, но и не драматизировать их. Важно быть рядом с ним, поддерживать его, верить в него, любить его, даже когда это очень сложно для вас обоих. Важно быть открытым и

честным, говорить о ваших чувствах и спрашивать его о нём самом. Важно уметь слушать вашего ребёнка. Если вы чувствуете, что не справляетесь с ситуацией, если вам очень страшно или вы растеряны или беспомощны, обратитесь за помощью сами к специалисту.



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЮ:

- 1. Будьте спокойны.
- 2. Не осуждайте и не критикуйте.
- 3. Говорите с ребёнком и поддерживайте.
- 4. Будьте готовы к тому, что подросток откажется принимать помощь и встретит ваши предложения агрессией.
- 5. Отведите к хорошему специалисту (гастроэнтерологу, диетологу, психотерапевту).

Используемые источники:

- 1. Анорексия и булимия у подростков | Мел (mel.fm)
- 2. Почему важно лечить булимию и как это делать правильно (medalvian.ru)
 - 3. Булимия и анорексия у подростков (littleone.com)
- 4. Анорексия у подростков симптомы и лечение нервной анорексии (cirpp.ru)
- 5. Булимия у подростков симптомы, причины, стадии, диагностика | Клиника Rehab Family

Мочалова Светлана Михайловна, социальный педагог ГБУ ВО ЦППМС



ФЕНОМЕН СЕЛФИ И ЕГО РОЛЬ В ЖИЗНИ СОВРЕМЕННОГО ПОДРОСТКА

Не секрет, что за последнее время селфи стали играть значимую роль в жизни молодого поколения. Куда бы вы ни пошли, везде вас преследуют молодые люди «с палками», фотографирующие себя и все, что их окружает. Все чаще в социальных науках отмечается возрастающее значение селфи в жизни современного человека.

Что же такое селфи для современного человека? История формата селфи-фотографий насчитывает несколько десятилетий: первая селфи-фотография была сделана американским фотографом-любителем Р. Корнелиусом в 1839 году. Начиная с 2000-х годов специально отформатированные для публикации фотографии в формате селфи получили новую жизнь. Использование селфи молодёжью, в частности подростками, а также анализ связи данного феномена с процессом формирования образа «Я» и таких базовых черт личности, формирующихся в подростковом возрасте, как самооценка, образ собственного тела, делает изучение психологического смысла этого процесса актуальным.

В обществе уже существуют десятки поз для фотографирования себя, и теперь у них есть названия. Вот те самые модные «селфи-позы»:

- 1. «Фото в лифте». Любимый вариант селфи многих знаменитостей, в том числе политиков. Одним из самых популярных стало фото Дмитрия Медведева в лифте Дома Управления Российской Федерации. Этот кадр набрал около двухсот тысяч оценок в «Инстаграме».
- 2. «Губы уточкой». Самое частое селфи у представительниц женского пола. Фото самой себя с губами, собранными бантиком, сейчас, наверное, лидер селфи.
- 3. «Груфи» это групповое фото, набирающее стремительную популярность у молодёжи. Одним из популярнейших считается американское «груфи» на вручении «Оскара». Специально для таких снимков китайские производители увеличили возможности фотокамер мобильных телефонов и планшетов.



- 4. «Фитнес-селфи». Фотография сделана с помощью зеркала в спортзале. Очень популярное селфи как у девушек, так и у мужчин.
- 5. «Релфи». Самоснимок со своей второй половинкой: очень трогательно, но назойливо и хвастливо, вызывает негатив у большинства. Но есть и исключения, например, селфи Анджелины Джоли с Бредом Питтом.
- 6. «Фото в туалете». Очень распространено буквально каждая вторая девушка имеет в арсенале такое фото.
- 7. «Белфи». Автопортрет с выпячиванием ягодиц. Естественно, такую несуразицу делают только девушки.
 - 8. «Фелфи». Автопортреты с участием животных.
- 9. «Фото ног». Нередки снимки нижней части ног в обуви преимущественно.
 - 10. «Автопортрет в ванной».
- 11. «Экстрим-селфи». Именно этот вид настораживает. Вышла на экраны телевидения передача про болезнь селфи, в которой дали интервью самые популярные экстрималы по селфи. Такой вид самоснимка делается в момент опасности и риска для жизни человека, например, при нахождении на высоте, с агрессивными животными, во время катастрофы, в космосе, в полёте и так далее.

ФЕНОМЕН СЕЛФИ



С одной стороны, мы можем говорить о преимуществе селфи:

- возможность сфотографировать себя самостоятельно, не надо кого-то просить и переживать о качестве, все полностью контролируется вами;
- простота достаточно включить любое устройство с камерой, поднять на необходимый уровень и нажать кнопку;
- доступность сделать фотографию можно в любом месте, не надо искать какой-то особенный фон, для этого стиля вполне подойдут будничные интерьеры;
- популярность селфи делают все, начиная с учителей и заканчивая президентами, делая фотографию, вы не относите себя к какой-то определённой группе лиц;
- возможность ненавязчиво похвастаться своей внешностью или новыми приобретениями;
 - развивается творчество;
- пересылая фотографии, можно общаться без границ в реальном времени с родителями или друзьями (если они далеко от вас).

Но необходимо помнить и о минусах:

- подмена реального общения виртуальным;
- вторжение в личную жизнь;
- стресс при потере фотографий;
- возможность получения травмы при фотографировании в опасных условиях;
 - болезненная неприязнь своей внешности;
 - может развиться селфи-зависимость.

Подростки используют свои личные страницы в соцсетях для быстрой коммуникации, для поиска важной информации и нередко ведут их как дневники, в которых рассказывают о важных жизненных событиях и выставляют на всеобщее обозрение фотографии самих себя. Селфи, или, как их еще называют, «себяшки», перешли в статус культа у подрастающего поколения и стали неотъемлемой частью их жизни. «Здесь я ем в ресторане, а тут мы на «тусовке» с друзьями, а сейчас я наслаждаюсь солнцем на побережье». Селфимания захватила соцсети и буквально управляет детьми, желающими запечатлеть каждое мгновение своей жизни и покрасоваться перед сверстниками.





Если ребёнок или подросток делает бесконечное количество селфи и тщательно их редактирует, это говорит о том, что он хочет показать себя наилучшим образом, получить одобрение со стороны сверстников в подтверждении того, что он хорош, подтвердить таким образом свою ценность и значимость. Желание сделать максимально привлекательный снимок нередко перерастает в помешательство, которое приводит к глубоким психологическим травмам. Подростки регулярно сравнивают свои снимки с профессиональными снимками знаменитостей, и их неудачи в попытках приблизиться к вымышленному идеалу негативно сказываются на самооценке, приводят к депрессии, и это только в лучшем случае. Но все это меркнет по сравнению с теми историями, в которые то и дело попадают юные любители экстремального селфи. Ведь даже астронавт, фотографировавший себя в открытом космосе, рисковал куда меньше, чем подросток, балансирующий с мобильником на крыше идущего на полном ходу поезда. Нередки случаи, когда в погоне за красивыми и удачными кадрами подростки взбираются на крышу многоэтажек, встают на самый край крыши либо совершают любые другие необдуманные поступки, которые, по их мнению, докажут их смелость и восхитят сверстников. В своем стремлении сделать максимально зрелищную фотографию для получения максимального количества «лайков» подростки рискуют собственной жизнью, и, к сожалению, все чаще ценой одной фотографии является человеческая жизнь

Главная привлекательность подобных селфи для подростков – возможность продемонстрировать свою удаль и бесшабашность миллионам сверстников и получить их признание и уважение. Ведь большинство ребят, выкладывающих свои фотографии в Интернете, именно к этому и стремятся.

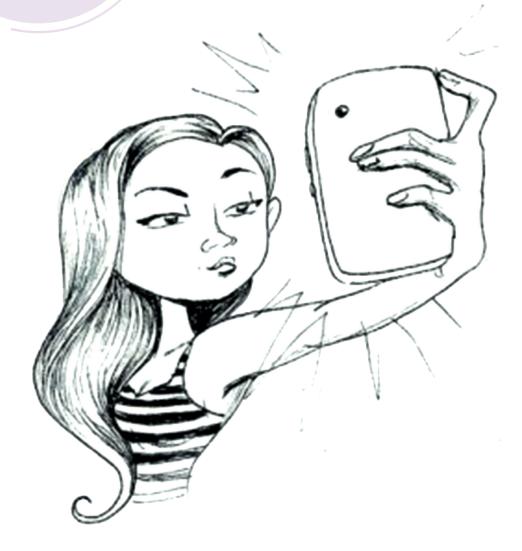
По мнению психологов, увлечение опасными селфи характерно для подростков, чья реальная эмоциональная жизнь довольна бедна. Если ребёнок имеет разнообразные интересы, любит рисовать или заниматься спортом, ему и в голову не придёт идея поразить мир безумными селфи. Его жизнь и так полна событиями и смыслом. А если у ребёнка занижена самооценка, жизнь его однообразна и скучна,

тогда основным занятием становится общение с виртуальными друзьями. Вы обращали внимание на неестественно радостные и счастливые лица на селфи многих подростков? Они стараются всему миру показать, какая «крутая» у них жизнь и как она богата приключениями. Это и заставляет их лезть на крыши электричек и недостроенных домов. И возбуждение, которое они при этом испытывают, сродни наркотическому.

Согласно недавним исследованиям учёных, некоторые пользователи соцсетей действительно страдают от настоящей зависимости, которая уже получила название - «селфитис». По мнению исследователей из Ноттингемского университета, нездоровая потребность делать селфи и публиковать их в соцсетях - более Шести раз в день - может говорить о том, что человек страдает этим заболеванием в хронической форме. Такая, казалось бы, безобидная зависимость может привести к серьезным проблемам в отношениях с близкими и родственниками. Семь из десяти подростков утверждают, что они ищут поддержки в соцсетях, когда им плохо. Но не следует забывать, что именно соцсети способствуют развитию депрессии и усиливают чувство беспокойства. С помощью селфи-снимков дети повышают свою самооценку в глазах окружающих, повышают свой статус в социальных сетях, набирая большое количество «лайков». Также селфи - это своего рода проблема современной молодёжи. И даже многие специалисты называют селфи болезнью XXI века, так как не только дети, но и взрослые делают ежедневно огромное количество селфи-снимков. Есть категория детей, которые и дня не могут прожить, не сделав фотографию самого себя, чтобы выложить в социальные сети. У таких детей развивается зависимость от данного явления, которая может привести к отклонениям от норм поведения и даже к психическому расстройству, что несёт в себе опасность, которая имеет печальные последствия. Ведь ради красивого снимка, рискуя ценой собственной жизни, подростки готовы на многое и даже на то, чтобы сделать желанный снимок в экстремально опасных для их жизни условиях.

Повальное увлечение селфи несет угрозу психическому и физическому здоровью.





Для самосохранения следует запомнить эти рекомендации:

- **1)** не фотографироваться в местах, которые могут повлечь за собой непредсказуемые последствия для жизни;
- **2)** школьникам не заниматься самолюбованием и не делать без всяких причин селфи, а пополнять свой багаж знаний;
- **3)** если появляется желание сфотографировать что-либо, чётко отмечайте, что именно, дабы не делать много селфи;
- **4)** необходимо чётко планировать свой день, придерживаться графика, в котором можно выделить время для фотографий, но знать, что сделать можно только один кадр;
 - 5) переключите своё внимание на активный вид

отдыха: спорт, танцы, при которых невозможно всегда быть с телефоном в руке;

- **6)** необходимо больше внимания уделять самому себе, планировать свой день, включая в распорядок обязательное общение с родственниками и друзьями;
- **7)** нужно научиться самоутверждаться во внешнем мире, тогда и виртуальный способ не понадобится;
- **8)** необходимо помнить, что ваша ценность и значимость определяется не количеством «лайков», а полезными поступками и делами. Интернет-пространство только дополнительный ресурс для общения. В вашей реальной жизни есть те, кто вас любит, принимает и поддерживает. Это необходимо ценить.

Родионова Лариса Викторовна, педагог-психолог ГБУ ВО ЦППМС

МОЛОДЁЖНАЯ СУБКУЛЬТУРА



СОВРЕМЕННАЯ МОЛОДЁЖНАЯ СУБКУЛЬТУРА – ПЛЮСЫ И МИНУСЫ

Субкультура – это весьма распространенное явление. СубКультура (от латинского sub «под» + cultura «культура»»), подкультура в социологии, антропологии и культурологии, обозначающее часть культуры общества, отличающаяся своим поведением от преобладающего большинства, а также социальные группы носителей этой культуры. Субкультура может отличаться от доминирующей культуры собственной системой ценностей, языком, манерой поведения, одеждой и другими аспектами. Различают субкультуры, формирующиеся на национальной, демографической, профессиональной, географической и других основах. В частности, субкультуры образуются этническими общностями, отличающимися своим диалектом от языковой нормы.

Отдельно в этом ряду стоит понятие молодёжная субкультура. Молодёжная субкультура – это культура определённого молодого поколения, обладающего общностью стиля жизни, поведения, групповых норм, ценностей и стереотипов. Молодёжные субкультуры можно определить как систему смыслов, средств выражения, стилей жизни. Участие в субкультуре – это «игра во взрослую жизнь», где молодёжь конструирует некое подобие жизненных ситуаций и учится поведению в них. Субкультуры меняются настолько быстро и настолько разнообразны в один отдельно взятый промежуток времени в пределах одного большого пространства, что иногда нет возможности их даже назвать.

Под субкультурой следует понимать основные характеристики социальных ценностей, норм и предпочтений подростков, находящие отражение в социальной позиции и в других формах самореализации индивида. Таким образом, любая субкультура является способом выражения индивидуальности молодых людей. Согласно современной точке зрения, субкультура – это особая сфера культуры. Скажем

так, это образование внутри культуры, которое отличается собственными ценностями и обычаями. Это культура определённого молодого поколения, обладающего общностью стиля жизни, поведения, групповых норм. Если у молодого человека появляется необычный стиль одежды, поведения, высказываний – все это могут быть приметы причастности к определённой субкультуре.

Подростковый возраст, особенно с 13-15 лет, – это возраст формирования нравственных убеждений, принципов, которыми подросток начинает руководствоваться в своём поведении. В этом возрасте появляется интерес к мировоззренческим вопросам, таким, как возникновение жизни на Земле, происхождение человека, смысл жизни. Формированию у подростка правильного отношения к действительности, устойчивых убеждений необходимо придавать первостепенное значение, т.к. именно в этом возрасте закладываются основы сознательного, принципиального поведения в обществе, которые дают о себе знать и в будущем.

Нравственные убеждения подростка складываются под влиянием окружающей действительности. Они могут быть ошибочными, неправильными, искажёнными. Это имеет место в тех случаях, когда они складываются под влиянием случайных обстоятельств, дурного влияния улицы, неблаговидных поступков. В тесной связи с формированием нравственных убеждений молодых людей складываются их нравственные идеалы. Этим они существенно отличаются от младших школьников. Идеалы у подростков проявляются в двух основных формах. У подростка младшего возраста в качестве идеала выступает образ какого-либо конкретного человека, в котором он видит воплощение высоко ценимых им качеств. С возрастом у молодого человека наблюдается заметное «движение» от образов близких людей к образам лиц, с которыми он непосредственно не общается. Старшие подростки начинают предъявлять более высокие требования к своему идеалу. В связи с этим они начинают осознавать, что окружающие, даже очень любимые и уважаемые ими, в большинстве своем самые обыкновенные люди, хорошие и достойные уважения, но не являются идеальным воплощением человеческой личности.

МОЛОДЁЖНАЯ СУБКУЛЬТУРА



В развитии познания молодёжи окружающей действительности наступает такой момент, когда объектом познания становится человек, его внутренний мир. Именно в подростковом возрасте возникает направленность на познание и оценку морально-психологических качеств окружающих. Наряду с ростом такого интереса к другим людям у подростков начинают формироваться и развиваться самосознание, потребность в осознании и оценке своих личностных качеств.

Можно обобщить и выявить следующие возрастные особенности, характерные для подросткового периода: потребность в энергетической разрядке; потребность в самовоспитании; активный поиск идеала; отсутствие эмоциональной адаптации; подверженность эмоциональному заражению; критичность; бескомпромиссность; потребность в автономии; отвращение к опеке; значимость независимости как таковой; резкие колебания характера и уровня самооценки; интерес к качествам личности; потребность быть; потребность что-то значить; потребность в популярности.

У подростков появляется желание изучать свое «Я», понять, на что они способны. В этот период они стремятся себя утвердить, особенно в глазах сверстников, уйти от всего детского. Все меньше ориентируются на семью и обращаются к ней. Подростки, потерявшие ориентир, не имеющие поддержки среди взрослых, стараются найти идеал или образец для подражания. Таким образом, подростки примыкают к той или иной неформальной организации. Особенностью неформальных объединений является добровольность вступления в них и устойчивый интерес к определенной цели, идее. Вторая особенность этих групп - соперничество, в основе которого лежит потребность самоутверждения. Молодой человек стремится сделать что-то лучше, чем другие, опередить в чем-то даже самых близких ему людей. Это приводит к тому, что внутри молодёжные группы неоднородны, состоят из большого числа микрогруппировок, объединяющихся на основе симпатий и антипатий. Именно в пространстве неформального общения возможен первичный, самостоятельный выбор подростком своего социального окружения и партнёра. Принято считать, что главное для подростков в неформальных группировках – возможность отдохнуть, провести свободное время. С социологической точки зрения, это неправильно: «балдёж» стоит на одном из последних мест в перечне того, что привлекает молодёжь в неформальные объединения.

Виды субкультур. Изучение молодёжных субкультур издавна составляет важное направление социологии молодёжи. Молодёжные движения можно разделить на такие группы:

связанные с музыкой: музыкальные фанаты, последователи культуры музыкальных стилей: рокеры, металлисты, панки, готы, рэперы, транс-культура;

отличающиеся определенным мировоззрением и образом жизни: готы, хиппи, индианисты, панки, растаманы;

связанные со спортом: спортивные фанаты, роллеры, скейтеры, стрит-байкеры; байкеры;

связанные с играми, уходом в другую реальность: ролевики, толкиенисты, геймеры;

связанные с компьютерными технологиями: хакеры, юзера, те же геймеры;

враждебно или асоциально настроенные группы: панки, скинхэды, РНЕ, гопники, люберы, нацисты, периодически: футбольные фанаты и металлисты;

религиозные объединения: сатанисты, секты, кришнаиты, индианисты;

группы современного искусства: графиттеры, брейк-дансеры, просовременные художники, скульпторы, музыкальные группы;

элита: мажоры, рейверы;

антикварные субкультуры: битники, рокабилльщики; субкультура масс или контркультура: гопники, реднеки;

социально-активные: общества защиты истории и окружающей среды, пацифисты.

Существует и другая классификация видов молодежной субкультуры:

По музыкальным предпочтениям: представители отдельных субкультур зачастую отдают предпочтение разной музыке. Готам нравится готик-метал, маталлистам - хэви-метал и его виды, панкам – панк-рок, растаманам – регги, эмо – пост-хардкор и так далее.



МОЛОДЁЖНАЯ СУБКУЛЬТУРА

Спортивные субкультуры: одна из известнейших спортивных субкультур – паркур. Термин обозначает виртуозное искусство перемещения и огибание препятствий в пространстве. Ключевая идея паркура: «границы отсутствуют, есть только препятствия». Паркур стал особо популярен после выхода картин «Тринадцатый район», «Ямакаси». Футбольные болельщики также причисляются к ряду особой спортивной субкультуры. Более организованной группой они стали на рубеже 70-80 годов XX века.

По стилю: в числе субкультур, выделяющихся по стилю, обычно отмечают: Visual kei, милитари, теддибоев, кибер-готов, модов, стиляг, фриков. Все они имеют собственные отличительные признаки в имидже.

По общественным убеждениям: в списке субкультур есть и выделяющиеся по общественным убеждениям: битники, SHARP-скинхеды, RASH-скинхеды, стрейт-эджеры, анархо-панки, яппи, неформалы, нью-эйндж, хиппи.

По хобби: люди, которых объединяет общее специфическое хобби и сопутствующая атрибутика, тоже причисляют себя к одной из субкультур. Речь может идти о таких сообществах: байкеры, реконструкторы, геймеры, бибои, ролевики и так далее.

По хулиганскому поведению: больше всего опасений у обычных граждан вызывают представители именно этих субкультур, схожих хулиганским и вызы-

вающим поведением: ультрас, высокоорганизованные любера, руд-бои, футбольные дебоширы и гопники.

По другим признакам: существует немало молодежных субкультур, объединенных иными увлечениями. В их числе отаку – люди, обожающие и хорошо разбирающиеся в аниме и различной манги. Также довольно примечательны фурри, являющиеся поклонниками антропоморфных существ и причисляющие себя к фурри-фэндому.

Часто можно встретить мнение, что приверженность к одной из субкультур относится к девиантному поведению. С учетом этой точки зрения можно говорить о том, что она:

- характеризуется: аутодеструктивным типом поведения по характеру направленности;
- относится к аддиктивному (зависимому) виду девиантного поведения по характеру проявлений;
- нехимической зависимости по подвиду девиантного поведения по характеру проявлений.

Рассматривая разновидности девиантного поведения по степени социальной одобряемости, ее можно отнести к разряду социально одобряемых и просоциальных (адаптированной к нормам определенной социальной группы (ролевики, эмо, готы, сатанисты, металлисты и пр.).

Приверженность к маргинальным субкультурам относится к социально нейтральным (не представляющее общественной опасности или с неоднозначными критериями оценки ониомания; любовные и пищевые аддикции; необычные способы достижения удовлетворения («паранойя здоровья», «жажда острых ощущений», экстрим); религиозный, музыкальный, спортивный и пр. виды фанатизма, кибераддикции (геймерство, компьютерная, Интернет-зависимость, гаджет-зависимость).



Сидорова Марина Владимировна, старший методист ГБУ ВО ЦППМС

АДРЕНАЛИНОВЫЕ ФОРМЫ СУБКУЛЬТУРЫ



ЗАЦЕПЕРЫ И РУФЕРЫ – АДРЕНАЛИНОВЫЕ ФОРМЫ СУБКУЛЬТУР ПОДРОСТКОВ

Подростковый возраст требует романтики и героизма, а также ему присуща тяга к риску и повышенному адреналину. Молодые люди любят самовыражаться и очень часто необычными способами.

К их числу можно отнести зацеперов (трейнсерфинг) и руферов - экстремальные виды молодёжных субкультур.

Зацепинг (трейнсерфинг) (от англ. train surfing) – езда на крыше транспортных составов (электрички, метро, автобуса), между или под вагонами. Это социально опасное явление, схожее с мелким хулиганством, со своими традициями, негласными правилами этики, языком общения. Подростки учатся в основном на американских фильмах, где крутым считается тот, кто рискует жизнью. В таком возрасте не хватает положительных эмоций, нужен адреналин. Экстремалы получают удовольствие при превышении порога, им нужно возбуждение, и ради кайфа они готовы рискнуть жизнью.

Руфинг (от англ. «roof» – кровля, крыша) – один из видов субкультур современной городской молодёжи, в большинстве своём руферы возраста от 18 до 25 лет. Лазание по крышам – разновидность индустриального туризма, подразумевающего проникновение на труднодоступные объекты с целью их исследования. В данном случае – крыш высотных строений, небоскрёбов, радиовышек, многоэтажных жилых домов и т.п.

Есть несколько причин, по которым чаще всего именно несовершеннолетние увлекаются подобными



видами экстремального развлечения, – это так называемая адреналиновая зависимость и желание выделиться среди сверстников. Логика поведения тех, кто предпочитает экстремальные виды досуга, заключается в идее, что пострадать могут лишь неумехи, а сами они умные и ни в коем случае не погибнут.

Зацеперы и руферы имеют свои классификации. Так, зацеперы делятся на 2 типа.

Лидеры («герои») и остальные («школота» и т.п.). Лидеры отличаются демонстративным поведением, агрессивностью, поисками острых ощущений, критикой существующих норм, склонностью к риску, независимостью, эгоцентричностью, стремлением к успеху, признанию, потребностью доминировать, так называемый «авантюрный тип личности». Именно они в большинстве случаев создают в соцсетях группы зацеперов, где делятся опытом, агитируют и поощряют подростков к необдуманному поведению.

Второй тип – в большинстве случаев это подростки с зависимым поведением, недостаточно развитой волевой регуляцией, инфантильностью, импульсивностью, повышенной внушаемостью.

Среди руферов следует выделять следующие группы.

Руферы-экстремалы, которые покоряют крыши, лазая по уступам, пожарным лестницам, водосточным трубам, прыгая с соседних строений. Некоторые из них демонстрируют опасные трюки над пропастью, обязательно снимая все это на видео. Цель руферов-экстремалов – несанкционированное проникновение на крыши самых сложных высотных сооружений и объектов в промышленных зонах, даже находящихся под охраной.

Тихие руферы, пробирающиеся на крыши домов обычным способом – через лифты, лестницы, чердаки и люки. Цель тихих руферов – получение эстетического удовольствия от созерцания городских пейзажей с высоты птичьего полета и фотосъемка.

Арт-руферы, проводящие на крышах поэтические встречи, концерты, граффити-баттлы. Под самыми облаками организуют пикники, свадебные фотосессии. Руфинг для людей творческих является источником вдохновения.

Что заставляет молодёжь идти на экстрим, только ли получение адреналина? По возрастным категориям это две субкультуры мало чем отличаются друг от друга. В них принимают участие люди от 14 до 25 лет. Зачастую это

АДРЕНАЛИНОВЫЕ ФОРМЫ СУБКУЛЬТУРЫ

связано с процессом самоутверждения. Как зацеперы, так и руферы выкладывают свои «приключения» как отчёт в социальных сетях, желая получить максимальное количество «лайков».

Их объединяет склонность к рискованному поведению, потребности в автономии, свободе, объединение в группы (аффилиации), потребность изменения своего статуса в системе социальных оценок, определение своего места в социальной иерархии.

Для зацеперов характерны: дисгармония личности, изменение установившихся интересов, протестующий характер поведения по отношению ко взрослым и обществу.

Зацеперы (трейнсерферы) – это люди, которые, как правило, не получают должного признания в семье, учёбе, в коллективе сверстников и в результате переходят на сторону саморазрушения, что нельзя сказать о руферах.

Зацепинг, как и руфинг, – это крайне травмоопасные субкультуры, которые ежегодно уносят десятки жизней. Одна из самых частых причин гибели зацеперов и руферов – потеря равновесия и падение. Происходит это вследствие того, что молодые люди всегда пренебрегают правилом трех опор. Они используют неудобные и не предназначенные для этого конструкции в качестве опоры, а также проделывают разнообразные трюки.

Зацепинг опасен столкновением с какими-либо препятствиями во время передвижения (указательными знаками, столбами, платформами, другими транспортными средствами, туннелями и др.); разрядом электрического тока; получением ожогов из-за непосредственного контакта с нагретым тормозным резистором.

Профилактика зацепинга. Если у ребёнка на данный период времени отсутствует хобби, можно предложить «здоровую альтернативу». Разные виды спортивных секций, общественных мероприятий и др. Особенно эффективны совместные увлечения старшего и младшего поколения. Важно, правильно организовывать досуг детей, с учётом их потребностей и пожеланий. Зацепинг для несовершеннолетних – это такое развлечение, которое надо предотвратить. Важно, чтобы дети осознавали собственную ценность, имели какое-либо увлечение и были мотивированными на дальнейшую жизнь. Чтобы уберечь ребёнка от смертельного хобби, необходимо регулярно беседовать с детьми о реальных опасностях и возможных последствиях зацепинга. Помимо этого, в обязательном порядке регу-



лярно информировать ребёнка о правилах безопасности на железной дороге и вблизи транспортных средств. Это поможет избежать несчастных случаев и минимизировать интерес ребенка к зацепингу.

Практические рекомендации для родителей.

Важно, чтобы у подростка формировались позитивные интересы и происходило позитивное эмоциональное развитие с учётом его потребностей, которые он увидит:

- во взрослом человеке, но не в каждом взрослом (необходимо, чтобы взрослый сумел выстроить особые отношения с подростком – отношения созидающего взаимодействия);
- в героях (подросток будет искать кумира для подражания, и этим кумиром чаще всего становится тот, кому не жалко ярких красок, сильных эмоций и громких дел);
- в коллективе сверстников как естественной среде нормального развития;
 - в сотрудничестве с другими людьми;
- в защите прав на яркие и сильные эмоции, на приключения, на романтику, на увлечения и интересы;
 - в равных семейных отношениях.

Для удовлетворения этих потребностей родителям желательно предпринимать следующие меры.

- 1. Вести беседы со своими детьми о реальных опасностях и последствиях экстремальных увлечений в целом и зацепинге в частности.
- 2. Обучать детей правилам безопасности на железной дороге.
- 3. Предлагать своим детям «здоровую альтернативу»: включать их в спортивные, общественные мероприятия и т.д. Особенно эффективны совместные увлечения старшего и младшего поколения.

АДРЕНАЛИНОВЫЕ ФОРМЫ СУБКУЛЬТУРЫ

4. Продумать досуг своих детей, в котором будет делаться акцент на интерактивные занятия и игровые тренинги.

Родители должны интересоваться не только учёбой, но и личными проблемами ребёнка, в особенности подростка. Важно, чтобы дети осознавали собственную ценность, имели какое-либо увлечение и были мотивированными на дальнейшую жизнь.

Чего делать нельзя?

По отношению к подростку использование только запрещающих мер воздействия бесполезно! Из-за специфики возраста строгие запреты и правила приведут к внутреннему протесту и возрастанию ещё большего интереса к экстремальным формам поведения. Вывод один – всегда искать альтернативу и уметь договариваться со своим ребёнком.

Что касается руферов, то **ВСЕГД**А помнить, что руфинг – достаточно рисковое занятие. Поэтому прежде, чем решиться на покорение крыши, важно, чтобы вы и ваш ребёнок знали и помнили правила.

РУФЕР ДОЛЖЕН:

- не принимать алкоголь и другие вещества, изменяющие сознание,
- не ступать на сырые и обледеневшие наклонные крыши,
- быть физически подготовленным, иметь хороший вестибулярный аппарат,
 - не опираться на ненадежные предметы, обходить антенны и провода,
 - не повреждать крыши и не мешать жителям.

А ещё родители должны осознавать долю ответственности, которую они несут за своих детей.

В законодательстве Российской Федерации нет понятий «руфер», «руфинг», однако в некоторых случаях «покорителям крыш» могут предъявить обвинения в нарушении закона. Если молодые люди взломают замок, то им грозит штраф за нарушение режима охраняемого объекта. За порчу частного и муниципального имущества, памятников архитектуры деятельность экстремалов может попасть под статьи Уголовного кодекса. Если же дверь на крышу не была



закрыта или руферы проникли туда по пожарной лестнице, то нарушений они не совершают.

В отличие от руферов, зацеперы попадают в поле действия закона.

На настоящий момент ответственность зацеперов установлена нормами Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях.

Родители, будьте внимательны к своим детям и не подвергайте их опасности.

Используемые источники:

- 1. https://yandex.ru/search/?text=статья+про+зацепинг%2C+ трейнсерфинг&clid=2349157-0&win=461&lr=10661
- 2. https://pастимдетей.pф/articles/zaceping-i-treynserfing-kak-uberech
- 3. Ларионова С. О. Психологическое сопровождение профилактики девиантности у младших школьников с задержкой психического развития— Екатеринбург: УрГПУ, 2019.

Попова Янна Анатольевна, социальный педагог Гусь-Хрустального филиала ГБУ ВО ЦППМС

