В основе деструктивного поведения детей и подростков лежит внутреннее и внешнее неблагополучие. Хороший эмоциональный контакт с ребенком, ответственное и внимательное отношение к нему является главным условием профилактики деструктивного поведения.

Если ребенка постоянно критикуют – он учится ненавидеть.

Если ребенок живет во вражде, он учится - быть агрессивным.

Если ребенка высмеивают – он становится замкнутым.

Если ребенок растет в упреках – он учится жить с чувством вины.

Если ребенок растет в терпимости – он учится понимать других.

Если ребенок растет в честности – он учится быть справедливым.

Если ребенок растет в безопасности – он учится верить в людей.

Если ребенка поддерживают – он учится ценить себя.

Если ребенок живет в понимании и дружелюбии – он учится   находить любовь в этом мире.

Если ребенка хвалят – он учится   быть благородным.

* Позитивный настрой.

Любое взаимодействие следует начинать с себя, особенно если оно связано со стремлением изменить другого человека.

Что это значит? Случившееся уже не изменить, можно только предотвратить возможные нарушения поведения в будущем. Очень важен собственный настрой. Задайте себе вопрос "Что я чувствую?" Если вами владеет гнев, растерянность, злость или другие негативные чувства, то следует успокоиться, прежде всего, привести себя в равновесие. Для этого можно сделать несколько глубоких вдохов и выдохов, переключить внимание, сосредоточиться на образах покоя и равновесия или сделать еще что - то, позволяющее растопить негативные чувства.

Спросите себя "Чего я хочу достичь?" - наказать, выразить свое отношение или создать условия для изменения поведения ребенка. Нужно оценить реалистичность и реализуемость выдвигаемой цели, а также ее понятность, доступность, привлекательность для ребенка. Следует ответить для себя "Каково мое отношение к ребенку?" Если в этом отношении превалирует негатив, то вряд ли удастся достичь взаимопонимания.

* Доверительное взаимодействие:

Необходимо потратить немного времени и сил на установление доверительного контакта с ребенком.

Уровень открытости ребенка прямо связан с ощущением собственной безопасности. Ребенок будет молчать, огрызаться или демонстрировать другие формы защитного поведения, пока не почувствует, что вы именно тот взрослый, который не нарушает его безопасности. Доверие к миру, ситуации, другому человеку - это базовая потребность ребенка. Поэтому достижение доверия - первоочередная задача. ЕЕ решение обеспечивается признанием безусловной ценности и уникальности другого человека.

* Выявление причин.

Нужно найти причины отклоняющего поведения.

Конкретное поведение - это следствие чего - то. Причина поведения - значима, поэтому, устраняя только следствия, результата можно не получить.

Типичные причины нарушения поведения:

- стремление привлечь к себе внимание (независимо от способностей);

- действия, производящие неблагоприятное впечатление продиктованы стремлением найти ценности, служению которым они могли бы посвятить себя;

- обесценивание чувства любви, добра;

- стремление отомстить родителям или другим взрослым за пережитые обиды, боль и унижение.

Последовательность во взаимодействиях.

Вряд ли удастся достичь желаемого результата, если взрослый будет менять свою позицию или слова и заявления не будут соответствовать Вашим действиям. Например, советуют ребенку не терять самообладания в трудных ситуациях, говорят, что дракой и ссорой ничего не доказать, а сами кричат на ребенка и наказывают его.

* Позитивность взаимодействия.

Постановка позитивной цели, учитывающей интересы, права и возможности ребенка.

Формулировка цели будет позитивной в том случае, когда она содержит указание на позитивный результат ("вести здоровый образ жизни" вместо "бросить курить", "добиться положительной успеваемости" вместо "не получать двойки", "приходить в школу вовремя" вместо "перестать опаздывать"). Важно, чтобы была опора на положительные качества и ресурсы, восстановление позитивного самоощущения. Это значит искренне поощрять привлекательность поступков, чувств, мыслей и намерений ребенка.

* Поощрение положительных изменений.
* Разумный компромисс.
* Важно понимание того, что абсолютный идеал не достижим, что любые изменения должны создавать, а не разрушать ребенка. Учитывайте уникальность и неповторимость ребенка.
* Обращайте внимание на факты, подтверждающие негативные контакты или стремления ребенка к контактам с лицами деструктивной направленности (интересуется темами, целенаправленно собирает информацию о случаях деструктивных проявлений у других, замечен в "неблагополучной" компании). Так вы сможете своевременно распознать деструктивные тенденции в поведении ребенка.
* Проявляйте интерес, осуществляйте контроль активности ребенка в сети Интернет, в социальных сетях. Так вы сможете пресечь негативное воздействие на ребенка со стороны других людей и организаций.
* Учите ребенка правилам безопасного поведения (в том числе в сети Интернет). Так вы научите ребенка нести ответственность за собственную безопасность.
* Обращайте внимание на характер ваших отношений с ребенком (уровень доверия между вами, удовлетворенность базовых потребностей ребенка). Жестокое отношение к ребенку, игнорирование, сверх контроль или попустительство являются факторами риска его психологического здоровья и способствуют развитию у него деструктивных проявлений.
* Обращайте внимание на признаки кризисных состояний у ребенка (высокая тревога, напряжение, агрессивность, изоляция, угнетенное или подавленное состояние, повышенная возбудимость). Данные признаки могут быть следствием внутреннего неблагополучия ребенка, страданий или употребления наркотических веществ.
* Обращайте внимание на увлечения вашего ребенка, на уровень его досуга (имеет разнообразные конструктивные увлечения, не имеет постоянных увлечений, имеет много свободного времени, которое неизвестно как проводит, имеет деструктивные увлечения (воровство, принадлежность деструктивным молодежным движениям и т.п.); поддерживайте вашего ребенка в самоопределении. Так вы сможете предотвратить деструктивную направленность его личности.
* Интересуйтесь делами вашего ребенка, событиями его жизни (с кем дружит, с кем конфликтует, как взаимодействует с учителями и т.д.). Так вы сможете вовремя поддержать его, создадите ощущение его значимости и поможете выбрать конструктивное направление развития.
* Обращайте внимание на уровень самооценки (адекватная- завышенная - заниженная; самопринятие - самоуничижение). Чувство ненужности, вины, собственной никчемности вынуждают ребенка использовать деструктивные способы борьбы с неприятными переживаниями.
* Показывайте ребенку пример уважительного отношения к себе и другим людям, будьте для своего ребенка примером. Так вы сформируете у ребенка пример правильного поведения.
* Создавайте для него возможность выбора, чтобы он учился принимать самостоятельные решения. В последствии в других ситуациях он сможет проявлять инициативу, быть ответственным, противостоять негативному воздействию со стороны других людей.
* Разделяйте ответственность со своим взрослеющим ребенком. Выделяйте ему собственные обязанности и помогайте в тех делах, с которыми он еще не может полностью справиться самостоятельно. Так он научится рационально использовать собственную свободу и силы и приобретет необходимые навыки для самостоятельной жизни.
* Привлекайте ребенка к совместному труду со взрослыми, к семейному делу. Так ребенок научится ценить собственные усилия, чувствовать собственную значимость, научится занимать себя полезным трудом.
* Формируйте у ребенка мотивацию достижения, мотивацию к учебе, познанию и совершенствованию. Так он выработает внутреннее устойчивое стремление к развитию в противовес саморазрушению.
* Поддерживайте ребенка в ситуациях неудачи, помогайте пережить тяжелые чувства (гнева, печали, горя, одиночества, тревоги). Так ребенок научится конструктивно переживать жизненные невзгоды.
* Отмечайте резкие изменения в поведении и в состоянии ребенка. Кардинальные изменения могут быть признаком глубокого психического или психологического неблагополучия ребенка. Ряд изменений является следствием взросления вашего ребенка и нуждается в их поддержании и развитии (становится более самостоятельным, общительным, любознательным, больше заявляет о себе и т.д.).
* Формируйте у ребенка толерантное отношение к отличиям других людей. Так вы научите ребенка принимать себя и других, предотвратите внутреннее рассогласование и агрессивное отношение к себе и окружающим.
* Незамедлительно реагируйте на факты вымогательства, воровства, оскорбления личного достоинства, жестокого обращения как по отношению к вашему ребенку, так и с его стороны. Это поможет предотвратить развитие острых стрессовых состояний у ребенка или формирование у него противоправного деструктивного поведения.
* Замечайте обращения -"сигналы" со стороны ребенка. Частые жалобы являются признаком неудовлетворенности важных потребностей или неразрешенной тяжелой ситуации. Так вы сможете предотвратить развитие неблагоприятной или опасной ситуации, сформируете у ребенка внутреннее ощущение того, что его понимают, что он не одинок в своих переживаниях.
* Разговаривайте с ребенком, проясняйте мотивы его поступков ("Зачем ты так сделал?", "А что будет, когда ты это получишь?"). Так вы сможете снизить импульсивное необдуманное поведение ребенка, вызванное внутренним противоречием, поймете потребности ребенка, научите ребенка осознанному поведению.
* Обращайте внимание на затяжные конфликты в семье, оградите ребенка от участия в конфликтах взрослых. Ребенок чувствует бессилие в конфликтах взрослых, одновременно испытывая и злость, и любовь к близким. Часто в этом случае он ищет избавления от боли и напряжения в деструктивных действиях (попытки самоубийства, демонстративные проступки, асоциальное поведение, жестокость по отношению к другим).
* Создайте ребенку возможность для его полноценного отдыха, труда, личное пространство. Неудовлетворенность базовых потребностей приводит к формированию высокого эмоционального напряжения, снижению психологического здоровья ребенка, снижает ощущение собственной ценности и значимости.
* Уделяйте внимание чувствам и состоянию ребенка, если в семье произошло кризисное событие (развод родителей, смерть члена семьи, появление нового члена семьи, несчастный случай, болезнь члена семьи и т.д.). Ребенок не всегда может выразить собственные чувства и справиться с тяжелыми переживаниями. Отсутствие понимания и поддержки приводит к тому, что ребенок ищет помощи у посторонних людей (лидеры деструктивных молодежных движений, сектанты, отрицательные авторитеты).
* Будьте в курсе популярных молодежных течений, субкультур, современных татуировок, аббревиатур, используемых в молодежной среде. Так вы сможете своевременно выявить принадлежность вашего ребенка деструктивным объединениям или деструктивные увлечения, пресечь их негативное влияние на ребенка.
* Делитесь с ребенком собственным детским, юношеским опытом преодоления жизненных, учебных трудностей, разочарований в дружбе, любви, поддерживайте в нем веру в благоприятный исход событий, подчеркивайте значимость его переживаний. Так вы поддержите в ребенке веру в его "нормальность", в то, что негативные чувства испытывают все люди и есть конструктивные способы их преодоления.
* Вырабатывайте неприязненное отношение у ребенка к деструктивным поступкам других людей, организаций ("это плохо, когда одни люди уничтожают других по признаками пола, расы, увлечений и т.п.", "человек унижающий другого - слабый человек"). Формируйте у ребенка ценностное отношение к жизни, дружбе, добру, взаимопомощи, здоровью, труду. Так вы создадите у ребенка прочную внутреннюю опору.
* Если вы испытываете недостаток знаний в понимании поведения вашего ребенка или взаимоотношений с ним, обращайтесь за дополнительной информацией к психологу, социальному педагогу, медицинскому работнику, сотрудниками полиции, КДН. Так вы сможете предотвратить развитие деструктивных форм поведения у ребенка, окажете ему необходимую квалифицированную помощь и поддержку.

Самым горьким детским разочарованием бывает потеря веры в слова и поступки родителей. В свою очередь, именно благодаря доверию родители могут наиболее эффективно взаимодействовать с ребенком. Важно помнить, что никогда не поздно сделать шаги навстречу пониманию своего ребенка, приложить усилия, и вернуть доверие в семье!

Время, проведенное вместе должно быть насыщенным и интересным для всех членов семьи. Подойдет любая совместная деятельность, главное, чтобы каждый чувствовал себя сопричастным. Яркие, положительные, совместно пережитые эмоции всегда сближают семью.

Важно уделять внимание семейным традициям и ценностям.

Хорошей каждодневной традицией может быть ужин в теплой семейной атмосфере. Можно рассказать и поделиться со всеми своими проблемами, событиями за день, строить совместные планы на выходные.

Семейной традицией может стать еженедельный выходной совместный отдых. Всей семьей запланируйте свои выходные. Это может быть поездка в лес, прогулка в парке, пикник, кинотеатр и т.д. Обязательно делайте совместное фото. Заведите семейный альбом куда вы будете вклеивать фотографии вашего семейного досуга, можно писать впечатления.

Для сближения и доверия в семье можно использовать совместное рисование. Например нарисуйте общую картину на большом листе ватмана. Каждый рисует по своему усмотрению, но должно получиться что-то, что имеет общий замысел. Также можно рисовать картины-настроения в данный момент. Каждый рисует свой рисунок, а потом все вместе обсуждают результаты. Такие сеансы помогают поделиться своими эмоциями и переживаниями, способствуют сохранению понимания и доверия в семье.

Можно составить «Семейный коллаж мечты», планы на год. Где каждый выразит свои желания, стремления и т.д. Всего то нужно вооружится фломастерами, альбомными листами, скачать и распечатать картинки, можно вырезки из журналов или нарисовать самим.

Придумывайте разнообразные семейные занятия. Чаще проводите время вместе. Ведь Детство - это трамплин во взрослую жизнь. И каким будет ваш ребенок в будущем, во многом зависит от того, какие взаимоотношения у него в семье сейчас. Если в семье есть доверие, взаимоподдержка, ценности, любовь и принятие, то нет места развитию негативного поведения. Семейные традиции и совместная деятельность формируют у детей положительные эмоции, положительные черты характера. Они сближают, сплочают семью. Вместе вы - сила. И никакие внешние угрозы не смогут разрушить созданный вами крепкий, дружный семейный союз!