

Тема номера: жестокость или доброта

Всемирный день психического здоровья

С 1922 года 10 октября отмечается Всемирный день психического здоровья, призванный привлечь внимание общества к проблеме депрессий, стрессов, наркотической и алкогольной зависимости.

По прогнозам Всемирной организации здоровья (ВОЗ) к 2015 году депрессия войдет в пятерку болезней-лидеров и более того, возглавит ее. Сейчас в мире насчитывается около 500 миллионов человек в той или иной степени страдающих психическими расстройствами. В России ежегодно обращаются к психиатрам и наркологам более 8 миллионов человек. На каждые 100 россиян приходится 3 человека, страдающих "пограничными" расстройствами - невротами и невротическими реакциями. Россия входит в тройку лидеров по количеству суицидов - ежегодно около 60 тысяч россиян кончают жизнь самоубийством.



Поэтому необходимость повышения психологической грамотности, осведомленности населения о природе и способах профилактики психологических расстройств сомнений не вызывает. В Елабуге одним из учреждений, призванных заботиться о психологическом здоровье граждан, является Центр социально-психологической помощи населению (ЦСППН) "Ариадна". Центр был открыт в 2001 году для поддержания психологического здоровья граждан и повышения психологической культуры населения. Специалисты Центра оказывают комплексную поддержку людям, оказавшимся в кризисной ситуации и нуждающимся в социально-психологической помощи, в первую очередь безработным, людям с ограниченными возможностями. Социальная и психологическая реабилитация подростков из "неблагополучных" семей осуществляется совместно с елабужскими волонтерами.

Немалую роль в поддержании психологического здоровья елабужан играет "Телефон Доверия" 7-96-59, на который только в этом году обратилось 1433 жителя города. В настоящее время на елабужском Телефоне Доверия принимают звонки по общероссийскому номеру детского телефона доверия 8-800-2000-122 со всей России (круглосуточно).

Директор ЦСППН "Ариадна"
Наталья Сафронова

Читайте в номере:

Рамзия Гирфанова: "Профессия - психолог, призвание - доброволец", **стр. 2**

Эстафета добровольчества: Казань - Елабуга, **стр. 3**

Жестокость или доброта: "Она выбрала мстить: кому и за что?", **стр. 4**

Не дать ребенку стать жестоким, **стр. 5**

Что делать, если... насилие, как предотвратить, **стр. 6**

Тест "Почему мой ребенок плохо себя ведет", **стр. 7**

Телефон Доверия - живой голос поддержки

Уже пять лет в Елабуге работает городской Телефон Доверия 7-96-59, специалисты которого принимают звонки от населения Елабуги, оказывая грамотную психологическую помощь. Они работают с понедельника по пятницу с 10 до 20 часов.

История телефонов доверия в мире насчитывает более 100 лет. В конце XIX века в Нью-Йорке к местному священнику Гари Уоррену позвонил один человек и невнятно что-то пробормотал в трубку. Уоррен сквозь сон ответил, чтобы звонивший приходил завтра, а на утро пришло сообщение о самоубийстве. Уоррен был потрясен. Всплывшие из сна воспоминания о ночном кошмаре подтолкнули его к мысли о причастности к случившемуся. На следующий день в местной газете появилось его объявление: "Перед тем, как уйти из жизни, позвоните мне в любое время суток", - такова предыстория появления первого телефона доверия.

Окончание на стр.3

Срочно в номер

В Министерстве труда, занятости и социальной защиты Республики Татарстан подвели итоги Республиканского конкурса "Дети - наше будущее" среди учреждений социального обслуживания населения. По результатам конкурса Центр социально-психологической помощи населению "Ариадна" стал победителем в номинации "Выбор есть всегда" за программу клуба для детей и подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации "Поколение NEXT".

Рамзия Гайнутдиновна Гурфанова.

Лет мне очень много. Школу закончила в далекое советское время на дорогой для меня земле Туркмении.

Профессия - психолог.

Призвание - доброволец.

Знак зодиака - Близнецы.

Ярко проявленные черты Близнецов - двойственность. Могу быть беленькой-пушистенькой, могу быть железной леди.

Самая лучшая черта характера - терпимость.

Самая отрицательная - импульсивность, которую иногда трудно сдерживать.

Оптимист или пессимист? Оптимизма навалом, но с годами источник уходит.

Мечта с детства - иметь много детей, но дитя одно и внучка одна.

Способ снятия стресса - медитация во время мытья посуды и уборки квартиры под релаксационную музыку.

Про сплетни. Сплетничать не люблю. Не люблю чужие секреты, если доверяют, то тут же забываю.

Пить и есть, что? Не гурман.

Какая черта характера мне не нравится в людях? Непорядочность и грязная манипуляция.

Что мне дорого в жизни? Семья и близкие.



ти тренинги развития личностного роста. В добровольческом центре подростков жду я и мои коллеги по добровольчеству - студенты. Люблю молодежь, потому что у них на все свежий взгляд и них можно многому научиться.

Что это я все о работе, да о работе. Вот так и вся жизнь чуть мимо не проскочила. Ни жена, ни мать. Хорошо, что мои близкие с пониманием и терпением относились к моим причудам. Они и сейчас терпимы, я ведь до сих пор работе не изменяю, но у меня изменились ценности и приоритеты. Муж для меня - опора, друг, финансы; мужчина, который видит во мне единственную женщину в мире. Я для него самая красивая, самая умная, креативная, великолепная жена, мать, бабушка и психолог. Его любимое выражение: "Я не сомневаюсь, что у тебя все получится". Я великолепной бабушкой стала давно, но матерью своему дитя я стала недавно, хотя это противоречит логике. "Стать матерью" - мир и состояние не описать: благодать, спокойствие, умиротворение, принятие всего сущего и безмерная любовь. Но сколько нужно было пройти, испытать, терзаться, стучать в закрытые двери непонимания - не чужого, а своего непонимания. Доченька! СПАСИБО. Думаю родить ребенка - это еще не значит, что мы стали родителями. Важно любить и принимать его безусловно. То есть не за что-то конкретное, а за то что он просто есть.

Я являюсь куратором газеты "Первоцвет", ведущим тренингов: "профилактика наркомании", "тренинг общения для подростков", координатором лагеря "Первоцвет". Провожу индивидуальное консультирование и диагностику любой категории населения.

Мой телефон: 8-917-272-05-13.

Подготовила Любовь Белова

Таких людей немного, но и немало. Они всегда высвечиваются из толпы яркими звездочками. Им всегда хочется подражать. От них исходит свет. Свет и тепло души. Нам (и городу, и центру "Ариадна") очень повезло, что рядом, такой человек, что мы - вместе. Вместе - одна команда. Уже целых 10 лет.

Я работаю психологом в центре "Ариадна". До недавнего времени такое страшное слово "психолог". Однажды мальчишки в одной из школ спросили: "Если пришел психолог, значит мы психи?" После занятий мы тепло распрощались, и они уже говорили другое: "Как здорово, что вы к нам пришли".

Судьба мне уготовила интересный путь в психологию. В институте нам ее давали очень узко: память, внимание, мышление, воображение и что-то в этом роде. В советское время на психологию было табу. Особенно, если касалось человеческих душ. А ведь "психи" означает душа. Поэтому о душе говорили только на кухнях у друзей, или в кулуарах на работе.

А начиналось все банально: пединститут, работа, позже второе высшее образование по психологии. Всю свою педагогическую деятельность строила на нововведениях и экспериментах. Не всем директорам школ, где я работала это нравилось, имела на все собственное мнение. Если это школа - то это была гимназия или школа с уклоном в любую сторону - экспериментальная по

определенной системе или для детей находящихся в тяжелой жизненной ситуации. Всегда параллельно проводила лагеря. Мне был интересен мир подростка не только в школе, но и вне школы. Неинтересных детей нет. В каждом ребенке можно отыскать что-то очень важное. Ребенка нельзя оценивать только по учебе, у него мир шире, создай только возможность раскрыться. Такую возможность для детей мы создаем в центре "Ариадна", где я каждый год провожу летний психологический лагерь "Первоцвет". Это особенный лагерь, для детей самой различной категории. Здесь для ребят создаются условия, где они учатся рассуждать, выдвигать идеи и знают, что любое суждение будет выслушано, будут уважать выбор каждого. Научат взаимодействовать друг с другом и со взрослыми. Ребята здесь учатся проявлять свои чувства, а не замыкаться в себе.

В нашем детстве о чувствах не принято было говорить. Поэтому мы, подростки, очень часто были среди людей, но в одиночестве. Понимая это, я сейчас в лагерях создаю доверительную, доброжелательную атмосферу, где важен каждый. Чтобы, уходя из лагеря, любой ребенок мог сказать - это мой лагерь, меня здесь ждут. Действительно, лагерь имеет продолжение. У нас в "Ариадне" в течение года действуют клуб "Первоцвет" и добровольческий центр "Волонтер", где всегда можно заняться любимым делом в творческих мастерских, научиться выпускать газету, прой-

Казань - Елабуга: эстафета добровольчества

Собираясь писать этот материал, я долго думал о том, какие же подобрать слова, чтобы избежать излишней официальности и банальных фраз типа "все прошло на высоком уровне", "всем все понравилось". Трудно писать о том, что тебе давно известно, и передавать это тем, кто узнает об этом впервые. Поэтому, участвуя в республиканском добровольческом семинаре для специалистов учреждений социальной защиты, я решил постараться взглянуть на все происходящее глазами постороннего человека, а не волонтера с многолетним стажем.

"30 сентября в Центре социально-психологической помощи населению "Ариадна" под эгидой Министерства труда, занятости и социальной защиты РТ и Центра развития добровольчества "Волонтер" Елабуги прошел республиканский семинар "Механизмы привлечения добровольческих инициатив в работу с социально уязвимыми категориями населения". Цель - обучение специалистов социальной защиты республики основам добровольческой деятельности и создание в дальнейшем на базе социальных учреждений новых добровольческих центров и волонтерских отрядов" (из официального пресс-релиза ЦСППН).

Участниками семинара стали 30 специалистов из 12 районов Татарстана, представители министерства социальной защиты, активисты елабужского добровольческого центра, психологи центра "Ариадна". Здесь собрались люди разных возрастов и занятий. Кто-то уже имел опыт добровольческой работы, а кто-то пока лишь смутное пред-

ставление о том, кто такие волонтеры.

Директор ЦСППН "Ариадна" Наталья Сафронова рассказала гостям об истории елабужского волонтерства, и почему именно наш город стал базой для развития волонтерства в республике. Наш центр "Волонтер" - одна из крупнейших волонтерских организаций республики, насчитывающая 30 членов. "Ариадна" с 2002 года накопила большой опыт реализации социальных и волонтерских проектов.

Координатор ЦРД "Волонтер" Роберт Халиков познакомил гостей с понятием добровольчества, современным состоянием волонтерского движения в России и мире, трудностями, которые возникают при создании новых добровольческих центров. В Татарстане есть несколько городов, кроме Елабуги, где успешно развивается добровольчество - Зеленодольск, Заинск, Н. Челны, Казань. Во многих учреждениях и организациях есть добровольческие отряды и формирование, но нет опыта их взаимодействия. Эти семинары, кроме

обучения специалистов, будут способствовать и формированию целостной системы развития добровольчества в республике на базе социальной защиты.

В начале встречи у многих из сидящих в зале лицах было выражение скепсиса - "не мое". Один из участников, приехавший из Азнакаева, рассказывал о жизни в маленьком провинциальном городке, где трудности с работой, маленькие зарплаты, нет высших учебных заведений и не на кого опереться при создании добровольческих центров. А ведь именно студенты являются основной волонтерского движения. Для этого человека участие в семинаре, создание добровольческой организации - дополнительная возможность помочь родному городу, и здесь с ним готовы поделиться опытом и укрепить веру в свои силы.

За один день невозможно вместить всего, однако удалось сделать много: дискуссии, беседы, оценки, обмен опытом, лекции и мастер-классы.

Были проработаны первые шаги по созданию добровольческих организаций, а главное удалось зажечь в сердцах людей ту искру, с которой появляется желание помогать другим, стремление внести свой вклад в развитие страны, не требуя за это награды.

И закончить хочется словами А.П. Чехова, как нельзя лучше отражающими главную идею волонтерства: "Не убогайтесь, не давайте усыплять себя! Пока молоды, сильны, бодры, не уставайте делать добро!"

Александр Окунев

Телефон Доверия - живой голос поддержки

Продолжение. Начало на стр. 1

Через полвека на основе таких единичных звонков появилась идея о создании квалифицированной психологической помощи по телефону. Ее авторами тоже стали священники, англичане Питер Уэсен и Чад Вард. Ежедневные исповеди прихожан поразили их обилием психологических проблем, и тогда они публично объявили номера своих телефонов. Обрушившийся шквал звонков вынудил их организовать и подготовить группу волонтеров по оказанию экстренной психологической помощи по телефону. С тех пор этот опыт передается из города в город, от страны к стране.

Телефону Доверия в России около 20 лет. В стране создана Российская Ассоциация Экстренной Психологической Помощи (РАТЭПП), которая объединяет телефонные службы России и ближнего зарубежья. Ассоциация помогает открытию служб телефонов до-

верия, обучению консультантов. Так произошло и в Елабуге, когда в Центре социально-психологической помощи населению "Ариадна" появилась городская служба "Телефон Доверия 7-96-59".

По статистике служба "7-96-59" каждый день принимает в среднем 7-9 звонков. Звонят и школьники, и люди преклонного возраста. В основном обращаются с проблемами взаимоотношений в семье, со сверстниками, а также проблемами здоровья, агрессии, одиночества и зависимости от алкоголя. В последнее время отмечается увеличение числа звонков, связанных с депрессией, стрессами, переживаниями, вызванными социально-экономическими проблемами.

Психологи-консультанты отмечают, что пиком депрессивных состояний являются весна и осень и тогда на помощь приходят консультанты телефона доверия, которые словно врачи оказывают экстренную помощь, помогают достичь эмоционального равновесия.

Все телефонные переговоры строго анонимны. Людям, которым требуется серьезная психологическая помощь, предлагается очная консультация у психолога в Центре "Ариадна".



С сентября этого года елабужский Телефон Доверия присоединился к общероссийскому проекту "Детский Телефон Доверия". Теперь наша служба может принимать звонки и оказывать помощь по общероссийскому номеру 8-800-2000-122 детям со всей России.

Запомните эти телефонные номера: по городу Елабуга: 7-96-59 (будни, 10.00 - 20.00)

Общий Всероссийский: 8-800-2000-122 (круглосуточно).

Звоните в трудную минуту. Вам обязательно помогут!

**Директор ЦСППН "Ариадна"
Наталья Сафронова**

ЖЕСТОКОСТЬ или ДОБРОТА



*Жестокость или доброта -
Губами губы греть немилрой,
Слова случайные, сухие
Ронять без жара и труда...*

Над этими поэтическими строками можно задуматься и даже философствовать в свободное от забот праведных время. Как, дескать, это нехорошо... Или - если это и жестокость, то уж очень какая-то утонченная, изощренная... Или - все так живут, или даже резкое - делать вам больше нечего, как разглагольствовать. Посмотрите лучше, что на улице творится!

А на улице - осень.

Лихие 90-е давно канули в лету. Быстро и стремительно взял разбег новый век - XXI, прихватив с собой нерешенные проблемы из совсем недавнего прошлого. Одна из которых - жестокость. Подростковая, не знающая пощады.

Во всех психологических книжках пишут: тиран и жертва всегда взаимодействуют, они не могут жить друг без друга, как рыба без воды. И всегда в произошедшем виноваты оба - но это если копнуть глубже. На поверхности: один - плохой, жестокий, другой, жертва - несчастный, т.е. хороший. И мы дружно ругаем плохого и жалеем хорошего. Может, надо наоборот?

Ведь ни для кого не секрет, откуда они берутся - такие жестокие.

Давайте посмотрим: плохой подросток - он кто?

- Словесно затюканный родителями, соседями, учителями, (потом тюкает других).

- Выросший без любви, без ласки...

- Битый пьяным и жестоким, тоже несчастным, отцом...

- Некрасивый, болезненный, слабый, бесталанный, никому не нужный...

- Непринятый в детском коллективе, отвергнутый, выходит на улицу и отвергает других, тех, кто слабее.

- Недолюбленный, недоласканный, он привлекает к себе внимание любыми путями

- Боящийся дома даже пикнуть, а выходит на улицу, и... выплескивает все свои эмоции на кого можно, кто еще слабее.

- Отец нещадно избивает мать, а та молча все сносит... , ребенок при в критической ситуации ведет себя также, по-другому он просто не умеет.

- Родители положительные во всех отношениях, заняты своими проблемами, собой; ребенку - не мешай, он и не мешает... дома, зато мешает на улице.

- Вседозволенность, нет рамок и ограничений, зато есть деньги...

- Неприученность к труду, подросток не знает, чем себя занять...

Знакомо? Все согласны? Так может дружно пожалеть и полюбить жестокого.

А не жертву.

А кто жертва? Недолюбленный, недоласканный, непризнанный... Вообще читай выше.

Жестокий и жертва - одно и то же. Сегодня тебя обижают. Завтра - ты. Потом опять тебя. И так по кругу.

Привести примеры? Пожалуйста.

1. История первая, типичная, произошла года три назад.

Семья: Отец - жестокий, избивающий мать по любому поводу, мать - тихая, безропотно сносящая все обиды, и дочь-подросток, тоже как огня боящаяся отца. Отдушина - интернет, который уж точно без претензий. К спиртному и сигаретам даже не прикасалась, в школе учиться хорошо - попробовала бы по-другому! Среди сверстников - понятно, что не милая и нежная, а достаточно закрытая, жесткая и колючая. И вот про эту девочку подруга распустила слух, что та, мягко говоря, курит, пьет и гуляет. Слух дошел до отца... Линия поведения девочки - одна из двух: либо материнская - все безропотно снести, либо отцовская. Она выбрала мстить. Вопрос: кто виноват, и кого жалеть?

И может, стоило спросить с обеих сторон, и родители той и другой девочек должны были отвечать одинаково: почему случилось такое с их ребенком?

Эта жестокая история со счастливым концом. Умные педагоги оказались, разумные родители, которые смогли признать свои ошибки, конечно, не без помощи психологов. И девочкам хватило душевных сил простить друг друга, хоть и не сразу. Сейчас они уже окончили школу, одна из них (первая) учиться на психолога, правда в другом городе (отца повысили в должности, и вся семья переехала).

2. История вторая, несуразная, произошла год назад.

Семья благополучная, трудовая: мать, отец, трое детей, старший - школьник.

С другой стороны, парень-старшеклассник (спортсмен) встречается с девушкой. Однажды девушка слезах прибегает к парню: "Такой-то (а именно наш школьник) сказал про нас и про меня так-то (достаточно неприятно) моему братику.

Парень, как настоящий мужчина, обязан защитить честь своей девушки. Это всегда, во все века было мужским долгом. Парень и защитил. Собрал друзей и "пригласил" на перемене нашего школьника в туалет поговорить по-мужски. Во время процесса приглашения "поговорить" мимо проходила учительница школьника. Она, наивная (или равнодушная), решила, что они просто разговаривают. В результате - зареванный, перепуганный школьник оказался вообще ни при чем (братик сознался, что придумал все, дабы напакосить за что-то приятелю). И кто виноват здесь? Педагог, равнодушно прошедший мимо, или братик, или родители, вырастившие тихоню-сына?

У всех правда своя, у каждой истории про жестокость свои оборотные стороны. Лучше в этом помогут разобраться психологи нашего центра, с которыми можно встретиться и обсудить все наболевшие проблемы, конечно, анонимно и конфиденциально.

Когда материал был уже готов к печати, я услышала такую фразу: "В мире есть только один способ воздействия на людей - жестокость". Так ли это?

Елена Ермолаева

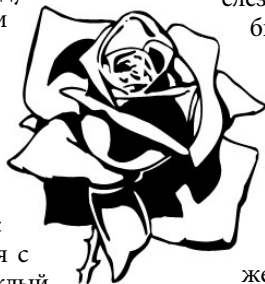
P.S. А может, лучше надо было поговорить о доброте... В каком мире жить, на что опираться - решать нам, и только нам самим. Каждому.

Привет, Первоцвет!

Третье тысячелетие. Люди воюют, как и многие лета, века назад. Дерутся мальчишки, да и девчонки тоже. Жестокость. Что может противостоять ей? Конечно, доброта и любовь.

РОЗА И ВЕТЕР

В прекрасном саду загадочной девушки прекрасная роза росла. Девушка растила этот драгоценный сорт алой розы с любовью, с нежностью. Всеми чувствами в сердце она делилась с розой, разговаривая с ней каждое утро и каждый вечер.



По соседству с девушкой жил красивый, умный парень. У девушки однажды проснулись сильные чувства к соседу. Она не могла прямо сказать о них и решила, что вырастит прекрасную алую розу для него. Проходило время, росла роза. Дул ветер теплый и спокойный, грело яркое солнце. Роза выросла схожей и по характеру и внешне со своей хозяйкой. Были обе нежны, чудны, прекрасны. Любили солнце, легкий ветер, зеленую лужайку около беседки в саду. Ветер то затихал, то возрастал, своей силой и темпераментом напоминая соседа девушки. Он был для нее ветром в поле, а она розой, и он дул, ее не замечая. В один прекрасный день девушка срезала столь ранимый и нежный цветок, решив позвать парня

к себе в сад, в беседку около лужайки. Она ждала его вечером с розой в руках. Девушка долго думала до его прихода, как преподнести эту розу, но так и не придумала. Она решила, что парень сам все поймет. И только она потянула руку парню, как внезапно дунул ветер, который оказался сильнее розы, и лепестки роз плавно полетели на зеленую лужайку. Сердце девушки дрогнуло... она стояла, опустив голову. А парень, ничего не понимая, думал: Зачем эта роза в ее руках?! И почему она молчит? Парень возвратился домой. А девушка в слезах осталась в беседке одна. Ведь он был ветер, а она - роза.

Никогда не бойтесь сказать о своих чувствах, ведь вас никто не посмеет за них осудить.

Алена Полтанова, шк. №2 (по материалам газеты "Первоцвет", 2009г.).

Мы придумали другое продолжение этой истории - со счастливым концом:

Ведь он был ветер, а она. Роза.

Девушка стояла молча и плакала. Ветер постепенно высушил ее слезы, ощутив непривычный солоноватый вкус, он все понял, и решил исправить положение...

Парень ушел, недоумевая. Долго еще в глазах его стоя картина: Девушка, ветер и лепестки роз... Он был умным, он понимал: что-то происходит мимо, что-то очень важное, главное. С томлением в душе он лег спать. Проснувшись на расцвете от чего-то непонятно-приятного. В легком порыве ветра над ним кружились лепестки розы, нежно и любовно касаясь его щек, губ... Парень понял - пришла любовь.

Не дать ребенку стать жестоким



Что же делать, как оградить себя, своих детей от насилия, в том числе и своего собственного по отношению к другим. Как помочь ребенку справиться с собой. Об этом рассказывает заместитель директора ЦСППН, психолог "Ариадна" Любовь Исаева.

Основные идеи:

Физическое и словесное насилие - сигнал тревоги, на который надо реагировать, если ЭТО становится для ребенка основным способом общения.

Задача родителей в том, чтобы помочь ребенку преобразовать его агрессивные импульсы в нормальные, чело- вечные чувства.

Проявляя агрессию, ребенок всегда выражает свое страдание, реагируя на неблагополучие в семье.

Педагоги, психологи и родители соглашаются: агрессивное и грубое поведение ребенка - симптом его внутреннего неблагополучия, на который нужно реагировать как можно раньше. Но что должно насторожить родителей, и, главное, как действовать, чтобы помочь ребенку?

Каждый случай особый

Родителям непросто понять мотив проблемы, с которой они столкнулись.

Окончание на стр.5

ТРЕНИНГ ПАРТНЕРСКИХ ОТНОШЕНИЙ "Он и Она"

Тренинг партнерских отношений "Он и Она" - это возможность посмотреть на себя и свои отношения со стороны, обсудить спорные вопросы, увидеть истоки конфликтов, найти пути взаимодействия. На тренинге мы погрузимся в мир женщины и мужчины, исследуем их истинные желания, чувства и мечты. Так же вы можете рассмотреть отношения между родителями и детьми, и любые другие отношения.

Получить всю интересующую Вас информацию и записаться на тренинги вы можете в Центре социально-психологической помощи населению "Ариадна" по адресу ул. Спасская. д. 5 или по телефонам 7-91-51.

8-917-257-66-32 (Павлова А.Ю.),

8-927-671-05-04 (Исаева Л.Ф.)



НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА

г. Елабуга, ул. Молодежная, 7
тел. 8/85557/3-25-57, 6-00-00.

ПЕЧАТЬ ЛЮБЫХ РАЗМЕРОВ

баннеры, наклейки, постеры, картины

ПОЛИГРАФИЯ

Оканчание. Начало на стр.5

Не дать ребенку стать жестоким



Кого же можно действительно назвать "проблемным ребенком"? Дошкольника, который заходится в нервном крике в ответ на родительское "нет"? Второклассника, который дерется на переменах? Или подростка, который при любой возможности пускает в ход кулаки?

Родителям нужно беспокоиться в том случае, когда ребенку (в любом возрасте) доставляет удовольствие при-

чинять зло другому и видеть его страдания. По-настоящему проблемными можно назвать лишь тех детей, кто постоянно агрессивен до жестокости. Для них такой способ поведения - основная тактика. Если же ребенок дерется лишь время от времени и при этом считается с авторитетом старших, готов воспринимать их объяснения и запреты - его поведение вполне нормально.

Агрессивность как этап развития

Согласно теории психоанализа, личность ребенка проходит все непременные этапы развития, в том числе и этап агрессивности, которая иногда может принимать очень жестокие формы. Для детей полутора-двух лет агрессия может быть вполне естественной реакцией: меня толкнули - и я толкнул. Так же и для бунтарей подростков, движимых желанием самоутвердиться, противопоставляя себя окружающему миру.

Эту энергию детской агрессивности важно направить не в разрушительное, а в конструктивное русло. Семья и школа должны действовать совместно.

Семьи, где рождается жестокость

Если авторитет взрослых слаб или попросту отсутствует, ребенок начинает выплескивать свои агрессивные импульсы на окружающих и может привыкнуть к такому стилю поведения.

В особой опасности находятся дети, лишённые родительского понимания, сопереживания их чувствам. Они никогда не встречали сочувствия в родителях, а поэтому не могут сочувство-

вать другим.

Так или иначе, за проявлением детской грубости, злости, жестокости всегда стоят определенные проблемы семьи, в которой растет ребенок. Вернее, сама семья, не дающая необходимого понимания, тепла, защиты - и порождает детские проблемы.

Самые тяжелые ситуации обычно складываются там, где родители не испытывают ни малейших сомнений в правильности собственных поступков и взглядах на воспитание, а поэтому перекалывают всю ответственность на других - на общество, преподавателей, врачей. Чтобы помочь своему ребенку, нужно самим реагировать на его поведение адекватно и как можно раньше. Не воспринимать стремление обругать или поколотить обидчика как нечто естественное. И не нужно сводить личность ребенка к определению агрессивный, понимая, что за его поведением всегда скрывается что-то странное.

Выдающийся английский педиатр и психоаналитик Д. Винникотт утверждал, что антисоциальное поведение детей является сигналом SOS, и желанием получить поддержку от сильных, любящих и вызывающих доверие людей. Это именно то, что должны услышать в нем взрослые.

Если ваш ребенок жесток - полюбите его.

За консультацией обращайтесь к нам в Центр "Ариадна" на Спасскую, 5 (2 этаж).

Тел. 7-91-51, 8-927-671-05-04.

Детям и родителям!

Что делать, если... насилие. Как предотвратить?

Запомните, тот кто обижает, хочет чтобы вы никуда не пошли и никому ничего не сказали. Поэтому, если вам нравятся, когда над вами издеваются - можете ничего не делать, а если не нравятся, то вы просто обязаны начать всех взрослых вокруг просить о помощи.

По пунктам:

1. Если есть синяки, ссадины, и прочие следы побоев - бегом в медпункт и показать их медсестре, заведующему по воспитательной части, и дальше в любой травмпункт для освидетельствования. Если кто-либо начнет вас отговаривать от освидетельствования - не слушайте. Директора могут это сделать по причине того, что не хотят огласки инцидента в своей школе, но это не значит что они что-то сделают чтобы за-

щитить вас, они беспокоятся о своей репутации, а не о вашем благополучии.

2. После освидетельствования побоев соберите список обидчиков (а лучше до), и напишите заявление в трех экземплярах - один занесите директору школы, второй заведующему по воспитательной части, третье - участковому милиционеру.

3. Если вам угрожают, сделайте то же самое, так как заявление в милиции - лучший страховой полис для вас, и если

с вами что-то случится - тех, кто в списке в вашем заявлении будут допрашивать с пристрастием, вне зависимости от алиби, так как они могли договориться с друзьями, а закон это учитывает.

4. Если участковый отказывается принимать ваше заявление, это значит, что он не хочет исполнять свои обязанности. Тогда заявление дополняется фразой "участковый Ф.И.О. отказался принимать заявление" и направляется в районное отделение милиции (РОВД), а именно - к начальнику участкового, что обеспечит участковому выговор за не соблюдение проф. обязанностей. Заявление в милиции - это знак того, что за вашими обидчиками будет грех, и это учтется, в случае, если они попадутся на другом деле, или заявление будет не одно.

Если побоев нет, но есть издевательство или угрозы, то текст такой: "Меня



регулярно унижают ученики школы, в виду этого я не могу нормально учиться. Прошу принять меры. Список учеников: ...

5. Пойти на любую секцию бокса, тайского бокса, карате, рукопашного боя и тренироваться, чтобы можно было отбиться в случае нападения. **И вообще, спорт - штука полезная.**

6. Если на вас напали, то ваша задача получить одну ссадину или синяк и дальше делать ноги к травматологии, и П 1.

7. Если нападающих несколько - не позволяйте зажать себя в кольцо, не бойтесь кричать "помогите", так как это наиболее яркое свидетельство нападения перед всеми. Кроме того люди при таких криках могут помочь, позвонить в милицию (а это значит, что обидчиков возьмут с поличным). Кроме того, без крика о помощи никто не имеет права вам помогать. Кричите, тогда, если кто-то не помог вам, он может пройти либо по статье "соучастник преступления", либо по статье "не оказание помощи". Соучастник превращает преступление в групповое, а это значит увеличение строгости приговора на суде, ежели вы доведете дело до него (чего бы очень неплохо добиться). Кроме того, если вас пытаются окружить - бегите к дороге, если вы окажетесь на дороге - машины вынуждены будут остановиться, а шофер может помочь вам отогнать обидчиков. Главное не прыг-

нуть под машину.

9. Угроза всегда страшнее, чем реализация.

И запомните: решение проблемы начинается с первого действия по ее решению, и продолжается только благодаря упорному приложению сил к ее решению.

И последнее - если обидчик предложит извиниться для улаживания ситуации, то это вряд ли сможет компенсировать ваш моральный ущерб. Извинение - это попытка купить билет на машину времени, задним числом, для исправления ошибки. Ошибки исправляют не задним числом, на ошибках учатся и исправляют себя, чтобы ошибки не повторялись. А банальное "извини" это предлог, чтобы не исправлять себя.

Итак, что нужно знать, чтобы не стать жертвой:

Для этого нужно навсегда усвоить "Правило четырех не":

- Не разговаривай с незнакомцами, не открывай двери и не впускай их в дом.

- Не заходи за ними в лифт и подъезд.

- Не садись в машину к незнакомцам.

- Не задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

А если незнакомец просто просит показать нужную улицу или поднести сумку, проводить к магазину?

Всё равно скажи НЕТ!

Обязательно запомните:

Если возникает неуютное чувство, не надо стесняться своей осторожности. Необходимо уйти или твёрдо заявить о своем отношении к ситуации, вообще сказать решительное однозначное "Нет!".

Помни, что пьяному человеку труднее сориентироваться в ситуации и предотвратить насилие в отношении себя. С малознакомыми людьми и на большой вечеринке надо всегда оставаться трезвой.

Держись вместе с близкими друзьями или поближе к хорошим знакомым.

Что же делать в случаях, когда насилие происходит в семье?

Прежде всего, надо помнить, что у ребенка есть права, которые защищаются законом!

Любой ребёнок может обратиться в милицию. По закону дело об изнасиловании несовершеннолетней может быть возбуждено и без подачи заявления.

Если по каким-то причинам у несовершеннолетнего нет возможности пойти в милицию, надо обратиться к маме, к друзьям, к хорошо знакомым соседям, учителям. Или позвонить по телефону доверия.

Конечно, сделать это трудно, но всё-таки нужно!

Почему мой ребенок плохо себя ведет?

Попробуйте разобраться в сложившейся ситуации с помощью этого небольшого теста, предлагает психолог ЦСППН "Ариадна" Александр Окунев. Оцените следующие утверждения ответом "верно" или "неверно".

А. Для моего ребенка характерны:

1. Трудолюбие. 2. Успешность. 3. Чрезмерное честолюбие. 4. Стремление быть первым. 5. Делать все напоказ. 6. Быть в любимчиках у учителя. 7. Надежность. 8. Обаяние. 9. Остроумие. 10. Впечатлительность. 11. Склонность к пустословию. 12. Хвастовство. 13. Занудство. 14. Надоедливость. 15. Легкие проказы. 16. Склонность дразнить. 17. Крик, плач. 18. Лень. 19. Неловкость. 20. Неопрятность. 21. Застенчивость. 22. Робость. 23. Зависимость.

Если хотя бы на пять утверждений из раздела "А" вы ответили "верно", то причиной плохого поведения вашего ребенка является стремление любыми средствами привлечь к себе внимание.

Б. Для моего ребенка характерны:

1. Дерзость. 2. Непокорность. 3. Вспыльчивость. 4. Прогулы уроков. 5. Склонность к спорам. 6. Неподчинение. 7. Упрямство. 8. Забывчивость. 9. Склонность к безделью. 10. Склонность демонстрировать превосходство: (11) моральное; (12) интеллектуальное; (13) в умении планировать дела; (14) в умении справляться с делами.



Если хотя бы на четыре утверждения из раздела "Б" вы ответили "верно", то причиной плохого поведения вашего ребенка является стремление любыми средствами достичь главенства.

В. Для моего ребенка характерны:

1. Привычка нарушать всевозможные правила. 2. Злость. 3. Жестокость. 4. Воровство. 5. Угрюмое сопротивление. 6. Сильная пассивность.

Если хотя бы на два утверждения из раздела "В" вы ответили "верно", то причиной плохого поведения вашего ребенка является его стремление отомстить, заставить других людей почувствовать его боль и обиду.

Г. Для моего ребенка характерны:

1. Комплекс неполноценности. 2. Безнадежность. 3. Тупость. 4. Лень.

Если хотя бы на два утверждения из раздела "Г" вы ответили "верно", то причиной плохого поведения вашего ребенка является его ощущение неспособности сделать что-нибудь, нехватка собственных сил.

Брать ... на душу	↓	Главный аргонавт	↓	Запорожский стан	↓	Защита от затопления	↓	Фашистский концлагерь
→						↓		
Краевой центр в России		Бог грома, бури в мифах шумеров		Исторический алмаз	→			Дискорея
Восточный правитель	→	↓		Кызыл	Приток Алдана	→		↓
Верхняя часть окна или двери	Варежка		↓	Пищевой продукт	↓	Гимнастический снаряд	→	
→	↓	↓						Город на острове Хонсю
Большая змея	→				Руководитель вуза	...	↓	Мицкевич
		Самозащита без оружия	→		↓	↓		↓
Йемен				Любитель поест	→			
→								
Решето		Ларец для мощей святых	→					Искусственный язык
→								↓
				Пряность	→			
Колдовское обаяние		Жанр японского театра	→			Музыкальный звук	→	
→				"Суд чести", режиссер	→			

По вертикали: Грех, Ясон, Кош, Дахау, Ламба, Адад, Ямс, Тува, Рукавица, Макаронья, Ито, Ректор, Адам, Эконом, Идо.

По горизонтали: Краснодар, "Шах", Хан, Мая, Бум, Фрагмта, Удав, Карата, Сана, Едок, Рака, Сито, Тмин, Ноо, До, Чары, Room.

Анекдот в номер:

Умирает старый психоаналитик и призывает к себе трех своих сыновей:

- Ты, - обращается к старшему, - унаследуешь мой дом, и будешь жить там со своей семьей.

- Тебе, - говорит среднему, - я оставлю все свои деньги.

- А ты, - продолжает он разговор с младшим, - единственный из трех сыновей, кто унаследовал мою профессию. Тебе я оставляю двух своих клиентов, которые будут кормить тебя всю жизнь.

Групповые занятия по программе:

“Мама и малыш”

- развитие познавательных способностей детей;
- развитие мелкой моторики;
- работа с эмоциональным состоянием родителей;
- работа со страхами, тревожностью, агрессией;
- развитие навыков общения;
- развитие речи.

Мы предлагаем Вам простую и понятную психологию

Ждем Вас по адресу: ул.: Спасская, д.5,
Тел: 7-91-51, 8(917)258-49-34
8(927)246-00-42

Афоризмы

Нет ничего страшнее слепой доброты, замешанной на полной уверенности в своей правоте.

С. Лукьяненко

Доброта - это единственное одеяние, которое никогда не ветшает.

Г. Торо

Попытайтесь быть хотя бы немного добрее, и вы увидите, что будете не в состоянии совершить дурной поступок.

Конфуций


Неверно, будто нам не хватает дружбы и доброты; это дружба и доброта не хватает нас.

М. Жуанда

Злой человек похож на уголь: если не жжет, то чернит тебя.

А. Скифский

Читайте в следующем номере:
“Все о взаимоотношениях”



Газета Центра социально-психологической помощи населению “Ариадна”
Директор: **Н.В. Сафронова**
совместно с ЦРД «Волонтер»

Адрес редакции 423600, РТ, г. Елабуга, ул Спасская, д.5, тел.; 7-91-51, e-mail: csppn@bk.ru, www.csppn.my1.ru
тираж: 600 экз.



РЕКЛАМНЫЙ ЦЕНТР

НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА
г. Елабуга, ул. Молодежная, 7
тел. 8/85557/3-25-57, 6-00-00.

РЕКЛАМА НА ТРАНСПОРТЕ