

# Профилактика девиантного поведения



*Девиантное поведение* – угроза для физического и социального выживания человека в обществе или коллективе. Социология подразумевает нарушение усвоения человеком социальных норм и нравственных ценностей.



**Стоит различать!**

*Положительную девиацию*, когда человек разрушает общественные устои ради созидания, творчества, прогресса социума.

*Негативную девиацию*, когда совершаются дезорганизирующие, дисфункциональные поступки, разрушающие.

**Замечали за ребёнком?**

У него появились новые друзья, с которыми он пропадает. Периодически Вы ловите его на вранье, он стал хуже учиться, прогуливает школу. Игнорирует просьбы, не интересуется проблемами и заботами остальных членов семьи. Он дезориентирован и склоняется к обществу с асоциальным поведением, потому что на данном этапе жизни ему там интереснее и можно повысить свою самооценку легким путем.

Девиантное поведение является результатом нежелания или неумения человека адаптироваться к социальным правилам и его требованиям. В некоторых ситуациях его можно назвать попыткой

отыскать новые способы достижения счастливой жизни, где свобода и желания человека реализовываются.

### **Профилактика девиантного поведения**

Психологи отмечают, что профилактика девиантного поведения намного лучше, чем необходимость лечить или устранять такие проявления подростков. Однако профилактику достаточно трудно провести, поскольку речь идет обо всем социальном устройстве. Много начинается с семьи. Если родители конфликтуют, ущемляют права и свободу ребенка, курят, пьют или употребляют наркотики, являются преступниками или совершают асоциальные поступки, то непременно у ребенка разовьются подобные проявления.

**Чем сложнее ситуация в семье,  
тем труднее становится ребенку**

Существует множество проблем, которые не помогают отдельному индивиду вырасти социально адаптированным и психически здоровым. Активно процветает бродяжничество (нищета), алкоголизм и наркомания.



### **Способы профилактики**

- ✓ Грамотная организация досуга. У ребенка должно быть любимое хобби, занятие.
- ✓ Формирование жизненных навыков (коммуникативные, адаптивные, стрессоустойчивость).
- ✓ Раскрытие и развитие нравственного, эмоционального, творческого потенциала.

- ✓ *Формирование здоровых отношений с окружающими и близкими людьми.*
- ✓ *Формирование дальнейшей жизненной перспективы с целью продолжения образования, развития социально-бытовых навыков.*
- ✓ *Развитие навыков сохранения физического и психического здоровья подростков.*
- ✓ *Формирование здорового образа жизни (здоровых привычек).*
  - ✓ *Умение организовывать и проводить своё время без интернета, компьютера и телевиденья.*

### **Перейдём к делу!**

*В коррекционной работе с девиантными подростками особенно успешны психотерапевтические приёмы, гармонизирующие работу правого и левого полушарий, а также развивающие межполушарные связи.*

#### №1 «Задержите дыхание»

*Сделайте глубокий вдох и задержите дыхание так долго, насколько это возможно.*

№2 *Можно сидеть или стоять, поставив ноги на ширину плеч. Руки согнув в локтях, расположите на уровне груди и соедините пальцы в виде шатра. Внимание, сосредоточьтесь на пульсации в пальцах. Рот полуоткройте, язык на нёбе, вдох через нос, выдох через рот. Закройте глаза. Это упражнение выполняется три раза.*

### №3 «Горизонтальная восьмёрка»

Сядьте прямо. Лодыжку правой ноги положите на левое колено, развернув ногу, как можно горизонтальнее. Правой рукой захватите нижнюю часть голени левой ноги и за её стопу (левую) возьмитесь левой рукой., рот полуоткройте, язык на нёбе. Необходимо делать вдох через нос «1-2-3-4».

Упражнение делайте с закрытыми глазами. На вдохе необходимо представить кольцо, идущее сверху вправо и вверх (счёт «1-2-3-4»), на выдохе кольцо, идущее сверху вправо и вниз (счёт «1-2-3-4»). В дальнейшем эта восьмёрка должна с уровня представления должна перерасти в чёткую образную картину. Дети повторяют это упражнение 3 раза, взрослые – 8 раз.

### №4 «Односторонняя марионетка»

Выполняется стоя. Медленно на счёт «1-2-3-4-5-6-7» Поднимается правая нога, усиление в три шага создаётся тоже правой рукой. Спина прямая. Дети повторяют 3 раза, взрослые – 8 раз.

### №5 «Пуантизм»

Возьмите большой лист бумаги и акварельные краски. Используя краски, пальцами рук (без кисточки) на бумаге сделайте рисунки на свободную тему. Можно использовать зеркальное рисование двумя руками одновременно. Хорошие результаты приносит рисование красками пальцами ног.