

ДНЕВНИК ПОДРОСТКА





ПОЧЕМУ ЭТО СТОИТ ЧИТАТЬ ИМЕННО ТЕБЕ?

Дорогой друг,

Как ты уже понял, жизнь - совсем не лёгкая штука. И мы согласны с тобой. Но также мы хотели бы помочь тебе разобраться, что такое подростковый период.

Выделяют младший подростковый возраст (12-14 лет) и старший подростковый возраст (ранняя юность) (15-17 лет). Но независимо от того, сколько тебе сейчас лет, это всё пригодится тебе для дальнейших шагов в жизни. Это поможет тебе осознать, что бывает в жизни, с какими трудностями тебе предстоит столкнуться и возможно ли это избежать. Ну а если уже случилась беда, то всегда есть её решение, и мы поможем тебе найти его или укажем, где надо искать поддержку и помощь.

НЕМНОГО О ТВОЁМ РАЗВИТИИ

Подростковый возраст - это время, когда в твоей жизни происходит очень много изменений, в том числе биологических, социальных и психологических. Это очень трудный момент и для тебя, и для твоих родителей и близких.

Физическое развитие

В период подросткового возраста происходят динамические изменения внешнего вида. Это случается во время, так называемого, полового прыжка. У мальчиков скачок, как правило, происходит между 12 и 15 лет в виде прибавки в массе тела, примерно, на 20 килограммов и в росте, ориентировочно, на 20 см. У девочек созревание бывает раньше, чем у мальчиков (в 10-13 лет). В последнее время наблюдается всё более раннее начало полового созревания у детей-подростков.

В период взросления изменяется фактически всё тело, его пропорции, лицо приобретает более взрослый вид, у мальчиков появляется растительность на лице.

Развиваются половые органы, и очень важно принять это за вполне нормальный процесс взросления, так как именно с этим бывают связаны различные психологические последствия.



Умственное развитие

Важным аспектом взросления является развитие таких психических процессов, как восприятие, внимание, память, мышление, воображение и творчество. Развивается абстрактное мышление, благодаря которой человек может оперировать символами и переносным смыслом, а не только реальными словами и вещами. Это приводит к увеличению защитной способности, критики,

независимости от мнения других, умению формировать свои собственные «рейтинги людей и событий». Обогащается словарный запас, развивается воображение. Молодые люди много обсуждают, ведут многочасовые споры, используя при этом правила логики, дедукции. Это можно назвать подростковой философией.

Всё, что молодежь испытывает и что переживает, имеет свой выход в творчестве. Выражается в виде стихов, рассказов, мемуаров, песен, писем. Таким образом, подростки проявляют свои желания, чувства радости и печали.

Эмоциональное развитие

Огромное влияние на эмоции оказывает процесс полового созревания, когда происходит, так называемая, гормональная буря. Связанно это с характерной для молодежи интенсивностью переживаемых чувств. Можно отметить большую эмоциональную неустойчивость, т. е. подросток сейчас испытывает радость и

смеётся, а через некоторое время уже погружен в печаль.

Другим характерным для подросткового возраста является такое явление как амбивалентность чувств. Это значит, что в одно и то же время человек чувствует гнев и радость, может кого-то любить и ненавидеть одновременно. Это часто трудно понять именно взрослым (родителям, педагогам).



Молодёжь нуждается в том, чтобы в их жизни что-то происходило, они хотят постоянно что-то переживать. В моменты, когда ничего не происходит, тем более хорошего, подростки начинают искать что-то новое, что подарит новые эмоции и ощущения, помогут изменить

сознание, как, например, наркотики и алкоголь.

Именно в это время зарождаются первые случаи влюблённости.

Обычно, они имеют форму любви к самой любви, т. е. молодые люди много времени проводят, фантазируя, воображая разные события, придумывая "что бы было, если бы...". Однако, часто они перерастают в реальные первые отношения. Любовь в молодости окутана восторгом и радостью, ощущением чего-то великолепного и незабываемого, но также она бывает связана с болью, грустью, разочарованием. Родители видят своего ребёнка в страданиях и слезах после разрыва любовных отношений, но некоторые подростки могут не показывать, что испытывают на самом деле. Каждый должен пережить такую ситуацию по-своему и в своём собственном темпе. Только тогда, когда он сам восстановится и разберётся, он возвращается в своё психологическое равновесие.

На более позднем этапе взросления происходит развитие эмоциональной зрелости. Она характеризуется

переходом от бесконтрольного выражения чувств до их способности их освоения, от романтизма до реализма.

Развитие личности

Подросток начинает задавать себе вопросы о собственной личности. Кто я? Зачем я существую?

Это время познания себя, поиска своей роли в жизни. У подростка есть чувство самостоятельности, автономии. Он ищет знания о себе внутри себя, через внутреннее отражение. С поиском идентичности связаны также попытки изменения себя. Это могут быть эксперименты индивидуальные, такие как изменение почерка, причёски, стиля одежды. После подросток внимательно наблюдает, заметили ли другие, что что-то изменилось во мне, понравились ли им эти изменения или нет. Также изменения могут иметь характер имитационный когда подросток перенимает образ кого-то другого (здесь существует целый спектр кумиров: музыкантов, актеров и других авторитетов).



СОВРЕМЕННАЯ СИТУАЦИЯ ПОДРОСТКОВ В МИРЕ

Проблемы подростков, которые, например, описаны в статьях для молодёжи, могут показаться смешными или абсурдными взрослым, но не до смеха молодым людям, которые просят совет и чувствуют себя потерянными. На протяжении многих лет изменялся характер проблем, возникающих у подростков. Современная молодёжь имеет доступ к компьютеру, интернету, смартфонам, модной одежде и косметике, о чём предыдущие поколения могли только мечтать. Вместе с техническим прогрессом возникали новые проблемы, с которыми приходилось сталкиваться подросткам. В частности, это интернет-моббинг или киберпреступления, также не стоит забывать о группах в различных социальных сетях, которые пропагандируют агрессию или смерть. Однако, некоторые трудности, связанные с периодом полового созревания, независимо от века и года, универсальны и неизменны. Каждый подросток познаёт первые половые изменения, переживает первую любовь, первый отказ со стороны парня или девушки, сталкивается с комплексами из-за меняющейся фигуры. Далее мы расскажем тебе необходимое о том, с чем ты, возможно, уже встречался или встречались твои друзья/знакомые, или с чем тебе предстоит встретиться, какие преграды на пути подростка могут возникнуть, и как с этим бороться.



АЛКОГОЛЬ И НАРКОТИКИ

Все прекрасно знают, что из себя представляют алкогольные напитки и наркотические вещества, но здесь не будет обилия теоретической информации и множества чисел и статистик. Лучше начнём с дисбаланса нейротрансмиттеров (нарушение передачи нервных импульсов) - это то, что вызывает раздражение, беспокойство, чувство неудовлетворённости, что и заставляет искать пути ухода от таких состояний.

Молодые люди, отвечая на вопрос, почему они пьют или употребляют наркотики, часто говорят, что эти вещества помогают им избавиться от стресса и позволяют забыть о проблемах в семье, школе, отойти от любовных разочарований. Иногда они делают это назло родителям или учителям. Употребляя алкоголь или наркотики, они получают признание в глазах сверстников, могут под влиянием алкогольных и наркотических веществ стать увереннее, таким образом повышая свой авторитет. Но правда в том, что зависимость от субстанций чаще поддается людям слабым, которые не могут справиться с жизненными трудностями. Для них выходом и решением проблем является уход из реальности в забытие.

С проблемой наркотической зависимости столкнулся один молодой человек, назовём его Сергеем. В 13 лет он впервые попробовал наркотики - это был гашиш. Его мама была немалоизвестным врачом, что было очень кстати, т.к. он мог узнавать о различных свойствах лекарств, субстанций именно от специалиста. Но и заподозрила первой неладное тоже она. Беседа со знакомым психиатром и наркологом заключила следующее: «С мальчиком всё нормально!». Что и было правдой, ибо Сергей и чувствовал себя вполне комфортно, с семьёй проблем не было, даже умудрялся неплохо учиться и в дальнейшем поступил в медицинский ВУЗ. Будучи студентом, он продолжал принимать разные наркотики, в основном, курительные смеси, чтобы «расслабиться и дать голове отдохнуть». Но в 19 лет Сергей решает впервые попробовать что-то потяжелее, останавливаясь на опиуме. Но и этого оказывается мало. Тогда за дело берётся героин, он и скатывает Сергея на самое дно (а, может, и сам Сергей скатил себя туда). Не помогали ни уговоры специалистов, ни мольбы матери, даже не помогли слёзы его невесты, которая сразу же ушла от него со словами: «Никто не хочет родить от наркомана». Спустя несколько лет скитаний и поисков выхода из героиновой ямы, он оказывается в реабилитационном центре для наркоманов, где встречается с такими же. Наш главный герой завязывает с наркотиками, но какой ценой. Такую цену заплатить не все могут, и дело тут не о деньгах, а о волевом контроле, силе духа, эмоциональной работе и потерянном времени (вместе с перерывами в виде срывов сражение с наркотиками заняло почти 10 лет).



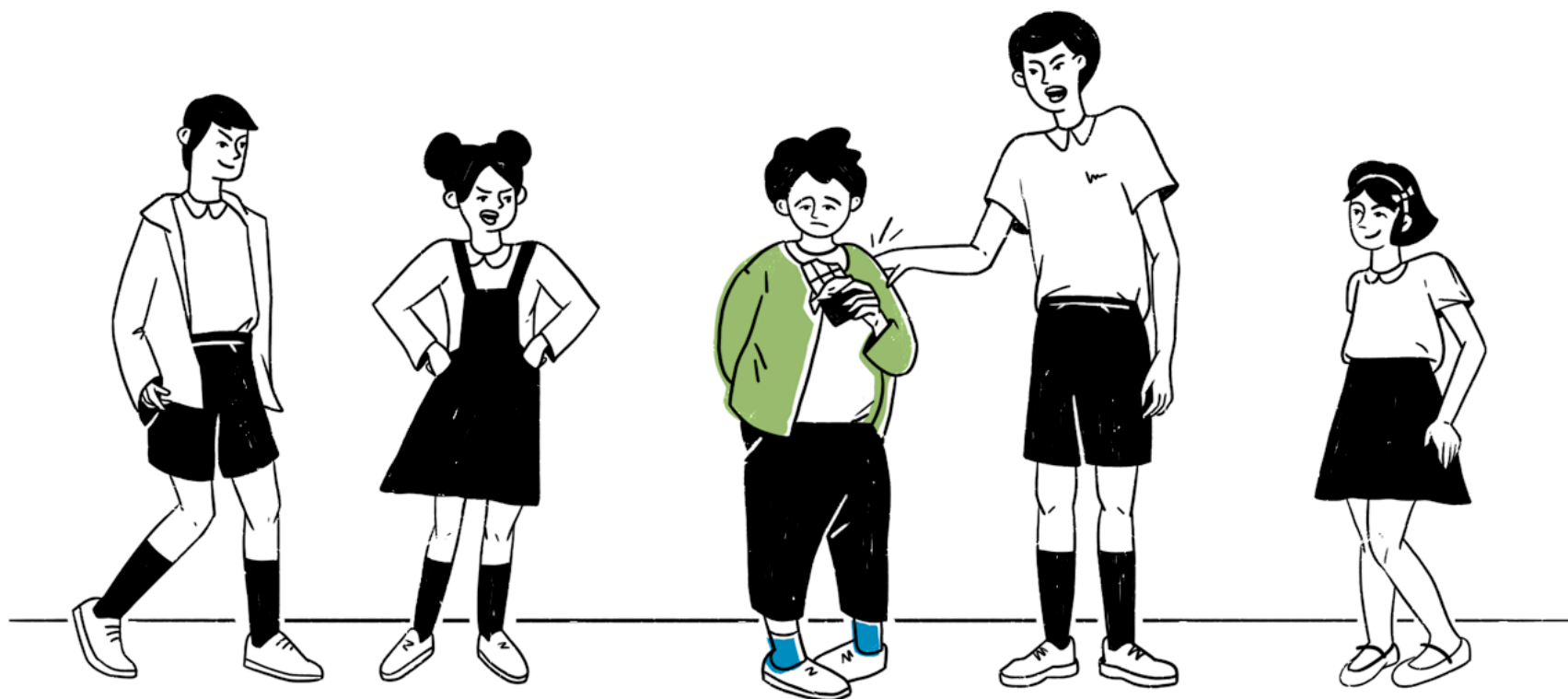
БУЛЛИНГ

По данным ЮНЕСКО, в России примерно 27% школьников становятся жертвами травли. У Всемирной организации здравоохранения похожие цифры: среди 11-летних детей 23% девочек и 27% мальчиков признались, что подвергались унижениям со стороны сверстников.

Травля — это систематическое агрессивное поведение по отношению к тем, кто находится в меньшинстве и у кого меньше власти. Если один ученик издевается над другим — это персональный конфликт; если агрессоров несколько — это буллинг. Речь идет не только о физическом насилии, оно может быть и психологическим.

Жертвой травли может стать любой, детей дразнят не потому, что они «странные» или «слабые». Причина травли — в желании одноклассников доминировать. Если в семьях детей или в самой школе среди учителей считается, что насилие или унижение — это нормально, так будут считать и дети. Участники травли обычно делятся на три группы: агрессоры, жертвы

и наблюдатели. Если в классе происходит травля, это влияет на каждую из групп. У тех, кто становится ее свидетелями, нередко возникает убеждение, что насилие — это нормально. Если ребенок учится в «хорошей школе», это еще не значит, что его там не травят. Наоборот, в таких учреждениях может быть повышенный уровень конкуренции, а также тревоги и напряжения.



Многие думают, что подростковая травля — это «школа жизни», которую должен пройти каждый. На деле буллинг травмирует детей. К этому следует относиться всерьез и вмешиваться — и родителям, и учителям. Любую травлю, независимо от того, по каким причинам она происходит, нужно пресекать. Дело в том, что последствия будут губительными для твоего психического и физического здоровья. Постоянное давление вызывает снижение самооценки, депрессию, серьезные расстройства психики и здоровья в целом.

Именно поэтому важно обратиться за помощью к взрослым. Не стесняйся рассказать обо всем родителям или близким людям: они тебя сильно любят, и обязательно помогут. Возможно, потребуется помощь детского психолога.

Если отношения с отцом и матерью не складываются, обратись к людям, которым можешь довериться – родственникам, родителям друзей, школьному психологу, классному руководителю.

Очень часто бывает, что все твои старания не дают желаемого результата. Обсуди ситуацию с родителями. Скорее всего, тебе просто нужно сменить класс или школу. Перемены тебя пугают? Но, наверняка, в новом классе ты сможешь найти достойных друзей. Просто люди, с которыми должен общаться сейчас, не способны понимать других, сочувствовать, просто быть порядочными людьми. Но не замыкайся в себе!



«У нас был мальчик во втором классе. Он был новенький, что вообще отдельная история. Его звали Володя. Насколько я знаю, он сейчас довольно успешный музыкант. У нас вообще был довольно спокойный класс, там не было будущих уголовников, наркоманов.

Когда Вова появился в первый день, ко мне подошли трое одноклассников и спросили: "А ты против новенького?" И я сказал "да", даже не задумываясь и не спрашивая, почему мы против. Мне вот как-то нужно было быть в этом большинстве, за что я сейчас испытываю сильный стыд.

А Вова каждым жестом мог спровоцировать на драку - он задира и иногда казалось, что каждым словом он напрашивается на подзатыльник. Мальчик, когда ему 8-10 лет, он вообще сначала бьет, а потом думает, а Вова мог еще и спровоцировать.

Володя мог что-то сказать, что тебя злило, но это быстро переросло в то, что мы стали начинать первыми. Было человек 8-9, которые на переменах искали повод, чтобы пристать к нему.

Более того, я иногда начинал сам, искал, что сделать, чтобы он ответил и можно было ему "вломить".

Например, могли затащить его в женский туалет, что для мальчика в школе, конечно травматично и унижительно, это табуированное место. Мы не били никогда друг друга ногами, мы не били друг друга кулаками. Но когда оказываешься на полу - я оказывался и сверху и снизу в таких драках - чувствуешь себя униженно.

Мне ужасно стыдно, что я себя так вел. Я понимаю, что я отдавал себя общему течению. Я не был лидером, более того я не уверен, что вообще был лидер, это происходило по общему согласию.

У нас была классная руководительница, учительница русского и литературы. Когда она поняла масштаб происходящего, она один из своих уроков посвятила разговору об этом, рассказала нам про фильм "Чучело", общалась с родителями нашими.



Мы чувствовали, что, преследуя Володю, мы ведем себя маргинально. Если мы что-то делали, то тайно, но это все равно происходило. Мы понимали, что мы поступали не очень хорошо, но мы продолжали так поступать. Это продолжалось довольно долго - во

втором, третьем классе. В четвертом мы начали находить общий язык - и Вова изменился, и мы изменились, и учителя с нами большую работу провели, что не мешало, явно.»

«И вы можете стать таким человеком для кого-то, кто подвергается травле. Одна улыбка, одно приветствие, одно доброе слово. Вы даже не представляете, сколько они могут значить.»



УХОДЫ ИЗ ДОМА

Ежегодно в России пропадает более десяти тысяч детей. К сожалению, часть из них становится жертвами преступлений. Дети, совершающие самовольные уходы из семьи, стараясь избежать проблем или самоутвердиться, становятся потенциальными потерпевшими.

Проблема самовольных уходов детей из семьи тесно связана с проблемой бродяжничества. Бродяжничество, в свою очередь, является распространённой причиной совершения преступлений и правонарушений несовершеннолетними или в отношении несовершеннолетних. Больше 40% школьников, преимущественно 15-16 лет, хоть один раз, но задумывались о том, чтобы уйти из дома, но осуществили это намерение всего 6 %. К данному шагу их побудили конфликты с родителями и проблемы с учебой. Однако, по мнению самих же школьников, самовольный уход из дома не решает проблем

в отношении с родителями, наоборот, все становится только хуже. Вместе с этим, убегая от одних проблем, школьник может столкнуться с другими – попадание в плохую компанию, приобщение к вредным привычкам и даже гибель.

Последствия, как правило, бывают таковыми:

- проживая без надзора, формируется привычка лгать, бездельничать, воровать;
- легко возрастает опасность попасть под опасное влияние и нередко вовлечение в преступные и аморальные действия: попрошайничество, пьянство, токсикомания, ранние и беспорядочные половые связи;
- в дальнейшем серьезные правонарушения, асоциальный образ жизни;
- кроме того, увеличивается опасность стать жертвой насилия.

В этот период родитель тоже переживает потери. И первой из них является потеря собственного, того самого "всемогущества", которым ребенок наделил его когда-то.

В этом промежутке времени родители, так же как и дети, нуждаются в уважении и признании своих интересов и заслуг, так как подобно своим подрастающим детям внутри тоже судят себя сурово, припоминая себе все родительские недочеты в прошлом. Это трудное время для них еще и потому, что это начало понимания того, что дети "отделятся", и тогда им придется быть наедине с собственной жизнью, вновь оказаться наедине со своими желаниями, в которых они себе привыкли уже отказывать, т.е. оказаться лицом к лицу со своей жизнью, отдельной от ребенка, и это тоже тревожно, особенно для тех родителей, которые раз и навсегда решили для себя, что дети – смысл их жизни.

Говорите о своих чувствах и помните о том, что, по существу, в это время вы оба озабочены вопросом о том, как жить дальше.

СОВЕТЫ ПОДРОСТКАМ

- Попроси родителей рассказать о своей юности, о конфликтах с родителями. Это приведет к более глубокому пониманию между вами.
- Если родители ведут себя с тобой, как с маленьким ребенком, напomini вежливо им, что ты уже повзрослел и хотел бы вместе с ними решать проблемы, связанные с твоей жизнью.
- Дай понять родителям, что ты нуждаешься в их совете и помощи. Это поможет установить дома благоприятную обстановку.
- Разговаривай со своими родителями, сообщай им новости твоей жизни.
- Помни, что родители тоже могут совершать ошибки. Будь снисходителен.
- Если произошла ссора, и ты чувствуешь себя виноватым, найди в себе силы подойти первым. Уважение ты не потеряешь, поверь.
- Установи с родителями границы личной территории, но не раздражаясь, не требуя. Просто попроси их об этом.
- Работа по дому служит отличной подготовкой к самостоятельной жизни. Отнесись к ней с пониманием.
- Возвращение домой к определенному времени — это способ оградить тебя от неприятностей, то есть, мера безопасности. Если задерживаешься, обязательно позвони, они волнуются! Побереги их для себя.

К несовершеннолетним, совершающим самовольные уходы в соответствии с Федеральным законом «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24 июня 1999 года № 120-ФЗ применяются меры профилактического характера и иные меры воздействия в соответствии с законодательством. Родители привлекаются к административной ответственности в соответствии со ст. 5.35 КоАП РФ в случае ненадлежащего исполнения родительских обязанностей по воспитанию и содержанию детей, а также несвоевременного обращения в полицию с заявлением о розыске несовершеннолетних.



РАННЯЯ БЕРЕМЕННОСТЬ

В России из 1000 беременностей 102 – это беременности подростков от 12 до 17 лет. При этом до родов «доживают» немногие: примерно 70% делают аборт, 14% теряют ребенка при выкидыше. Большая часть – почти 70% — беременных девочек-подростков не состоят в браке.

Инициаторами аборта беременной дочери-подростка нередко становятся именно родители. Придя в шок от признания дочери, родители приводят дочку в клинику нередко силой. Но, быстро решив насущную проблему и ликвидировав «позор семьи», родители не учитывают проблемы долгосрочной: по статистике, до 70% девушек, сделав аборт в юном возрасте, потом не могут забеременеть.

Очевидно, ты знаешь, каким образом получают дети, по каким причинам девочка может забеременеть, и как сделать так, чтобы избежать этого в твоём случае или в случае твоей девушки. О методах контрацепции, наверняка, говорили в школе, или у тебя был разговор об этом с родителями или близкими взрослыми. Сейчас пропагандируется открытый разговор об этом без толики стеснения для того, чтобы все знали, что такое секс и беременность. Но что делать, если уже случилось необратимое, и девочка, которая сама ещё ребёнок, забеременела?

Первое и самое важное в этой ситуации для девушки – принять свою беременность как факт и рассказать о ней родителям или близким. Бывает, что пораженная такой новостью, девушка впадает в ступор, от всех таится, а потом вдруг, на немалых сроках, начинает действовать радикально, пытаясь самостоятельно «избавиться от проблемы», начитавшись интернета или наслушавшись подружек. Это может быть не просто вредно, но и смертельно опасно.



В первую очередь нужно обратиться к гинекологу, он посмотрит на состояние плода и матери и сделает выводы о возможности аборта или родов.

Последствия для организма молодой матери имеются в обоих случаях.

Решение о прерывании беременности или ее вынашивании будущая мать должна принимать, лишь взвесив все за и против. Приняв решение о родоразрешении беременности, девушка должна подготовиться психологически к возможным последствиям ранней беременности.

Гарантированы кардинальные перемены в жизни - это, например, косые взгляды окружающих, осуждения одноклассников (а иногда и близких тебе людей), невозможность частого общения со сверстниками и отсутствие возможности прежнего времяпровождения (если раньше ты была не против выйти в клуб или просто погулять до утра, то в положении это будет затруднительным занятием).

Психологическая неподготовленность, сопровождающаяся депрессией или психозом, также возможно расставание с отцом ребенка - не все молодые люди проявляют порядочность, узнав о беременности девушки, ну и финансовые трудности: молодая мама не всегда может рассчитывать на помощь отца ребенка, а размер пособия от государства оставляет желать лучшего. Ввиду неподготовленности девушки в этот период, она может выплескивать на ребенка весь негатив от испытываемого недовольства собственной жизнью, а иногда и вообще переставать заботиться о малыше в чреве. Чтобы ничего из вышеупомянутого не произошло, будущей маме необходима постоянная поддержка со стороны родителей, отца ребёнка, психолога и близких людей.



«Рассказы о том, что парень будет с тобой после того как вы родите, это иллюзии. Все мои подруги, как и я, воспитывают детей со своими родителями, а не с тем умником, который предложил не предохраняться. Когда парень говорит, что Вы - его любовь на всю жизнь, что вы поженитесь после рождения малыша, это все сказки. Мой сам был подростком в тот момент, что он мог спланировать?»

Сначала моя мама была в шоке и собиралась выгнать меня из дома, но потом передумала. Не скажу, что у нас чудесные отношения, хотя внука она любит. Совмещать уход за ребёнком и учебу в школе — практически невозможно, придётся выбрать что-то одно.»

Немалая часть беременных несовершеннолетних девушек из религиозных семей. Но почему происходит так, что скромная и тихая девочка вдруг оказывается в положении, она же следовала канонам религии?

Исследователи связывают это с тем, что обе группы детей (религиозные и нет) испытывают те же самые потребности в сексе, но представляют себе последствия иначе. Что-то вроде «Мы же потом обязательно поженимся, так раз уж мы решили заняться сексом, к чему предохраняться?».

Однако законным или хотя бы гражданским браком такие отношения в реальности почти никогда не заканчиваются. Напротив, их «развращённые» сверстники, которые достаточно хорошо представляют себе последствия, контрацептивами пользуются. Безжалостная статистика показывает, что подростки так или иначе будут заниматься сексом. Но родители и учителя в силах прежде ознакомить их, независимо от пола, с информацией о половой жизни и об их последствиях. Не стоит делать эту тему запретной, переключать рекламы защищённого секса по ТВ, стесняться таких слов, как «секс» и «презервативы». Девочка должна знать, что с беременностью мир розовых слоников и плюшевых медведей заканчивается, и наступает взрослая жизнь. Она не ужасна, нет, просто она совсем другая. И тогда подросток, возможно, подумает дважды - какой он хочет видеть свою жизнь в самом расцвете юности?





ГРУППИРОВКИ И ВЫМОГАТЕЛЬСТВА

«АУЕ» - наверняка, слышали? Это подростковый феномен, который с огромной скоростью завоевал популярность. Расшифровать можно как «арестантский уклад един» или «арестантское уркаганское единство». Аббревиатура стала «настоящей идеологией» и «объектом поклонения» среди подростков, склонных к криминалу.

Как работает схема, по которой ребенка «вербуют в АУЕ»: к пяти- или шестикласснику подходят двое старшеклассников и начинают говорить с ним на «блатном арг», рассказывают про «понятия», «зоновскую романтику», а потом просят принести деньги для «общака». Так 10-летний ребенок начинает воровать, вымогать деньги и обманывать родителей. Выйти из этой «вдруг открывшейся параллельной бездны» невозможно — как следствие, доведение подростков до самоубийства и изнасилования. Также имеют место быть случаи расправы подростков над своими сверстниками — это месть за поведение «не по понятиям».

Но давайте начнём с самого начала - почему происходит так, что среди вас появляются такие подростки, которые начинают вести себя агрессивно, заниматься преступной деятельностью? Ведь буквально в прошлом учебном году вы вместе ходили на уборку школы, проводили время за дополнительными занятиями. Как быть, если желаешь помочь этому человеку, пока не стало поздно?

В подобных ситуациях стоит обратить внимание на психологическое состояние сверстника. Важно работать с таким поведением ребенка, а не записывать его в преступники с самого детства.

Зачастую родители, учителя просто не слышат первые звоночки, которые сообщают нам об уже появляющихся проблемах. Но куда лучше может это понять его ровесник. Антисоциальное поведение ребенка – это жестокость к животным, насилие над более младшими или слабыми сверстниками, воровство, вандализм, порча чужого имущества, мелкое хулиганство. Потом начинается более опасное – асоциальное поведение: побеги из дома, ложь, пропуски в школе, вымогательство, ненормативные надписи на стенах. И, наконец, аутодеструктивное поведение: курение, токсикомания, наркомания, вскрытие вен, алкоголизм, суицид.



Факторы, которые могли стать причиной агрессивного поведения у твоего ровесника:

- негативное влияние окружающей среды, особенно сверстников, которые хвалят и поощряют насилие, стремятся произвести впечатление на других ровесников;
- недостаток опеки и контроля со стороны семьи (неправильная воспитательная ориентация родителей или их отсутствие в жизни ребенка; наличие определённых патологий, например, алкоголизм хотя бы одного из родителей);
- безработица;
- финансовые проблемы;
- агрессивное поведение и насилие в средствах массовой информации (ТВ, интернет, пресса);
- большой интерес к насилию (фильмы и игры);
- зависимость алкогольная или наркотическая, которая часто толкает на агрессивное поведение (например, чтобы получить деньги на травку);
- чувство обиды, желание отомстить.

ВАЖНО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ, ПОМОЧЬ ЕМУ И НЕ ПОБОЯТЬСЯ ПОПРОСИТЬ ПОМОЩИ У ВЗРОСЛЫХ.

ТАКЖЕ НЕ СТОИТ ЗАБЫВАТЬ О ЖЕРТВАХ ВЫМОГАТЕЛЬСТВ, ПОГОВОРИТЬ С НИМИ, ОКАЗАТЬ ПОМОЩЬ ПО ТЕМ ИЛИ ИНЫМ ВОПРОСАМ И СНОВА НЕ ЗАБЫВАТЬ ПРО ТО, ЧТО

ВСЕГДА ЕСТЬ
НЕРАВНОДУШНЫЕ
ВЗРОСЛЫЕ ЛЮДИ
(АДМИНИСТРАЦИЯ
ШКОЛЫ, ПСИХОЛОГ,
КЛАССНЫЙ
РУКОВОДИТЕЛЬ, ТВОИ
РОДИТЕЛИ ИЛИ БЛИЗКИЕ
ЛЮДИ).

БУДЬ НЕРАВНОДУШНЫМ!





СУИЦИД

Поскольку суицид каждый год угрожает жизни многих тысяч молодых людей, все подростки должны представлять себе, "что такое суицид и как с ним бороться". Помни, для борьбы с суицидом достаточно одного человека - тебя.

Прежде чем оказать помощь другу, который собирается совершить суицид, важно располагать основной информацией о суициде и о суицидентах. Особенно важно быть в курсе дезинформации о суициде, которая распространяется гораздо быстрее, чем информация достоверная.

Суицид - основная причина смерти у сегодняшней молодежи.

Суицид является "убийцей № 2" молодых людей в возрасте от пятнадцати до двадцати четырех лет. "Убийцей № 1" являются несчастные случаи, в том числе передозировка наркотиков, дорожные происшествия, падения с мостов и зданий, самоотравления. По мнению же суицидологов, многие из этих несчастных случаев в действительности были суицидами, замаскированными под несчастные случаи.

Исследования показывают, что вполне серьёзные мысли о том, чтобы покончить с собой, возникают у каждого пятого подростка. С годами суицид "молодеет": о суициде думают, пытаются покончить с собой и кончают совсем ещё дети. И в последующие десять лет число суицидов будет расти.

Как правило, суицид не происходит без предупреждения. Большинство подростков, которые пытаются покончить с собой, почти всегда предупреждают о своем намерении: говорят либо делают что-то такое, что служит намёком, предупреждением о том, что они оказались в безвыходной ситуации и думают о смерти. О своих планах расстаться с жизнью не делятся с окружающими лишь немногие. Кто-то из друзей оказывается в курсе дела всегда.

Суицид можно предотвратить. Есть мнение, что если подросток принял



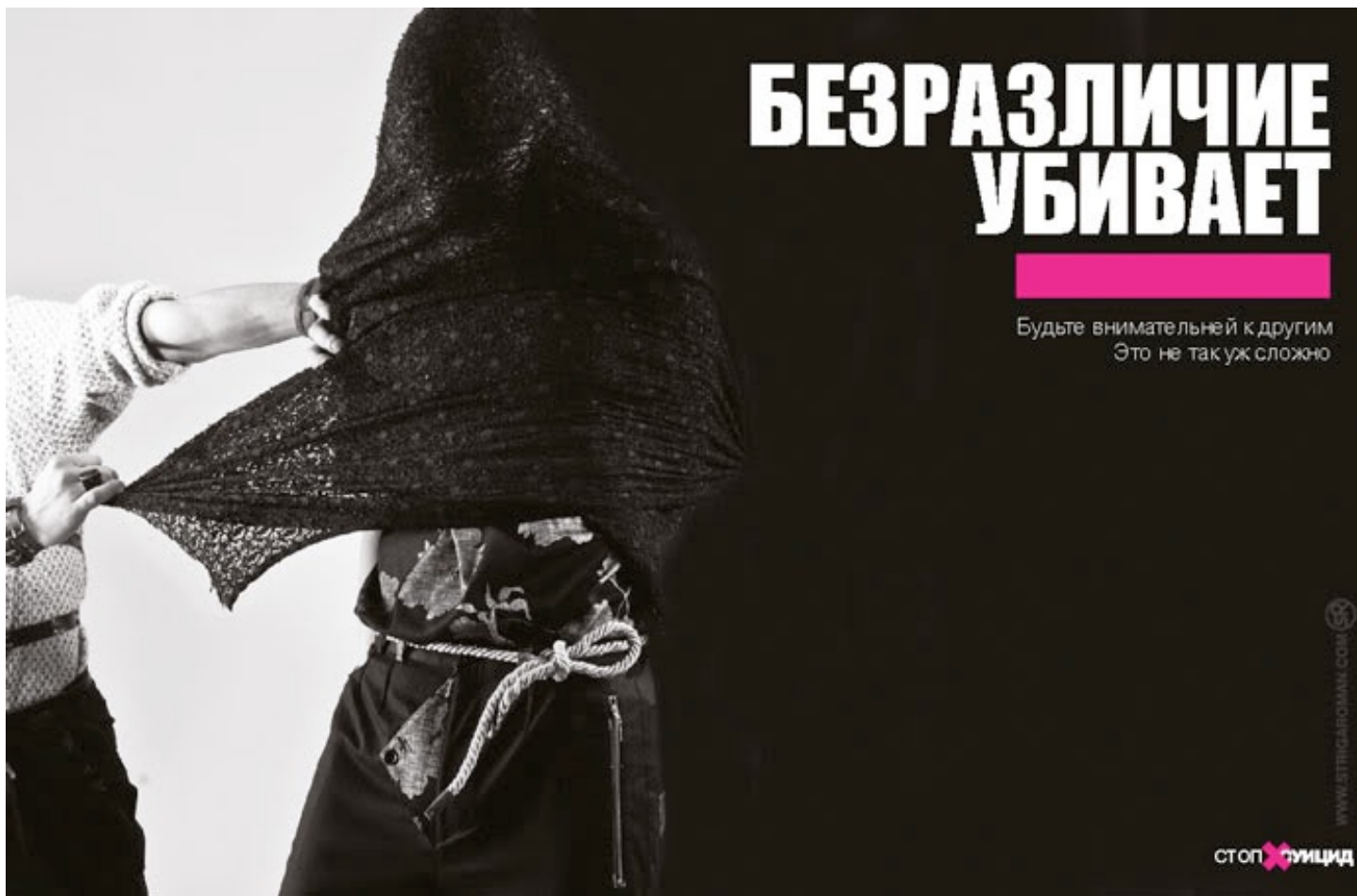
решение расстаться с жизнью, то помешать ему уже невозможно. Считается также, что если подростку не удалось покончить с собой с первого раза, он будет совершать суицидальные попытки снова и снова, до тех пор, пока не добьётся своего. В действительности же, молодые люди пытаются, как правило, покончить с собой всего один раз. Большинство из них представляют опасность для самих себя лишь в продолжение короткого промежутка времени - от 24 до 72 часов. Если же кто-то вмешается в их планы и окажет помощь, то больше покушаться на свою жизнь они не захотят.

Разговоры о суициде не наводят подростков на мысли о суициде. Существует точка зрения, будто разговоры с подростками на "суицидальные" темы представляют немалую опасность, т.к. они могут захотеть испытать эту опасность на себе. Ты, должно быть, слышал разговоры о том, что нельзя, беседовать с молодежью о наркотиках, потому что тогда они могут захотеть их попробовать; нельзя разговаривать с ними про секс, потому что тогда они займутся сексом, и т.д.

Некоторые родители, учителя, психологи избегают слова "суицид", потому что боятся навести своих подопечных на мысль о насильственной смерти.

На самом же деле, разговаривая с подростком о суициде, мы вовсе не подталкиваем его суицид совершить. Напротив, подростки получают возможность открыто

говорить о том, что уже давно их мучает, не дает им покоя. Если твоя знакомая, словно бы невзначай, заводит разговор о самоубийстве, это значит, что она давно уже о нем думает, и ничего нового ты ей о нем не скажешь. Больше того, твоя готовность поддержать эту "опасную" тему даст ей возможность выговориться, - суицидальные же мысли, которыми делятся с собеседником, перестают быть мыслями суицидальноопасными.





хотя бы одной из этих ситуаций или проблем, может не оказаться эмоциональных, умственных или физических сил противостоять любым другим неприятностям. И тогда суицид может стать для него единственным приемлемым выходом.

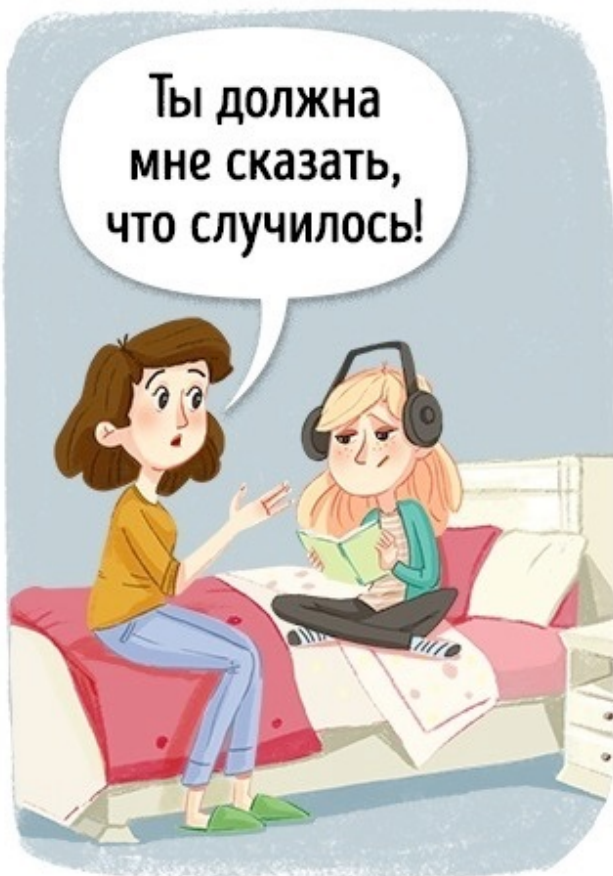
Причин у подростка найдётся немало, особенно в его возрасте с его взглядами на жизнь, событиями, творящимися с ним и с его окружением. Взятая в отдельности, сама по себе, каждая из этих ситуаций или проблем вовсе не означает, что подросток, с ней столкнувшийся, обязательно окажется в зоне повышенного суицидального риска. Однако такого рода проблемы, безусловно, осложняют ему жизнь. У молодого человека, находящегося под прессом

Если тебе известны «ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИЕ ЗНАКИ» суицида (угрожает покончить с собой, демонстрирует неожиданные смены настроения, недавно перенес тяжелую утрату, раздает любимые вещи, приводит дела в порядок, становится агрессивен, бунтует, не желает никого слушать, живет на грани риска, утратил самоуважение), ты можешь отнестись к этому человеку с большей заботой, вниманием и пониманием, попытаться улучшить его состояние, по возможности находиться рядом или быть в контакте с ним.



Ошибки родителей, и что ты с ними можешь сделать?

Безусловно, каждый ответственен сам за то, что делает, но даже взрослые совершают ошибки, которые они не замечают. Если тебя что-то не устраивает, или случилась словесная перепалка с родителем, то совершенно не выход просто хлопнуть дверью, тем самым надеясь, что проблема сама решится таким образом. Всегда есть возможность решить всё спокойным и мирным путём. Читая далее, ты, наверняка, будешь находить отражения и в своей жизни, так что можешь взять на заметку и обсудить это со своими родителями.



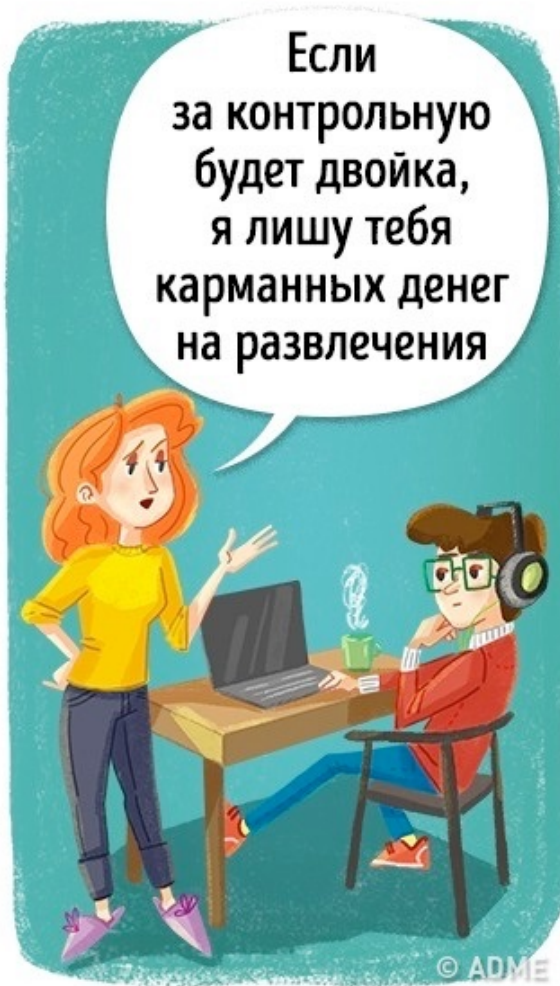
Многим родителям сложно принять, что повзрослевший ребенок допускает их не во все сферы своей жизни. Часто они начинают требовать большей откровенности от тебя. Но подростку крайне важно чувствовать свою самостоятельность, опираться на собственное мнение. Чем больше он ощущает давление на себя, обиду со стороны родных, тем сильнее начинает закрываться и защищать свое личное пространство: уходит от откровенности, начинает обманывать.



Родители не интересуются мнением ребенка, не принимают его в расчет — он чувствует, что оно для родителей не важно, и делает выводы, что его не любят и не уважают.

Такое поведение может спровоцировать в ребенке агрессию. Возможен и второй вариант: ребенок сдастся в ответ на вашу настойчивость и однажды может просто потерять способность принимать решения самостоятельно.





Порой, чтобы ребенок выполнил требования, родители прибегают к заранее невыполнимым обещаниям или угрозам. Но, когда желаемая цель достигнута, забывают о своих словах или же просто не спешат их выполнять.

Но родителям стоит помнить: подростки очень щепетильно относятся к выполнению обещаний взрослых. Если раз за разом близкие будут говорить пустые слова — ребенок перестанет верить им. Так родители потеряют авторитет в глазах подростка.



Когда вся жизнь родителей построена только вокруг ребенка, растворена в нем — это уже явный перебор. Дети, перенимая отношение родителей к самим себе, могут начать так же явно пренебрежительно относиться к ним.

Родителям стоит уделять время собственным интересам, находить время для отдыха. Без этого крайне сложно выстроить правильные отношения с ребенком, а ему — сложно гордиться своими родителями и ценить их.

Часто родители считают, что хвалить нужно только за отличные оценки. Однако подростки нуждаются в одобрении во всех своих делах - это придаёт силы двигаться дальше, помогает легче переживать неудачи.

Здоровую критику при этом никто не отменяет. Но всегда стоит сдерживать эмоции и помнить, какую цель родитель при этом ставит: наказать ребенка? Выразить свое отношение к поступку? Помочь ему осознать свою неправоту? Или решить вместе с ним проблему?



Конечно, порой ребенок становится виновником ситуаций, в которых сложно сохранять терпение. Но думать, что произнесенные повышенным тоном аргументы станут весомей, — заблуждение. Для подростка они будут означать родительский срыв и правоту ребёнка.

Если ситуация будет повторяться — подросток просто перестанет обращать на родителей внимание, перестанет уважать. Что превратится в конце концов в замкнутый водоворот.



ВОТ ТАК ВЫГЛЯДИТ КАЖДЫЙ РОДИТЕЛЬ, КОГДА ЖДЁТ, ПОКА ЕГО РЕБЕНОК ДОДЕЛАЕТ ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

Проводите мало времени вместе

Это только на первый взгляд кажется, что подростки совсем уже большие и не нуждаются в родительском внимании и ласке. Даже если у родителей совсем мало времени — пусть качество заменит количество. Договоритесь в будни проводить вместе по полчаса—часу, но без отвлечений на свои дела, выходные можно посвятить совместному походу, просмотру фильма или играм, совместным времяпрепровождением за чем-то новым (выезд в новые места, различные кружки и секции).

Если же совместная жизнь родителей и подростка сводится только к формальному общению, он может начать чувствовать себя ненужным, незащищенным, ощущать безнадежность, иметь слабую самооценку. А далее по обычному сценарию появляются и все вытекающие проблемы лишь только от нехватки внимания родителей.

ОРГАНЫ И ОРГАНИЗАЦИИ, РАБОТАЮЩИЕ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

Забота государства о детях является безусловным приоритетом социально-экономического развития Российской Федерации. Для защиты прав и интересов детей, оказания им помощи в трудных ситуациях, лучшей социализации детей и подростков государством создано большое количество органов и организаций, работающих с детьми. К их числу относятся:

- центры социальной помощи семье и детям;
- центры психолого-педагогической помощи населению;
- центры экстренной психологической помощи по телефону;
- социально-реабилитационные центры для несовершеннолетних;
- социальные приюты для детей;
- центры помощи детям, оставшимся без попечения родителей;
- реабилитационные центры для детей и подростков с ограниченными возможностями;
- центры социального обслуживания населения комплексные центры социального обслуживания населения;
- центры временного содержания для несовершеннолетних правонарушителей органов внутренних дел;
- специальные учебно-воспитательные образовательные организации для обучающихся с девиантным (общественно опасным) поведением.



Деятельность Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка

Уполномоченный по правам ребенка назначается лично президентом России и обладает неприкосновенностью: пока он не отрешен от должности, он не может привлекаться к правовой ответственности, не может быть арестован или обыскан. **На данный момент уполномоченным по правам ребёнка Российской Федерации является Кузнецова Анна Юрьевна.**

Задачами уполномоченного по правам ребенка являются:

1. Контроль за соблюдением норм Конституции РФ, международных актов и российского законодательства в области, касающейся несовершеннолетних.
2. Дача рекомендаций властным органам по поводу устранения возможного ущемления интересов детей.
3. Обобщение имеющейся практики (при необходимости — с привлечением отдельных специалистов или научных учреждений на договорной основе).

Для выполнения своих обязанностей он вправе запрашивать и получать практически любую информацию, посещать организации и предприятия, знакомиться с их деятельностью, требовать от должностных лиц объяснений. Характерно, что даже в случае введения на территории режима чрезвычайного положения деятельность уполномоченного не прекращается.

Уполномоченный по правам ребенка не подменяет собой судей, опеку и другие органы, однако при необходимости он может обратиться с заявлением в суд, выступить с законодательной инициативой и т. п.

КОНТАКТЫ

Адрес:

125993, г. Москва, ГСП-3, Миусская пл., д.7 стр. 1.

Телефон:

+7 (495) 221-70-65

E-mail: obr@deti.gov.ru

Сайт: <http://deti.gov.ru/>

Уполномоченным по правам ребёнка в Республике Калмыкия является Умгаева Ольга Валериановна.

Контактная информация:

Телефон: (847-22) 3-38-91

e-mail: kalmombudsman@mail.ru, region8@rfdeti.ru

График приема граждан: вторник, четверг с 09:00-18:00 (перерыв с 13:00-14:00)

Адрес местоположения: 358000, г.Элиста, ул.Номто Очирова, 15

ЕДИНЫЕ НОМЕРА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

С **мобильных телефонов** на территории России:

112 	Единая служба спасения. Вызываются все экстренные службы
---	---

С **городских телефонов** на территории России:

«121» и «123»	Служба «Ребёнок в опасности»
«101»	Единый телефон пожарных и спасателей
«102»	Полиция
«103»	Служба скорой медицинской помощи
«104»	Аварийная служба газовой сети
«100»	Служба точного времени
«118»	Информационно-справочная служба
«120»	Служба помощи людям с наркотической зависимостью
«128»	Служба «Телефон доверия»
«129»	Служба психологической помощи

Номера **01, 02, 03 и 04**
для стационарных телефонов
будут работать ещё длительное время.

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

Телефон доверия — это служба, куда может обратиться абсолютно любой человек, чтобы обсудить трудную жизненную ситуацию и получить ответ на свой вопрос. Не важен возраст, национальность, пол, состояние здоровья звонящего. Любой человек имеет право быть выслушанным и получить помощь. Причём эта помощь всегда будет бесплатной и анонимной (никому не сообщается, кто звонил и зачем)! И это очень важно! На телефонах доверия работают специально обученные люди — психологи.

Телефон доверия даёт возможность человеку, пережившему какие-либо трудности, получить поддержку, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги. Человек может поделиться с консультантом Телефона доверия любой беспокоящей его проблемой и получить интересующую его информацию.

Есть специализированные номера Телефона доверия, **конкретно предназначенные для решения проблем несовершеннолетних**. На некоторых из них могут работать даже прошедшие обучение подростки — туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.

Конфиденциальность и бесплатность — два основных принципа работы Детского телефона доверия. Это означает, что каждый ребёнок и родитель может анонимно и бесплатно получить психологическую помощь и тайна его обращения на телефон доверия гарантируется.

! Ты находишься в опасности, или с тобой произошёл несчастный случай, или просто тебе стало сложно жить — позвони по телефону доверия или экстренной службы и поговори со специалистом твоего города.

С КАКИМИ ПРОБЛЕМАМИ МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ НА ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ 8-800-2000-122



ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ, АНОНИМНЫЙ

В Российской Федерации
введён единый общероссийский номер
Детского телефона доверия

8-800-2000-122



Принципы работы единого федерального номера телефона доверия для детей, подростков и их родителей 01.05.2015

Телефон создан в рамках Общенациональной информационной кампании по противодействию жестокому обращению с детьми, проводимой Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации



Набираем номер:
8-800-2000-122
Звонок анонимный и бесплатный
с любого телефона



Происходит определение
региона, из которого звонят

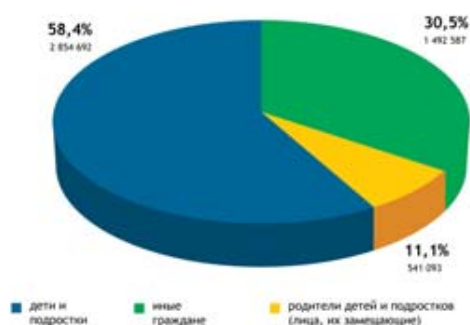


Звонок переадресуется
в телефонную службу
психологической помощи
семье и детям
вашего региона



Если телефонная линия занята,
то звонок переадресуется
во вторую службу этого же
региона и т.д., до тех пор,
пока не ответит психолог

Распределение обращений на телефон доверия по целевой аудитории:



4 888 372 обращения

за период с 1 сентября 2010 г. по 31 марта 2015 г. на детский телефон доверия

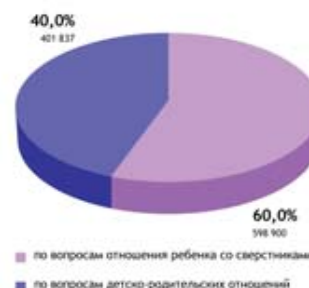
Обращения на телефон доверия по вопросам жестокого обращения:



81 176 обращений

по вопросам жестокого обращения (1,7%)

Обращения по вопросам детско-родительских отношений и отношения ребенка со сверстниками:



401 837 обращений
по вопросам детско-родительских
отношений (8,2% от общего числа)

598 900 обращений
по вопросам отношения ребенка со
сверстниками (12,3% от общего
числа)

Обращения на телефон доверия по проблеме суицида:



16 454 обращения

по проблеме суицида по
состоянию на 1 апреля 2015 г. на
детский телефон доверия

Детский телефон доверия:

- оказывает консультативно-психологическую помощь детям и родителям с целью укрепления семьи, профилактики семейного неблагополучия, стрессовых и суицидальных настроений детей и подростков, защиты прав детей;
- способствует получению психологической помощи детьми и взрослыми, проживающими в отдаленной сельской местности, где в силу объективных обстоятельств затруднено обращение в стационарные службы.

www.ya-roditel.ru

Действия телефонного консультанта, если ему поступает сигнал о том, что ребенок подвергается насилию:

1. Выслушать абонента, разобраться в ситуации и оказать ему психологическую помощь (снять стресс).
2. Убедить абонента в необходимости обращения за помощью к тому человеку, которому он доверяет (родители, родственники, соседи).
3. В экстренных случаях (угроза жизни и здоровью) предложить ребенку отказаться от анонимности: узнать, как его зовут и где он в данный момент находится. Если ребенок дает согласие, то специалист обращается в полицию или в соответствующую службу по защите прав детей.

Прокуратура Республики Калмыкия

Адрес: 358000, Россия, Республики Калмыкия, г.Элиста,
ул. Самохина, 1

Контактные телефоны

Приёмная: 8 (847-22) 3-56-00

Дежурный прокурор:

9.00-18.00 суббота-воскресенье, круглосуточно

+7-960-897-00-77

8 (847-22) 3-56-14

Прием граждан:

8 (847-22) 3-56-24

E-mail: kalmprok08@mail.ru



Экстренные и справочные номера телефонов Республики Калмыкия

<i>БУ ДО РК «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»</i>	<i>3-82-14</i>
<i>Служба спасения МЧС</i>	<i>2-24-30</i>
<i>Республиканская больница им. П.П. Жемчуева, стол справок</i>	<i>3-77-31</i>
<i>Детская Республиканская больница</i>	<i>3-95-40</i>
<i>Калмыцкий государственный университет</i>	<i>4-10-05</i>
<i>Автовокзал, справочная</i>	<i>3-70-80</i>

ПРАВОВЫЕ РЕСУРСЫ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Юридические порталы и сайты. Коллекция ссылок

(по информации git-ru.narod.ru, internetresursi.htm, nlr.ru, lawcenter.ru и др.)

Правовые разделы официальных сайтов Президента России, Правительства Российской Федерации, субъектов Федерации, министерств, государственных юридических организаций и т.п.	
pravo.gov.ru	Официальный источник правовой информации.
lawportal.ru	На федеральном образовательном портале «Юридическая Россия» размещены полные тексты статей из журналов «В мире права», «Ежегодник истории права и правоведения», «Конституционное право» и др.
lawdir.ru	Законы. Законодательство и право. Кольцо сайтов.
law.edu.ru	«Юридическая Россия». Образовательный правовой портал.
kadis.ru	Правовой портал КАДИС.
svem.ru/blog/likbez	Интернет-журнал «Юридический ликбез». Рассматриваются актуальные юридические проблемы и пути их решения. Ответы квалифицированных специалистов на вопросы посетителей, статьи и практические советы.
jurcenter.ru	Приводятся тексты нормативных правовых актов Российской Федерации, наиболее интересных проектов законов, статей и другая юридическая литература.
internet-law.ru	«Интернет и право». Назначение сайта — повышение юридической грамотности пользователей сети. Приводятся списки литературы и Интернет-сайтов по темам «Интернет и право», «Литература по вопросам интеллектуальной собственности». Приводятся полнотекстовые документы по различным отраслям права.
gra.litsa.ru	Официальный сайт Гильдии российских адвокатов. Публикуются общие положения и факты, а также содержатся статьи из журнала «Российский адвокат».
yurclub.ru	На сайте собраны статьи, законы, различные нормативные акты. Все документы расположены по отраслям права. Публикуются статьи из журнала «Право: Теория и Практика» и газеты «ЭЖ-Юрист».

law-students.net	Здесь можно ознакомиться с научными статьями по праву, юриспруденции, учебными пособиями и т.п.
ufalaw.tk	Размещены тексты учебников, учебных пособий, монографий, шпаргалок. Также здесь представлены различные памятники правовой культуры, справочные правовые издания.
jursl.chat.ru	Здесь можно посмотреть: образцы исковых заявлений; жалобы; ходатайства.
law.edu.ru/magazine/pravoved	Размещены тексты статей из журнала «Правоведение».
law-n-life.ru	Интернет-версия научно-популярного журнала «Право и жизнь». Посвящён вопросам теории и практики права в современной жизни.
copyright.ru	Тематика сайта — авторское право. Здесь можно познакомиться с актуальными статьями и комментариями специалистов, найти нормативные правовые акты, изучить материалы судебной практики, получить консультации.
lawinfo.ru	Издательская группа «Юрист».
interlaw.dax.ru	Сайт для студентов.
Zakon-TV.ru	Портал юридического телеканала «Закон ТВ».
businesspravo.ru	Портал правовой поддержки предпринимательской деятельности. Он объединяет ресурсы системы информационного обеспечения предпринимательства и содержит нормы федерального и международного законодательства.

и многие другие сайты.



**В Сети постоянно появляются новые сайты,
а адреса старых могут измениться.**

СПИСОК ФИЛЬМОВ И КНИГ, НА КОТОРЫЕ СТОИТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ ПОДРОСТКАМ



Фильмы:

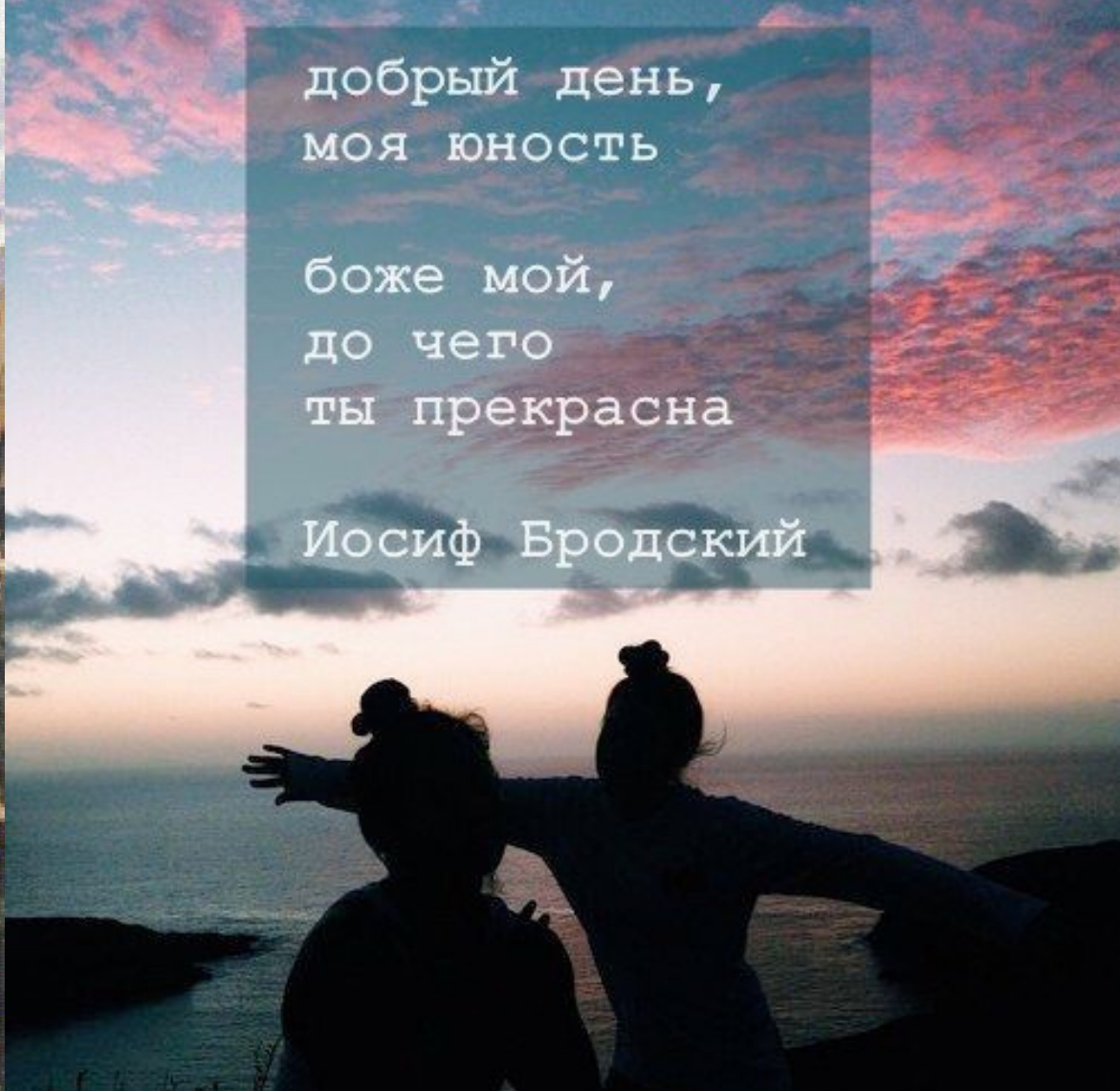
- «Красивый мальчик» (режиссер Феликс ван Грунинген)
- «Билли Эллиот» (режиссер Стивен Долдри)
- «Бум» (режиссер Клод Пиното)
- «В моей смерти прошу винить Клаву К.» (режиссеры Николай Лебедев, Эрнест Ясан)
- «Тринадцать» (режиссер Кэтрин Хардвик)
- «Вернуть Бена» (режиссер Питер Хеджес)
- «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен» (режиссер Э.Климов)
- «Жизнь Пи» (режиссер Энг Ли)
- «Что-то не так с Кевином» (режиссер Линн Рэмси)
- «Завтра была война» (режиссер Юрий Кара)
- «Невероятная жизнь Уолтера Митти» (режиссер Бен Стиллер)
- «Общество мертвых поэтов» (режиссер Питер Уир)
- «Привет, Джули!» (режиссер Роб Райнер)
- «Сто дней после детства» (режиссер Сергей Соловьёв)
- «Хатико: Самый верный друг» (режиссер Лассе Халльстрём)
- «Хористы» (режиссер Кристоф Барратье)
- «Хорошие дети не плачут» (режиссер Деннис Ботс)
- «Чудо» (режиссер Стивен Чбоски)
- «Чучело» (режиссер Ролан Быков)
- «Говори» (режиссер Джессика Шарзер)

- «Загадочная кожа» (режиссер Грегг Араки)
- «До встречи с тобой» (режиссер Теа Шэррок)
- «Письма к Джульетте» (режиссер Гари Виник)

Книги:

- Александра Бруштейн. Дорога уходит в даль
- Анатолий Алексин. Мой брат играет на кларнете
- Анн-Софи Брасм. Я дышу
- Анна Гавальда. 35 кило надежды
- Аннабель Питчер. Моя сестра живет на каминной полке
- Бел Кауфман. Вверх по лестнице, ведущей вниз
- Вениамин Каверин. Два капитана
- Григорий Белых, Алексей Пантелеев. Республика ШКИД
- Д.Д.Сэлинджер. Над пропастью во ржи
- Давид Гроссман. С кем бы побегать
- Джеральд Даррелл. Трилогия: «Моя семья и другие звери», «Птицы, звери и родственники», «Сад богов»
- Джон Грин. В поисках Аляски
- Лоис Лоури. Дающий
- Майя ван Вейдженен. Популярность. Дневник подростка-изгоя.
- Павел Санаев. Похороните меня за плинтусом
- Рувим Фраерман. Дикая собака Динго, или Повесть о первой любви
- Рэй Брэдбери. Всё лето в один день
- Сьюзен Хинтон. Изгои
- Уильям Голдинг. Повелитель мух
- Шарлотта Бронте. Джейн Эйр





добрый день,
моя юность

боже мой,
до чего
ты прекрасна

Иосиф Бродский



*Хочется ещё раз призвать
тебя, дорогой друг,
включить все умственные и
душевные силы, не
затуманивать свои мозги
внешними зависимостями,
чтобы без потерь пройти
«негативный» пубертатный
период подросткового
возраста, дождавшись
телесного созревания.*



Перед подростком открываются новые источники радости, к которым он до этого времени не был восприимчив. На первое место ставит переживание природы как сознательное переживание чего-то прекрасного. При благоприятных условиях источниками радости служат искусство и наука. Широкий мир ценностей, служащий для взрослого человека источником высокого счастья, раскрывается впервые, как какое-то откровение, на пороге юности. Ко всему этому присоединяется любовь, теперь уже сознательно направленная на дополняющее «Ты». И именно любовь даёт выход самому тяжёлому напряжению. И надо, чтобы человек до последних дней сохранял прекрасные черты юности. Человек остаётся молодым до тех пор, пока он к чему-то стремится, пока он имеет перед собой цель, пока он знает, что за стадией, которую он достиг, есть другая, высшая. Молодой человек должен оставаться вечно ищущим, знающим, что он ищет или должен искать. В качестве наследия юности каждый человек должен перенести в период зрелости вечные стремления и искания и в этом смысле оставаться вечно молодым!

*С наилучшими пожеланиями,
БУ ДО РК «Центр ППМС-помощи»*