



## ПАМЯТКА для педагогов

### Как общаться с аутоагрессивным подростком

- 1.** Если вы знаете подростка, который склонен к аутоагрессивному поведению, постарайтесь тактично поговорить с ним о его привычке.
- 2.** Выразите искреннее беспокойство за него, но не сомнения в его психической полноценности.
- 3.** Не стыдите подростка и не осуждайте его поведение, это может вызвать протестную реакцию.
- 4.** Скажите о своем желании помочь, постарайтесь выслушать и понять проблемы этого подростка.
- 5.** Узнайте, есть ли у него представление о способах решения этих проблем, и поделитесь своими мыслями, предложите помощь.
- 6.** Расскажите о том, что многие люди смогли отказаться от саморазрушающего поведения и научились преодолевать свою печаль или гнев.
- 7.** Обратите внимание подростка на его достоинства и сильные стороны.
- 8.** По возможности порекомендуйте ему обратиться за анонимной психологической помощью к квалифицированному специалисту или организуйте такую встречу в безопасной для подростка обстановке.
- 9.** Если подросток совершает аутоагрессивные действия в вашем присутствии, оцените степень риска этих действий для здоровья и жизни.
- 10.** Не поддавайтесь на шантаж, если с помощью аутоагрессивных действий подросток пытается получить какую-то выгоду для себя. Отвечайте ему мягким отказом и призывайте к прекращению опасного поведения.

- 11.** В случае непосредственной опасности постарайтесь спокойно, но твердо удержать подростка от совершения аутоагрессивных действий (или обратитесь за помощью).
- 12.** В случае явно демонстративного и неопасного характера подобных действий уместным будет спокойное игнорирование. Следует, однако, помнить, что характер действий может поменяться и стать более опасным.
- 13.** Помните, что подростки склонны к острым эмоциональным реакциям и в трудных ситуациях особенно нуждаются в чутком поддерживающем отношении.

Педагог-психолог \_\_\_\_\_

Часы приема \_\_\_\_\_

Контакты \_\_\_\_\_