


Квадробика: что это и опасно ли подобное увлечение?

В последнее время среди подростков набирает популярность движение квадробика. Это когда ребята передвигаются на четвереньках, копируя движения животных, нередко в специальных костюмах.

 Многие родители и педагоги обеспокоены данным явлением. Чтобы разобраться в этом увлечении [НИЦ Мониторинга и профилактики](#) подготовил карточки о квадробике.

Их цель – объяснить суть феномена и дать взрослым рекомендации о том, как правильно реагировать, если их ребенок увлекся этим видом активности.

! Напоминаем, что всегда важно не паниковать, а выяснять истинные причины поведения подростка, которое может казаться странным и необычным. Возможно, это лишь обычное увлечение и хобби, не несущее угрозы психологической безопасности. Однако иногда необычное поведение может быть признаком психологического неблагополучия и сигналом о необходимости получения психологической помощи, коррекции внутрисемейных отношений или студенческой жизни.

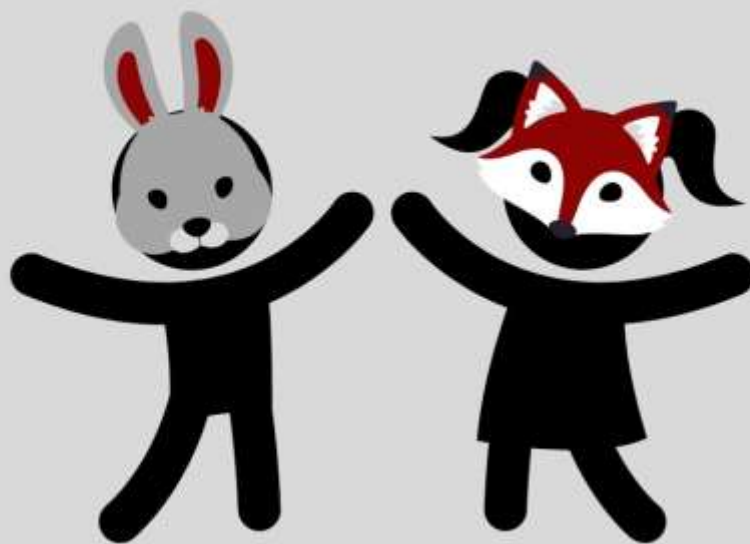


НИЦМГ

Квадробика

НОВОЕ ПОДРОСТКОВОЕ УВЛЕЧЕНИЕ

РАЗБИРАЕМСЯ ВМЕСТЕ



vk.com/nicmp



ЧТО ТАКОЕ КВАДРОБИКА?



Квадробика – это новый вид физической активности среди подростков, когда они передвигаются на четвереньках, копируя движения животных.



Многие подростки для этого **надевают анималистические маски и костюмы (изображающие животных)**.



Это может быть **безобидным видом спорта**, если **не нарушать правила поведения** в общественных местах.





СВЯЗЬ С СУБКУЛЬТУРОЙ ФУРРИ



- **Квадробика** имеет **некоторые пересечения** с **субкультурой фурри**, члены которой отождествляют себя с **антропоморфными животными персонажами**.
- И **квадроберы**, и **фурри** часто **надевают ушки, маски, хвосты**, копируя повадки животных.
- Однако далеко **не все квадроберы являются фурри** и наоборот. Это **два разных**, хотя и пересекающихся **явления**.
- **Главное** – оценивать конкретное поведение подростка, а **не судить по внешним атрибутам**.





ВОЗМОЖНЫЕ РИСКИ КВАДРОБИКИ



Травмы из-за сложных поз без подготовки.



Нарушение общественного порядка.

Агрессивное поведение к людям и животным.



Порча имущества.





КОГДА СЛЕДУЕТ ПРИНИМАТЬ МЕРЫ?

- Если подросток **проявляет агрессию**, кусается, лает, **нападает на людей/животных**.
- При **порче имущества** во время занятий квадробикой.
- Если **увлечение мешает учебе, работе, отношениям с близкими**.
- Если вы замечаете **замкнутость, депрессию, нежелание общаться**.
- Если подросток **отказывается следовать установленным правилам**.

В ТАКИХ СЛУЧАЯХ НЕОБХОДИМО ВЫЯСНИТЬ ПРИЧИНЫ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ И ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ К ПСИХОЛОГУ.

ВАЖНО ДЕЙСТВОВАТЬ СО СПОКОЙСТВИЕМ И ПОНИМАНИЕМ.



РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ И ПЕДАГОГАМ



- **Не паникуйте**, квадробика сама по себе не опасна;
- обсудите с подростком **правила поведения в обществе**;
- попытайтесь **выяснить причины** в семье или школе;
- напомните о необходимости **контролировать эмоции**;
- **физическую активность** лучше проводить под руководством тренера;
- при агрессии, протестном поведении обратитесь к психологу.

