

Маравина Софья Евгеньевна

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ВЫЯВЛЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА РАННИХ ПРИЗНАКОВ АУТОДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Аннотация: в статье рассмотрены основные понятия, формы и признаки аутодеструктивного поведения подростков; представлен опыт реализации программы профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте; сформулированы рекомендации социальному педагогу по организации работы с подростками с признаками аутодеструктивного поведения на основе учета выявленных эмпирических данных.

Ключевые слова: аутодеструкция, аутодеструктивное поведение, подростковый возраст, профилактика.

Подростковый возраст обладает своими особенностями, обусловленными переходом ребенка из детства в юность, что предполагает возникновение кризиса. Происходит скачок в развитии психики, переоценка ценностей и построение своего мировоззрения, что не может не сказаться на личности подростка, т.к. помимо возросшей учебной нагрузки появляются проблемы, связанные с поиском себя и необходимостью перестраивать свое взаимодействие со сверстниками и взрослыми с позиции взрослого человека.

В подростковом возрасте основным критерием нормативного развития личности выступает успешность социализации, а особенностью аутодеструкции является социально-психологическая дезадаптация, вызванная рядом условий, среди которых ведущая роль принадлежит структурам личности как отражению складывающихся отношений и связей с существенными характеристиками человеческого бытия. Это дает основание рассматривать подростков с

саморазрушительным поведением как социально дезадаптированных, находящихся в социально опасном положении.

Теоретическую основу исследования составляют труды таких ученых, как А.В. Боева, Н.В. Власова, Л.С. Выготский, Т.А. Донских, А.А. Зайченко, А.В. Ипатов, Ц.П. Короленко, Г.А. Лобов, Н.А. Польская, Х. Ремшмидт, А. А. Руженков, Д. Б. Эльконин и др.

Актуальность изучения проблемы аутодеструктивного поведения подростков подтверждается тем, что подростковый возраст является наиболее уязвимым для формирования неконструктивных стратегий в поведении, которые могут в дальнейшем серьезно повлиять как на становление личности школьника, так и на всю его жизнь в последующем.

В переходном возрасте подростки эмоционально уязвимы, их психическая организация крайне нестабильна и может характеризоваться повышенной тревожностью, раздражительностью, снижением настроения и трудностями контроля над эмоциями, в связи с этим проблема аутоагрессии становится еще более актуальной.

«Аутодеструкция» – это социально-психологическая дезадаптация в условиях переживаемого личностью конфликта, вызванная парадоксальной ситуацией, характеризующейся с одной стороны, актуализацией в данный момент жизненно важной потребности и, с другой стороны, факторами, препятствующими её удовлетворению [2]. Аутодеструктивное поведение – намеренное причинение себе вреда, или совершение действий, которые имеют негативные последствия для индивида [3]. Чаще всего под этим понятием подразумевают суицидальное и самоповреждающее поведение, реже – алкогольную и наркотическую зависимость, расстройства пищевого поведения. Существует несколько отличительных черт, которые свойственны большинству случаев. К основным признакам можно отнести перемену настроения подростка, скрытность, проявление интереса к суицидальному/самоповреждающему поведению.

К формам аутодеструктивного поведения относят суицидальное и парасуицидальное поведение, пищевую зависимость, аддитивное поведение

(химические и нехимические зависимости), фанатическое, виктимное поведение, деятельность с выраженным риском для жизни (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, 1990).

Социальный педагог при составлении программы профилактики аутодеструктивного поведения подростков должен выстраивать свою работу с учетом потребностей школьников. Так, при работе с подростками, у которых выявлены трудности в адаптации к коллективу, следует включать в программу профилактики комплекс упражнений, направленных на формирование коммуникативных компетенций, позволяющих строить здоровые отношения со сверстниками. Также стоит уделить внимание занятиям и консультациям, направленным на развитие навыков конструктивного разрешения конфликтов, обучение школьников снятию эмоционального напряжения методами саморелаксации, что должно способствовать профилактике конфликтных ситуаций в дальнейшем. С целью сплочения класса можно применять упражнения с элементами тренинга, групповые консультации, проводить совместные мероприятия, которые должны способствовать раскрытию индивидуальных способностей учеников и созданию доверительной, дружественной атмосферы в коллективе.

При работе с подростками, у которых выявлены трудности с принятием себя, следует воздерживаться от любого рода сравнения учеников, не делать акценты на их неудачах. Сравнение успехов может быть целесообразным только при условии, что сравниваются прошлые и нынешние успехи одного и того же подростка. Стоит придавать значение сфере, к которой у ученика есть явные способности, таланты, в которой он может чувствовать себя уверенно. Следует помочь ребенку найти достойную референтную группу и необходимую для его самореализации деятельность. Важным аспектом является формирование у подростков чувства собственной значимости, важности здоровья и психологического благополучия, которые могут быть достигнуты путем индивидуальных консультаций и проведения плановых мероприятий, например, с представителями сферы здравоохранения. Для формирования навыков уверенного

поведения стоит использовать упражнения с элементами тренингов, направленные на повышение уверенности в себе и навыков самопрезентации.

Если в группе подростков есть те, у кого выявлены достаточно высокие шансы попадания в группу риска, то об этом следует проинформировать педагогический коллектив. Таким школьникам необходимо уделять особое внимание, нельзя закрывать глаза на изменения в их поведении. При жалобах педагогов, необходимо провести тщательную проверку.

Важно отслеживать жизненную ситуацию школьника, то, чем он занимается за пределами школы. Оптимальным вариантом будет привлечение подростка к социально значимой деятельности или посещению школьных, районных кружков и секций. Следует поддерживать контакт с родителями школьника, возможно проведение с ними консультаций, как по запросу, так и плановых. Например, родителям подростка стоит знать об особенностях подросткового возраста, на что конкретно стоит обращать внимание в поведении ребенка. С целью профилактики аутодеструктивного поведения стоит ознакомить родителей с ранними признаками саморазрушающего поведения и способах адекватного реагирования на них. Так, на подростка нельзя повышать голос и винить его в самоповреждении, наказывать за это и поднимать на него руку. Оптимальным способом реагирования будет предложение поговорить, спокойно обсудить сложившуюся ситуацию и обратиться к представителю психологической службы для формирования дальнейшего плана действий.

Список литературы

1. Банников Г.С. Потенциальные и актуальные факторы риска развития суицидального поведения подростков (обзор литературы) / Г.С. Банников // Суицидология. – 2015. – №4 (21). – С. 21–32.

2. Ипатов А.В. Аутодеструктивное поведение подростков в контексте отклоняющегося развития личности / А.В. Ипатов // Акмеология. – 2018. – №4 (68). – С. 25–31.

3. Польская Н.А. Аутодеструктивное поведение в подростковом и юношеском возрасте / Н.А. Польская, Н.В. Власова // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. – Том 23, №4. – С. 176–190.