

Илдушкина Василиса Александровна

студентка

Чистова Виктория Александровна

канд. экон. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Донской государственный
технический университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К РАБОТЕ С ЛИЦАМИ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

Аннотация: в статье рассматриваются психотерапевтические подходы к работе с лицами с девиантным поведением, включающим антисоциальные действия и нарушения социальных норм. Описаны ключевые методы, такие как когнитивно-поведенческая терапия, диалектическая поведенческая терапия, психодинамическая терапия и семейная терапия. Каждому подходу посвящены основные техники и цели, направленные на изменение негативных мыслей, улучшение регуляции эмоций, проработку прошлых конфликтов и улучшение семейных отношений. Комплексный подход к лечению позволяет повысить качество жизни пациентов и способствовать их успешной интеграции в общество.

Ключевые слова: психотерапия, девиантное поведение, когнитивно-поведенческая терапия, диалектическая поведенческая терапия, психодинамическая терапия, семейная терапия, регуляция эмоций, социальная адаптация, антисоциальное поведение, работа с семьей.

Девиантное поведение – это формы поведения, отклоняющиеся от общепринятых норм и правил общества. Оно может включать в себя антисоциальные действия, нарушения закона, агрессивное или саморазрушительное поведение [1]. Лица с девиантным поведением часто сталкиваются с трудностями в социальном взаимодействии, что может привести к изоляции, конфликтам и ухудшению качества жизни. Психотерапия играет ключевую роль в оказании помощи таким людям, помогая им адаптироваться и интегрироваться в общество.

1. Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ).

Когнитивно-поведенческая терапия является одним из наиболее эффективных подходов к работе с девиантным поведением. Этот метод основан на предположении, что негативные мысли и убеждения приводят к девиантным действиям. Цель КПТ заключается в изменении этих негативных мыслей на более позитивные и конструктивные.

Основные техники КПТ.

Когнитивная реструктуризация: работа по выявлению и изменению негативных мыслей.

Поведенческие эксперименты: тренировка новых, более адаптивных форм поведения.

Навыки решения проблем: разработка стратегий для эффективного решения жизненных проблем.

2. Диалектическая поведенческая терапия (ДПТ).

Диалектическая поведенческая терапия была разработана для работы с лицами, страдающими пограничным расстройством личности, однако её принципы успешно применяются и для работы с девиантным поведением. ДПТ фокусируется на обучении пациентов навыкам регуляции эмоций, терпимости к стрессу и улучшению межличностных отношений.

Основные компоненты ДПТ.

Обучение навыкам: Четыре модуля, включающие навыки осознанности, регуляции эмоций, межличностной эффективности и терпимости к стрессу.

Терапевтические сессии: Индивидуальные и групповые сессии, где пациенты практикуют новые навыки.

3. Психодинамическая терапия.

Психодинамическая терапия основывается на теории, что девиантное поведение часто коренится в неосознанных конфликтах и незавершённых эмоциональных процессах из прошлого. Цель терапии – осознание и проработка этих конфликтов, что позволяет снизить напряжение и агрессию.

Основные аспекты психодинамической терапии.

Анализ переноса и контрпереноса: Изучение и понимание эмоциональных реакций пациента на терапевта.

Работа с прошлым опытом: Понимание и проработка детских травм и конфликтов.

Развитие самосознания: Помощь пациенту в осознании своих истинных мотивов и эмоций.

4. Семейная терапия.

Семейная терапия направлена на работу с семьями лиц с девиантным поведением. Этот подход основывается на предположении, что семья играет ключевую роль в формировании и поддержании девиантного поведения. Семейная терапия помогает улучшить коммуникацию в семье, разрешить конфликты и создать поддерживающую среду для пациента [2].

Методы семейной терапии.

Системный подход: рассмотрение семьи как единой системы, где поведение одного члена влияет на всех остальных.

Навыки коммуникации: обучение членов семьи эффективным способам общения и разрешения конфликтов.

Семейные сессии: регулярные встречи с участием всех членов семьи для обсуждения проблем и поиска решений.

Работа с лицами с девиантным поведением требует комплексного подхода, учитывающего индивидуальные особенности и потребности каждого пациента. Психотерапия предлагает широкий спектр методов и техник, которые помогают пациентам изменять своё поведение, улучшать качество жизни и интегрироваться в общество. Выбор конкретного подхода зависит от специфики девиантного поведения и готовности пациента к изменениям.

Список литературы

1. Дмитриева Н.В. Психологические средства нормализации затрудненного общения антисоциальной личности (на примере лиц юношеского возраста): монография / Н.В. Дмитриева, Л.И. Бочанцева. – Ишим, 2013. – С. 43–45.

2. Короленко Ц.П. Аддикции в культуре отчуждения. Фрагментарная идентичность в зазеркалье постмодернизма: монография / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – Новосибирск, 2012. – С. 106.