

**Полторыхина Юлия Александровна**

студентка

*Научный руководитель*

**Карандеева Арина Вячеславовна**

канд. психол. наук, заместитель декана, старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический

университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **АУТОАГРЕССИЯ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

***Аннотация:** в статье рассматриваются понятия отклоняющегося поведения и аутоагрессии. Представлены разновидности и профилактика аутоагрессивного поведения.*

***Ключевые слова:** отклоняющееся поведение, аутоагрессия, подростки, факторы, профилактика.*

В последние годы девиантное поведение стали определять как отклоняющееся поведение. Разные исследователи предлагают различные интерпретации этого явления: одни (например, Н.Дж. Смелзер) рассматривают девиацию как нарушение нормы, влекущее за собой санкции – от социальной изоляции до лишения свободы, другие (Р. Мертон) связывают её с несоответствием между общественными целями и доступными способами их достижения. Третьи акцентируют внимание на том, что отклонения в поведении являются следствием столкновения различных культурных ценностей. Я.И. Гилинский определяет девиацию как действия, не соответствующие принятым в обществе правилам, устоям и образцам поведения. В ряде работ отклоняющееся поведение описывается как действия отдельных лиц или социальных групп, противоречащие общепринятым моральным принципам и моделям поведения. Несмотря на разнообразие подходов, большинство исследователей сходятся во мнении, что де-

виантное поведение проявляется в действиях, которые вступают в противоречие с социальными нормами, принятыми в обществе.

В некоторых научных публикациях отклоняющееся поведение рассматривается как действия и поступки людей, социальных групп, противоречащие социальным и нравственным нормам либо признанным шаблонам и стандартам поведения. Тем не менее все ученые считают, что девиантное поведение характеризует поступки и действия индивида, вступающего в конфликт с социальными нормами общества.

Особо тревожная ситуация, на которую обращают внимание специалисты, складывается с крайними проявлениями девиации в различных группах молодежи. Например, среди подростков увеличилась частота аутоагрессивных проявлений, существенно возросло число суицидов среди детей до 18 лет.

Аутоагрессия – это форма агрессивного поведения, характеризующаяся направлением враждебности на самого себя. Она может проявляться в виде физических повреждений, а в более серьезных случаях – в попытках суицида. Таким образом, аутоагрессию можно считать видом самоповреждающего поведения, распространенным среди подростков. Наиболее часто встречающимся способом самоповреждения среди старшеклассников является нанесение порезов, зачастую в области запястий.

Среди основных факторов, провоцирующих аутоагрессивное поведение у подростков, можно выделить:

Недостаток внимания. В этом случае самоповреждение становится способом привлечения внимания окружающих, особенно родителей. Подросток, не получая достаточной заботы и ласки, стремится добиться их реакции посредством самодеструкции, надеясь на проявление сочувствия и участия;

Семейные конфликты. Частые ссоры и насилие в отношениях между родителями оказывают негативное влияние на эмоциональное и психологическое благополучие ребенка. Чувство беспомощности перед происходящим и страх за близких могут спровоцировать аутоагрессивное поведение;

Чрезмерные требования. Высокие ожидания со стороны взрослых, давление, претензии и критика приводят к снижению самооценки, тревожности и страху не оправдать надежды. Аутоагрессия в данном случае может выступать как форма самонаказания за ошибки и неудачи;

Аутоагрессивное поведение родителей. Дети склонны к подражанию, поэтому, наблюдая за тем, как взрослые критикуют себя, изолируются от общества, отказываются от еды или прибегают к вредным привычкам, могут начать копировать их поведение.

Подавленная обида. Когда подросток не имеет возможности выразить свой гнев в адрес того, кто его спровоцировал (например, авторитетная фигура, педагог или родитель), негативные эмоции обращаются внутрь, направляясь на собственное «Я» и даже на тело.

Смягчение эмоциональной нагрузки. Интенсивные и изматывающие чувства порой становятся настолько невыносимыми, что единственным способом облегчения кажется физическая боль.

Как отмечает американский психотерапевт Марши Линехан: «Люди, склонные к самоагрессии, обычно страдают от низкой самооценки и имеют тенденцию обесценивать себя и собственные ощущения». Подобное поведение часто является следствием пренебрежения или насмешек, когда ребенок пытается поделиться своими переживаниями.

Психологи и неврологи выделяют три основные формы аутоагрессии у подростков:

Вербальная. Эта форма проявляется в самообвинениях и унижениях, даже если подросток лишь косвенно вовлечен в неприятную ситуацию. Это ведет к снижению самооценки, ухудшению коммуникации с окружающими и трудностям в разрешении конфликтов.

Невербальная (физическая). К этой категории относятся все действия, непосредственно причиняющие физический вред: порезы, удары, синяки, выдергивание волос, обгрызание ногтей до крови, прокалывание кожи, нанесение глубоких царапин на теле.

Скрытая аутоагрессия. Наиболее распространенный вид в подростковом возрасте. Она проявляется в действиях, которые на первый взгляд кажутся безобидными, но на самом деле являются формой самоповреждения. К ним относятся пирсинг, татуировки, увлечение экстремальными видами спорта, а также вредные привычки, такие как курение и употребление алкоголя, и чрезмерно строгие диеты у девушек.

Для предотвращения самоповреждающего поведения и аутоагрессии у подростка крайне важна атмосфера тепла и поддержки в семье. Если он уверен, что его примут и поймут в любой ситуации, вероятность возникновения аутоагрессии значительно снижается.

Эффективной профилактикой также является обучение ребенка с раннего возраста навыкам конструктивного общения, позитивным способам решения проблем, методам борьбы со стрессом и безопасным способам выражения негативных эмоций.

Значительную роль в профилактике аутоагрессии играет активное участие подростка в различных занятиях. Увлечение кружками, секциями и другими видами деятельности снижает риск возникновения самоповреждающего поведения. Свободное время, не заполненное полезными занятиями, может привести к излишней рефлексии и, как следствие, к аутоагрессии.

### ***Список литературы***

1. Пилягина Г.Я. Аутоагрессия: биологическая целесообразность или психологический выбор? / Г.Я. Пилягина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psychiatry.ua/articles/paper248.htm> (дата обращения: 08.04.2025).

2. Аутоагрессия у подростков: причины, как помочь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lifemotivation.online/razvitielichnosti/samopoznanie/autoagressiya-u-podrostkov#i-3> (дата обращения: 08.04.2025).

3. Дворникова И.Н. Особенности аутоагрессивного поведения подростков в современном обществе / И.Н. Дворникова, Е.В. Куренкова // Молодой ученый. – 2014. – № 21 (80). – С. 86–88 [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

4 <https://phsreda.com>

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

<https://moluch.ru/archive/80/13790/> (дата обращения: 08.04.2025). – EDN  
TCVDLD

4. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:  
[https://lpi.sfukras.ru/files/levshunova\\_zh.\\_a.\\_profilaktika\\_deviantnogo\\_povedeniya\\_1.pdf](https://lpi.sfukras.ru/files/levshunova_zh._a._profilaktika_deviantnogo_povedeniya_1.pdf) (дата обращения: 08.04.2025).