

Бакулина Анастасия Евгеньевна

бакалавр, студентка

Клыков Антон Евгеньевич

студент

Малюшин Дмитрий Николаевич

студент

Научный руководитель

Романова Елена Владимировна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

***Аннотация:** в статье рассматриваются психологические особенности подросткового возраста, причины и виды девиантного поведения. Основное внимание уделено методам профилактики: арт-терапии, тренингам, дискуссиям, правовому просвещению и работе с эмоциями. Подчёркивается необходимость комплексного и своевременного подхода с участием семьи и специалистов.*

***Ключевые слова:** подростковый возраст, девиантное поведение, профилактика, арт-терапия, тренинги, правовое просвещение, дискуссия, мозговой штурм.*

Подростковый возраст – период в развитии человека, переходный этап между детством и взрослостью. В данном возрасте наблюдается ряд изменений в теле и психике ребёнка [1].

К физиологическим изменениям относят: рост тела и изменения его пропорций, развитие первичных и вторичных половых признаков. К психологическим особенностям: поиск идентичности, стремление к автономии, формирование самооценки, эмоциональная нестабильность, развитие критического мышления.

Не менее важным аспектом подросткового возраста являются социальные отношения: 1) отношения подростков с родителями (с одной стороны, подростки хотят получить независимость от родителей, а их мнение и позиция отходят на второй план, с другой же стороны, для подростков всё же важно получать от них одобрение и похвалу); 2) отношения со сверстниками (сверстники, в отличие от родителей, приобретают больший «вес» в жизни подростка, для него очень важно одобрение и поддержка со стороны его ровесников).

Не редко именно в подростковом возрасте можно столкнуться с проблемой девиантного поведения, при котором действия и поступки подростков, не соответствующие общественным нормам. Это может быть агрессивное поведение, намеренное причинение вреда окружающим, кража чужой собственности, склонность к обману, бродяжничество и т. д.

У данных отклонений есть несколько особенностей: затруднение социальной адаптации, сложности в отношениях с родителями, трудности общения со сверстниками и педагогами, стремление к общению с «плохими компаниями», отказ от обучения, бродяжничество и др.

Каковы же причины девиантного поведения у подростков. Среди них выделяют следующие категории.

1. Социальные:

а) неполнота семьи, воспитание подростка единственным родителем – когда ребёнка воспитывает один родитель, то встречаются случаи, что у родителя не хватает времени на воспитание, ведь он может быть занят своей личной жизнью и не обращать должного внимания на ребёнка, что увеличивает риск проявления девиантного поведения в подростковом возрасте;

б) воспитание в неблагополучной семье, ссоры и конфликты между родителями – если в семье распространено употребление алкоголя, наркотиков и курение, то данная семья считается неблагополучной для развития ребёнка, в таких ситуациях ребёнок не получает достаточного внимания и заботы, что провоцирует развитие девиантного поведения в будущем;

в) ошибки в воспитании, отсутствие контакта с родителями и педагогами, недостаточность уделяемого подростку внимания, гиперопека.

2) Биологические:

а) генетическая предрасположенность, склонность к развитию зависимостей – это важный фактор, влияющий на развитие личности подростка, который не зависит от него самого;

б) заболевания ЦНС – самым ярким примером можно выделить психические расстройства, которые являются одним из основных факторов возникновения зависимостей;

в) травмы головы – при которых наблюдается эмоциональная нестабильность, подросток перестаёт контролировать свои эмоции, что приводит к нередким вспышкам гнева и импульсивным поступкам, которые могут являться проявлением девиантного поведения;

г) особенности протекания подросткового периода, связанные с гормональной перестройкой организма и усиленным развитием головного мозга – несмотря на то, что подростки стараются самостоятельно анализировать всю полученную информацию, они не всегда способны сделать это правильно, но в силу особенностей своего возраста, они отказываются принимать какую-либо помощь, что может привести к импульсивным противоправным действиям.

Также важно отметить, что на формирование девиантного поведения влияет не какая-то одна причина, а их совокупность.

К видам девиантного поведения относят следующие.

1. Делинквентное – данный вид отклоняющегося поведения подразумевает под собой противоправные действия, совершаемые подростком. К ним можно отнести причинение вреда здоровью или имуществу пострадавшего, а также кражу.

2. Аддиктивное – данный вид отклоняющегося поведения подразумевает под собой так называемый эскапизм, то есть уход от обыденной жизни. Данное желание у них возникает из-за каких-либо жизненных проблем, например, конфликты в семье, буллинг в школе и другие. На фоне этого подростки стараются

«отвлечься» либо путём приема психоактивных веществ, либо какими-либо действиями, например, медитацией.

3. Патохарактерологическое – данный вид отклоняющегося поведения подразумевает под собой патологические свойства характера подростка. К таким свойствам можно отнести психопатии. Сами психопатии представляют из себя устойчивые расстройства личности, при этом человек сохраняет интеллект и социальные навыки, но само поведение сильно отклоняется от нормы. Основными признаками психопатии являются пренебрежение своими обязанностями и равнодушие к окружающим людям. Сами же психопатии формируются ещё в детстве, а основное их развитие приходится на подростковый возраст во время формирования личности и основных навыков самоконтроля.

4. Психопатологическое – данный вид отклоняющегося поведения подразумевает под собой отклонения, которые являются симптомами расстройств психики, такими как депрессия, биполярное расстройство, пограничное расстройство личности и другие.

5. Гиперспособности – данный вид отклоняющегося поведения подразумевает под собой использование подростками своих умений и талантов, которые развиты у них более ярко, чем у их сверстников, но они используют их не в благих целях, а для совершения более радикальных противоправных действиях.

В подростковом возрасте наблюдаются самые сильные и резкие изменения личности и характера. В это время подросток наиболее уязвим к угрозам из внешнего мира и к психическим расстройствам из-за стресса и тревоги. В таком случае у него развивается девиантное поведение, для того, чтобы предотвратить такой исход или же избавиться от этой проблемы, существуют определённые психологические методы.

Рассмотрим некоторые методы.

1. Арт-терапия – это направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на применении для терапии искусства и творчества. Главная цель данного метода – гармонизация психического состояния через развитие способности самовыражения. Благодаря искусству человек может выразить свои

чувства и эмоции, даже те, которые были у него глубоко внутри. Так они могут пережить все эмоции и «отпустить» их, что уменьшает риск возникновения какого-либо психического расстройства.

2. Тренинги – они являются эффективным методом профилактики девиантного поведения у подростков, которые включают интерактивные методы обучения, развитие социальных, эмоциональных и поведенческих навыков.

3. Дискуссии и мозговые штурмы – это эффективные методы профилактики девиантного поведения в подростковом возрасте. Дискуссии помогают лучше понимать спорные вопросы, развивают навыки аргументации и анализа различных точек зрения. Мозговые штурмы же направлены на коллективный поиск решения. Во время профилактики девиантного поведения данный метод может направлен на альтернативное поведение в сложных ситуациях, с которыми подростку тяжело справиться самому.

4. Правовое просвещение – играет ключевую роль в профилактике отклоняющегося поведения подростков, ведь оно направлено на формирование правовой культуры, правосознания и навыков правомерного поведения.

5. Работа с эмоциями и агрессией является одним из основных методов профилактики девиантного поведения подростков, так как в этом возрасте наступает половое созревание, из-за чего вырабатывается большое количество гормонов, которые влияют на эмоции и агрессию подростков.

Эффективность профилактики зависит от комплексности подходов, адресности, позитивности информации и максимальной активности личности.

Список литературы

1. Девиантное поведение – это отклонение, которое необходимо корректировать. – URL: <https://mip.institute/journal/deviantnoe-povedenie-kak-proyavlyayetsya-i-chem-opasno-> (дата обращения: 28.04.2026).

2. Переходный возраст: когда начинается и сколько длится, как вести себя с подростком. – URL: <https://talentsy.ru/blog/perehodnyy-vozrast/> (дата обращения: 28.04.2026).

3. Подростковый возраст. Большая российская энциклопедия. – URL: <https://bigenc.ru/c/podrostkovyi-vozzrast-461de1?ysclid=morbtvio7768364839> (дата обращения: 28.04.2026).

4. Социально-психологический тренинг как средство профилактики девиантного поведения и повышения уровня информационно-психологической безопасности подростков. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskij-trening-kak-sredstvo-profilaktiki-deviantnogo-povedeniya-i-povysheniya-urovnya-informatsionno> (дата обращения: 28.04.2026).