

Степанян Виолетта Кареновна

студентка

Научный руководитель

Спирина Мария Леонидовна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

ПРОФИЛАКТИКА ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В ШКОЛЕ

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема деструктивного поведения подростков в условиях современной общеобразовательной школы. Анализируются основные формы деструкции: буллинг, кибербуллинг, самоповреждающее поведение и суицидальные риски. Выявляются факторы риска и маркеры деструктивных проявлений. Автором предлагается комплексный подход к диагностике и профилактике данных явлений, основанный на взаимодействии педагогов, психологов и родителей для создания безопасной образовательной среды. Обосновывается необходимость трехуровневой системы профилактики и внедрения кризисных протоколов в школах.*

***Ключевые слова:** подростки, деструктивное поведение, буллинг, кибербуллинг, профилактика, школьная дезадаптация, психологическая безопасность, самоповреждающее поведение.*

Современное общество характеризуется стремительными изменениями во всех сферах жизни, что неизбежно отражается на процессе социализации подрастающего поколения. Подростковый возраст традиционно считается одним из самых сложных и кризисных этапов развития личности. Именно в этот период обостряются внутренние конфликты, усиливается стремление к автономии и

поиску своего места в социуме, что при неблагоприятных условиях может приводить к различным формам деструктивного поведения.

Под деструктивным поведением понимаются действия, направленные на разрушение (внешнее или внутреннее) материальных объектов, социальных связей или собственной личности. В школьной среде сегодня наиболее остро стоят такие вызовы, как буллинг, киберкоагрессия, школьная дезадаптация, а также крайние формы аутоагрессии – самоповреждающее (селфхарм) и суицидальное поведение.

Одной из ведущих причин формирования деструктивных тенденций является школьная дезадаптация. Она представляет собой нарушение процесса приспособления ребенка к условиям обучения, которое проявляется в снижении успеваемости, нарушениях дисциплины и конфликтах с окружающими [1]. Хроническая дезадаптация порождает чувство неполноценности и тревожность, которые подросток пытается компенсировать либо через внешнюю агрессию (буллинг), либо через уход в себя и саморазрушение.

Буллинг (травля) в современной школе приобрел новые масштабы. Если классическая травля ограничена стенами учебного заведения, то кибербуллинг преследует жертву круглосуточно в цифровом пространстве. Исследования показывают, что подростки, подвергающиеся систематической виктимизации, имеют в пять раз более высокий риск развития депрессивных состояний и возникновения суицидальных мыслей [3]. Кибербуллинг опасен своей анонимностью и отсутствием мгновенной обратной связи, что снижает порог эмпатии у агрессора.

Другим опасным вызовом современности стало самоповреждающее поведение. В большинстве случаев оно не является попыткой суицида, а выступает способом «перекодирования» невыносимой душевной боли в физическую. Подростки, не имеющие навыков эмоциональной саморегуляции, прибегают к нанесению порезов или ожогов как к единственному доступному способу справиться с тревогой или чувством вины. Однако, несмотря на парасуицидальный характер этих действий, риск случайного совершения суицида или перехода селфхарма в истинное суицидальное намерение остается крайне высоким [4].

Эффективная профилактика деструктивного поведения в школе невозможна без качественной и своевременной диагностики. Педагогам и школьным психологам необходимо обращать внимание на следующие маркеры риска.

1. Резкое изменение круга общения или социальная изоляция.
2. Снижение когнитивных функций и академической мотивации.
3. Появление на теле следов физических повреждений (часто скрывааемых длинной одеждой в жаркую погоду).
4. Рисунки или записи в социальных сетях, содержащие тему смерти, безысходности или агрессии.
5. Выраженная эмоциональная лабильность, вспышки ярости или, напротив, апатия.

Диагностический инструментарий должен включать в себя как стандартизированные методики (например, опросник Басса-Дарки для выявления уровня агрессии, шкалу тревожности Спилберга-Ханина), так и методы включенного наблюдения за климатом в учебном коллективе [2].

Профилактическая работа в школе должна строиться на трех уровнях.

Первый уровень – первичная профилактика, ориентированная на всех учащихся. Ее цель – формирование здорового психологического климата. Важным инструментом здесь выступают программы развития эмоционального интеллекта и коммуникативных навыков. Учащиеся должны обучаться конструктивному разрешению конфликтов и методам совладания со стрессом без вреда для себя и окружающих.

Второй уровень – вторичная профилактика, направленная на «группы риска». Это подростки из неблагополучных семей, дети с признаками дезадаптации или те, кто уже был замечен в эпизодах буллинга. Работа на этом этапе предполагает индивидуальное сопровождение, социально-психологические тренинги и тесное взаимодействие с родителями. Часто деструктивное поведение ребенка является лишь симптомом семейного неблагополучия, поэтому работа с родительской общественностью становится приоритетной. Необходимо проводить

просветительские мероприятия, обучающие родителей замечать признаки кризисных состояний и выстраивать доверительные отношения с детьми.

Третий уровень – третичная профилактика (интервенция), которая применяется в случаях, когда факт деструктивного действия уже произошел. Здесь требуется четкий алгоритм кризисного реагирования: от оказания психологической помощи пострадавшим до привлечения (при необходимости) медицинских работников и правоохранительных органов.

Особое внимание в профилактической деятельности следует уделять информационной безопасности. Школа должна стать площадкой для формирования цифровой гигиены. Обучение подростков правилам поведения в сети, распознаванию манипуляций и способам защиты от кибертравли существенно снижает риск цифровой виктимизации [5].

Важную роль в предотвращении суицидальных рисков играет создание в школе атмосферы доверия, при которой подросток знает, что в учебном заведении есть взрослый – учитель, школьный психолог или тьютор, – к которому можно обратиться за помощью без страха осуждения или разглашения личной информации. Организация «почты доверия» и внедрение школьных служб медиации позволяют выявлять скрытые конфликты на ранних стадиях и оперативно на них реагировать.

Работа с агрессорами требует особого подхода, поскольку подросток, участвующий в буллинге, зачастую сам является жертвой насилия в семье или в школьной среде, а его агрессивное поведение – не проявление злобы, а защитная реакция, направленная на компенсацию чувства неполноценности. Эффективная профилактика должна быть направлена не на наказание, а на реабилитацию: проведение индивидуальных консультаций, вовлечение в тренинги по развитию эмоционального интеллекта и лидерские инициативы с целью превратить агрессора в ответственного члена коллектива.

Школа обязана быть готова к кризисным ситуациям, для чего необходимо разработать и внедрить единый протокол действий при выявлении суицидальных рисков или случаев кибербуллинга, включающий алгоритм оповещения

школьного психолога и администрации, порядок информирования родителей с соблюдением этических норм, правила обеспечения конфиденциальности и процедуру привлечения внешних специалистов – медицинских, социальных или правоохранительных. Регулярные учения по кризисным сценариям повышают оперативность реагирования и снижают уровень дезориентации персонала.

Ключевым элементом профилактики является вовлечение учащихся: создание ученических советов по безопасности, школьных клубов по интересам и команд «Психологических агентов» – старшеклассников, прошедших обучение по основам психологической поддержки, – способствует формированию чувства ответственности и принадлежности к сообществу. Учащиеся, включенные в систему поддержки, реже становятся участниками деструктивных процессов и чаще выступают в роли помощников.

Деструктивное поведение подростков – это комплексная проблема, требующая системного решения. Профилактика не может ограничиваться разовыми лекциями или анкетированием, поскольку это непрерывный процесс формирования поддерживающей образовательной среды, в которой личность ценится выше академических показателей. Эффективность профилактики зависит от слаженной работы педагогов, психологов, родителей и учащихся. Только в безопасной среде, где каждый подросток чувствует себя значимым и защищенным, возможно устойчивое противодействие деструктивному поведению. Школа должна стать не просто местом обучения, а пространством личностного роста.

Список литературы

1. Александров Ю.В. Школьная дезадаптация и способы ее коррекции / Ю.В. Александров. – М.: Просвещение, 2021. – 156 с.
2. Волкова Е.Н. Психология подростковой агрессивности: учеб. пособие / Е.Н. Волкова. – Н. Новгород: Нижегородский университет, 2020. – 210 с.
3. Кондрашкин А.В. Буллинг и кибербуллинг в современной школе: риски и профилактика / А.В. Кондрашкин // Психология образования. – 2022. – №4. – С. 12–18.

4. Ошевский Д.С. Самоповреждающее поведение у подростков: диагностика и профилактика / Д.С. Ошевский // Психологическая наука и образование. – 2019. – Т. 24. №6. – С. 55–64.

5. Синягин Ю.В. Психолого-педагогические факторы суицидального риска в подростковой среде / Ю.В. Синягин, Н.Ю. Синягина. – СПб.: Каро, 2023. – 128 с.