**Лекция 4. Факторы и условия проявления и психологические методы диагностики аутодеструктивного поведения**

План:

1. Причины суицидов подростков

2. Особенности проявления аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте

3. Организация и методы исследования возможностей профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте

4 Оценка эффективности теоретической модели и комплексной программы психологической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте

В подростковом возрасте на первый план выходит общение со сверстниками, но взаимодействие с педагогами – от сотрудничества до конфронтации – продолжает играть важную роль. Желание стать независимым от родителей часто переносится на других взрослых – подростки негативно относятся к учителям, представителям правоохранительных органов и т.д., но в то же время, младшие подростки могут сильно эмоционально привязаться к авторитетному значимому взрослому, пытаться копировать его поведение. Общение с учителем может содействовать усилению «Я-концепции» подростка и, как следствие, самоутверждению в среде сверстников. Педагог может быть для подростка значимым взрослым, который послужит объектом положительной идентификации, что особенно важно для подростков из неблагополучных семей.

И.А. Алексеева отмечает, что подростки могут давать выраженные и неожиданно острые реакции на некорректное обращение со стороны учителей, особенно если оно касается «болевых точек» подросткового возраста – сомнений в своей значимости, недовольства своей внешностью и способностями, угрозе потери авторитета у сверстников [3, с.105].

Таким образом, специалисты, работающие в школе, несут значительную долю ответственности за то, какими людьми вырастут их ученики. Но на формирование личности подростка влияют и другие важные факторы, например, дезадаптация к составу класса, трудности общения с одноклассниками также могут стать причиной эмоционального неблагополучия подростка и, как следствие, аутодеструктивного поведения.

Исследование М.А. Ступницкой показало, что часто младшие подростки выбирают в классе «изгоев» – учеников, которых они исключают из коллектива, подвергают насмешкам, Если такой ученик покидает класс, они тут же выбирают следующего. Причиной такого поведения О.В. Хухлаева считает тревогу и неуверенность подростков – они объединяются против «общего врага», что дает им ощущение принадлежности к группе и собственной силы [146, с. 37]. Но у подростка – «изгоя» в этом случае возникают серьезные психологические проблемы, ведь его мнение о себе зависит от того, что о нем думают сверстники. Он недоволен собой, сравнивает себя с одноклассниками и считает, что они более способны, уверены в себе и привлекательны в сравнении с ним. Такие подростки отличаются склонностью к самоуничижению, утверждают, что они «хуже» сверстников. И хотя со стороны может показаться, что подростки-«изгои» не стремятся к общению, на самом деле они глубоко страдают.

Все вышеперечисленные трудности снижают самооценку подростка и их уверенность в себе, формируют отрицательную «Я-концепцию», препятствуют позитивному планированию будущего, порождают сниженный эмоциональный фон, что может служить причиной аутодеструктивного поведения, причем в любой форме – от экстремального поведения до суицида.

Общество дает подросткам массу примеров девиантного и аутодеструктивного поведения – через СМИ, стереотипы массовой культуры и подростковых субкультур. В подростковом возрасте спецификой аутодеструктивного поведения является его опосредованность групповыми ценностями, в том числе ценностями субкультуры. (Ц.П. Королнко, Т.А. Донских, 1990) [67]. Групповая деструкция протекает быстрее и прогностически неблагоприятнее, чем индивидуальная [15]. Таким образом, в современном обществе существует множество факторов, способных провоцировать аутодеструктивное поведение подростков.

Рассмотрим подробнее каждую из основных форм аутодеструктивного поведения, их причины и механизмы.

Аутоагрессивное поведение – агрессия, направленная человеком на самого себя. Две основные формы аутоагрессивного поведения – самоубийство (суицид) – реализация намеренного стремления человека к смерти, и самоповреждение – парасуицидальное поведение [5, с. 91].

Суицид – намеренное и осознанное стремление человека к смерти. Самоубийство является наиболее опасной формой аутодеструктивного поведения [56, c. 289].

А.Е. Личко к наиболее частым причинам суицида относит уязвленное чувство собственного достоинства, переутомление, разрушение защитных механизмов личности из-за воздействия алкоголя и наркотиков, страх, гнев и печаль, потерю любимого человека, отождествление себя с самоубийцей. Также А.Е. Личко выделяет демонстративное, аффективное и истинное суицидальное поведение. Кроме того, существуют так называемые «ситуативные» суициды в ответ на внезапные критические жизненные ситуации, когда не справляются адаптационные и защитные механизмы психики человека [18].

По мнению А.Г. Амбрумовой, у подростков можно выделить следующие мотивы суицидального поведения: протест, месть, призыв, избегание (наказания, страдания), самонаказание, отказ от существования. Из-за многообразия мотивов суицид считается очень сложным явлением в плане превенции. Особенно непредсказуемы так называемые «ситуативные» суициды – ответ на внезапно возникшую острую психотравматическую ситуацию [4].

И.А. Алексеева отмечает, что желание умереть у подростков встречается редко, практически всегда речь идет о нежелании «так жить» или намерении при помощи суицида воздействовать на окружающих [3, с. 255].

Основными причинами подростковых суицидов являются сложные взаимоотношения и конфликты с учителями; социально-психологическое состояние, например, депрессия, компонентами которой являются негативное отношение к себе, к другим, к будущему; конфликты в межличностных отношениях со сверстниками; неблагоприятные семейно-общественные условия жизни; отсутствие поддержки в духовно-нравственном росте и понимания проблем подростка со стороны родителей (гиперопека или напротив, заброшенность); виртуализация жизни подростка [18, с. 16-17].

**2. Особенности проявления аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте**

Практический этап нашего исследования начался с анкетирования студентов-первокурсников 17-19 лет, которое было проведено с целью определения проблем, важных для них в подростковом возрасте, предполагаемого направления профилактической и коррекционной работы. В анкетировании приняли участие 44 человека. Анкета, разработанная нами, включала ряд вопросов об особенностях подросткового возраста испытуемых – общем эмоциональном фоне, реализованных и нереализованных потребностях, характере проблем, стратегиях поиска ресурсов для их разрешения, важных источниках помощи и поддержки. В результате обработки данных анкетирования были получены следующие сведения. Большинству респондентов подростковый возраст запомнился как период первой любви, частых влюбленностей (36%), 32% опрошенных помнят печальные события, разочарования, предательство, страдания, 18% вспоминают подростковый период как время радости, счастья, творчества. Для 9% самым значимым в этот период было общение с друзьями. На вопрос о том, что ценного дал респондентам их подростковый возраст, 18% ответили, что стали больше ценить поддержку семьи, еще 18% приобрели новый жизненный опыт, 10% стали чувствовать себя взрослее, 8% отметили у себя смену взглядов, изменение характера. Опрошенные отмечали, что приобрели опыт конструктивного разрешения конфликтов, много поняли для себя важного, научились ценить дружбу, разбираться в людях и в себе, стали сильнее. Трудности большинства респондентов в этот период были связаны с тем, что их не понимали близкие – родители (41%) и друзья (38%), с проблемами в учебе – с одноклассниками (23%) и учителями (10%). 14% испытуемых отметили попадание в «плохую компанию» и приобретение вредных привычек, 10% – проблемы любовных отношений. Тяжелые эмоциональные переживания – депрессии, беспричинная злость – были у 17% опрошенных. 23% респондентов справляться с трудностями помогали родные и друзья, 13% – родители, 27% справлялись самостоятельно, причем иногда из-за того, что не к кому было обратиться за помощью (2%). На вопрос о том, какой ресурс помощи и поддержки был бы для респондентов ценным и значимым в подростковом возрасте 61% ответили, что это были бы понимание и поддержка родных и друзей, доверительное общение с ними. Только 1 человек из 44 опрошенных упомянул возможность обращения за психологической помощью.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что большинство опрошенных в подростковом возрасте, сталкиваясь с трудностями межличностного взаимодействия и внутриличностными конфликтами, нуждались в психологической поддержке, но предпочитали искать ее в семье и среди друзей – у людей, которым они доверяли. Обращение за помощью к психологу большинство опрошенных как ресурс не рассматривали. Опрошенные оценивали попадание в «плохие компании», приобретение вредных привычек (аутодеструктивное поведение), тяжелое эмоциональное состояние как проблемы, негативные явления, но за профессиональной психологической помощью не обращались.

Мы считаем, что эти данные являются свидетельством острой необходимости просветительской работы среди учащихся общеобразовательных школ – дети и подростки должны получать информацию о том, что в их школе работает психолог, с какими проблемами можно к нему обращаться, чем он может помочь. Также важно информировать школьников об экстренных линиях психологической помощи, учреждениях, куда можно обратиться. Для значительной части респондентов подростковый возраст был временем печальных событий, разочарований, но для многих он был периодом творчества, радости, счастья, давшим возможность развить в себе ценные качества – психологическую устойчивость, самостоятельность взглядов. Данные анкетирования еще раз подчеркивают значимость и необходимость массовой профилактической работы с подростками в форме тренингов личностного роста, развивающих занятий.

На этапе констатирующего эксперимента были обследованы 363 подростка в возрасте 11-17 лет. На этапе первичной диагностики с целью выявления личностных особенностей и черт характера подростков с высоким риском аутодеструктивного поведения, мы не разделяли испытуемых на контрольную и экспериментальную группу.

В ходе исследования были диагностированы следующие особенности. Относительно риска суицида как самой опасной формы аутодеструктивного поведения в нашем исследовании диагностировались два аспекта (по Т.Н. Разуваевой) – «слом культурных барьеров» и «антисуицидальный фактор». Слом культурных барьеров – показатель, характеризующий склонность к поиску культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение [105]. Высокие баллы по этому фактору у 24% мальчиков и 34% девочек 11-15 лет, 25% мальчиков и 11% девочек 15-16 лет, 29% юношей и 9%. девушек 17-18 лет. Гистограмма 1 отражает процентное соотношение подростков мужского и женского пола с высокими показателями по шкале «Слом культурных барьеров» в трех возрастных группах. Данные диагностического обследования подростков 15-16 и 17-18 лет в этом случае рассматривались отдельно (как градация выраженности признака), так как при помощи критерия Краскела - Уоллиса мы установили, что возрастные группы 15-16 и 17-18-летних подростков мужского пола достоверно отличаются друг от друга по выраженности ряда признаков. Подростки мужского пола этих возрастных групп отличаются по степени выраженности таких качеств как демонстративность (p = 0,0216), ощущение собственной несостоятельности (p = 0,0512), важности таких ценностей как иерархия (p = 0,0093), овладение (p = 0,0011), равенство (p = 0,0021).

**3. Организация и методы исследования возможностей профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте. Теоретическая модель и комплексная программа психологической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте**

Как можно отметить, максимально выражены у группы с высоким риском аутодеструктивного поведения такие психологические защиты как регрессия, отрицание, проекция, интеллектуализация, у контрольной группы – реактивное образование. У группы с высоким риском аутодеструктивного поведения выше средние значения по показателям выраженности регрессии, компенсации, проекции, у группы с низким риском аутодеструктивного поведения ярче выражен такой механизм как реактивное образование. Сопоставляя результаты применения методики диагностики психологических защит у подростков женского пола двух возрастных групп, можно отметить схожие соотношения выраженности защитных механизмов групп как высокого, так и низкого уровня риска аутодеструктивного поведения с усилением выраженности психологических защит в старшей возрастной группе. Как уже отмечалось, у подростков мужского пола выражена противоположная тенденция.

С помощью процедур кластерного и корреляционного анализа мы выявили некоторые факторы – личностные черты, моральные ценности подростков, связанные с их эмоциональным благополучием и риском аутодеструктивного поведения.

У подростков мужского пола 11-15 лет показатель «слом культурных барьеров» положительно связан с показателями «аффективность», «социальный пессимизм», «неприятие себя», «эмоциональный дискомфорт», «уход от проблем», «внешний контроль», «зависимость», «выраженность созависимых моделей поведения», отрицательно – с показателями «демонстративность», «осмысленность жизни», «цели в жизни», «результаты в жизни», «локус контроля – Я», «локус контроля – жизнь», ценностями «иерархия» (признание важности социальной иерархии, неравного распределения власти и ресурсов), «равенство» (взгляд на других как на морально равных, имеющих такие же базовые потребности). То есть с культурными и ценностными стереотипами, оправдывающими самоубийство, у подростков связаны неприятие себя, повышенная значимость других по сравнению с собой. Демонстративность в поведении используется как ресурс, понижающий вероятность суицида за счет удовлетворения от проявления собственной индивидуальности.

У юношей 15-17 лет показатель «слом культурных барьеров» положительно связан с показателем «отсутствие временной перспективы», «аффективность», отрицательно – с показателями «антисуицидальный фактор», «осмысленность жизни», «локус контроля – жизнь», «аффективная автономия», «внутренний контроль» и такими ценностями как «овладение» (важность для человека экспансии и «завоевании» окружающего мира) и «включенность». То есть для снижения риска суицида им необходимо ощущение контроля над собственной жизнью, ее осмысленности.

Показатель «антисуицидальный фактор» у мальчиков 11-15 лет отрицательно коррелирует с показателями «интеллектуальная автономия», «конфликт с другими», ценностями «включенность в общество», «иерархия». У девочек этого же возраста в этой группе есть и показатель «несостоятельность». То есть культурные нормы и ценности, препятствующие суициду, противопоставляются уникальности как неспособности перенимать позитивный опыт окружающих. У юношей 15-17 лет добавляются показатели «демонстративность», «уникальность», «временная перспектива», «осмысленность жизни», «локус контроля – Я», «аффективная автономия», «внутренний комфорт», «уход от проблем», «делинквентность».

Делинквентность рассматривается подростками как ресурс, связанный со свободой от норм общества. У девушек 15-17 лет показатель «антисуицидальный фактор» положительно коррелирует с показателями «результаты в жизни», «интеллектуальная автономия», отрицательно – с показателями «тревожность», ценностью «овладение как ценность», то есть риск суицида снижается, когда девушки достигают в жизни собственных целей и при этом у них нет необходимости «завоевывать» мир, а есть возможность стать его гармоничной частью. Малая выраженность ценностей, связанных с соблюдением общественных норм, таких, как «включенность в социальные отношения», «гармония с социальным и предметным миром», является фактором, повышающим риск делинквентного поведения подростков, высокая значимость социальных ценностей по сравнению со значимостью собственного эмоционального благополучия повышает риск аутодеструктивного поведения.

Показатель «риск алкоголизации» у мальчиков 11-15 лет отрицательно коррелирует с показателями «временная перспектива», и положительно – с показателями «локус контроля – жизнь», «овладение». То есть риск алкоголизации повышается при отсутствии планов на будущее.

**4 Оценка эффективности теоретической модели и комплексной программы психологической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте**

При проведении индивидуальных консультаций подросткам предоставлялась возможность эмоционального отреагирования на актуальные конфликты и психотравмирующие события прошлого, предоставлялась эмоциональная поддержка, обсуждались конструктивные стратегии выхода из сложных ситуаций. Осуществлялось обсуждение путей и стратегий замены паттернов аутодеструктивного поведения на диалог, способность выражать дискомфорт символически и словами.

Актуальной проблемой для психолога образовательного учреждения является выбор оптимальной формы групповой работы. Психопрофилактические занятия могут проходить в форме тематических просветительских занятий, включающих информацию по определенной проблеме и элементы тренинга, тематических тренингов для детей и подростков группы риска с обязательным или добровольным участием. Также занятия могут проводиться как факультативные или быть включены в учебный процесс.

В нашем случае подростки с высокой степенью риска аутодеструктивного поведения по результатам диагностики приглашались в группы во время, свободное от уроков. Таким образом, был реализован принцип добровольности, следование которому способствует решению одной из основных задач подросткового возраста – обретению самостоятельности.

Мы считаем такую форму организации занятий наиболее эффективной, так как обязательные занятия только с подростками группы риска часто трудно проводить в общеобразовательном учреждении – их необходимо отделять от основной массы учащихся, что провоцирует активизацию психологических защит, связанных с «ярлыками» психологически неустойчивых людей, которые «присваивают» подросткам сверстники, особенно когда аутодеструктивное поведение сочетается с мнительностью, неуверенностью в себе, заниженной самооценкой. Кроме того, по нашим наблюдениям, люди со склонностью к аутодеструктивному поведению часто сами склонны искать помощи у окружающих и охотно посещают группы психологической помощи. Принадлежность к группе, эмоциональная поддержка, которую можно получить от группы и ее ведущего, позволяет со временем осознать особенности своей личности и установить контроль над собственной жизнью, пересмотреть значимые цели и достичь их.

Таким образом, работа с психологом, а также общение со сверстниками, успешными в учебе и преодолении трудностей, заимствование у них примеров поведения, реакций на трудные ситуации может помочь подросткам с риском аутодеструктивного поведения стать более успешными, в том числе и в учебной деятельности, что будет способствовать стабилизации самооценки и снижению интенсивности ощущения несостоятельности.

Итак, профилактическая работа – занятия с использованием методов и техник индивидуальной и групповой работы – арт-терапии, гештальт-терапии, психодрамы, социально-психологического тренинга – проводилась с четырьмя группами подростков разных возрастов 11-15 и 15-17 лет.

Во время реализации первого этапа программы – блока, направленного на знакомство и сплочение – группа являлась открытой, затем становилась закрытой и новые участники принимались с согласия других членов уже сформированной группы. Занятия анонсировались как тематические. На этапе набора в группу (занятиях на знакомство и сплочение) мы наблюдали за подростками с целью оценки их способности к работе в группе, чтобы при необходимости провести собеседование и выявить форму работы, наиболее подходящую для конкретного подростка.

Участники групп выступали в качестве экспериментальной выборки. В качестве контрольной группы выступали подростки, не участвующие в формирующем эксперименте, с аналогичными показателями относительно рисков суицидального поведения, алкоголизации, наркотизации, созависимого поведения, адаптированности, сходной структурой психологических защит.

На основании данных, полученных в ходе диагностического этапа исследования, формировалось содержания программы психологической профилактики аутодеструктивного поведения и коррекции его предпосылок.

Задачи подросткового возраста в целом связаны с разрешением субъективных противоречий собственного развития, внутренних конфликтов, а также объективными вопросами, которые задает реальность [130, с.8]. Но на каждом этапе подросткового возраста некоторые из этих целей имеют особую важность. Младшие подростки переживают негативную фазу «пубертатного криза», характеризующуюся эмоциональной неустойчивостью, повышенной возбудимостью, несдержанностью, колебаниями настроения, импульсивностью, амбивалентностью реакций, утомляемостью, раздражительностью, демонстративностью в поведении.

Во второй фазе пубертатного периода (15-16 лет) эти проявления постепенно сглаживаются, на первый план выходят задачи самоопределения, поиска своего места в обществе [79]. Л.И. Божович отмечает, что в 12-14 лет формируется способность к самостоятельному целеполаганию, в 15-16 лет – «жизненная перспектива» [19]. Таким образом, к задачам возраста, наиболее актуальным для младших подростков, можно отнести: – отделение от родителей и приобретение психологической са мостоятельности ; – определение своего места в среде сверстников, – трансформация отношений со взрослыми – изменение отношений «Старший-Младший» в отношения на равных. – преодоление внутренних конфликтов; – эмоциональная саморегуляция.

**Литература:**

**Печатный ресурс :**

1. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – Изд. 4-е, ипср. и доп. – К. : «Освита Украины», 2007. – 332 с. – 1 шт.
2. Козлов, В. В. Работа с кризисной личностью: методическое пособие / В. В. Козлов. – 2 –е изд., доп. – М. : Психотерапия, 2007. – 336 с. – 1 шт.
3. Рядинская, Е. Н. Экстремальная и кризисная психология: консультирование и психотерапия зависимостей: учебное пособие для студентов психологических, медицинских и юридических специальностей / Е. Н. Рядинская. – Макеевка: МЭГИ, Краматорск: Донбасс, 2014. – 625 с. – 10 шт.
4. Цимбалюк, І. М. Психологічне консультування та корекція: навчальний посібник ; модульно-рейтинговий курс / І. М. Цимбалюк. – 2-ге вид., випр. і доп. – К. : ПРОФЕСІОНАЛ, 2007. – 544 с. – МОНУ. – 1 шт.

**Электронный ресурс:**

1. Воробьева, И. В. Психология вандального поведения: монография / И. В. Воробьева, О. В. Кружкова. – Екатеринбург, 2011. – 322 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/57zT/kz3v8RG2j>
2. Гилинский, Я. Девиантология: социология преступности, наркотизма, проституции, самоубийств и других «отклонений»: учебное пособие / Я. Гилинский. – СПб. : Издательство «Юридический центр Пресс», 2008. – 520 с – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/LjBe/xfxfu3zyY>
3. Григорьев, Н. Б. Психологическое консультирование, психокоррекция и профилактика зависимости: учебное пособие / Н. Б. Григорьев. – СПб.: СПб ГИПСР, 2012. – 304 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/L8cZ/Kx5wJQ7vA>
4. Елизаров, А. Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: учебное пособие / А.Н. Елизаров. – М.: «Ось-89», 2008. – 336 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/E48J/ShrbfMpxa>
5. Ильин, Е. П. Психология агрессивного поведения: учебник / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2014. – 368 с.: ил. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/4nJA/ZmpCEWK4J>
6. Клейберг, Ю. А. Креативная девиантология : монография / Ю. А. Клейберг. – Москва: ИИУ МГОУ, 2016. – 160 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/KqLm/sdGpedoX1>
7. Короленко, Ц. П., Дмитриева, Н. В. Психосоциальная аддиктология: учебник / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – Новосибирск, Издательство «Олсиб», 2008 – 251с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/MTLK/4yA1AL8WN>
8. Менделевич, В. Д. Руководство по аддиктологии / В. Д. Менделевич. – СПб. : Речь, 2012. – 768 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/EBF5/cFhAWCb3o>
9. Нельсон-Джоунс, Р. Теория и практика консультирования: учебное пособие / Р. Нельсон-Джоус. – СПб.: Издательство «Питер», 2013. – 464 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/2fwX/GUNCmzHsc>
10. Пятунин, В. А. Девиантное поведение несовершеннолетних: современные тенденции: исследование / В. А. Пятунин. – Москва: РОО «Центр содействия реформе уголовного правосудия», 2010. – 282с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/45EH/ExB86pqR8>
11. Старшенбаум, Г. В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей: учебное пособие / Г. В. Старшенбаум. – СПб. : Питер, 2011. – 106с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/3CNy/DsziYP8Mc>
12. Шнейдер, Л. Б., Вольнова, Г. В., Зыкова, М. Н. Психологическое консультирование: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Л. Б. Шнейдер, Г. В. Вольнова, М. Н. Зыкова. – М. : Ижица, 2007. – 224 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/MYha/R736LNYe8>
13. Ярославцева, И. В. Психическая депривация в детском и подростковом возрасте : учеб. пособие / И. В. Ярославцева. – Иркутск: Изд-во ИГУ, 2014. – 190 с. – [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cloud.mail.ru/public/LyKQ/zPKVT17vQ>