

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт психологии
Кафедра психологии образования

**ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА
АУТОДИСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ
ВОЗРАСТЕ**

Магистерская диссертация

Направление 44.04.02 – Психолого-педагогическое образование
Магистерская программа «Психолого-педагогическое сопровождение
субъектов образования»

Магистерская диссертация
допущена к защите
зав. кафедрой

Н.Н. Васягина
(подпись)
«14» июня 2017 г.

Руководитель ОПОП:

Е.А. Казаева
(подпись)

Исполнитель:
Рябова Виктория Сергеевна,
Студент МПСО – 1501 группы

(подпись студента)

Научный руководитель:
Герасименко Юлия Алексеевна,
кандидат педагогической наук,
доцент каф. психологии образования

(подпись преподавателя)

Екатеринбург 2017

Содержание

Введение.....	4
ГЛАВА 1. Аутодеструктивное поведение. Анализ понятия аутодеструктивное поведение в контексте различных теорий. Модель психолого- педагогической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте	
1.1. Исследование аутодеструктивного поведения в исследованиях отечественных и зарубежных теориях личности.....	11
1.2. Возрастные особенности подросткового возраста. Аутодеструктивное поведение в подростковом возрасте. Детерминанты аутодеструктивного поведения.....	18
Вывод к главе 1.....	30
ГЛАВА 2. Теоретические подходы к профилактике аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте	
2.1 Организация и методы исследования возможностей профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте.....	32
2.2. Результаты полученных исследований формирования и проявления аутодеструктивного поведения подростков.....	36
Вывод к главе 2.....	67
ГЛАВА 3. Организация и методы исследования возможностей профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте	
3.1. Психолого- педагогическая профилактика, направления работы, этапы профилактической работы, необходимые подросткам с аутодеструктивным поведением.....	70

3.1. Психолого- педагогическая программа профилактики для подростков с аутодеструктивным поведением.....	78
3.2. Результаты реализации программы профилактики, оценка ее эффективности, для подростков с аутодеструктивным поведением.....	94
Заключение.....	106
Список литературы.....	112
Приложение 1 (методики)	121
Приложение 2 (статистические данные).....	139
Приложение 3 (рекомендации для родителей и учителей).....	145

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность проблемы исследования. На сегодняшний день частым явлением стало аутодеструктивное поведение, в том числе среди подростков. Данное поведение проявляется в суицидальных наклонностях, токсикомании, наркомании, алкогозизации и других видах саморазрушения организма.

Следственные комитеты бьют тревогу: «Подростковый суицид становится угрозой национальной безопасности России» По приведенным статистическим данным известно, что количество подростковых суицидов увеличилось по сравнению с прошлым годом в два раза. И поэтому существует проблема путей профилактики аутодеструктивного поведения, так как оно негативно влияет на качество жизни людей, а также интеллектуальный, профессиональный, генетический потенциал общества

Аутодеструктивное (саморазрушающее) поведение – один из видов девиантного (отклоняющегося от нормы) поведения, появляющееся в непреднамеренных действиях (не осознание возможности смертельного исхода), следствием которых является физическое или психическое разрушение личности или взаимодействие человека с окружающими людьми и самим собой, при котором наносится вред, то есть его действия направлены на нанесение прямого или косвенного ущерба собственному физическому или психическому здоровью. Проявляется данное поведение на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях. (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, 1990, И.В. Берно-Беллекур, 2003, Е.В. Змановская, 2004, А.А. Руженков, Г.А. Лобов, А.В. Боева, 2008, О.О. Андроникова, 2010).

И.В.Берно-Беллекур, Е.В. Змановская определяют аутодеструктивное поведение как преднамеренное и осознанное самоубийство. К формам аутодеструктивного поведения относят аутоагрессивное поведение (суицидальное и парасуицидальное поведение), пищевую зависимость, аддитивное поведение (химические и нехимические зависимости),

фанатическое, аутическое, виктимное поведение, деятельность с выраженным риском для жизни (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских).

Суицидальные наклонности, алкоголизация, наркотизация, в настоящее время все чаще встречаются среди психологически здоровых подростков без признаков социальной дезадаптации, которые воспитываются в благополучных семьях, не состоящие на учетах в ПДН. Поэтому можно выделить следующие причины аутодеструктивного поведения: высокая степень личностного неблагополучия при отсутствии явно выраженных акцентуаций характера, риска формирования психопатии, делинквентного поведения.

В последнее время среди подростков выступают модными и значимыми сообщества «группы смерти» в социальных сетях такие как : «Синий кит», «Беги или умри», «Филлип Лис» и т.д. Данные сообщества несут в себе опасные содержания и предлагают подросткам задания, которые опасны для их жизни. Подростки устраивают соревнования между собой, например «спрыгнуть с крыши дома», «нацарапать на руке шифр» или «перебегать проезжую часть». К сожалению, эти группы находятся в открытом доступе и охватывают большую часть подростков, которые имеют доступ в интернет. В связи с широким распространением данных сообществ участились случаи суицидов среди подростков.

В настоящее время принято считать аутодеструктивное поведение как отражение структуры личности, выраженности акцентуаций характера, влияние окружающей среды на личность (К.И. Сборщикова, 2002, В.Е. Лапшин, 2010). Так же Н.Мак-Уильямс считал такое поведение как способ эмоциональной саморегуляции и разрешения внутриличностных конфликтов. Бурцева Е. и Х.Сименс определяют аутодеструкцию как форму приспособления к психотравмирующим факторам, помогая человеку сохранить позитивную самооценку, целостность «Я-концепции» и самоуважение, хотя наносится ущерб здоровью

По мнению Т.Н. Горобец механизмами аутодеструктивного поведения выступают: познавательный, социально- психологический, психологический, когнитивный, креативный, аутопсихологический, социально-перцептивный

Причины аутодеструктивного поведения подростков также изучаются достаточно активно. Так, А.В. Ипатов считает причинами аутодеструктивного поведения в этом возрасте психотравмирующие отношения с родителями, дезадаптацию в виде податливости влиянию, социальную дезориентацию и отгороженность, непродуктивные, асоциальные стили взаимодействия с окружающими. В. Петрова, А.И. Демьяненко также рассматривают отдельные формы аутодеструктивного поведения подростков – суицид и химические зависимости – как средство диалога с окружающими, способа донесения до них информации о высокой степени личностного неблагополучия. Г.С. Банников, О.В. Вихристюк, Л.В. Миллер, Т.Ю. Матафонова признают аутодеструктивное поведение подростков призывом о помощи, относя к такому поведению рискованное, опасное для жизни поведение, алкогольные эксцессы и злоупотребление психоактивными веществами, курение, переедание, голодание, нарушения правил уличного движения, пренебрежение своим здоровьем, стремление подвергаться хирургическим вмешательствам, экстремальные виды спорта.

Широкому распространению аутодеструктивного поведения среди подростков в современном обществе способствует целый ряд факторов: постоянная трансформация общественно-экономических и социально-психологических отношений, негативное влияние некоторых деструктивных аспектов школьного и семейного воспитания, воздействия СМИ и стереотипов массового сознания, а также такие особенности этого возраста, как повышенная чувствительность, эмоциональная нестабильность, «черно-белое» мышление, отсутствие опыта преодоления серьезных неудач, представления о ценности собственной жизни и здоровья (В.С. Битенский; А.Г. Амбрумова, Е.Г. Трейнина; С.В. Березин, К.С. Лисецкий, 2000; Б.Г. Комиссаров; С.Б. Ваисов; Э.Л. Дружинина).

Вследствие этого актуальной задачей педагогической и психологической практики является формирование благополучной, социально адаптированной личности, способной к саморазвитию, реализации своего творческого потенциала.

Анализ состояния изученности проблемы аутодеструктивного поведения подростков позволяет констатировать, что результаты исследований, выполненных в рамках разных научных подходов и психологических дисциплин, не согласуются между собой, а иногда даже противоречат друг другу.

Существующие описания аутодеструктивного поведения демонстрируют выраженную дисциплинарную специфику и фрагментарность, препятствуя созданию целостного представления о нем, его общих механизмах и разработке эффективных комплексов мер профилактики аутодеструктивного поведения подростков.

Таким образом, проблема исследования заключается в необходимости разработки системы профилактики аутодеструктивного поведения подростков с учетом ресурсов их эмоциональной и ценностно-смысловой сфер.

Цель исследования – теоретически обосновать, разработать и апробировать программу профилактики аутодеструктивного поведения подростков.

Объект исследования - аутодеструктивное поведение подростков.

Предмет исследования - психологическая профилактика аутодеструктивного поведения подростков.

Гипотезы исследования:

Психологическая профилактика аутодеструктивного поведения подростка будет успешной при условии разработки специальной программы профилактики в основе которой, формирование ценностно-смысловой сферы личности, повышении роли ценностей осмысленности жизни, интеллектуальной и аффективной автономии, гармонии с окружающими как

регулятора поведения; формировании субъектной позиции подростка в отношении собственной жизни и будущего; развитии эмоционального интеллекта, повышении нервно- психологической устойчивости; учете структуры психологических защит, развитии способности их трансформации в механизмы осознанной саморегуляции – копинг-стратегии; комплексного характера профилактических мер в образовательной организации.

Задачи исследования:

1. По результатам исследования теоретико- методологических подходов к проблеме аутодеструктивного поведения выявить сущность, механизмы, причины, функции аутодеструкции в психологической саморегуляции личности подростка.

2. Выявить особенности, которые способствуют формированию аутодеструктивного поведения в подростковом.

3. В ходе эмпирического исследования определить индивидуально- психологические детерминанты возникновения аутодеструктивного поведения подростка.

4. Разработать и проверить эффективность программы профилактики аутодеструктивного поведения подростка в рамках образовательной организации.

Методологическую основу исследования составляют:

- основные общепсихологические принципы: детерминизма, системности, развития, целостности, а также принцип единства сознания и деятельности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Анциферова, Л.С. Выготский, Б.Ф. Ломов, Л.С. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев);

- принцип гуманистического подхода в личностном развитии (Г.А. Берулава, И.Б. Котова, Э. Фромм, В.А. Петровский);

- субъектный (субъектно-деятельностный) подход (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Асмолов, В.А. Петровский, А.В. Брушлинский, В.И. Слободчиков);

- психолого-акмеологический подход, в котором субъект рассматривается как саморегулирующаяся и саморазвивающаяся система, стремящаяся к саморазвитию и пониманию самоценности и уникальности собственной жизни, акцентирующий значимость ценностей и ценностных ориентаций, ценностей саморазвития и самореализации (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк).

Теоретической основой исследования являются концепции: аутодеструктивного поведения Т.Н. Горобец, А.Е. Личко. И.В. Берно-Беллекура, Б.С. Братуся, Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, О.О. Андрониковой; теории аутоагрессии З. Фрейда, А. Фрейд, К. Хорни, А.Г. Амбрумовой, Е.Г. Трайниной, Н.А. Ратиновой, Е.М. Вроно, Г.Я. Пилягиной, А.А. Реана; представления о формировании, развитии и функционировании ценностно-смысловой сферы личности Д.А. Леонтьева, К.А. Абульхановой-Славской, А.В. Брушлинского, А.Г. Асмолова, Б.С. Братуся; концепции саморегуляции личности О.В. Конопкина, В.И. Моросановой; исследования психологической защиты А. Фрейд, З. Фрейда, Ф.Е. Василюка; концепции совладания с экстремальными ситуациями А.А. Бодалева, Э.И. Киршбаума, А.И. Еремеевой, Р. Лазаруса, А.В. Либина; концепции ресурсных состояний У. Джеймса, А. Маслоу, М. Эриксона, М. Чиксентмихьи.

Практическая значимость работы: представленная программа профилактики аутодеструктивного поведения подростка будет полезна специалистам образовательных организаций, психологическим центрам, осуществляющими психологическую работу с подростками, а также родителям и всем заинтересованным лицам

В первой главе проанализированы разные подходы к описанию природы психологической саморегуляции личности, рассмотрены компенсаторные и защитные компоненты структуры личности, обоснован взгляд на аутодеструктивное поведение как на компенсаторный и защитный элемент, описаны особенности аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте.

Вторая глава посвящена описанию многообразия проявлений аутодеструктивного поведения, его особенностей в подростковом возрасте и возможностей психологической профилактики. Подробно описываются организация, проведение и итоги констатирующего этапа эксперимента по изучению возможностей профилактики аутодеструктивного поведения подростков, процедура проведения первичной диагностики с выявлением связи личностных особенностей и проявлений разных форм аутодеструктивного поведения у подростков.

Третья глава содержит теоретический обзор форм психологической работы и комплексов программ, на основании анализа которых стала возможной разработка собственной модели профилактики аутодеструктивного поведения подростков. В данной главе описывается экспериментальное исследование возможностей профилактики аутодеструктивного поведения подростков -реализация комплексной программы профилактики и повторное тестирование.

ГЛАВА 1. АУТОДИСТРУКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ. АНАЛИЗ ПОНЯТИЯ АУТОДИСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНТЕКСТЕ РАЗЛИЧНЫХ ТЕОРИЙ

1.1. Исследование аутодиструктивного поведения в работах отечественных и зарубежных авторов в теориях личности

Современный человек имеет огромный масштаб возможностей для самореализации и саморазвития. На своем жизненном этапе человек свободен в выборе жизненного пути, сферы профессиональной деятельности, круга общения, интересов, которые позволяют намеченные цели и способы их достижения. Все свои возможности, которые может использовать человек не имеют границ. Именно поэтому степень успешности и благополучия зависят полностью от личности человека от того, в какую среду попадает человек, и как общество будет реагировать на него.

Исследуя отечественную и зарубежную психологию личность выступает как целостная система, важной частью которой выступает саморегуляция, которая позволяет человеку адаптироваться к постоянно меняющимся условиям внешней действительности.

Само понятие «адаптация» определяется как состояние организма приспособляемое к условиям среды, с целью создания гармоничного состояния.

С точки зрения социально-психической адаптированности необходимо учитывать взаимоотношения личности и группы, то есть принятие в группу, присвоение ролей, когда личность не испытывает конфликтных ситуаций, и удовлетворяет свою ведущую роль, может тем самым самоутвердиться и реализовать свои необходимые возможности [2, 15].

В.И. Моросанова определяет, что особенности личности опосредовано влияют на деятельность через сложившиеся индивидуальные способы саморегуляции активности. Эти способы опосредуют достижение профессиональных и учебных целей, проявления творческой,

самостоятельности, автономности, настойчивости и других субъектных системных свойств, определяющих способность преодолевать субъективные и объективные трудности. В индивидуальных особенностях саморегуляции проявляются специфика планирования и программирования человеком достижения цели, учета значимых внешних и внутренних условий, оценки и коррекции своей активности для получения субъективно приемлемых результатов[13,57-59]. Психическая саморегуляция включает как сознательные, так и бессознательные механизмы, обеспечивающие адаптацию к предметному и социальному миру как в привычных для человека условиях, так и в неординарных, новых ситуациях. В настоящее время число факторов, несущих угрозу благополучию человека – экологических, экономических, социальных, - очень велико. Достижение равновесия со средой, стабильности и безопасности становится сложной задачей. В этом случае и возникают ситуации, адаптация к которым вызывает определенные трудности [39,45]. Бодалев А.А. определяет данные сложившиеся ситуации экстремальными, так как не каждый человек способен быстро адаптироваться к изменяемым условиям. Приблизенным к его мнению можно отнести высказывание Бобренко О.С.- ситуации адаптация, являются состоянием кризисным и критическим[44,139].

Данные авторы указывают на то, что в ситуации адаптации к новым условиям, у человека возникают сбои, которые провоцируют возникновение проблем психологическим и физическим здоровьем. А именно, когда человек не может справиться с той или иной ситуацией, он способен «опускать руки», проявлять инфантильность, слабость и т.д. Данные проявления вызывают появление аутодиструкций, то есть способность человека самостоятельно бессознательно или сознательно остановиться, перестать бороться, использовать методы для саморазрушения[12,145-147].

Каждый человек индивидуален и способен использовать различные стратегии в поведении, которые позволяют ему адаптироваться к новым условиям. Особенно это проявляется в ситуации разрешения экстремальной

ситуации. Данные стратегии принято определяются как копинг- стратегии, то есть способность совладать с той или иной ситуацией. Такое поведение проявляется в эмоциональном, поведенческом, когнитивном функционировании личности. Эмоциональные стратегии проявляются в виде переживаний, протесте, чувства реагирования и самообладания, умение или не умение контролировать свои эмоции. Поведенческие копинг- стратегии отличаются уходом в работу, учебу, заботой о других, уходом в какой-либо вид деятельности и т.д. Когнитивные копинг- стратегии проявляются, когда человек способен анализировать проблему и ее последствия, искать пути решения проблем, понимает смысл и значение сложившейся ситуации.

По мнению Налчаджана А.А., человек находящийся в сложной жизненной ситуации, испытывает состояние адаптации с изолированных механизмов и их составляющих. Эти адаптивные составляющие являются сформированными у человека комплексами, которые влияют на состояние личности. Во-первых - адаптивные комплексы, находящиеся в незащищенном состоянии. Во-вторых - адаптивные комплексы, находящиеся в защищенном состоянии. И в- третьих – смешанные защищенные и незащищенные адаптивные комплексы. Для преодоления сложившихся сложных жизненных ситуаций человек способен использовать ресурсы для их преодоления. Данные ресурсы являются внутренней силой человека , способной справиться неблагоприятными условиями, преградами, стрессовыми ситуациями и т.д [22]. Ресурсы делятся на два вида: внешние, то есть сопереживание, поддержка , взаимовыручка, доброжелательность по отношению к окружающим и внутренние ресурсы – умение контролировать себя в сложившейся ситуации, духовность, самообладание, стрессоустойчивость, интеллектуальность. Внутренние ресурсы содержат в себе социальный интеллект- умение чувствовать социальную ситуацию, эмоциональная поддержка собеседника, умение справиться с конфликтной ситуацией, развитость рефлексии и эмпатии, а также эмоциональный интеллект – способности в обработке эмоциональной информации ,

распознавание собственного эмоционального состояния, умение адекватно реагировать на сложившуюся ситуацию и т.д [12, 44].

Так же для успешной адаптации человек способен проявлять себя творчески, для дальнейшей самореализации. Еще одним способом поиска путей к творческой адаптации и самореализации человека являются так называемые ресурсные состояния. Одним из таких состояний является транс. По мнению Эриксона М. транс определяется как измененное состояние сознания, когда внимание человека направленно не во внешний мир, а во внутренний. В состоянии расслабления мозг не способен находиться в состоянии контроля. В данном состоянии психика человека действует интуитивно, происходит образное мышление и творческое восприятие мира. Происходит открытие ресурсов внутреннего опыта. И поэтому Эриксон М. считал состояние транса самым обучаемым, потому что захватываются внутренние процессы, человек более открыт [76, 113-122].

Так же немаловажным параметром изменения сознания является включенность в процесс какой-либо деятельности, когда человек сосредотачивается на деле и отключается от существующих проблем и действительности. Чиксентмихайи М говорил, что данное состояние позволяет человеку полностью слиться со своим делом, когда человек теряет во времени и в самом себе, в место состояния усталости, человек чувствует прилив сил и способен развиваться. В этом он испытывает удовольствие, начиная в нем смысл и усилия приносят состояние радости [18, 15-21].

Перльз Ф. утверждал, что такое пребывание в таком состоянии позволяет быть свободным от размышлений и осмыслений жизни.

По мнению Маслоу А. человек способен испытывать два вида переживаний: Высшие переживания и мистические переживания. Первые переживания характерны для людей которые способны к самоутверждению, самоактуализации, Ассаджиоли Р. добавлял к высказыванию, что высшие формы характерны для философского, научного, художественного склада

ума, для людей способных созерцать и творить [12,15]. Данные ресурсы позволяют бессознательно амбивалентными и иррациональными переживаниями выражать эмоции без помощи слов. Состояние благополучия-это значит фактор состояния успеха, а состояние депрессии предполагает потерю успеха. Литвак М.Е. определяет состояние транса как сужение сознания, при помощи поглощения своим делом. Обстановка окружения становится фоном благодаря концентрации на одном объекте. Состояние интеллектуального транса может успешно реализовываться только в творческом труде, при этом данное состояние возрастает духовно [23]. Данные состояния можно определить такими примерами как, притягивание массы зрителей на различные мероприятия, концерты, спортивные соревнования и т.д. Так как благодаря «стадному чувству» люди эмоционально заряжаются и происходит изменение своего внутреннего сознания. К таким примерам можно отнести и употребление психотропных веществ, таких как алкоголь, наркотики, табакокурение, так как сознание человека притупляется, происходит ослабление рационального самоконтроля, снимается напряжение. Так же к трансовым состояниям можно отнести и пристрастие к азартным и компьютерным играм, приобщение к неформальным организациям [51].

Литвак М.Е. утверждает, что основной вид деятельности не позволяет человеку проявлять себя творчески. Когда ресурсов, которые позволяют психике адаптироваться недостаточно, человек начинает стремиться к творчеству. Благодаря усложнению жизненных факторов, происходят трудности в преодолении препятствий, знания и умения, которые предоставляет нам современное общество приводит к неадекватному познанию себя. Для защиты личностной целостности происходит активизация специфических механизмов психологической защиты, которые зачастую формируют аутодеструктивное поведение[51,44].

Защитными механизмами и психологической защиты можно определять способы искажения реальности, которые снижают воздействие на психологическое состояние личности травмирующие события.

Защитные механизмы психологического сотсоания, по мнению Грачева Г.В., понижают уровень психотравмирующих воздействий , психологического дискомфорта, эмоций. По данными Моросановой В.И. защитные механизмы нужны для саморегуляции структурного компонента личности , а именно человек контролирует реальность, эмоциональное и когнитивное восприятие , отношение к себе и своему я [17].

Функциональная роль защит в психической регуляции- преодоление аффективного напряжения, возникающего в процессе регуляции, контроль взаимодействия субъекта с окружающим его миром в целях сохранения и поддержания позитивного самоотношения. Предметами психологической защиты чаще всего являются самооценка, целостность личности, самоуважение, Я-концепция, идентичность, базовые потребности [79,133].

Одним из научных фактов психологической защиты является парадигма психоанализа З. Фрейда. Он утверждал, что техниками больбы лисностного состояния являются психозы, как состояние защищенности. Он говорил, что есть два способа справляться с тревожностью, во- первых это полее положительный способ, такой как трудности или препятствие, понимание и осознание своего поведения и во – вторых: менее надежный способ, это неосознание реальности, деформация, или формирование защитного механизма [12,17]. Его последователем была А.Фрейд, которая занималась описанием защитных механизмов, таких как тревожные предпосылки- состояние страха, потеля значимого объекта, неразделенная любовь и т.д. Супер- Эго формирует негативные черты характера, в последствии чего у человека проявляется негативное отношение к себе, то есть ненависть[11,16].

Энергия, необходимая для поддержания психологической защиты, могла бы использоваться в более полезной деятельности Эго. Поэтому

выраженные механизмы психологической защиты ограничивают подвижность и силу Эго, снижают способность личности к адаптации. Таким образом, по мнению А. Фрейд, активизация психологических защит порождает ряд негативных последствий.

Таким образом, исследуя концептуальные идеи зарубежных и отечественных ученых можно сделать вывод, что аутодеструктивное поведение является отклоняющим от нормы. Формами аутодеструктивного поведения выступают суициды, алкоголизация и наркотизация, общими словами, все что приводит к саморазрушению. По мнению многих авторов аутодеструкции могут выступать как защитные механизмы отгораживающие человека от трудностей и проблем. Как правило, суициды, которые совершаются могут осуществляться в двух случаях. Во-первых намеренно, человек не видит смысла жизни, не имеет никаких целей, опускает руки, готовится к суициду, целенаправленно использует формы саморазрушения и во-вторых, не намеренно, путем заполучения к себе должного внимания со стороны окружения. В основном заполучить внимания стараются личности демонстративные [43]. А данная акцентуация характера больше всего свойственна подросткам в период, когда им нужно самоутвердиться и самореализовываться. Но не всегда эти демонстрации заканчиваются благополучно, большая часть подростков, совершают суициды, с целью манипуляции и шантажа, не подозревая о том, что может произойти на самом деле. Поэтому следующим этапом нашей работы появилась необходимость изучения возрастных особенностей подросткового возраста детерминант, приводящих к формированию аутодеструктивного поведения[66,112-113].

1.2. Возрастные особенности подросткового возраста. Аутодеструктивное поведение в подростковом возрасте. Детерминанты аутодеструктивного поведения.

Понятие аутодеструктивного поведения представляет собой отклоняющееся состояние от медицинских и психологических норм, угрожающее целостности и развитию самой личности, то есть способствует саморазрушению организма путем нанесения вреда различными формами аутодеструкций.

Аутодеструктивное поведение выражается в склонности к курению, токсикомании, но в целом, данная форма относится к более взрослому возрасту. Подростки, как правило, выражают аутодеструкции в форме употребления наркотиков и алкоголя, в самопорезах, в игровой и компьютерной зависимости, в пищевых злоупотреблениях и отказах пищи, но зачастую прибегают к возможности суицидального поведения и самоубийства [65].

Отдельные формы отклоняющегося поведения условны, поскольку в реальной жизни описанные формы, как правило, сочетаются в зависимости от совокупности индивидуальных и социальных предпосылок личностного развития.

С точки зрения психологии феномен аутодеструктивного поведения малоизвестен, а чаще всего он исследуется в рамках девиантологии, клинической психологии, психиатрии. И поэтому существует необходимость изучения саморазрушающего поведения, его природы, причин возникновения, в рамках психологии, так как личность подвержена воздействию окружающей среды [67, 111-112].

Существует классическое определение: аутодеструктивное поведение является формой девиантного (отклоняющегося) поведения; это действия, направленные на нанесение прямого или косвенного вреда собственному соматическому или психическому здоровью. Данное поведение определяется

как поступки или действия индивида, не соответствующие ожиданиям и нормам, которые фактически сложились или официально установлены в данном обществе. Но дать исчерпывающий список этих норм очень сложно, что рождает субъективизм суждений, особенно в педагогической и психологической практике [71, 117].

В рамках клинической психологии девиантное поведение, а именно его вид- аутодеструктивное поведение, рассматривается в аспекте влияния микросоциума и макросоциума и считается отклонением от нормы.

Аутодеструктивное поведение понимается как отражение специфической структуры личности в целом, как способ разрешения внутриличностных конфликтов, или как компонент поведения, который в определенный момент играл роль приспособленца, помогая человеку сохранить уважение к себе, целостность своего образа, не смотря на то, что он наносит ущерб своему здоровью. Можно выделить целый ряд причин и последствий саморазрушающего поведения, которые приводят к смерти. И поэтому, в психологии и педагогике ведется активная работа для его выявления, искоренения и профилактики [80].

Многие авторы определяют аутодеструктивное поведение по-разному, например Ц.П. Короленко и Т.А. Донских под аутодеструктивным (саморазрушительным) поведением понимают поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, угрожающее целостности и развитию самой личности . А.А. Руженков, Г.А. Лобов, А.В. Боева определяют аутодеструктивное (саморазрушающее) поведение как действия заранее спланированные (при неосознавании возможности смертельного исхода как их результата), следствием которых является физическое или психическое разрушение личности, не носящее осознанной цели лишения себя жизни . И.В. Берно- Беллекур , относит к аутодеструктивному поведению и суицид – преднамеренное и осознанное самоубийство [12] .

А.А. Руженков, Г.А. Лобов, выделяют два вида аутодеструкций пряму и косвенную. Где косвенная предполагает отсроченное причинение вреда

собственному здоровью, без лишения себя жизни лишения себя жизни, которая, в свою очередь, может быть разделена на активную (осознаваемую) и пассивную (неосознаваемую). Цели аутодеструктивного поведения могут нести за собой следующие задачи: релаксационные, манипулятивные, демонстративные, призывающие, мазохистские, симулятивные.

Так же можно выделить формы саморазрушающего поведения, как определяет Андроникова О.О. их можно объединить по ключевому признаку причинения ущерба самой личности в самоповреждающее виктимное поведение, но суицидальное поведение, связанное с осознанием действий в направлении окончания жизни, следует отнести к особой категории. Собственно суицидальным поведением. Так же аутодеструктивное поведение вызывает внутренние и внешние формы психических процессов, которые формируют представление о лишении себя жизни [44].

Короленко Ц.П. использует термин «внутридеструктивное поведение» - действия, направленные на регресс личности, то есть личность инфантилизируется и перестает развиваться. Амбрумова А.Г., Трайнина Е.Г. выделяют следующие типы аутодеструктивного поведения: суицидальное поведение; суицидальные эквиваленты и аутодеструктивное поведение; несуйцидальное аутоагрессивное поведение.

Банников Г.С., Вихристюк О.В. , выделяют такое понятие как парасуицид и суицидальное поведение. Парасуицид – несмертельное самоповреждающее поведение, которое направлено на достижение определенных целей, например привлечение внимания, нанося физический ущерб своему здоровью. Суицидальное поведение – нацеленное желание закончить жизнь [55, 89-99].

Для косвенного саморазрушения подростки часто прибегают к злоупотреблению алкоголем, наркотиками и другим видам зависимостей, они подвергают свой организм различным вмешательствам, таким как пирсинги, тату, причиняя тем самым боль самому себе. Зачастую они рискуют своей жизнью, занимаясь экстремальными видами спорта и т.д.

Прямое суицидальное поведение отличается тем, что мысли о суициде приходят осознанно, имея перед собой цель покончить с жизнью. В большинстве случаев человек, у которого такие мысли есть, цели своей достигает.

В настоящее время все вышесказанные формы аутодеструктивного поведения набирают масштабы, унося за собой жизни детей, о чем говорит статистика. За период двухтысячных годов, особенно начиная с 2015 года, процент самоубийств и их попыток увеличивается каждый год на 8 – 15%. А с 2016 по настоящее время процент детских саморазрушений увеличился в два раза, даже не смотря на то, что 70% детей воспитывалась в благополучных семьях [80].

Наша страна находится в очень опасном положении, потому, что каждый человек способен на подобное поведение. Количество распространенного алкоголизма, наркомании, токсикомании и других видов зависимостей затормаживают психику человека, подвергая организм и личность в целом к регрессу.

И поэтому необходимо определить детерминанты такого широкого распространения аутодеструктивного поведения у подростков в настоящее время, необходимо рассмотреть, как соотносятся задачи, проблемы и особенности подросткового возраста, мировоззрения современных подростков с социальной ситуацией в стране и в мире, необходимо выявить предпосылки, которые могут повлиять на формирование саморазрушающего поведения.

Для определения возрастных особенностей подростков необходимо исследовать работы различных авторов, например:

Лидерс А.Г. обозначал границы подросткового возраста началом 10-12 лет и окончанием в 15-16 лет, тем самым определяя самый опасный период для воздействия это 13-14 лет. По мнению Божович Л.И. , первая фаза подросткового возраста длится с 12 по 15 лет, вторая - с 15 по 17 лет. Шапарь В.Б. разделяет подростковый возраст на два периода - пубертатный, то - 11-

15 и ювелирный - от 16 до 20 лет. Ф. Дольто, рассматривал окончание подросткового возраста с точки зрения физиологического созревания, например - окончательное окостенение ключиц – 25 лет. Но в России принято считать периодизацию по Б.А. Ананьеву, который разделил подростковый (средний школьный) возраст (11-15 лет), и раннюю юность, или старший школьный возраст (15-17 лет). В данном исследовании мы будем придерживаться данной периодизации [52,74].

Подростковый возраст – является одним из самых критических и важных периодов в жизни человека. Эриксон Э, Божович Л.И. подчеркивают, что подросток в этот период обладает эмоциональной нестабильностью, неустойчивостью, ранимостью. Подростки чувствительны потому, что у них происходят гормональные и физиологические перестройки, сменяется вид деятельности, где важна социальная ситуация развития. Организм подростка находится в конфликте с его сознанием и поэтому могут случаться неопределенности.

Человек переживает внутренний конфликт между потребностью развиваться и желанием оставить все как было раньше, на предыдущем этапе. При все при этом подростку сложно соотнести травмирующий и негативный опыт с уже сформировавшимся устойчивым представлением о себе, как это делают взрослые в ситуации кризиса. Эриксон Э. утверждал, что основой психологической задачи подросткового возраста является его активное формирование личностной идентичности, то есть осознание своего представления «Кто я?». Подросток является человеком зависимым от взрослых, и во время подросткового периода он должен самостоятельно стать независимым, ответственным, самостоятельным взрослым, способным к сотрудничеству. Для достижения этой цели подростку необходимо научиться развивать независимость, принимать решения, определять свои ценностные и смысловые ориентации, уметь справляться с жизненными трудностями и преградами [12,14]. Если подростку это удастся, то у него формируются все необходимые знания и умения необходимые взрослому

человеку. Кроме изменения типа отношений в семье родителей и детей, происходят и изменения отношений со сверстниками и другими взрослыми. Школа оказывает как положительное так и отрицательное влияние на личность ребенка и его развитие. Например положительно влияние школы отражается в благополучном будущем ребенка, ему легко определиться с профессией, он умеет правильно вести себя в коллективе, ему не сложно адаптироваться к новым условиям и т.д.

Но, к сожалению школа не в силах заложить ребенку нравственные понятия, принципы, правила поведения невозможно в готовом виде. Такие понятия могут формироваться в семье в собственной житейской практике. И для того, чтобы выявить эти формы поведения и их отклонения необходимо проводить психологическую, социальную, правовую, педагогическую и медицинскую работу. И поэтому специалисты, работающие в школе, несут значительную долю ответственности за то, какими людьми вырастут их ученики. Необходимо заметить, что на формирование личности подростка, так же влияет социальная ситуация подростка, например, социальная дезадаптация, сложности общения со сверстниками, все это может и вызвать аутодеструктивное поведение. Ступницкая М.А. указала на то, что в младшем подростковом возрасте подростки определяют роли в классе, на «товарищай» и «изгоев», например может присутствовать или игнорирование человека или его выделение из толпы, то есть насмешками, оскорблениями. Как правило в каждом классе присутствует такая классификация. Если ребенок «изгой», покидает такую группу, то сверстники находят нового. О.В. [7, 11] Хухлаева О.В. видит причиной такого поведения неуверенность подростков, то есть когда они объединяются против «изгоя», это дает им право ощущать принадлежность к группе. Но подросток, отделившийся от этой группы. То есть «изгой» начинает испытывать серьезные проблемы, он полностью зависит от мнения сверстников. У подростка формируется отрицательное отношение к себе, он видит себя неудачником, не успешным

по отношению к своим сверстникам, так как ему задали такую роль «изгоя» и он старается ей соответствовать.

Таким образом ребенок обладает склонностью к самоунижению и саморазрушению. Со стороны может показаться, что такие дети замкнуты и не склонны к общению, хотя в глубине души они сильно страдают от нехватки своего вида деятельности. Все эти трудности снижают самооценку, формируют отрицательное отношение к себе, препятствуют позитивному прогнозу на будущее, зарождают снижение эмоционального фона, в следствии чего образуется аутодеструктивное поведение подростка, которое может сопровождаться как причинением ущерба своему здоровью, так и суицидом. В настоящее время системы массовой информации, своим примером, дают возможность подростку стать обладателем стереотипов массовой культуры и неформальных организаций. Так как подростки в этом возрасте придерживаются ценностным ориентациям группы, они легко и быстро перенимают поведение, которое задается в них [3, 89-91].

Подводя итог можно сделать вывод, существует множество различных факторов способных спровоцировать формирование аутодеструктивного поведения. Необходимо рассмотреть каждую из форм, ее возникновение и механизмы. Аутоагрессивное поведение - это поведение, которое вызывает агрессию, направленную человеком на самого себя. Существует две основные формы аутоагрессивного поведения - самоубийство (суицид), является самой опасной формой поведения - намеренное стремление к смерти, путем ее реализации, и парасуицидальное поведение - саморазрушающее или самоповреждающее.

Личко А.Е. определял, что причинами суицида являются: отсутствие собственного достоинства, замкнутость, состояние страха, переутомление, разрушение защитных механизмов личности из-за воздействия алкоголя и наркотиков, состояние аффекта, злость, принятие себя самоубийцей. Он 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 [9].

По мнению Алексеевой А.И. само желание умереть встречается не так часто у подростков, но практически всегда, подросток испытав какие-либо трудности и опустив руки начинает проявлять нежелание «так жить» либо пытается таким образом заполучить должное ему внимание, воздействуя на окружающий. Исследуя работы разных авторов, можно выделить следующие причины аутодеструктивного поведения: сложные взаимоотношения либо их отсутствие с окружающими, психологическое состояние подростка, (тревожность, депрессия, психологическая травма, страхи, негативное отношение к себе, не принятие своей «я-концепции»), неблагополучное семейное состояние, отсутствие поддержки и должного внимания со стороны окружения, (гиперопека или напротив, педагогическая запущенность); наличие зависимостей у подростка, виртуализация жизни подростка. Войцех В.Ф. утверждает, что мысли о суициде представляют собой когнитивный аспект и обладают суицидальной установкой. Возникает личностный конфликт при фрустрации базовых потребностей в начальном периоде формирования суицидального поведения признается более значимым, чем наличие психосоциальных стрессоров [20,11-16].

Следствием может оказаться как формирование самоповреждающего поведения в виде парасуицидальных действий, так и возникновение аддитивного поведения. Это тип поведения, характеризующийся стремлением к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема определенных веществ или определенной деятельности. Наиболее распространены такие объекты зависимости как: психоактивные вещества (легальные и нелегальные наркотики), алкоголь, пища, игры, секс, религия и религиозные культы. В соответствии с этими объектами выделяют следующие формы аддитивного

поведения: химическая зависимость (курение, токсикомания, наркозависимость, лекарственная, алкогольная зависимость); нарушение пищевого поведения (переедание, голодание); компьютерная зависимость; ассоциальные аддикции (фетишизм, пигмалионизм, вуайеризм и т.д.); деструктивное(преступное) поведение, религиозный фанатизм (сектанство). Шаев А. определяет два вида аддикций: процессуальные аддикции , то есть чрезмерное накопление денег, игровая зависимость, сексуальные связи, работа, религия и субстанциональные такие как химические и нехимические зависимости(токсикомания, наркомания, табакокурение, прием пищи [6,9].

В исследования Маккоуна В. говорится о широком распространении нехимических аддикций и о их неблагоприятном воздействии на физическое и психическое здоровье человека.

Обобщая вышесказанное можно заключить о том, что к понятию аддиктивное поведение можно отнести огромное количество различных действий и их влияние на жизнь человека. На личностное неблагополучие человека влияет сам факт наличия у него зависимостей. Это говорит о том, что у человека присутствует неудовлетворенность своей жизнью, желание отгородиться от проблем, отсутствие и непонимание смысла жизни, желание , таким путем привлечь к себе внимание. Франкл В. Утверждал, что желание покончить с жизнью, наркомания, токсикомания и алкоголизм являются следствием социальной фрустрации «воли к смыслу». Холл Д. считал одними из форм попыток избегания страданий различные зависимости и пристрастия, таким образом существует возможность сознательно или бессознательно избавиться от состояния тревожности, стресса хотя бы на короткое время .

Предпосылками зависимостей, в характерологическом смысле, могут выступать следующие факторы: состояние диффузной тревоги, паники, страхов, наличие психологической травмы, которые поддерживаются алекситимией признание и выражение чувств, а также ассимиляцию по средствам бессознательного проявления этих переживаний в субъективном

психическом мире. У человека имеющего зависимости существуют сложности с эмпатией, межличностной коммуникацией, которые проявляются в невозможности приобщению себя к обществу, собственной ценности и значимости. Именно поэтому необходимо совершенствовать и развивать эти качества для преодоления имеющихся зависимых форм поведения. Состояние стрессоустойчивости зависит от базовой тревоги человека, то есть у него формируется внутренняя потребность в поиске эмоций принятия значимыми окружению и состояния психологического и физического комфорта, расслабления [12,117-118].

Именно высокий уровень архаичных аффективных дисфункций, который создают состояние дискомфорта и напряжения, могут стать оправданной точкой развития зависимостей, как химических так и не химических. Данное состояние вызывает желание уйти на миг от проблем, переживаний, способом принятия психоактивных веществ- наркотиков и алкоголя. Ассаджиоли Р. определяет наличие данных зависимостей как ограждение себя от общества, где личность не может себя реализовать. Заклучая вышесказанное благодаря психоактивным веществам, человек достигает определенные цели, то есть старается тем самым избавить себя от переживаний. Но употребляя такие вещества часто, у человека просыпается со временем зависимость к ним, то есть человек самостоятельно не может справиться со своими переживаниями, в следствии этого может наступить наркомания, алкоголизм и другие виды зависимостей. Исследуя появление зависимого поведения, можно отметить исследования Франкла В., который большое внимание уделяет понятию смысла жизни, который больше всего проявляется в подростковом возрасте. Подростку приходится определиться с многими аспектами жизни, такими как профессиональное самоопределение, развитие способностей, жизненные цели и желание, самостоятельность и независимость и т.д. Франкл В., наблюдая за заключенными концлагерей, сделал вывод, что возможность выжить была у тех, кто думал о будущем, жил

верой и надеждой, строил планы. Человеку присущ внутренний стержень, который не дает проявлять слабость для возникновения зависимостей [78].

В состоянии опьянения человек испытывает условное удовлетворение, его разум притупляется так как истинная радость не может быть самоцелью – это «побочный продукт» реализации в жизни личностных смыслов. Миллер А. говорит о развитие наркозависимости, это то, что благодаря нехватке принятия себя в окружении, семье, отсутствию истинных чувств человек, употребляя наркотически вещества испытывает возможность встречи со своим «подлинным я», но не отдавая себе отчет, о том, как он может повести себя в той или иной ситуации. В исследованиях Никифорова Г.С. выделены объективные и субъективные факторы, которые способствуют развитию химических и не химических зависимостей. Объективные факторы определяют неблагополучие в социальном и экономическом плане, частая смена жительства, открытая доступность употребления алкоголя и наркотиков. К субъективным факторам можно отнести: генетическую предрасположенность к наличию зависимостей, семейное воспитание (то есть ребенок копирует поведение взрослых и считает это нормой), неуспеваемость в школе, отрицательное воздействие сверстников и т.д. Так же к одним из видов зависимоного поведения можно отнести половую избирательность. Женщины зачастую прибегают к пищевой зависимости, либо переедают и получаю успокоение от пищи, либо наоборот стараются ограничить свой организм от пищи. Мужчины же, как правило останавливаются на компьютерной зависимости, погружаясь в виртуальный мир [14].

Ананьев Б.Г. выделяет поведение человека как сложный комплекс определяет его поведения социальной деятельности. Ведущим видом деятельности в подростковом возрасте является общение со сверстниками. Поэтому важно развивать и совершенствовать в этом возрасте социальную компетенцию, умение общаться, взаимодействовать друг с другом, проявлять должные эмоции [44, 51]. Проблемы в недоразвитии коммуникативных

навыков могут быть компенсированы аутодиструкциями, то есть суицидами, наркотизацией и алкоголизацией. Зависимое поведение порой включено в структуру «я – концепции» как один из образов самостоятельной деятельности, по средствам которой формируются определенные формы поведения.

Комиссаров Б.Г. утверждал о том, что риск наркотизации и алкоголизации увеличивается вследствие конформности, неадекватного восприятия ответных реакций на внешние раздражители, путем завоевания должного внимания и признания со стороны сверстников, получения независимости и самостоятельности, склонны к протестному поведению, которое проявляется в бунте, отказе, непринятии адекватных форм поведения [13].

Специфические особенности подросткового возраста, такие как неустойчивая самооценка, критичность восприятия своей личности, высокая оценка значимых других, становятся факторами риска формирования агрессивного или аутоагрессивного паттерна реагирования на критическую ситуацию, что значительно увеличивает виктимность подростка. Основные индивидуально-психологические детерминанты виктимности подростков: низкая самооценка и уровень субъективного контроля, отсутствие ощущения социальной поддержки, а также выраженная эмпатия, высокие тревожность и уровень фрустрации.

Аутическое поведение – поведение, характеризующееся отсутствием приспособления к действительности и требованиям повседневной жизни, с уходом в мир фантазий (эскапизмом), отказом от общения и выбором одиночества. Следствия аутического поведения – недостаточная социальная стимуляция, вплоть до депривации. При этом происходит компенсаторное усиление пассивного воображения с предполагаемой реализацией неудовлетворенных желаний. Подросток погружается в «воображаемую жизнь», все больше отдаляясь от реальности. Но личностное неблагополучие и потребность во внимании в этом случае будут проявляться либо в

формировании психосоматических симптомов, либо в подавленном состоянии.

Вывод к главе 1.

Исследуя возрастные особенности подросткового возраста и аутодеструктивное поведение можно заключить о том, что данный возраст является одним из самых переломных и кризисных, так как в этом возрасте закрепляются основные новообразования сформированные ранее. Основным из главных новообразований подростка является его ведущий вид деятельности – это общение со сверстниками. И поэтому важным, является акцент на развитии его компетенции направленной на общение на самоутверждении себя в обществе. Неумение самоутверждаться в обществе, отсутствие смысло- жизненных ориентаций может привести к формированию отклоняющихся форм поведения, например таких как аутодеструктивное (саморазрушающее) поведение.

По мнению многих авторов детерминантами аутодеструктивного поведения может стать ряд причин, таких как: Социально-психологические причины (возрастные особенности подросткового возраста; характерологические особенности в том числе акцентуации характера; детско - родительские отношения, например нехватка должного внимания со стороны родителей; отсутствие или несформированность коммуникативной компетенции и т.д.); Биологические причины (нейро-психические заболевания; генетическая предрасположенность к аддиктивному поведению и т.д.); Социально- экономические причины (неравенство социального статуса, безработица и т.д.)

Если делать акцент на психологическом состоянии подростка с аутодеструктивным поведением, то можно выделить следующие причины формирования этого отклонения:

- отсутствие смысло- жизненных ориентаций;
- неумение ставить перед собой цели и их реализовывать;

- неумение общаться и приобщать себя к группе (неосознание своей групповой роли, несформированность коммуникативной компетенции)
- отсутствие должного внимания со стороны родителей;
- акцентуации характера (например демонстративность, ребенку хочется выделиться, чтобы его заметили)

Благодаря полученным теоретическим знаниям о возрастных особенностях подростков , о происхождении, типологии и понимании аутодеструктивного поведения и психологических детерминант, будет проведено эмпирическое исследование, направленное на выявление отклонений в поведении подростков и влияющих на их формирование факторов.

Далее необходимо создание профилактической работы с данными подростками, основываясь на причинах, которые могут формировать аутодеструктивное поведение.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЫЯВЛЕНИЯ ПРОЯВЛЕНИЙ АУТОДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

2.1. Организация и методы исследования особенностей формирования и проявления аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте

Данное исследование проходило в рамках центра социальной реабилитации по работе с неблагополучными и приемными семьями. К неблагополучным семьям относятся семьи группы риска, такие как малообеспеченные, не полные семьи, семьи с наличием алкоголизации и наркотизации родителей, с асоциальным образом жизни и так далее, а так же семьи с наличием опекунов и приемных родителей.

Выборка подростков осуществлялась путем анализа их семей, то есть у семей группы риска, в любом случае проявляется отклоняющее от нормы поведение. В период сопровождения родителей и их детей, специалисты центра осуществляли методы реабилитации, необходимые для коррекции отклоняющих форм в поведении. И поэтому для сохранения психологического здоровья, для благоприятного развития подростков появилась необходимость в создании мер профилактической работы.

Для исследования психологической профилактики в подростковом возрасте, необходимо включение нескольких этапов:

Этап 1. Анализ литературы. Теоретико - методологическая основа – определение цели, задач, объекта, предмета.

Этап 2. Анкетирование учащихся колледжей для исследования проблем, с которыми они сталкивались будучи подростками, для подтверждения выделенных ранее нами причин.

Первичная диагностика подростков учреждений общего и профессионального образования для выявления различных аспектов проявления аутодеструктивного поведения у подростков, так же исследование личностных особенностей подростков с высоким риском

аутодеструктивного поведения, выявления возможных зависимостей между особенностями ценностно-смысловой сферы подростков и наличием риска аутодеструктивного поведения (констатирующий эксперимент).

Этап 3. Разработка и реализация модели комплексной программы профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте, которая включает в себя стратегическое планирование, комплекс диагностики, коррекции и профилактики. Данная программа содержит в себе тренинговые занятия, групповые и индивидуальные консультации, а так же методические рекомендации для подростков, родителей и педагогов. (Формирующий эксперимент)

Этап 4. Анализ оценки эффективности мер профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте путем повторной диагностики.

Этап 5. Систематизация и рефлексия полученных результатов.

Для реализации поставленной цели, путем представленных нами задач, были использованы психологические методы диагностирования и методы математической статистики. В данном случае под методами понимаются: метод наблюдения, метод диагностики.

Метод диагностики включает в себя методики и опросники, которые позволяют определить степень выраженности эмоционального состояния, а именно выраженность суицидальных наклонностей, риска алкоголизации, наркотизации, изучение смысловых и ценностных ориентиров подростков и т.д. Необходимо исследование этих аспектов в различии понятий «норма-патология». Нам необходимо исследовать особенности личности и те детерминанты неблагополучия, которые негативно влияют на подростка. Необходимо в дальнейшем учитывать меры профилактической работы с аутодеструктивным поведением подростков. В нашем стратегическом планировании мы использовали арт-терапевтические методы, техники психодраммы и экзистенциального анализа, групповая работа, ролевые игры, анализ проблемных ситуаций и т.д [69].

Для математической и статистической обработки полученных результатов были использованы методы факторного анализа и статистический критерий Манна- Уитни.

На этапе первичной диагностики были использованы следующие методики: экспресс - опросник суицидального риска (ОСР) в модификации Т.Н. Разуваевой; патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А.Е. Личко для определения акцентуаций характера; тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева; методика диагностики социальной адаптации К. Роджерса и Р. Даймона в адаптации Т.В. Снегиревой; методика диагностики степени проявления созависимых моделей поведения Б. Уайнхолда; Данный выбор методик объясняется тем, что аутодеструктивное поведение и его составляющие можно исследовать с помощью ОСР и ПДО. Определить механизмы психологической защиты а так же адаптацию мы использовали методики Роджерса К и Даймона Р. Что касается исследования смысловых и жизненных ориентаций нами был использован тест СЖО Леонтьева Д.А.

Обобщая вышесказанное можно заключить, что на этапе первичной диагностики, методики, которые мы выбрали применялись с целью выявления первоначального уровня наличия или отсутствия аутодеструктивного поведения, а именно, показатели суицидального риска, психологическое состояние подростка (акцентуации характера), выраженность дезадаптации и адаптированности, наличие жизненных и смысловых ориентаций . Нами было исследовано наличие суицидальных наклонностей подростков и предпосылки их возникновения.

Для социальной адаптации и повышения психологической устойчивости необходимы меры по коррекции и профилактике личности подростков с аутодеструктивным поведением. Поэтому нами была создана программа профилактики, которая включает в себя ряд занятий, способствующих торможению проявлений саморазрушения. Эффективность

программы исследуется повторной диагностикой и реализацией поставленных цели и задач.

Для изучения взаимосвязей факторов формирующих аутодеструктивное поведение у подростков мы использовали факторный анализ. Методами статистического критерия Манна-Уитни мы измерили показатели контрольной и экспериментальной групп.

2.2. Результаты полученных исследований формирования и проявления аутодеструктивного поведения подростков

Для практического исследования мы провели анкетирование на учащихся студентах- первокурсниках (17-19 лет), для изучения, по их мнению, проблем, которые они испытывали в подростковом возрасте и возможные способы коррекции и профилактики. Анкетирование предполагало участие 30 человек. Данная анкета была разработана нами. Она содержит несколько вопросов об возрастных особенностях подростков, о проблемах, которые им встречаются и возможные варианты решения.

При анализе результатов анкеты мы получили следующие данные. Большая часть испытуемых выделила особенность состояния влюбленности в этом возрасте, а это примерно 32%. Так же не малое количество респондентов указали на периоды разочарований, страданий, предательств, первых негативных чувств (30%). 20% утверждают, что испытывали состояние радости, развития, самореализации. 10% указали на значимость социального круга общения.

На вопросы, касающиеся того, что ценного они извлекли из подросткового возраста, было выявлено, что только 20% всех ребят почувствовали ценность семейной поддержки, 19% считают, что набрались жизненного опыта, освоили новые знания и умения, 11% считают, что стали намного взрослее и самостоятельнее и еще 11% указали на то, что у них произошли изменения в характере, поменялись взгляды, вкусы. По мнению респондентов, опыт подросткового возраста дает возможность переосмыслить жизнь, научиться справляться с трудностями в решении конфликтов и реализации целей, появляется способность разбираться в людях и в своем внутреннем мире, появляется чувство самостоятельности и независимости. Что касается трудностей в подростковом возрасте, то респонденты отмечают в первую очередь: - неприятие и непонимание близких людей, а именно родителей (42%), друзей (40%), сверстников (10%) и учителей (8%). 16% испытуемых указали на то, что они попадали в «плохие

компании» и проявляли зависимое поведение (алкоголь, курение, компьютерная зависимость) 15% испытали проблемы в любовных отношениях, 18% проявляли депрессии, 16%- обладали повышенным уровнем агрессии, 22 % испытывали поддержку, в преодолении проблем, со стороны друзей и родных , остальные 13% справлялись самостоятельно.

На утверждение благодаря каким ресурсам и средствам поддержки и помощи можно справиться с трудностями, респонденты ответили, что 62%-помощь со стороны окружения, а именно близких, доверительные и близкие отношения с ними. Два человека из 30-ти опрошенных, указали на помощь психологической поддержки.

Обобщая вышесказанное можно сделать вывод, что респонденты, находясь в подростковом возрасте, как правило сталкиваются с трудностями в социализации, внутрисемейными и личностными конфликтами, нуждаются в психологической помощи, а именно помощи в поиске доверительных отношений и поддержке. Только за редким исключением, единицы могут обратиться за психологической помощью.

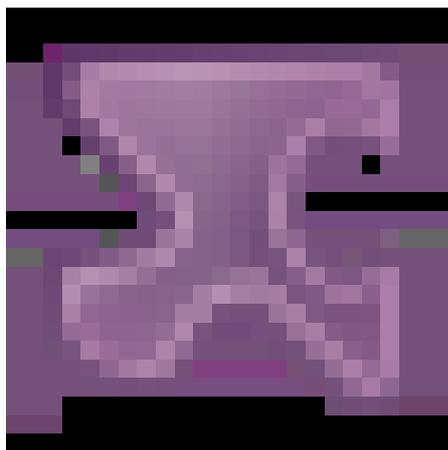
Так же испытуемые указывали на то, что попадали в «плохие компании», приобретали вредные привычки, тяжело переживали сложившиеся проблемы, но старались самостоятельно справиться с этими сложностями, не прибегая на помощь к психологу.

Данные, которые мы получили благодаря этой анкете, являются просветительской работой, которая необходима для мониторинга учащихся образовательных организаций. Каждый подросток в праве получать информацию о своем переломном возрасте, о трудностях, которые могут произойти, о эмоциональных состояниях, которые можно испытывать, о влиянии СМИ, различных форм зависимостей и т.д. Поэтому необходима такая работа, а именно под руководством специалиста- психолога. Так же, помимо школы, существуют психологические центры, куда можно обратиться за психологической помощью.

Немаловажной частью исследования через анкетирование мы выявили эмоциональное состояние респондентов, которые они испытывали в подростковом возрасте. Для большинства, данный возраст запомнился как переломным, а именно период печальных событий, невзгод, проблем, предательств, осуждения и непонимания со стороны окружения, и самый малый процент ощутил на себе прилив сил, творчества, развития, совершенствования.

Начальный этап первичной диагностики предполагает констатирующий эксперимент. Было обследовано 60 подростков в возрасте 11- 16 лет с целью исследования психологических личностных особенностей характера с риском аутодеструктивного поведения. Данную выборку мы разделили на несколько групп, во первых по гендерным признакам, то есть мальчиков исследовали отдельно от девочек и по наличию низких и высоких рисков аутодеструктивного поведения. В ходе диагностики получились следующие показатели.

Что касается риска суицидального поведения мы исследования два аспекта, по Разуевой Т.Н. - «слом культурных барьеров» и «антисуицидальный фактор». Слом культурных барьеров – критерий, который предполагает поиск ценностных ориентаций и норм , которые оправдывают состояние суицида. У мальчиков 25% и 35% у девочек в возрасте от 11 до 13лет. У подростков 13-14 лет 26% - мальчики и 10% девочек. Так же у мальчиков 15-16л - 15% и у девочек – 7%. На гистограмме 1 показана кривая показателей.



На гистограмме видно, что есть соотношение мужского и женского полов с высокими показателями «Слом культурных барьеров» в трех возрастных группах. По данным видно, что показатели третьей группы отличаются от показателей первой, это говорит о выраженности обследуемого признака. При помощи критерия Красксела- Уоллиса мы определили, что существуют различия, они отличны друг от друга по выраженности признака. Мальчики возрастной группы 15-16 лет обладают высокой степенью привлечения к себе внимания ($p= 0,0221$), отсутствием своей несостоятельности ($p= 0,0489$), значимость понятия структурность и иерархия ($p= 0, 0101$), степень овладения знаний, умений и навыков ($p= 0,0009$), равенства и приобщение себя к окружению ($p= 0,0020$).

Таким образом, различая несколько возрастных категорий видно. Что более рискованным возрастом у мальчиков для аутодиструкций является 15-16 лет.

Следующий фактор- это антисуицидальный, которые представляет из себя чувство ответственности за других, происходит понимание последствий суицидов, присутствует боязнь боли физической и психологической. По результатам было выявлено, что данный фактор отсутствует у 40% подростков мужского пола и у 16% женского пола 11-14 лет. У подростков 15-16 лет: 20% у мальчиков и 7% у девочек. Присутствие наличия двух показателей замечен у 22% мальчиков и 13% девочек в возрасте 11-14 лет, и 10% мальчиков, 5% девочек в возрасте 15-16 лет. данные представлены на гистограмме 2.

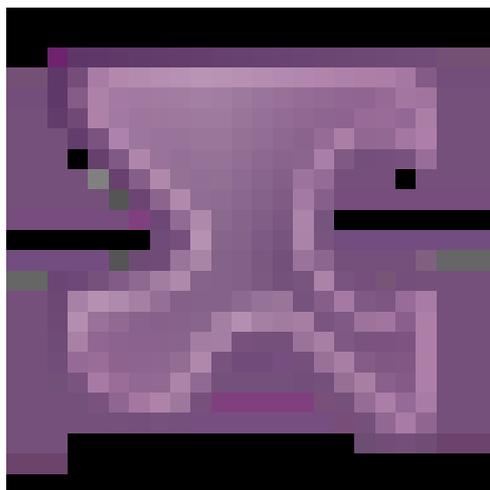


Рис.2. Процентное соотношение показателей «Слом культурных барьеров» и «Антисуицидального фактора» у подростков 11-16 лет.

Следующим этапом диагностики мы использовали «Опросник суицидального риска» для исследования наличия и предрасположенности к суициду. Мы разделили подростков на две группы 11-14 лет и 15-16 лет.

Гистограмма наглядно показывает различия шкал.



Рис.3. Исследование суицидальных рисков юношей в возрасте 11-16 лет.

По данным исследования видно, что высокие показатели наблюдаются в таких шкалах, как аффективность, несостоятельность, социальный пессимизм, и антисуицидальный фактор. Состояние аффективного поведения

выявленно чаще в возрасте 15-16 лет, проявляется это тем, что подросток способен бурно реагировать на ситуацию, не осознавая того, как он может повести себя. Демонстративность подростков проявляется в привлечении к себе внимания, путем саморазрушающих форм поведения. Несостоятельность определяется как сложность или невозможность самоутверждения, признания окружением, не принятием себя как личности. Чувство своей индивидуальности и уникальности проявляется в данном случае в 15-16 лет, подросток начинает осознавать свои способности и значимость. Социальный пессимизм проявляется как неумение взаимодействовать с окружением, не приобщение себя к какой либо группе, нет принятие ролей в группе и т.д. «Слом культурных барьеров»- это значит, отсутствие целей, желаний, ценностных ориентаций человека, этот показатель проявляется, по нашим данным в возрасте 11-14 лет. Такой показатель как временная перспектива предполагает видение подростком своего будущего, наличие целей и желание их реализовать, но на шкале видно, что он находится на низком уровне от желаемого, это может говорить о том, что ребенок пока не может определиться со своими желаниями и интересами. Высок показатель «антисуициального фактора», это говорит о том, что большинство подростков подвержены аутодеструктивному поведению, особенно в период 15-16 лет.

Не смотря на исследования Ковалева В.В. о том, что кризисные проявления, которые негативно влияют на личность подростка сглаживаются к периоду второй фазы пубертата, нами было выявлено обратное, что негативные проявления могут сохраняться или формироваться не в зависимости сколько лет подростку, все зависит от его становления как личности.

Далее мы исследовали подростков женского пола, и заметили, что у них отмечаются иные тенденции.

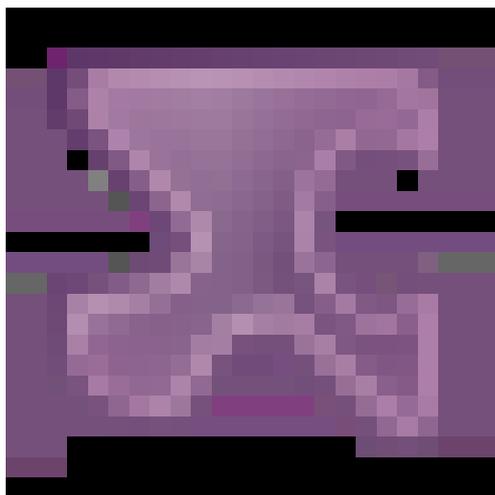


Рис.4. Данные наличия суицидальных рисков у девушек в возрасте 11-16 лет.

На данных гистограммы наглядно показаны результаты исследования девушек. Высоки показатели такие как аффективность, , антисуицидальный фактор, уникальность, максимализм. Показатели девушек 11-14 лет выше чем показатели девушек 15-16 лет , но шкала несостоятельности и социального и пессимизма больше проявляется у старшего поколения. Результаты, которые мы получили говорят о том, что девушки в возрасте 11-14 лет испытывают большей уровень аффективности, в силу своих возрастных особенностях, это говорит о том, что их психика подвержена эмоциональному воздействию, и неожиданной реакции и сложившиеся ситуации. Так же антисуицидальный фактор очень высок, это проявляется в том, что психика девушек подвержена данному поведению, то есть, присутствуют сложности в самоопределении, выбора ценностных ориентаций и смысла жизни. Чувство максимализма и «слом культурных барьеров» отражает не принятие мнений окружение, девушки ощущают чувство взрослости и необходимость совершенствоваться.

Обобщая вышесказанное можно сделать вывод, что юноши и девушки в возрасте 15-16 лет обладают большими показателями несостоятельности, социального пессимизма и отсутствием или не представлением перспективы на будущее, то есть существует опасность воздействия саморазрушительных признаков аутодеструктивного поведения. Мы предполагаем, что это связано с появлением в современном мире представлений о трудностях взрослости,

которые тормозят возможность обеспечить свою жизнь достойно. Необходимо заметить, что данный «Опросник суицидального риска» показывает нам необходимость проведения профилактической работы по борьбе с аутодеструктивным поведением.

Личко А.Е. определяет показательное(демонстративное), истинное и аффективное поведение. По его данным, попытки суицида заметны в возрасте 11-14 лет, 44% мальчики и 56% девочки, в возрасте 15-16 лет процент понижается до 22% мальчики и 21% девочки. Все остальные проявляют саморазрушающие формы поведения для привлечения внимания. Это говорит о том, что таким детям, неважно какой это вид суицидального поведения, необходима помощь и поддержка.

Склонность подростков к алкоголизации определена у 55% мальчиков 77% девочек в возрасте 11- 14 лет. В возрасте 15-16 лет процентность алкоголизации понижается на 10% как у мальчиков, так и у девочек. Склонность к наркотизации выявлена у 58% мальчиков и 47% девочек в возрасте 11-14 лет. в возрасте к наркотизации – у 59% мальчиков и 46% девочек 11-14 лет, но к возрасту 15-16 лет опасность повышается на 8% у девочек и понижается на 5% у мальчиков.

Также в нашем исследовании мы рассматривали гендерные особенности которые указывают на различия смысложизненных ориентаций. Проведя анализ методики, направленной на изучения смысложизненных ориентаций, мы заметили, что у мальчиков высоки показатели по всем представленным ценностям. В то время как у девушек в возрасте 15-16 лет показатели по критериям «смысл жизни», «локус контроля – жизнь» ниже чем у девушек 11-14лет, но «локус контроля- я» обладает у старших девочек более часто. Это говорит о том, что 11-14 летние девушки способны иметь представление о своей будущей жизни, иметь цели, развивать свои способности, но не могут контролировать свое внутреннее состояние, то есть желания есть, а как их реализовывать им неизвестно.

У девушек и у мальчиков 11-14 ценностные ориентиры и желания совпадают. Что касается 15-16 летних девушек, то для них наиболее значимыми являются «жизненный процесс» и «цели». Это говорит о том, что в данном возрасте вопрос смысла жизни очень важен для подростков, если у человека есть цель, он к ней стремится и не тратит времени на пустые мысли и действия, касающиеся вопроса саморазружения.

Исходя из вышесказанного можно заключить о том, что мальчики в возрасте 11-16 лет испытывают большее удовлетворение жизнью чем девушки. Самыми важными ценностями для подростков являются: смысло-жизненная ориентация, то есть наличие цели, желание жить и наслаждаться жизнью, эмоциональная удовлетворенность.

Анализируя полученные данные опросника для выявления суицидального риска, можно отметить, что подростки в возрасте 15-16 лет испытывают большую несостоятельность, чувство социального пессимизма, наличие желания не «думать» о временной перспективе.

Подростки пытаются осуществлять свои цели, проявлять самостоятельность, но сторонятся непостоянства в экономической и социальной сферах, боятся трудностей на своем пути и, порой не знают решения сложившихся проблем. И поэтому работа психолога с подростками необходима для того, чтобы дать возможность ребенку самоутвердиться, самореализовываться, развивать свои способности, любить себя, бороться с комплексами и проблемами, ну и конечно проявлять чувства.

Далее мы изучали личностные особенности подростков, а именно социальную ситуацию и наличие дезадаптации, используя методику диагностики социально- психологической адаптированности Даймона Р. И Роджерса К. По результатам этой методики было выявлено, коэффициент социально- психологической адаптивности выглядит противоположным образом, то есть, адаптация- дезадаптация, принятие своего я- не принятие своего я, гармоничные отношения с другими- конфликтные ситуации с другими, эмоциональное благополучие(комфорт)- эмоциональное

неблагополучие(дискомфорт), наличие внутреннего контроля, то есть умение контролировать себя в самых разных жизненных ситуациях- ожидание внешнего контроля, это значит, помощь окружения, не умение решить проблемы, достижение успехов- избегание неудач или уход от проблем

У девушек 11-14 лет уровень коэффициента адаптированности находится в норме к своему возрасту, но что касается подростков других возрастных групп, то их коэффициент адаптированности завышен от нормы, это говорит о то, что у подростков преобладает желание в тенденции к самим себе и требованиям, к которые им предъявляют.

Подростки мужского пола в возрасте 15-16 лет обладают повышенными показателями по шкалам «принятие своего», «Конфликтные ситуации с другими», «эмоциональное удовлетворение и эмоциональное неудовлетворение», « доминирование», «избегание неудач». Подростки мужского пола 11-14 лет имеют различия по таким показателям как «доминирование- зависимость. Это говорит о том, что подростки этого возраста испытывают зависимость к окружающим, к общению, стараются самоутвердиться в компании, занять место в обществе. Так же необходимо отметить, что у подростков преобладают повышенные показатели « умение контролировать свое внутреннее состояние», а именно проявив ориентацию на достижение желаемых целей в зависимости от усилий личности самого человека. У двух возрастных групп подростков мужского пола высоки такие показатели как принятие себя и других, эмоциональный комфорт, состояние внутреннего контроля. Так же полученные данные говорят о том, что у юношей 15-16 лет повышен уровень принятия своего собственного я, присутствует состояние независимости и самостоятельности. Далее увеличивается состояние ухода от проблем, то есть разрешение их путем приобщения ближайшего окружения, например родителей. Девушки же 15-16 лет обратили повышенное значение на показатель «принятие своего внутреннего я» по сравнению с «непринятием».

Следующим этапом нашей диагностики послужила методика исследования эмоциональной зависимости «Степень проявления созависимых моделей Уайнхолда Б.

Исследуя подростков мужского пола нами было выявлено, что средняя созависимость присутствует у обеих возрастных групп. Так же есть подростки, созависимость которых находится на низком уровне, например созависимость 15-16 летних юношей ниже 11-14 летних.

Что касается девушек, то у двух возрастных групп, у большей части, присутствует созависимое поведение, причем находится оно на высоком уровне. Из ста процентов всех исследуемых девушек 15-16 лет, 69% испытывают созависимое поведение и 11-14 лет 82%. Созависимость проявляется в привязанности окружению, какой-то ситуации, сложности в адаптации, не умении принимать самостоятельно решения, зависимость от родителей, не самостоятельность, не самостоятельность. В группе девушек 2% не испытывают созависимость, это говорит о том, что они самостоятельны в какой-то мере, знают чего хотят, обладают целями.

Из вышесказанного можно заключить, что показатель созависимости девушек выше чем показатели созависимости мальчиков. Это может говорить о высокой чувствительности и ранимости девушек, о их несостоятельности и характерологических особенностей женского пола. Так же Уайнхолд Б считал, что созависимое поведение формируется в рамках воспитания традиционной культуры европейцев. Его точку зрения подтвердили Эстес К. и Михайлова Е.В. В данном случае можно указать на суждения Литвака М.Е. о том, что в самом начале пубертатного кризиса, так называемом «Пиком кризиса», подросток пытается показать свое чувство взрослости, указать на свою независимость и индивидуальность, избавиться от помощи близких и обрести свободу выбора, но ближнее окружение(родители) пытаются лишить своего ребенка от таких проявлений, навязывая ему свою точку зрения. Положительная стадия пубертатного периода говорит о том, что подросток начинает прислушиваться мнения взрослых, прекращает

доказывать свою индивидуальность, ему не хочется свободы и самостоятельности.

Следующим этапом диагностики мы использовали методику «Механизмы психологической защиты» Р. Плучека, Р. Келлермана. Она была использована для выявления психологических защит у подростков в разных возрастных категориях и наличие связей характеризующих саморазрушающее поведение.

Исследуя подростков можно заключить о том, что у мальчиков 11-14 лет высоки показатели психологической защиты: подавление и замещение, путем саморазрушающего поведения, ребенок пытается огородить себя от проблем, в то время как у 15-16 летних ребят защитными механизмами являются отрицание, рационализация, проекция.

Что касается девушек, то для 11-14 летних свойственна психологическая защита такая как отрицание, то есть не принятие своих проблем, уход от них, не умение их решать. У 15-16 летних преобладает регрессия, проекция. С возрастом защитные механизмы утрачивают свое предназначение и появляются следующие

Произведя сравнительные характеристики подростков с аутодеструктивным поведением, то есть наличием предрасположенности к суицидам, наркотизации, алкоголизации, можно сделать вывод, что факторами, которые влияют на формирование аутодеструкций являются возрастные особенности подростков, а именно личностные черты характера, влияние пола, периода пубертата.

Чтобы сравнить показатели по первой методике «Опросник суицидального риска» Разуваевой Т.Н. необходимо сопоставить полученные результаты разных возрастных групп с высокими и низкими показателями. Данные представлены на рис.5



Рис.5. Сравнение показателей подростков мужского пола в возрасте 11-14 лет по методике «Опросник суицидального риска» в низком и высоком риском саморазрушающего поведения.

Проведя анализ полученных результатов можно заключить о том, что различия заметны почти во всех показателях таких как «демонстративность», «аффективность», «несостоятельность», «максимализм», «временная перспектива», «непринятие социальных норм», «антисуицидальный фактор», «социальный пессимизм». Это говорит о том, что подростки мужского пола в возрасте 11-14 лет проявляют демонстративность, для повышения авторитета в группе сверстников, что сохраняет их самооценку. Высокий показатель аффективного поведения служит барьером для адаптации ребенка в группе. Шкала «Уникальность» характеризует в подростках неспособность перенимать у общества опыт успешной адаптации, то есть подросток не воспринимает советов «со стороны». Так же в группе подростков были замечены высокие риски аутодеструктивного поведения. Ощущение несостоятельности подростка является одной из причин дезадаптации и саморазрушающего поведения. Временная перспектива, в данном случае проявляется как неумение построения планов на будущее, не понимания своих смысло-жизненных ориентаций и т.д. Данные показатели свойственны подросткам из групп с

высоким риском аутодеструктивного поведения. Социальный пессимизм, по данным, обладает высокими показателями в обеих группах.

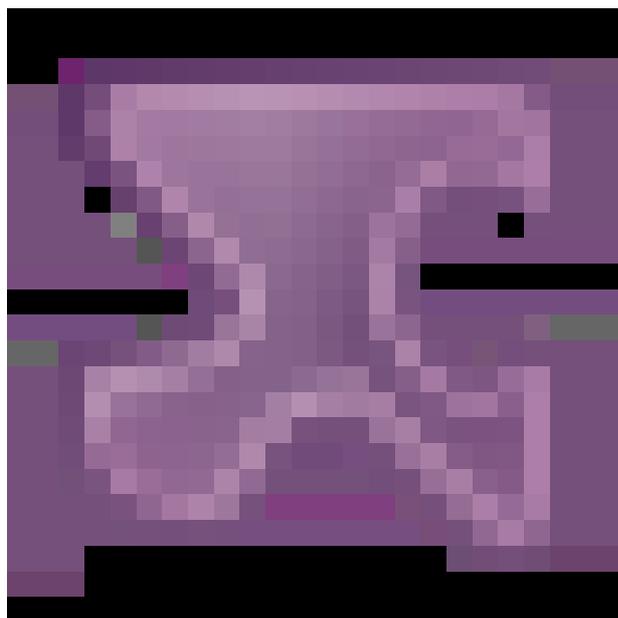


Рис.6. Сравнение показателей подростков женского пола в возрасте 11-14 лет по методике «Опросник суицидального риска» с низким и высоким риском саморазрушающего поведения.

Исходя из полученных данным можно заключить о том, что у девушек в возрасте 11-14 лет заметны различия у группы с высоким риском и группой с низким риском. Это проявляется в таких показателях как «аффективность», «максимализм», «временная перспектива», «антисуицидальный фактор» и «социальный пессимизм». Низкий показатель в «временной перспективе» обеих группах говорит о недооценивание себя, своих планов на будущее, не возможность или не умение реализовывать свои цели и просто их отсутствие. Что касается «слома культурных барьеров» и «антисуицидального фактора», то высоки показатели в обеих группах, это говорит о том, что девушкам сложно адаптироваться к новой обстановке, они испытывают трудности в преодолении проблем, им сложно определиться в понятии «смысла жизни».

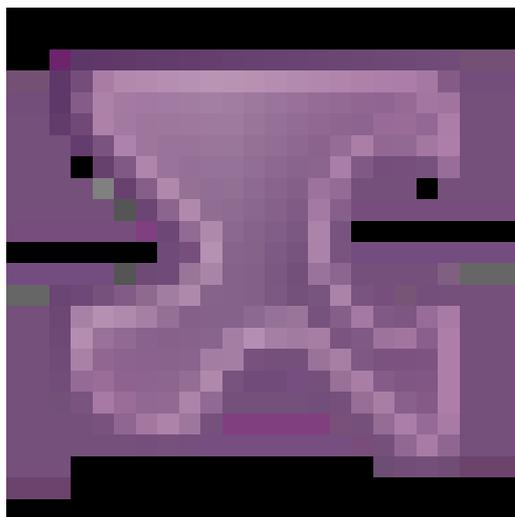


Рис.7. Сравнение показателей подростков мужского пола в возрасте 15-16 лет по методике «Опросник суицидального риска» с низким и высоким риском саморазрушающего поведения.

Исходя из полученных данных можно говорить о том, что у юношей являются более высокими показателями «демонстративность», «аффективность», «уникальность», «несостоятельность», «максимализм», «временная перспектива», «непринятие социальных норм», «антисуицидальный фактор», «социальный пессимизм».

В сравнении с подростками мужского пола 11-14 лет, у возрастной категории этих подростков наблюдается повышенная демонстративность, это говорит о том, что причиной их аутодеструктивного поведения является привлечение к себе внимания, так же это проявляется в нехватке должной любви со стороны родителей и учителей. Зная о возрастных особенностях подросткового возраста, то проявление демонстративности в возрасте 11-14 лет является нормой, так как ребенку хочется получить больше внимания. поддержки и понимания, то в более сознательном возрасте 15-16 лет данные формы поведения для подростков не приемлемы.

Шкала «уникальности» в данном случае, тоже имеет высокие показатели, это говорит о том, что подростки 15-16 лет испытывают трудности в преодолении жизненных проблем, опираясь на чужой опыт, то

есть, они считают, что таких случаев в жизни н у кого больше нет, они считают себя уникальными и индивидуальными.

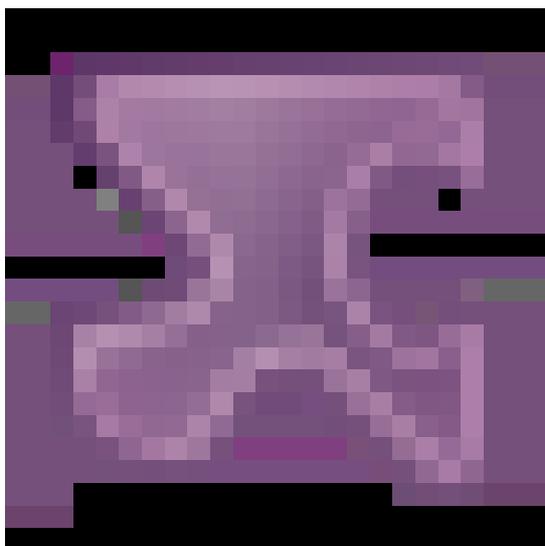


Рис.8. Сравнение показателей подростков женского пола в возрасте 15-16 лет по методике «Опросник суицидального риска» с низким и высоким риском саморазрушающего поведения.

Исходя из полученных данных можно сделать вывод, что у девушек высоки показатели по таким шкалам как «аффективность», «антисуицидальный фактор», «социальный пессимизм». Это вновь говорит о том, что девушки женского пола являются более эмоциональными и ранимыми и, зачастую, все необдуманные действия происходят спонтанно, в состоянии аффекта. Так же шкала «антисуицидальный фактор» обладает повышенными характеристиками, это значит, что у девушек есть предрасположенность к аутодеструктивному поведению или они его уже проявляют. Шкала «социальный пессимизм» говорит нам о том, что девушки испытывают трудности в общении, им сложно адаптироваться к новой группе, сложно приобщить себя к группе, определить свою роль в социуме.

Следующим этапом исследования мы использовали методику по диагностике социальной адаптации Даймона Р. И Роджерса К в адаптации Снегиревой Т.В. В результате были выявлены следующие различия, которые представлены на рис. 9.

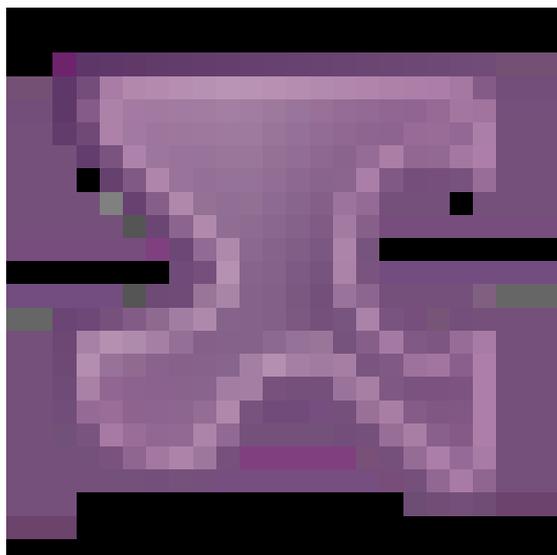


Рис.9. Сравнение показателей диагностики подростков мужского пола в возрасте 11-14 лет социальной адаптации Роджерса и Даймона .

По данным гистограммы видно, что высоки показатели таких шкал как «принятие себя», «принятие других», «внутренний контроль». Это говорит о том, что подростки с высоким риском аутодеструктивного поведения проявляют в меньшей степени осознание своего собственного я, не принимают себя такими какие они есть, не готовы развиваться меняться, как правило у них заниженная самооценка. Что касается принятия других, то здесь прослеживается неспособность прислушиваться к мнению окружающих. Внутренний контроль тоже высок от нормы, это значит, что подросткам сложно контролировать свой внутренний мир, позитивно эмоционально реагировать. Шкала лжи находится в пограничном состоянии от нормы, это свидетельствует о том, что некоторые ответы испытуемых были недостоверными.

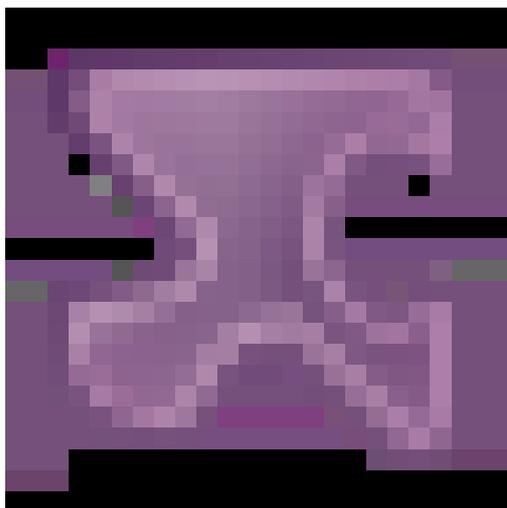


Рис.10. Сравнение показателей диагностики подростков мужского пола в возрасте 15-16 лет социальной адаптации Роджерса К и Даймона Р.

По данным гистограммы видно, что уровень шкалы «принятия себя» повышен, это говорит о том, что подростки с высоким риском аутодеструктивного поведения, как правило, не осознают своего собственного я, это может отражаться на самооценке и я-концепции. Что касается адаптированности, то видно, что подростки с высокими рисками менее адаптивны чем подростки с низкими рисками. Так же видно, что шкала «внутреннего контроля» доминирует у подростков с низким риском аутодеструктивного поведения, это говорит о том, что первая группа ребят испытывает большие трудности в преодолении своих переживаний, эмоций, контроля ситуаций. Шкала лжи, так же как и в гистограмме 9 указывает на недостоверность представленной подростками информации.

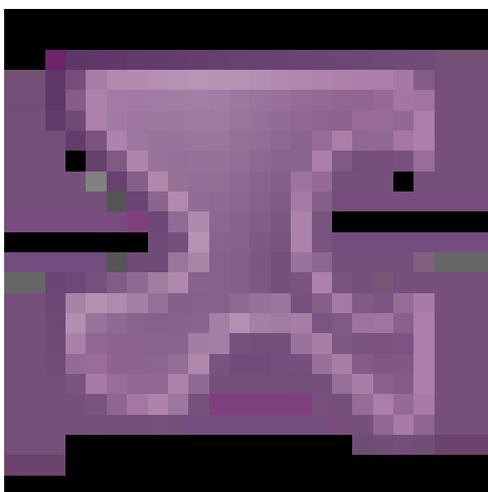


Рис.11.Сравнение показателей диагностики подростков женского пола в возрасте 11-14 лет социальной адаптации Роджерса К и Даймона Р.

На данных гистограммы 11 видно, что у девушек 11-14 лет повышен уровень шкалы «принятия себя», это говорит о том, что подростки с низким риском аутодеструктивного поведения относятся к самому себе более благоприятно, чем первая категория, то есть у них самооценка в норме, принимают себя такими какие они есть, видят ценность своей жизни. В то время как девушки с высокими рисками испытывают неудовлетворенность собой, это может характеризоваться наличием комплексов. Внутренний контроль так же повышен в обеих группах, это значит, что подросткам сложно контролировать свои эмоции, адаптироваться к непредвиденным или новым ситуациям. Некоторые ответы были недостоверны, так как шкала лжи имеет показатели высокие от нормы.

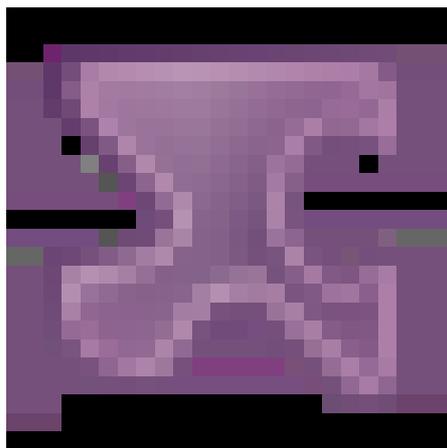


Рис.12.Сравнение показателей диагностики подростков женского пола в возрасте 15-16 лет социальной адаптации Роджерса К и Даймона Р.

На рисунке показано, что у девушек с высоким риском аутодеструктивного поведения завышен уровень принятия себя, то есть присутствует неудовлетворенность собой, неприятие себя, требования к себе завышены или наоборот занижены, неадекватная самооценка. Шкала «принятие других» обладает так же повышенными характеристиками, это значит, что часть девушек способны прислушиваться к мнению других людей, включать их в свой круг общения и доверия и так же есть девушки закрытые от общества, которые не готовы принимать других в силу

определенных особенностей, таких как недоверие, замкнутость, предательство. Некоторые девушки испытывают эмоциональный дискомфорт, то есть не чувствуют насыщенности эмоциями, не умеют их проявлять. Шкала «внутреннего и внешнего контроля» повышена в обоих случаях, это говорит о том, что часть девушек испытывают трудности в решении каких-либо проблем, не могут или не умеют контролировать себя и часть девушек, которые ждут контроля и поддержки со стороны, проявляя свою незащищенность, несостоятельность и слабость. Так же можно заметить, что у девушек 15-16 лет с высокими рисками, показатели коэффициента адаптированности увеличены от нормы. То есть по определению автора методики все что выше показателя 50 баллов, обладает предрасположенностью или наличием аутодиструктивного поведения, то есть саморазрушение является компенсаторным механизмом представления собственной адаптации.

Адаптированность и адаптация являются самым главным параметром пубертатного периода, особенно начального, так как ребенок «встает» на новую ступень физического и психического развития, сменяется его ведущий вид деятельности, меняется социальная ситуация, появляются новые чувства и т.д., и поэтому важно в этот период помочь ребенку справиться со всеми новообразованиями, дать возможность справляться с проблемами и успешно адаптироваться к новым условиям жизни. Из исследования ясно, что дезадаптивность, непринятие или неудовлетворенное отношение к окружающей обстановке, чувство собственной несостоятельности, не самостоятельности, независимости являются началом формирования аутодиструктивного поведения.

Следующим этапом нашего исследования послужила методика, которая охватывает изучение смысложизненных ориентаций, ценностей человека- «Тест смысложизненных ориентаций(СЖО) Леонтьева Д.А.». данный тест показывает на наличие целей, желаний, удовлетворённость своей жизнью и другие показатели.

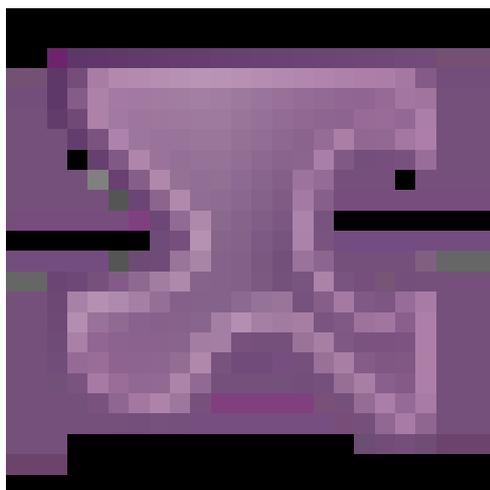


Рис.13. Сравнение показателей подростков мужского пола 11-14 лет с высоким и низким риском аутодеструктивного поведения по «СЖО Леонтьева Д.А.»

На данных гистограммы видно, что у подростков с высоким и низким уровнем аутодеструктивного поведения практически нет различий связанных со смысложизненными ориентациями. Высокие показатели шкалы «цели» говорят о неудовлетворенности своей будущей жизни, непонимание перспективы и развития. Большая часть подростков находится не в состоянии прогресса, то есть развития, а наоборот, не стремится получить положительный результат. Так же у части подростков показатель шкалы «локус контроля- я» завышен, это говорит о завышенной самооценке, о принятии своего собственного я, о понимании своей индивидуальности, то есть «я- король мира». Так же по шкале «локус контроля- жизнь», у некоторых ребят присутствует контроль над своими действиями, желаниями, мыслями, по поводу будущего. Это может отражаться в самостоятельности, независимости подростков, в умении принимать решения.

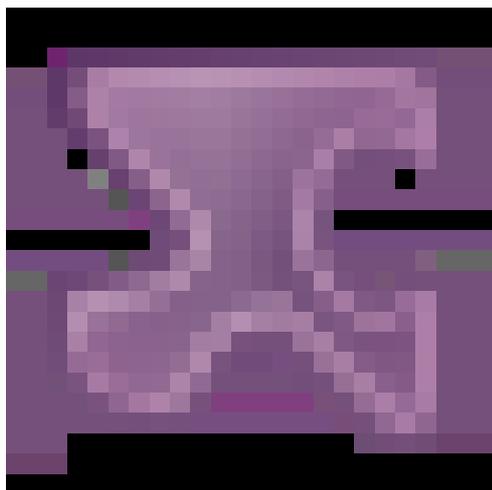


Рис.14. Сравнение показателей подростков женского пола 11-14 лет с высоким и низким риском аутодеструктивного поведения по «СЖО Леонтьева Д.А.»

Анализируя гистограмму 13 и 14, можно заключить о том, что они имеют схожие моменты. В основном у девушек в этом возрасте высоки показатели по таким шкалам как «цели» и «локус контроля - жизнь». Это характеризуется в неумении ставить перед собой цели и реализовывать их, проще говоря подростки не знают чего они хотят, так как в этот период происходит поиск своего становления, самоопределения. Подросток начинает метаться от одних желаний к другим и в этот момент необходимо помочь ему в их реализации, важна поддержка и принятие целей подростка. Так же у девушек 11-14 лет как и у мальчиков этого же возраста преобладает желание контролировать свою жизнь, но в силу того, что подростки не могут проявлять свою самостоятельность, им не всегда это удается и их цели и стремления отходят на последний план.



Рис.15. Сравнение показателей подростков мужского пола 15-16 лет с высоким и низким риском аутодеструктивного поведения по «СЖО Леонтьева Д.А.»

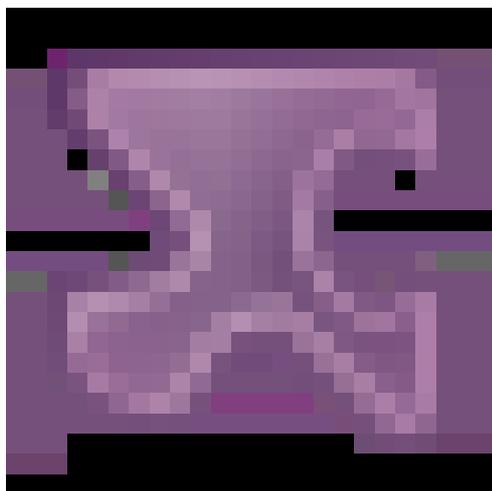


Рис.16. Сравнение показателей подростков женского пола 15-16 лет с высоким и низким риском аутодеструктивного поведения по «СЖО Леонтьева Д.А.»

Если сравнивать показатели с низкими и высокими рисками аутодеструктивного поведения у одной возрастной категории юношей и девушек 15-16 лет, различий почти не наблюдается, кроме шкал «локус контроля- жизнь» и «результат». Это значит, что юноши в большей степени нацелены на результат какой-либо деятельности нежели девушки. Также девушки более критичны к своим целям, испытывают больший контроль над своими действиями.

По результатам данной методики можно сделать вывод о том, что важность человеческих ценностей высока, то есть она проявляется в благородстве, стремлении помочь другим, желанию соответствовать ожиданию окружающих, не реализация своих целей и возможностей, не умение контролировать свои действия и поступки. Все эти факторы могут спровоцировать формирование саморазрушающего поведения.

Одним из важных этапов нашего исследования мы использовали методику ПДО Личко А.Е. направленных на выявление акцентуаций характера подростков с низкими и высокими рисками аутодеструктивного поведения. Мы использовали данную методику для того, чтобы исключить из группы испытуемых случаи патологии, которые связаны с минимальной мозговой дисфункцией. Так же мы определили, какие в нашей исследуемой группе присутствуют психологические характеристики. Мы получили следующие данные. В группе подростков с низким риском аутодеструктивного поведения, можно предположить, попытки суицида возможны у 47% мальчиков и 56% девочек в возрасте 11-14 лет и 22% юношей и 27% девушек в возрасте 15-16 лет. Что касается остальных подростков, то они способны на суицид, но с целью того, чтобы привлечь к себе внимание, то есть акцентировать внимание на своей демонстративности. Что касается группы подростков у которых риски аутодеструктивного поведения высоки, то процент возможных проявлений больше (11-14 лет у мальчиков 45% у девочек 49%, 15-16 лет одинаково по 27%, истинных желаний к суициду $\frac{1}{4}$, все остальные демонстративные).

Из вышесказанного видно, что показатель аутодеструктивного поведения выше у женского пола 11-14 лет и попытки совершения истинных суицидов возможны, в большей части подростки способны проявлять демонстративное поведение.

Так же помимо демонстративной акцентуации характера у мальчиков 11-14 лет были выявлены такие характеристики как: эпилептоидная акцентуация (повышенная возбудимость, необдуманность действий,

неожиданная реакция); гипертимный тип (повышенная психическая активность); неустойчивый тип (подверженный стрессу, изменяемый, непостоянный); истероидный тип (неустойчивый, не адекватное восприятие ситуации); шизоидный тип (неожиданное поведение, замкнутость). У девушек выявлены такие акцентуации как психоастенический тип, гипертимный тип, лабильный тип, эпилептоидный тип, истероидный тип

У подростков мужского пола 11-14 лет группы с высоким риском аутодеструктивного поведения выше показатели конформности, как мужественности, так и женственности в системе отношений, риска социальной дезадаптации.

Проведя соотношение показателей по методике «ПДО Личко А.Е. можно заметить, что у девушек 11-14 лет с высоким риском аутодеструктивного поведения больше уровень конформности (социальных отношений), показатель женственности, эмансипация к самооценке.

У юношей 15-16 лет показатели мужественности высоки в системе отношений, но так же присутствуют склонности к противоправному(делинквентному) поведению. У девушек 15-16 лет выявлены средние показатели по шкалам, либо значения низких и высоких рисков не отличаются друг от друга.

Для того, чтобы изучить психологические механизмы подростков, мы использовали методику «Механизмы психологической защиты» Р. Плучека, Г. Келлермана.

Из результатов следует, что у мальчиков 11-14 лет в обеих группах выражены такие механизмы как интеллектуализация и не принятие(отрицание). Это говорит о том, что подросток с аутодеструктивным поведением не принимает образовавшиеся у него проблемы, он ценит свою индивидуальность и старается проявить самостоятельность. Так же у некоторых ребят проявляются такие механизмы как компенсация, то есть замещение недостающего фактора, путем аутодеструктивного поведения.

У девушек данной возрастной категории были выявлены механизмы проекции, интеллектуализации, компенсации, это сказывается на перенос своих проблем на различные формы аутодеструктивного поведения, то есть подросток считает данную форму поведения, выходом из любой ситуации

Сопоставляя результаты применения методик диагностики, акцентуаций характера подростков, рисков суицидального поведения, социальную адаптацию, 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 11-14 лет показатель «слом культурных барьеров» положительно связан с показателями «аффективность», «социальный пессимизм», «непрятие 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 непрятие 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 14-16 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 «завоевания» окружающего мира) и «включенность». То есть для снижения риска суицида им необходимо ощущение контроля над собственной жизнью, ее осмысленности.

Показатель «антисуицидальный фактор» у мальчиков 11-14 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 15-16 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 15-16 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 11-14 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.

Используя критерий Краскела-Уоллиса, мы установили, что группы подростков мужского пола 11-14 лет с выраженным риском алкоголизации и его отсутствием, достоверно отличаются друг от друга по таким показателям как отражение в самооценке реакции эмансипации ($p = 0,0079$), конформность ($p = 0,0181$), шкала лжи методики диагностики нервно-психической устойчивости ($p = 0,0339$), зависимость ($p = 0,0068$), доминирование ($p = 0,0252$), внешний контроль ($p = 0,0099$), риск социальной дезадаптации ($p = 0,028$), мужественность ($p = 0,007$), женственность ($p = 0,0067$).

У юношей 14-16 лет показатель «риск алкоголизации» связан с такой чертой характера как конформность, необходимостью внешнего контроля и такими ценностями как «включенность», «иерархия», «выраженность созависимых моделей поведения», то есть риску алкоголизации особо подвержены юноши, которые высоко ценят групповую сплоченность, соблюдают правила, принятые в группе, не могут противостоять им. У девочек 11-14 лет показатель «риск алкоголизации» положительно коррелирует с показателем «демонстративность» и отрицательно – с показателями «уровень нервно-психической устойчивости», а также с такой ценностью как «включенность» (тесная связь с социальным окружением).

Таким образом, алкоголизация у них связана с желанием произвести впечатление на окружающих и с компенсацией низкой нервно-психической

устойчивости. У девочек 15-16 лет показатель «риск алкоголизации» положительно коррелирует с такими показателями как «уникальность», «конформность», «риск депрессии», «регрессия как защитный механизм» и ценностями «включенность», «овладение». Вероятно, при столкновении с проблемами, которые сложно решить только с помощью собственного опыта, которого у подростка еще недостаточно, и появляется тяга к алкоголю. По критерию Краскела-Уоллиса, степень риска алкоголизации и наркотизации в этой группе взаимозависимы ($p = 0,0181$).

Показатель «риск наркотизации» у мальчиков 11-14 лет связан положительной корреляционной связью с показателем «максимализм», а у девушек 15-16 лет – с показателем «тревожность». По критерию Краскела-Уоллиса в этой возрастной группе девушек степень риска наркотизации связана с риском социальной дезадаптации ($p = 0,0422$), склонностью к депрессии ($p = 0,0031$), показателем женственности ($p = 0,0486$). По результатам применения процедур факторного анализа было выявлено, что значение показателей суицидального риска, наркотизации, алкоголизации объединены у подростков мужского пола 11-14 лет в одну группу с показателями демонстративности, аффективности, неприятия других, эмоциональный дискомфорт, уход от проблем», ценностями «включенность», «иерархия», «завоевание мира», «гармония», «равенство», у юношей 15-16 лет – с низким показателем по шкале «осмысленность жизни», ценностью «включенность», выраженностью внешнего контроля. Девочки 11-14 лет объединяют в группу показателей, связанных с низким риском аутодеструктивного поведения, ценности «включенность», «аффективная автономия», «равенство», девушки 15-16 лет – ценности «гармония», «цели в жизни», «жизнь как процесс», «локус контроля – Я». В ходе исследования особенностей формирования, проявления и возможностей профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте, мы экспериментально исследовали влияние гендерных различий и фазы пубертата на риск проявления аутодеструктивного поведения у подростков.

Вопрос об изменении степени риска аутодеструктивного поведения в зависимости от фазы подросткового возраста не находит однозначного ответа в литературе, как и вопрос о влиянии факторов, связанных с гендерными различиями. Отмечается, что в младшем подростковом возрасте суицидальные попытки наблюдаются у мальчиков и девочек приблизительно поровну, а в среднем и старшем пубертатном периоде попытки самоубийства совершают по преимуществу девочки.

Относительно аутодеструктивного поведения взрослых описаны следующие гендерные особенности. Целью суицида у мужчин чаще становится поиск решения возникшей проблемы, невозможность найти иные выходы из ситуации. У женщин чаще отмечается демонстративное суицидальное поведение. Решение о самоубийстве у мужчин чаще носит спланированный, у женщин – спонтанный характер. Алкогольное поведение женщин и мужчин различно. Аутистическое поведение, характеризующееся отсутствием приспособления к действительности с уходом в мир фантазий, отказом от общения и выбором одиночества, значительно чаще выявляется у мужчин. Нарушения пищевого поведения, виктимное и созависимое поведение также более широко распространено среди женщин.

Относительно показателей «Слом культурных барьеров против суицида» и «Антисуицидальный фактор» было выявлено, что среднее значение показателя «Слом культурных барьеров против суицида» возрастает в каждой возрастной группе подростков и юношей мужского пола и снижается в соответствующих группах девушек. В то же время, значимые различия (по критерию Манна – Уитни) между величинами показателей, характеризующих риск суицида, алкоголизации, наркотизации, созависимого поведения отсутствовали, как и значимые различия по этим показателям между возрастными группами подростков (по критерию Краскла – Уоллиса).

В то же время, группы подростков мужского и женского пола 11-14 лет достоверно отличаются друг от друга по ряду параметров, связанных с повышенным риском аутодеструктивного поведения – показателям большей

демонстративности в поведении у мальчиков ($p = 0,0093$), ощущения собственной несостоятельности у девочек ($p = 0,0121$), большей важности ценности «включенность в группу» для девочек ($p = 0,02$) и «иерархия» ($p = 0,03$), «интеллектуальная автономия» ($p = 0,016$) для мальчиков. Также девочки чаще отмечают у себя признаки вегетативных нарушений, что может говорить о более высоком риске соматизации. Показатель демонстративности и ценность «иерархия» (признание важности социальной иерархии, неравного распределения власти и ресурсов) в группе подростков мужского пола 11-14 лет отрицательно коррелирует с показателем «Слом культурных барьеров против суицида». То есть для подростков мужского пола этой возрастной группы, в отличие от девочек и юношей 15-16 лет демонстративность является ресурсом профилактики суицидального поведения, средством повышения самооценки и возможным способом сигнала о личностном неблагополучии.

Показатель «несостоятельность» у подростков женского пола 11-14 лет отрицательно коррелирует с показателем «антисуицидальный фактор», то есть для этой группы подростков ощущение собственной несостоятельности является особо значимым фактором, повышающим риск суицидального поведения. Группы юношей и девушек 15-16 лет достоверно отличаются друг от друга по показателям важности ценностей «Включенность в группу» ($p = 0,0053$), «Цели в жизни» ($p = 0,03921$), «Гармония» ($p = 0,0091$), «Астения» ($p = 0,0393$), «Обсессивно-фобические нарушения» ($p = 0,008$), «Доминирование» ($p = 0,003$). Эти показатели не связаны с рисками суицидального поведения, алкоголизации и наркотизации. Таким образом, процедуры кластерного и корреляционного анализа позволили выявить качественно иной характер связи показателей риска разных форм аутодеструктивного поведения с другими характеристиками в группах подростков мужского и женского пола, а также юношей и девушек, несмотря на отсутствие достоверных различий между величиной показателей риска аутодеструкции. Можно связать отсутствие различий и со спутанностью

ролей, незавершенностью процесса формирования идентичности, в том числе гендерной. Кроме того, по результатам нашего исследования, мужественность в системе отношений у подростков обоих полов и возрастных групп выражена достаточно сильно.

Вывод к 2 главе. Таким образом, по результатам констатирующего эксперимента нами выделены следующие особенности аутодеструктивного поведения у подростков:

1. Риск проявления суицида, алкоголизации, наркотизации, созависимости у всех групп подростков чаще всего связан с неприятием себя, эмоциональным дискомфортом, субъективным ощущением зависимости от других, ощущением бессмысленности собственной жизни, повышенной значимостью других по сравнению с собой, отсутствием ощущения контроля над собственной жизнью. К выявленным особенностям ценностно-смысловой сферы подростков с высоким риском аутодеструктивного поведения относятся низкая значимость ценностей «осмысленность жизни», «локус контроля – Я».

2. Для подростков мужского пола с высоким риском аутодеструктивного поведения характерны аффективность, субъективное ощущение собственной несостоятельности, низкая значимость ценностей интеллектуальной и аффективной автономии и высокая важность ценностей «включенность в общество», «иерархия». Для подростков женского пола с высоким риском аутодеструктивного поведения характерны тревожность, склонность к депрессии, выраженность защитных механизмов отрицания, подавления и регрессии, низкая значимость ценностей «результаты в жизни», «включенность в общество», экспансия по отношению к предметному и социальному миру».

3. У младших подростков мужского пола, в отличие от подростков женского пола, показатели, характеризующие высокий уровень аутодеструктивного поведения связаны с такими качествами характера и поведенческими проявлениями как демонстративность, делинквентность,

конфликтность, то есть они выбирают асоциальный способ проявления самостоятельности. Преобладающим защитным механизмом в этом случае является отрицание. Также у этой группы подростков наиболее высокие показатели суицидального риска, риска дезадаптации, алкоголизации и наркотизации.

4. В возрастной группе 15-16-летних более выражены социальный пессимизм, субъективное ощущение несостоятельности и отсутствие перспектив успешной самореализации. Также в этой возрастной группе отмечается тенденция к снижению суицидального риска наряду с ростом риска наркотизации и алкоголизации, характерна выраженность защитного механизма подавления.

5. Ценностные ориентации младших подростков субъективно менее значимы для них, чем для 15-16-летних юношей и девушек, причем в группе старших подростков сформированность ценностных ориентаций является фактором высокой нервно-психологической устойчивости. Согласованность системы ценностных ориентаций, как и более низкий риск аутодеструктивного поведения, более характерны для юношей и девушек 15-16 лет – группы старших подростков.

6. Во всех группах подростков 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 ценностей собственной жизни и эмоционального благополучия повышает риск аутодеструктивного поведения.

7. Максимально выражены у группы с высоким риском аутодеструктивного поведения такие психологические защиты как регрессия, отрицание, проекция, интеллектуализация, у группы с низким риском – реактивное образование. У группы с высоким риском аутодеструктивного поведения выше средние значения по показателям выраженности регрессии,

компенсации, проекции, для групп подростков с низким риском более характерен такой механизм как реактивное образование. В сравнении с возрастной группой 11-14-летних подростков мужского пола можно отметить более сильную выраженность психологических защит как в обеих группах более старшего возраста.

ГЛАВА 3. ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА, НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ, ЭТАПЫ ПРОФИЛАКТИКИ, НЕОБХОДИМЫЕ ПОДРОСТКАМ С АУТОДИСТРУКТИВНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ.

3.1. Психолого- педагогическая профилактика, направления работы, этапы профилактической работы, необходимые подросткам с аутодиструктивным поведением.

В нашей работе необходимо учитывать меры психологической профилактики подростков с саморазрушающим поведением, то есть с наличием суицидальных наклонностей, употребления психоактивных веществ в форме алкоголизации, наркотизации, приобщения себя к неформальным культам. Данная работа заключается в профилактике социальной дезадаптации, развития невротических состояний и, как следствие, профилактика парасуицидального, аутического, и виктимного поведения; помощь в развитии умений заботиться о себе, мыслить самостоятельно, строить удовлетворяющие подростка отношения со сверстниками и взрослыми [80].

Психологическая профилактика предполагает индивидуальную и групповую работу для создания благоприятной ситуации подростка, его психологического состояния. Благоприятный результат, который предполагается после профилактической работы заключается в наличии адекватной и позитивной самооценки у подростков, наличие навыков самостоятельности, в умении преодолевать трудности, в умении и желании ставить перед собой цели и их реализовывать, сформированность коммуникативной компетенции и т.д.

Следующим этапом является формирующий эксперимент, то есть разработка и реализация модели профилактической работы, который включает в себя индивидуальную и групповую работу с подростками, родителями и учителями. Модель профилактики представленная нами как

программа психолого- педагогической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте. Она представлена в следующей главе.

Исследовательская деятельность предполагает повторную диагностику для проверки эффективности программы профилактической работы.

Для завершения необходимо представить психологические рекомендации для сохранения и поддержания психологического состояния подростков.

Проанализировать полученные данные перед психологической профилактикой и после нее можно при помощи статистического критерия Уилкоксона.

На основании анализа данных, полученных в результате анкетирования, констатирующего эксперимента, резюмирования опыта работы с подростками, их родителями и учителями, нами была разработана модель психологического сопровождения подростков с риском аутодеструктивного поведения для реализации психологами образовательных учреждений, включающая диагностическое исследование, нацеленное на выявление предпосылок аутодеструктивного поведения, групповую психопрофилактическую работу с подростками в форме программы тренинговых занятий, индивидуальную работу в форме консультирования по запросам подростков, преподавателей, родителей, просветительскую работу в форме тематических занятий.

Система мер профилактической работы включает в себя: работу с учащимися (диагностическая работа определение степени суицидального риска, риска алкоголизации и наркотизации, проявления моделей созависимого поведения, определение нервно-психологической устойчивости, уровня социальной адаптации, направленности ценностных ориентаций); коррекционно- развивающая (развитие коммуникативных навыков, - развитие умений преодоления конфликтов - развитие эмоциональной и нервно-психологической устойчивости, уверенности в себе. - развития лидерских качеств и умений творческого самовыражения, развитие

коммуникативных навыков, способностей профессионального самоопределения и повышения личной эффективности, самопознания и умений целеполагания, планирования будущего, - развитие эмоциональной и нервно-психологической устойчивости, уверенности в себе); просветительская работа (индивидуальное консультирование по поводу проблемных ситуаций, стабилизация эмоционального состояния).

Техники работы с подростками: гештальт- терапия(супрессивная техника, экспрессивная техника, прямота экспрессии, завершенность экспрессии); техники интеграции (ассимиляция, техника «пустого стула», диалог субличностей); углубление экзистенциального осознания; поиск смысла, приемы арт- терапии.

Методы работы с подростками: психодрама, тренинги, групповые дискуссии, ролевая игра, анализ проблемных ситуаций, арт- терапия, активизация ресурсных состояний.

По работе с родителями и учителями необходима просветительская работа: консультирование по запросу, тематические родительские собрания (что такое аутодеструктивное поведение? как определить признаки аутодеструктивного поведения? Как бороться с аутодеструктивным поведением?); «круглые столы» для учителей (обсуждение вопросов аутодеструктивного поведения)

Занятия в тренинговой психологической группе позволяют подросткам как систематизировать свой собственный опыт, научиться проявлять собственную уникальность, так и учитывать точку зрения других. Достоинствами групповых форм психопрофилактической работы также являются возможность охвата большего числа подростков, соответствие этих форм работы задачам подросткового возраста – самопознанию через взаимодействие с другими людьми, формированию отношений типа «Взрослый – Взрослый».

Групповая работа позволяет удовлетворить одну из основных значимых потребностей подростка – узнать о впечатлении, которое он производит на окружающих, прежде всего на сверстников.

Мишенями нашей работы являлись формирование коммуникативных навыков, развитие умений адаптации к реальности, к поддержанию контакта с новизной и ситуациями неопределенности, развитие способности устанавливать конструктивные взаимоотношения с другими людьми, предупреждать и разрешать конфликтные ситуации, развитие способности к эмоциональной саморегуляции, воображения и креативности в соответствии с задачами возраста, коррекция установок и стереотипов, способствующих развитию аутодеструктивного поведения, взятых из семьи и эмоций, связанных с ними, коррекция искажений картины мира, препятствующей адаптации к окружающему миру и достижению успеха, налаживание контакта с самим собой, поддержка «детской» части личности и поиск способов ее адекватной реализации, ощущение общности с людьми в противовес разобщенности и изоляции.

Групповая работа сопровождалась индивидуальными консультациями по запросам подростков – участников групп. Чаще всего подростки обсуждали на консультациях взаимоотношения со сверстниками, родителями, актуальные или прошлые психотравмирующие ситуации. Необходимость индивидуальной работы с подростками диктовалась невозможностью обсуждения некоторых из таких ситуаций в группе, важностью принятия срочных мер в ряде случаев, несоответствием этапов развития группы актуальным запросам участников.

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 [79].

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 11-14 и 15-16 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 содержание 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. 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. Л.И. Божович отмечает, что в 12-14 лет формируется способность к самостоятельному целеполаганию, в 15-16 лет – «жизненная перспектива»[61,72].

Таким образом, к задачам возраста, наиболее актуальным для младших подростков, можно отнести: – отделение от родителей и приобретение психологической самостоятельности; – определение своего места в среде сверстников, – трансформация отношений со взрослыми – изменение отношений «Старший-Младший» в отношения на равных. – преодоление внутренних конфликтов; – эмоциональная саморегуляция. Задачи возраста, более значимые для старшем подростковом возрасте (ранней юности): – установление новых эмоциональных отношений с ровесниками; – установление гармоничных отношений с представителями противоположного пола; – профессиональное самоопределение; – движение к осознанию своего предназначения, поиски «смысла жизни».

Таким образом, достоинствами представленной программы являются ее адекватность задачам и особенностям подросткового возраста, пошаговость и последовательность реализации программы по блокам, сочетание ориентации на формирование конкретных качеств и навыков с возможностями решения задач саморазвития и личностного роста, а также дифференциация по двум

периодам подросткового возраста из-за большого различия в задачах, стоящих перед младшими и старшими подростками, несовпадения внутренних ресурсов, способностей и уже сформированных умений. Как уже отмечалось, нами было разработано два варианта программы – для подростков 11-14 и 15-16 лет.

Направления реализации программы: диагностическое, информационно- просветительское, консультационное, профилактическое. Применялись такие формы и методы работы как наблюдение, беседа, консультирование, психотехнические игры и упражнения, групповое обсуждение.

3.2. Психолого- педагогическая программа профилактики для подростков с аутодеструктивным поведением.

На сегодняшний день частым явлением стало аутодеструктивное поведение, в том числе среди подростков. Актуальность данного поведения проявляется в суицидальных наклонностях, токсикомании, наркомании, алкоголизации и других видах саморазрушения организма.

Следственные комитеты бьют тревогу: «Подростковый суицид становится угрозой национальной безопасности России» По приведенным статистическим данным известно, что с каждым годом увеличивается процент суицидов, алкоголизации и наркотизации в подростковом возрасте. И поэтому существует проблема путей профилактики аутодеструктивного поведения, так как оно негативно влияет на качество жизни людей, а также интеллектуальный, профессиональный, генетический потенциал общества.

Вопросами, касающимися понятия аутодеструктивное поведение занимались такие ученые как В.С. Битенский; А.Г. Амбрумова, Е.Г. Трейнина; С.В. Березин, К.С. Лисецкий; Б.Г. Комиссаров; С.Б. Ваисов; Э.Л. Дружинина, Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, И.В. Берно-Беллекур, Е.В. Змановская, А.А. Руженков, Г.А. Лобов, А.В. Боева, О.О. Андроникова. Ими были раскрыты понятия саморазрушающего поведения, их детерминанты формирования, способы и пути профилактики.

Профилактическая работа необходимо в современное время, так как существует опасность совершения суицидов, формирование алкоголизации и наркотизации у подростков. Все эти формы предполагают вовлечение подростков в неформальные группировки, формирование социальной дезадаптации, развивают невротические состояния, проявляет суицидальные наклонности .

Профилактика предполагает большой спектр работы с подростками, направленная на: развитие умений и навыков заботиться о себе, на

самоопределение и саморазвитие, на определение смысловых и жизненных ориентаций. Главными задачами являются создание условий, по средствам групповой и индивидуальной работы для развития адекватной самооценки подростков, для умения мыслить самостоятельно, принимать решения, для изменения отношения к своему собственному я и окружению.

В профилактической работе мы использовали формирующий эксперимент, то есть разработали и реализовали модель работы с подростками в возрасте от 11 до 17 лет. Данная модель включает в себя индивидуальные и групповые занятия с подростками их родителями и учителями. Для подростков с целью коррекции и профилактики саморазрушающего поведения, для родителей просветительская работа на тему аутодеструктивного поведения и меры реагирования на непредвиденные ситуации, для учителей с целью просвещения о возрастных особенностях подростков, о формах работы с детьми подверженных данному поведению и т.д.

Для проверки эффективности программы была проведена повторная диагностика подростков, которая показала степень выраженности рисков аутодеструктивного поведения. Чтобы проанализировать данные, полученные в начале исследования и в конце, мы использовали статистический критерий Уилкоксона. После завершения анализа мы разработали модель психологической профилактики подростков с риском аутодеструктивного поведения, которая включает занятия, консультации и рекомендации.

Итак, **объектом** исследования являются подростки с аутодеструктивным поведением, а **предметом:** психологическая профилактика аутодеструктивного поведения подростков.

Субъектом сопровождения и организации процесса профилактики выступает: педагог- психолог, инспекция по делам несовершеннолетних, администрация образовательного учреждения, родители.

Цель: апробация и внедрение программы психолого- педагогической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте.

Исходя из цели профилактической работы, мы определили следующие **задачи** :

1. Диагностика подростков, с целью выявления риска аутодеструктивного поведения;
2. Совершенствовать навыки самостоятельности, то есть отделение от родителей, способность принимать решения;
3. Развить способность определения своего места среди сверстников;
4. Развить желание преодолевать внутренние конфликты;
5. Мобилизовать скрытые психологические ресурсы и способности подростка;
6. Развить способность адекватно оценивать ситуацию, благодаря эмоциональной саморегуляции;
7. Помочь подросткам в поиске профессионального становления;
8. Повысить уровень компетенции учителей и родителей связанный с возрастными особенностями подростков и методами обучения и воспитания.

Этапы реализации программы

Этапы	Содержание работы
--------------	--------------------------

реализации	
1. Диагностический этап	Психологическое обследование подростков с использованием психодиагностических методик.
2. Основной этап	Реализации задач программы с использованием определенных форм и методов работы
3. Заключительный этап	Выявление эффективности психологической профилактики.

1. Диагностический этап:

Для исследования аутодеструктивного поведения у подростков мы использовали:

1. Анкета для студентов 1-2 курсов, разработанная нами, для исследования, с которыми подросток сталкивается в возрасте 11-17 лет.
2. Экспресс - опросник суицидального риска (ОСР) в модификации Т.Н. Разуваевой;
3. Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А.Е. Личко для определения акцентуаций характера;
4. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева; методика диагностики социальной адаптации К. Роджерса и Р. Даймона в адаптации Т.В. Снегиревой;
5. Методика диагностики степени проявления созависимых моделей поведения Б. Уайнхолда;

2. Основной этап:

Реализуется с использованием следующих циклов занятий:

1. Цикл занятий «Сделай себя сам», направленный на расширение жизненного пространства за счет познания себя и других, дифференцировка жизненного пространства, его организация и развитие гибкости в способности изменяться, приспособливаться к требованиям окружающего

мира. Данный цикл предполагает 6 занятий таких как: «Совсем пропащий» (введение в проблему девиантного поведения); «Личность ли я?»(осознание своего собственного я); «Кризис идентичности»(умение работать в группе); «Как найти место в мире взрослых?»(проблема выбора пути, независимости); «Сделай себя сам» (повышение самооценки, развитие своих способностей); «Твои потенциалы» (интеграция я, раскрытие внутренних возможностей). Данные занятия предполагают индивидуальную и групповую работ. План занятий состоит из организационного момента, введения в проблему, бесед, дискуссий, тестирований, сюжетно-ролевых игр, тренинговых упражнений, взаимодействия, домашних заданий и рефлексии.

Следующий цикл предполагает курс тренингов для расширения ролевого репертуара подростков. Он включает в себя работу не только с подростками, но и с их родителями. Сюда входит 10 занятий различного спектра проблем взаимоотношений родителей и детей. Например «Я в своих глазах и в глазах других людей»; «Как справляться с обидами?»; «Решение конфликтных ситуаций в семье»; «Я тебя понимаю»; «Способы релаксации и успокоения»; « использование своих внутренних ресурсов»; « Способы избавления от негативной энергии» и т.д.

Третий цикл программы предполагает родительские собрания для родителей и обучающие занятия для учителей, они предполагают, круглые столы, просветительскую работу, тренинговые упражнения.

3. Заключительный этап: Мониторинг эффективности психолого-педагогической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте путем вторичной диагностики.

Для оценки результативности и эффективности осуществления психологической профилактики используется статистический критерий Уилкоксона для сравнения данных первичной и вторичной диагностики.

Ожидаемые результаты:

1. Проведена диагностика с целью выявления аутодеструктивного поведения вподростковом возрасте;

2. Оптимизированы навыки самостоятельности, то есть подростки способны принимать конструктивные решения;
3. Развита способность определения своего места среди сверстников;
4. Развито желание преодолевать внутренние конфликты;
5. Мобилизованы скрытые психологические ресурсы и способности подростка;
6. Развита способность адекватно оценивать ситуацию, благодаря эмоциональной саморегуляции;
7. Определено профессиональное становление подростков;
8. Повышен уровень компетенции учителей и родителей связанный с возрастными особенностями подростков и методами обучения и воспитания.

1. Направления деятельности

На первом этапе используются:

1. Аналитико-прогностическое направление деятельности, которое подразумевает:

- анализ актуального состояния проблемы;
- прогноз ожидаемых результатов;
- определение индикаторов эффективности реализации программы.

2. Методическое направление:

- Подбор диагностического инструментария
- составление программы психолого- педагогической профилактики

3. Диагностическое направление:

Проведение представленного диагностического инструментария

На втором этапе используются направления:

1. Методическое направление:

- использование методической литературы и инструментария для проведения тренинговых занятий.

2. Коррекционно-развивающее направление:

- Проведение тренинговых занятий, упражнений, деловых игр.

3. Просветительское направление:

- Проведение круглых столов, лекционных занятий

4. Профилактическое направление

- Проведение профилактических мероприятий, тренингов, занятий

На третьем этапе используются направления:

1. Диагностическое направление:

Вторичная диагностика

2. Аналитико-прогностическое направление.

- Подведение итогов, рефлексия, рекомендации для педагогов.

Сроки реализации программы: пол года, занятия проводятся 1 раз в неделю.

Контингент: подростки, обучающиеся в ОУ, родители, педагоги ОУ.

2. Стратегическое планирование реализации программы

Деятельность	Сроки выполнения	Ответственное лицо	Отметка о выполнении
Подготовительный этап			
Анализ актуального состояния проблемы	1 месяц	Педагог – психолог ОУ	
Подбор диагностического инструментария			
Проведение первичной диагностики		Педагог-психолог ОУ	
Оценка и интерпретация результатов	2 дня	Педагог-психолог ОУ	
Основной этап			
Вводное занятие №1 «Совсем пропащий» - социология девиантного поведения	1 день	Педагог-психолог ОУ	

<ul style="list-style-type: none"> - социальный интеллект - право свободного выбора - «независимая» зависимость - «Кто не успел- тот опоздал» - Комплекс вины 			
<p>Тренинговое занятие №2</p> <p>«Личность ли я?»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Человек, личность, индивидуальность - «Я –концепция», что в моем багаже? - воля, чувства, эмоции - Для чего нам сознание? - Мои способности, цели и интересы 	1 день	Педагог-психолог ОУ	
<p>Тренинговое занятие №3</p> <p>«Кризис идентичности»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Конформизм, это хорошо или плохо? 	1 день	Педагог-психолог ОУ	

<ul style="list-style-type: none"> - Кто мой идеал? - Поисковой рефлекс. <p>Как можно далеко зайти?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Компенсация - Факторы <p>приводящие к наркотизации</p>			
<p>Тренинговое занятие №4</p> <p>«Как найти место в мире взрослых?»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проблема выбора пути - Поиск нового идеала - чувство личной идентичности и личной ценности и личной ценности - преодоление социальных соблазнов (аддикции) - права человека 	1 день	Педагог-психолог ОУ	
<p>Тренинговое занятие №5</p> <p>«Сделай себя сам»</p> <ul style="list-style-type: none"> - улучшим самооценку <p>Вред, который мы причиняем себе</p>	1 день	Педагог-психолог ОУ	

<ul style="list-style-type: none"> - умственный мусор - копилка обид - убеждение-причины проблем - установки <p>полезные и вредные</p>			
<p>Тренинговое занятие №6</p> <p>«Твои потенциалы»</p> <ul style="list-style-type: none"> - духовность - оптимизм - способности - интеграция я - счастье- что это такое? 	1 день	Педагог-психолог ОУ	
<p>Занятие для родителей №1</p> <p>«Роль родителей в обучении» круглый стол</p>	1 день	Педагог-психолог ОУ	
<p>Занятие для родителей №2</p> <p>«Школа родителей», дискуссия</p>	2 дня	Педагог-психолог ОУ	
<p>Занятие для родителей №3</p> <p>«Ресурсы родителей», тренинг</p>	1 день	Педагог-психолог ОУ	
<p>Занятие для родителей и подростков №4</p>	1 день	Педагог-психолог ОУ	

«Инструмент принятия решений», тренинг- дискуссия			
Занятие для родителей и подростков №5 «Участие родителей в обучении и воспитании», круглый стол	1 день	Педагог- психолог ОУ	
Занятие для родителей и подростков №6 «Общение, умение слушать», тренинг	1 день	Педагог- психолог ОУ	
Занятие для родителей и подростков №7 «Общение: умение говорить», тренинг	1 день	Педагог- психолог ОУ	
Занятие для родителей и подростков № 8 «Положительные ролевые модели» , ролевая игра	1 день	Педагог- психолог ОУ	
Занятие для родителей и подростков №9 «Выбор социального проекта», проектная	1 день	Педагог- психолог ОУ	

деятельность			
Арт-терапевтический тренинг по развитию саморегуляции «Искусство спокойствия» для родителей и подростков	1 день	Педагог-психолог ОУ	
Лекция №1 для педагогов ОУ « Введение в понятия аутодеструктивное поведение, методы работы и технологии»	1 день	Педагог-психолог ОУ	
Лекция №2 для педагогов ОУ « Что такое трудный класс?»	1 день	Педагог-психолог ОУ	
Лекция №3 для педагогов ОУ « Как выстраивать взаимоотношения в классе?», «Как вызвать интерес к обучению у детей с аутодеструктивным поведением?»	1 день	Педагог-психолог ОУ	
Лекция «Саморазрушающие формы поведения и их	1 день	Педагог-психолог и инспектор	

последствия»		ПДН	
<i>Заключительный этап</i>			
Итоговая диагностика	1 день	Педагог-психолог ОУ	
Анализ и интерпретация результатов с целью оценки эффективности программы	3 дня	Педагог-психолог ОУ	
Разработка индивидуальных рекомендаций	5 дней	Педагог-психолог ОУ	
Завершительное занятие с педагогами, представление рекомендаций педагогам и родителям.	2 дня	Педагог-психолог ОУ	

5. Условия реализации программы

1. Кадровые условия.

Для успешной реализации программы необходимы следующие специалисты: педагог-психолог образовательного учреждения, медицинский работник образовательного учреждения, заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры образовательного учреждения. Педагог-психолог осуществляет общий контроль за реализацией программы согласно стратегическому плану и календарному плану, а также за соблюдением всех условий реализации программы, в первую очередь, психолого-педагогических, отвечает за достижение ожидаемых результатов. Медицинский работник отвечает за грамотное и доступное проведение мероприятий в рамках реализации плана. Заместитель директора по воспитательной работе обеспечивает реализацию части организационных и технических условий реализации программы психолого-педагогического

сопровождения, а также за успешную реализацию методических условий реализации программы путем организации методических совещаний, обучающих семинаров. Учитель физической культуры отвечает за грамотное и доступное проведение мероприятий в рамках реализации плана. Необходимо обеспечить непрерывность профессионального развития всех вышеозвученных участников реализации программы психолого-педагогического сопровождения педагогов с высоким уровнем эмоционального выгорания.

2. Материально - технические условия.

Материально-технические условия реализации программы психолого-педагогического сопровождения педагогов должны обеспечивать возможность достижения ожидаемых результатов и включать в себя: соблюдение санитарно-гигиенических норм в процессе сопровождения (освещение, воздушно-тепловой режим и пр.), санитарно-бытовых условий (учебные/рабочие места для педагогов, помещения, оборудование), требований охраны здоровья, информационно-библиотечные центры, оснащенные необходимым книжным фондом и средствами получения информации, мебель, офисное оснащение, хозяйственный инвентарь. Материально-техническое оснащение психолого-педагогического сопровождения должно обеспечивать и самостоятельную образовательную деятельность педагогов.

3. Методические условия.

Учебно-методическое и информационное оснащение процесса сопровождения должно обеспечивать возможность: реализации планов сопровождения каждого педагога, участвующего в программе сопровождения, осуществления их самостоятельной деятельности; информационного подключения к локальной сети и глобальной сети Интернет; поиска и получения информации; использования источников информации на бумажных и цифровых; наглядного представления и анализа данных. Помимо вышеозвученных условий необходимо создание системы

методической работы педагогов для закрепления результатов программы психолого-педагогического сопровождения, включающей в себя методические совещания, семинары, повышения квалификации, изучения и обобщения педагогического опыта, организацию работы по самообразованию педагогов.

4. Организационные условия.

Включают в себя: процесс полноценной реализации стратегического плана программы, обеспечение реализации аудиторным фондом с необходимыми материально-техническими средствами для проведения каждого занятия, работу с субъектами программы по подготовке качественного и необходимого контента для достижения ожидаемых результатов, работу с педагогами по обеспечению посещаемости занятий и мероприятий и прохождению всей программы от начала до конца, обеспечение участников необходимыми информационными материалами для успешной работы, контроль выполнения плана-графика.

5. Психолого-педагогические условия.

Психолого-педагогические условия реализации программы подразумевают под собой соблюдение всех принципов сопровождения с целью достижения ожидаемых результатов, учет индивидуальных особенностей педагогов, являющихся участниками программы, соблюдение комфортного психоэмоционального режима, использование современных технологий, в том числе компьютерных, информационных для оптимизации процесса прохождения программы, повышения эффективности и доступности.

3.3. Результаты реализации программы профилактики, оценка ее эффективности, для подростков с аутодеструктивным поведением.

Для того, чтобы оценить эффективность психологической программы профилактики аутодеструктивного поведения нами была проведена вторичная диагностика. Для сравнения полученных данных до программы профилактики и после мы использовали статистический критерий Уилкоксона, который позволяет оценить достоверность изменений степени риска выраженности аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте. Использование данного метода позволило определить различия контрольной и экспериментальной групп.

У подростков мужского пола 11-14 лет экспериментальной группы произошли изменения в показателях: несостоятельности (уровень 0,012771), максимализма (уровень 0,011721), антисуицидального фактора (уровень 0,027711), степени выраженности риска алкоголизации (уровень 0,02130) и наркотизации (уровень 0,014331), эмоционального дискомфорта (уровень 0,017121). У девушек 11-14 лет экспериментальной группы, в отличие от контрольной, достоверно изменились показатели эмоционального дискомфорта (уровень 0,043121), ощущения внешнего контроля (уровень 0,017959).

Кроме того, у юношей 15-16 лет изменились показатели, свидетельствующие о тенденции к уходу от проблем (уровень 0,021715). В группе девушек 15-16 лет, достоверно изменились показатели шкалы лжи

(уровень 0,043117) опросника нервно-психологической устойчивости, важности таких ценностей как овладение (уровень 0,027998), аффективная автономия (уровень 0,017963), интеллектуальная автономия (уровень 0,017965), равенство (уровень 0,046399), доминирование (уровень 0,043113).

Относительно изменения величины показателей, связанных с ценностными ориентациями обращает на себя внимание изменение их максимального количества в экспериментальной группе подростков женского пола 11-14 лет. Изменились показатели ценностей «осмысленность жизни» (уровень 0,0129), «Цели в жизни» (уровень 0,0160), «Ценность жизни как процесса» (уровень 0,0039), «Локус контроля – Я» (уровень 0,0039).

В экспериментальной группе подростков мужского пола этого возраста, в отличие от контрольной, изменились показатели осмысленности жизни (уровень 0,045) и ценности «Локус контроля – жизнь» (уровень 0,0252). У юношей 15-16 лет также достоверно изменились показатели «Временная перспектива», «Гармония, «Включенность», «Локус контроля – жизнь», у девушек 15-16 лет – «Процесс жизни как ценность», «Локус контроля – Я».

Таким образом, в экспериментальной группе по сравнению с контрольной зафиксировано изменение ряда показателей. Эти данные позволяют сделать вывод об эффективности разработанной модели. Для того, чтобы проиллюстрировать наглядно разницу по показателям, связанным с аутодеструктивным поведением, приведем ряд следующих диаграмм. В диаграммах отражены величины показателей экспериментальных и контрольных групп подростков мужского и женского полов 11-15, юношей и девушек 15-17 лет. По показателю «Слом культурных барьеров против суицида» методики «Опросник суицидального риска» соотношение величин выглядит следующим образом.

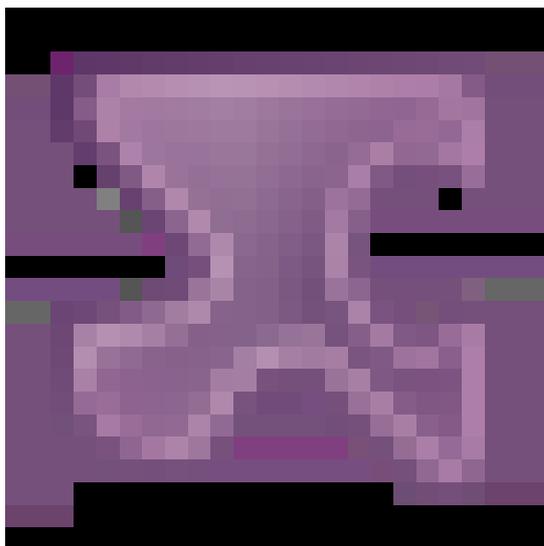


Рис. 1. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Слом культурных барьеров»

Да представленной гистограмме видно , что произошло снижение во всех экспериментальных и контрольных группах мужского и женского полов в возрасте 11-16 лет. При этом большая выраженность заметна в экспериментальных группах. Это говорит о том, что программа профилактической работы позволила отчасти принимать подростками общественное мнение, ценности и нормы поведения.

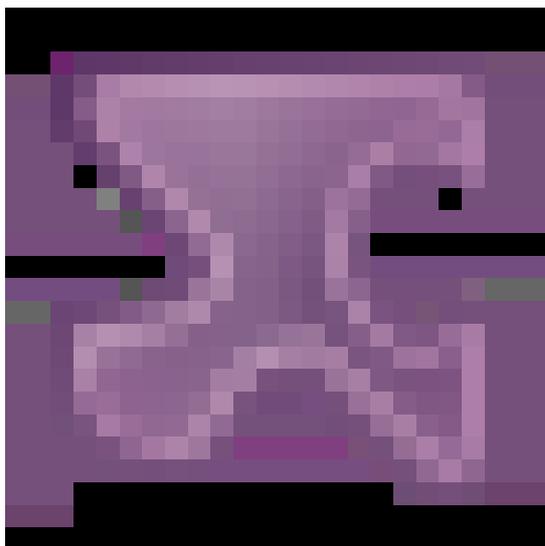


Рис. 2. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Антисуицидальный фактор»

По данным видно, что показатель «Антисуицидальный фактор» у экспериментальной группы повысился, особенно у девочек. Это говорит о том, что снижена предрасположенность к суициду.

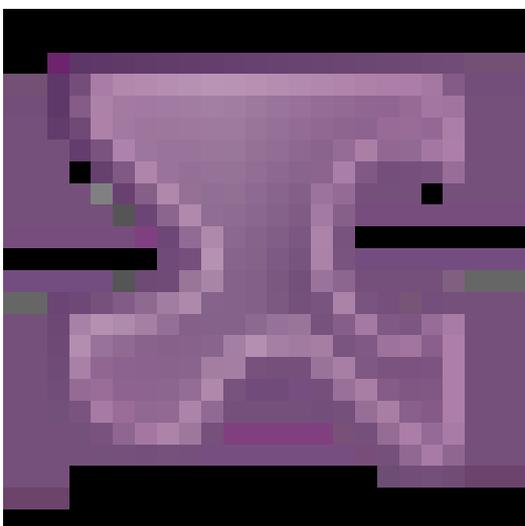


Рис. 3. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Риск алкоголизации»

На рисунке видно, что изменения произошли в экспериментальной группе, риск алкоголизации снизился. Это так же говорит об положительном влиянии профилактики.

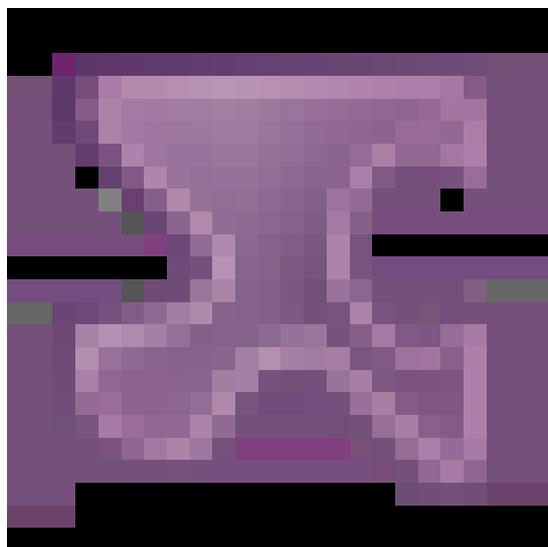


Рис.4. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Риск наркотизации»

В контрольных группах показатель риска либо возрос, либо снизился незначительно. Та же тенденция наблюдается и относительно риска наркотизации. Что касается экспериментальной группы, то предрасположенность или наличие пристрастия к наркотикам отсутствует или слабо выражена.

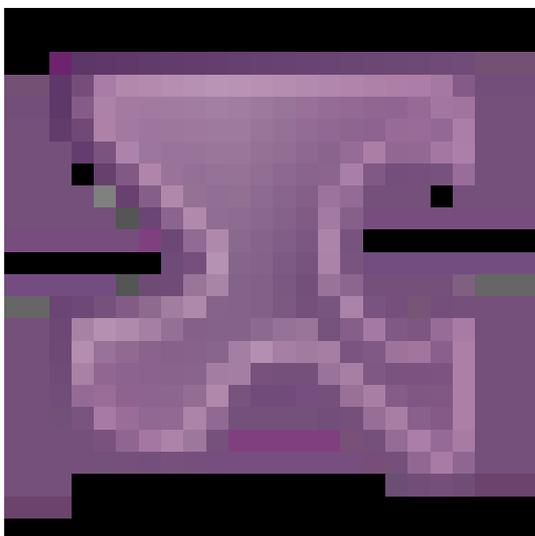


Рис. 5. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Осмысленность жизнью»

После формирующего эксперимента показатели экспериментальной группы по признаку «Осмысленность жизни» по сравнению с контрольной изменились следующим образом. Величина показателя практически не изменилась в контрольных группах подростков женского пола 11-14 лет и девушек 15-16 лет. В экспериментальных группах подростков мужского и женского полов 11-15 лет, группе. Относительно показателя «Локус контроля – Я» выявлено существенное повышение в экспериментальных группах после проведения программы, в то время как в контрольных группах юношей и девушек 15-16 лет этот показатель за год даже несколько снизился.

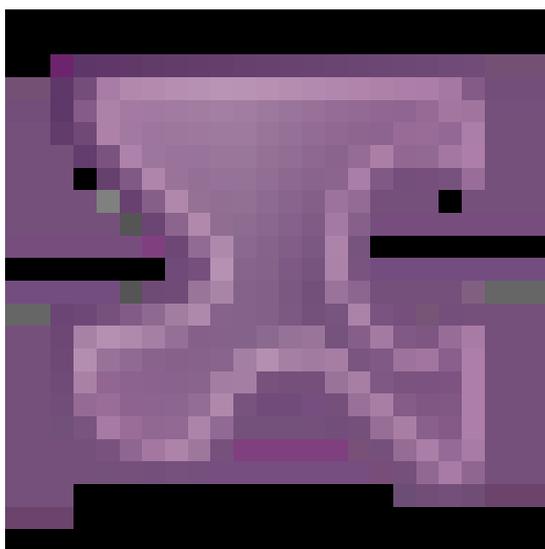


Рис. 6. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Локус контроля- я»

По данным видно, что изменения произошли в большей степени в экспериментальной группе, повысились показатели направленности на свой внутренний мир, на свои желания, стремления, ценности.

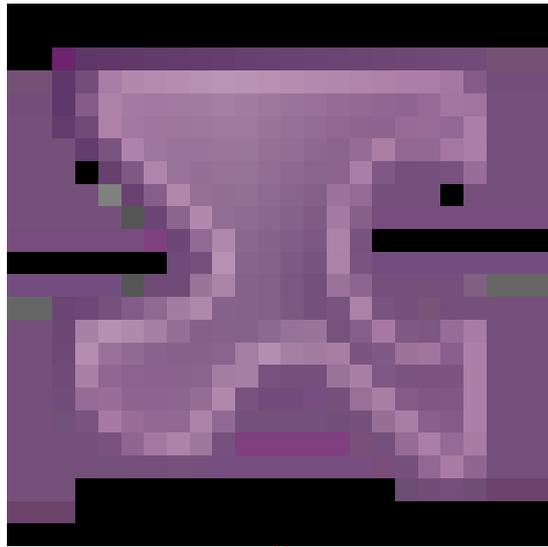


Рис. 7. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Риск социальной дезадаптации»

Рассматривая величины этого показателя у разных групп, следует помнить о том, что в ряде случаев он может быть завышен (до 40-50 баллов). Поэтому снижение до приблизительной нормы (30 баллов) в экспериментальной и контрольной группах следует считать показателем положительной динамики. О том же говорит и снижение величины показателя «Риск социальной дезадаптации» патохарактерологического диагностического опросника (ПДО) А.Е. Личко. На рисунке отражено снижение показателей риска социальной дезадаптации во всех экспериментальных группах, особенно значительное – в группе подростков мужского пола 11-15 лет. В контрольных группах отмечается как повышение показателя (у подростков мужского и женского полов 11-15 лет) или отсутствие значимых изменений.

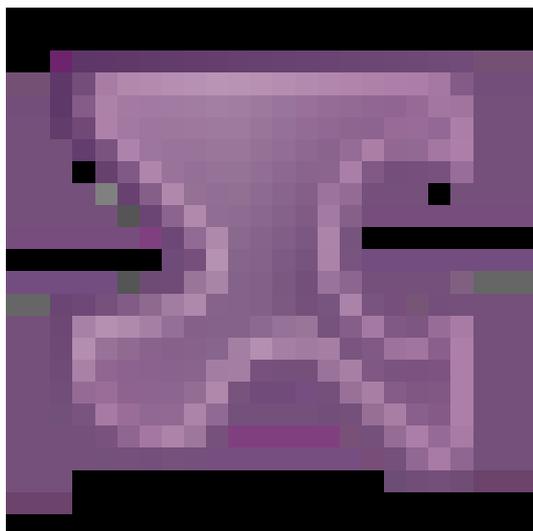


Рис. 8. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Делинквентность»

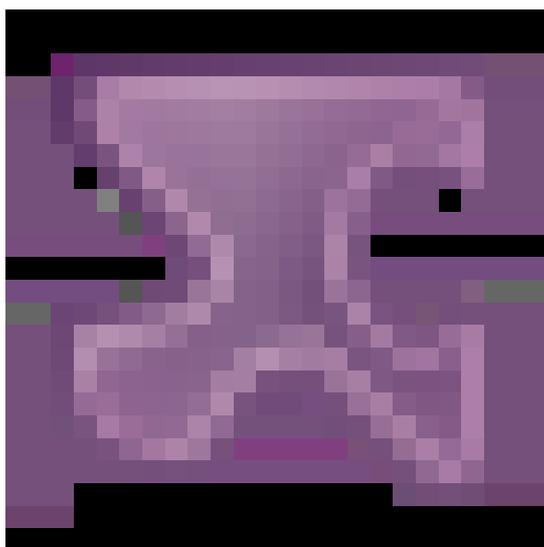


Рис.9. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Принятие себя»

Анализируя результаты, представленные на диаграмме, можно отметить, что в трех группах – экспериментальной и контрольной группах подростков мужского пола 11-15 лет и экспериментальной группе юношей 15-16 лет показатели делинквентности снизились (Рисунок 8). Также в

экспериментальных группах возросли показатели, связанные с принятием себя, эмоциональным комфортом (Рисунок 9).

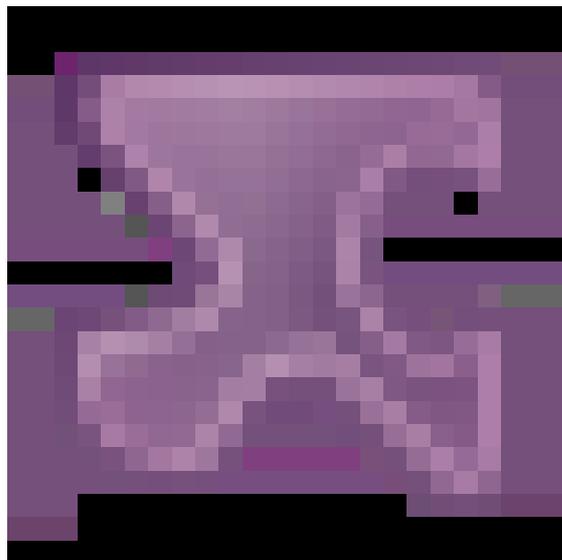


Рис. 10. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Эмоциональный комфорт»

Снижение показателей эмоционального дискомфорта в экспериментальных группах, особенно в группе подростков женского пола 11-14 лет также свидетельствует о повышении уровня самопринятия, эмоционального благополучия.

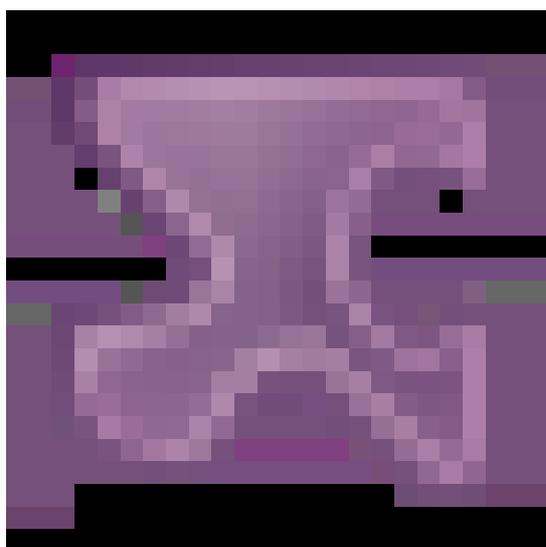


Рис. 11. Сравнительный анализ показателей экспериментальной и контрольной групп до и после эксперимента по признаку «Зависимость»

По данным видно, что показатель зависимости от других в экспериментальной группе понизился, это говорит о том, что подростки могут проявлять самостоятельность и сами принимать решения.

Обобщая полученные результаты, можно говорить об эффективности психолого- педагогической программы профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте. Данная программа содержит в себе все значения как защитного и компенсаторного механизма, личностных особенностей подростков с риском формирования аутодеструктивного поведения (неприятием себя, эмоциональным дискомфортом, зависимостью от других, ощущением бессмысленности собственной жизни), особенностей подросткового возраста (низкой способности к саморефлексии, активности, стремлению к общению и завоеванию авторитета среди сверстников, склонности к игнорированию непонятных или неприятных явлений), а также особенностей определенной группы подростков (в учетом существующих в ней сложившихся отношений, проблем, устоявшихся способов их решения).

В профилактической работе были использованы различные методы и техники, такие как арт-терапия, гештальт- терапия, психодрама, социально- психологический тренинг и т.д.

В этом случае в результате будет получено снижение риска аутодеструктивного поведения у подростков. Значимо как снижение вероятности аутодеструктивного поведения непосредственно среди участников тренинговых групп, так и влияние, которое они будут оказывать на сверстников. Подростки в процессе общения учатся друг у друга навыкам и умениям эмоциональной поддержки и самопомощи, перенимают способы преодоления внутренних конфликтов.

Поэтому даже психологическая работа с частью подростков группы риска может положительно повлиять на ситуацию в целом.

Результаты исследования позволили сформулировать следующие выводы:

1. Аутодеструктивное поведение – является отклоняющим поведением, которое выступает как интегральный многоаспектный феномен, включающий когнитивный, эмоциональный, ценностный, поведенческий компоненты. Аутодеструктивное поведение при неблагоприятных условиях может включаться в систему саморегуляции личности как фактор сохранения целостности личности человека, сохранения позитивного самоотношения, избегания переживания фрустраций.

2. Детерминантами аутодеструктивного поведения чаще всего являются личностные особенности подростка такие как: неприятие себя, эмоциональный дискомфорт, зависимость от других, ощущение бессмысленности жизни, самоценность, повышенная значимость других по сравнению с собой, низкая нервно-психической устойчивость, чрезмерная выраженность защитных механизмов, форма реализации которых является аутодеструкция.

3. Все периоды подросткового возраста нуждаются в профилактике для необходимости ощущения осмысленности жизни, контроля над жизненными обстоятельствами, аффективная и интеллектуальная автономия, осознание перспектив достижения целей и способности влиять на ход собственной жизни.

4. Программа психолого- педагогической профилактики, представленная ранее способствует снижению риска суицидов, алкоголизации, наркотизации содействуя развитию субъектной позиции подростка, повышению значимости и способности реализации ценностей, способности к применению копинг-стратегий в острых и пролонгированных

неблагоприятных ситуациях. В профилактике целесообразно использовать арт-терапию, гештальт-терапию, психодраму, социально- психологического тренинга, техники и приемы активизации ресурсных состояний.

5. Комплексная система мер профилактики аутодеструктивного поведения, включающая диагностическую, просветительскую, коррекционно- развивающую работу в условиях общеобразовательного учреждения может быть эффективным средством профилактики аутодеструкции

Заключение

Итак, исходя из полученных теоретических и эмпирических данных, можно заключить, что аутодеструктивное поведение в настоящее время набирает обороты возрастания. Увеличилось количество суицидов, алкоголизации и наркотизации среди подростков. Поэтому необходимы меры профилактической работы по борьбе с этими отклоняющимися от нормы формами поведения.

Настоящая работа была посвящена изучению одного из аспектов данной проблемы, а именно вопросу профилактики аутодеструктивного поведения у подростков с опорой на эмоциональную и ценностно-смысловую сферы личности подростка. Цель данной работы реализована, а именно теоретически обоснована, разработана и апробирована программа профилактики аутодеструктивного поведения.

Что касается гипотезы, представленной перед исследованием, то она доказана тем, что благодаря профилактической работе благоприятным образом будет сформирована и совершенствована ценностно- смысловая сфера личности подростка, повысится нервно- психологическая

устойчивость, будет сформирована коммуникативная компетентность, развит эмоциональный интеллект, произойдет осознание будущего.

Теоретико-методологический анализ отечественных и зарубежных источников позволяет сделать вывод о том, что аутодеструктивное поведение распространено столь широко, так как оно является одним из компенсаторных защитных механизмов адаптации и стабилизации личности, попыткой приспособления к неблагоприятным условиям, когда критичность мышления нарушена или не сформирована и человек, действуя под влиянием безысходности, тревоги, страха, вины, стыда, усталости, азарта или сильного аффективного состояния гнева и злости, не думает об отдаленных последствиях своих действий.

Изучение проблемы аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте показало, что его формирование и реализация служит для подростка средством поддержания удовлетворяющей его «Я-концепции» - ухода от неприятных переживаний, от осознания своего несоответствия собственным идеализированным представлениям, ощущения беспомощности.

Данные теоретические предпосылки позволили сформулировать гипотезу об эффективности модели психологического сопровождения подростков с аутодеструктивным поведением с опорой на ценностно-смысловую и эмоциональную сферы личности. Эмпирическая проверка этой гипотезы была выполнена на следующих этапах исследования.

По результатам проведенного эксперимента можно выделить следующие предпосылки возникновения аутодеструктивного поведения:

1. Риск проявления суицида, алкоголизации, наркотизации, созависимости у всех групп подростков чаще всего связан с неприятием себя, эмоциональным дискомфортом, субъективным ощущением зависимости от других, ощущением бессмысленности собственной жизни, повышенной значимостью других по сравнению с собой, отсутствием ощущения контроля над собственной жизнью. К выявленным особенностям ценностно-смысловой сферы подростков с высоким риском аутодеструктивного

поведения относятся низкая значимость ценностей «осмысленность жизни», «локус контроля – Я».

2. Для подростков мужского пола с высоким риском аутодеструктивного поведения характерны аффективность, субъективное ощущение собственной несостоятельности, низкая значимость ценностей интеллектуальной и аффективной автономии и высокая важность ценностей «включенность в общество», «иерархия». Для подростков женского пола с высоким риском аутодеструктивного поведения характерны тревожность, склонность к депрессии, низкая значимость ценностей «результаты в жизни», «включенность в общество», экспансия по отношению к предметному и социальному миру».

3. У младших подростков мужского пола, в отличие от подростков женского пола, показатели, характеризующие высокий уровень аутодеструктивного поведения связаны с такими качествами характера и поведенческими проявлениями как демонстративность, делинквентность, конфликтность, то есть они выбирают асоциальный способ проявления самостоятельности. Также у этой группы подростков наиболее высоки показатели суицидального риска, риска дезадаптации, алкоголизации и наркотизации.

4. В возрастной группе 15-16-летних более выражены социальный пессимизм, субъективное ощущение несостоятельности и отсутствие перспектив успешной самореализации. Также в этой возрастной группе отмечается тенденция к снижению суицидального риска наряду с ростом риска наркотизации и алкоголизации.

5. Ценностные ориентации младших подростков субъективно менее значимы для них, чем для 15-16-летних юношей и девушек, причем в группе старших подростков сформированность ценностных ориентаций является фактором высокой нервно-психологической устойчивости. Согласованность системы ценностных ориентаций, как и более низкий риск

аутодеструктивного поведения, более характерны для юношей и девушек 15-16 лет – группы старших подростков.

6. Во всех группах подростков 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 ценностей собственной жизни и эмоционального благополучия повышает риск аутодеструктивного поведения. Для решения задачи поиска оптимальных средств и ресурсов психологической профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте был организован формирующий эксперимент.

Исследование механизмов формирования аутодеструктивного поведения у подростков позволило автору разработать модель его профилактики посредством восстановления целостности собственного Я, обретения и сохранения чувства собственного достоинства и уважения к себе, не зависящего от каких-либо достижений или мнения других, формирования способности к поиску собственных ресурсов для решения проблем, к выбору собственной стратегии поведения в той или иной ситуации, творческому приспособлению к реальности, добиваясь успеха и, естественно, не прибегая к аутодеструктивному поведению, развития психологической устойчивости подростка, способности превратить реальные или потенциальные угрозы в приносящие радость задачи, трансформировать вызовы внешней среды в ценный опыт переживания взаимодействия с миром.

6. Аутодеструктивное поведение – интегральный многоаспектный феномен, включающий когнитивный, эмоциональный, ценностный, поведенческий компоненты. Эмоциональный и аксиологический компоненты имеют особую значимость в подростковом возрасте.

7. Аутодеструктивное поведение при неблагоприятных условиях может включаться в систему саморегуляции личности как фактор сохранения

целостности личности человека, сохранения позитивного самоотношения, избегания переживания фрустраций.

8. 8. Ряд специфических характеристик ценностно-смысловой и эмоциональной сфер подростков с высоким риском аутодеструктивного поведения обусловлен гендерными особенностями и различиями, зависящими от фазы пубертата.

9. 9. Значимыми особенностями, характерными для подростков с высоким риском формирования аутодеструктивного поведения вне зависимости от гендерной принадлежности и фазы пубертата являются:

А) в ценностно-смысловой сфере: субъективное ощущение бессмысленности жизни, низкой собственной ценности, повышенной значимости других по сравнению с собой, низкая важность ценностей интеллектуальной и аффективной автономии;

Б) в эмоциональной сфере: чрезмерная выраженность защитных механизмов, низкая нервно-психическая устойчивость и самооценка, эмоциональный дискомфорт.

10. Для профилактики аутодеструктивного поведения подросткам, независимо от половой принадлежности и периода пубертата, необходимо ощущение осмысленности жизни, контроля над жизненными обстоятельствами, аффективная и интеллектуальная автономия, осознание перспектив достижения целей и способности влиять на ход собственной жизни.

11. Комплексная система мер профилактики аутодеструктивного поведения, включающая диагностическую, просветительскую, коррекционно-развивающую работу в условиях общеобразовательного учреждения может быть эффективным средством профилактики аутодеструкции.

12. Реализация предложенной теоретической модели и комплексной программы профилактики аутодеструктивного поведения способствует снижению риска суицидального поведения, алкоголизации, наркотизации

подростков, содействуя развитию субъектной позиции подростка, повышению значимости и способности реализации ценностей, способности к применению копинг-стратегий в острых и пролонгированных неблагоприятных ситуациях. Полученные в нашем исследовании результаты могут представлять интерес для дальнейшего изучения проблемы профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте в аспектах исследования его общих механизмов и поиска наиболее универсальных и эффективных средств и способов превенции. Дальнейшее исследование генезиса, механизмов формирования аутодеструктивного поведения, является актуальным и значимым по причине важности профилактики аутодеструкции как в детском и подростковом возрасте, так и среди взрослых, что необходимо для сохранения и развития интеллектуального, генетического потенциала российского общества, улучшения социальной ситуации.

Перспективы изучения данного явления в русле педагогической психологии предполагают дальнейший поиск эффективных средств и способов педагогической профилактики аутодеструкции, согласованных с педагогической практикой, разработки потенциала ранней профилактики аутодеструкции в других возрастных группах – у детей дошкольного и младшего школьного возрастов, выделения и описания групп подростков с высоким риском аутодеструктивного поведения, разнообразных по своим характеристикам, комбинаций видов аутодеструкции, характерных для разных степеней риска аутодеструктивного поведения как феномена, имеющего единые причины и общие механизмы.

Список литературы

1. Азарова, Л. А. Психология девиантного поведения : учеб.-метод. комплекс / Л. А. Азарова, В. А. Сятковский. — Минск : ГИУСТ БГУ, 2009. — 164 с.
2. Александровская, Э.М. Психологическое сопровождение школьников [Текст] / Э.М. Александровская, Н.И. Кокуркина, Н.В. Куренкова. — М.: Академия, 2002. — 208 с.
3. Алексеева, И.А. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь [Текст] / И.А. Алексеева, И.Г. Новосельский. — М.: Генезис, 2006. — 256 с.
4. Амбрумова, А.Г. К вопросу о саморазрушающем поведении подростков [Текст] / А.Г. Амбрумова, Е.Г. Трейнина // Саморазрушающее поведение у подростков. — Л., 2006. — С.29-36.
5. Андроникова, О.О. Основные характеристики подростков с самоповреждающим виктимным поведением. [Текст] / О.О. Андроникова. Вестник Томского университета. — 2010. — №332. — С.148-155.
6. Анцупов, А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе [Текст] / А.Я. Анцупов. — М.: ВЛАДОС, 2003. — 208 с. 9. Ассаджиоли, Р. Психосинтез [Текст] / Р. Ассаджиоли. — М.: Психотерапия, 2008. — 384 с.

7. Банников, Г.С. Памятка психологам образовательных учреждений по выявлению и предупреждению суицидального поведения среди несовершеннолетних [Текст] / Г.С. Банников, О.В.Вихристюк, Л.В. Миллер, Т.Ю. Матафонова. – Москва, 2012.
8. Башкирова, Н. Современный ребенок и его проблемы: детский сад, школа, телевизор, дом, Интернет, улица [Текст] / Н. Башкирова. – СПб.: Наука и техника, 2007. – 238 с.
9. Быков С.В. Социально- психологические детерминанты девиантного поведения подростков/ под общ. Ред. Якушина В.А.; ВолГУ им. В.Н.Татищева.- Тольятти, 2003.- 170 с.
10. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И. Божович. – М.: НПО «Модэк», 2009. – 352 с.
11. Большаков, Ю.В. Психологический тренинг [Текст] / Ю.В. Большаков. – СПб.: Социально- психологический центр, 2005.– 380 с.
12. Барковская Л.В. Социальная работа и девиации/ дис. кан. фил. наук.- М: ВАК, 2011.- 201 с.
13. Берно-Беллекур И.В. Социально-психологические аспекты аутодеструктивного поведения: дис. ... канд. психол. наук / И.В. Берно-Беллекур ; Санкт-Петербург, 2003. – 197 с.
14. Васильченко М.В. Психологическое сопровождение подростков группы риска, склонных к кризисным состояниям и суицидальному поведению : дис. ... канд. психол. наук / М.В. Васильченко ; Сев.-Кавказ. гос. техн. ун-т.– Ставрополь, 2009.– 231 с.
15. Вачков, И.В. Групповые методы в работе школьного психолога [Текст] / И.В.Вачков. – М.: «Ось – 89», 2002.– 223 с.
16. Венгер, А.А. Ребенок в обществе – исторический кризис детства [Текст] / А.А. Венгер // Вопросы психологии. – 2008. – №4. –С. 3-12. 31.
- Вершинин, М.В. Психологическое консультирование «жертв» деструктивных культов [Текст] / М.В. Вершинин // Материалы научно-практической конференции «Экстренная психологическая помощь в трудных жизненных ситуациях», Астрахань, 2009. - С.40-50.

17. Демьяненко, А.Е. Суицид – проблема экзистенциального выбора [Текст] / А.Е. Демьяненко // Материалы межрегиональной научно-практической конференции «Ресурсы и возможности социализации личности в психотерапевтическом процессе» 1-2 мая 2010, Анапа. – С.70-71
18. Бреслав Г. М. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности./ Г.М. Бреслав// Рига- 2009.- 14 с.
19. Важдаева Н. Сирота российская. 2013 // Журнал «Итоги». № 04 / 868 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.itogi.ru/obsch/2013/4/186278.html> - статья в интернете.
20. Водяха, С. А. Работа школьного психолога с подростками в средней школе [Текст] / С. А. Водяха. – Шадринск, 2000.
21. Герасименко Ю.А. Коррекция делинквентного поведения несовершеннолетних правонарушителей. Общество, семья, личность: теория и практика решения актуальных проблем [Текст]: сб. науч. статей / Урал. гос. пед. ун-т. – Екатеринбург: [б, и], 2013 – 302 с.
22. Гильфанова, Д. З. Акмеологические условия развития психолого-педагогического потенциала родителей : автореферат дис. ... кандидата психологических наук.- Москва, 2012.- 26 с.
23. Горобец, Т.Н. Аутодеструктивное поведение человека и акмеологические условия его профилактики; дис. ... доктора психол. наук 19.00.05 / Т.Н. Горобец ; [Место защиты: Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ].– Москва, 2007.– 826 с.
24. Дворянчиков Н.В, Савкина И.А. Исследование особенностей правосознания несовершеннолетних: дис...канд. псих. наук.- М: МГПУ, 2013.- 189 с.
25. Зимняя И. А. Стратегия воспитания: возможности и реальность[Текст] /Зимняя И.А.// Знание. Понимание. Умение. - М., 2006. -№ 1. - 67-74 с.

26. Зимелева З. А. Психологические условия возникновения и коррекции агрессивного поведения подростков : Дис. ... канд. психол. наук : Москва, 2002.- 149 с.
27. Златогорская О.В На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог[Текст]/О.В. Златогорская.- Минск., 2003.- 75 с.
28. Зайченко, А.А. Самоповреждающее поведение [Текст] / А.А. Зайченко // Вызовы эпохи в аспекте психологической и психотерапевтической науки и практики: Материалы Третьей Всерос. науч.-практ. конф. Казань: Новое знание, 2007. С. 381-386.
29. Зинкевич-Евстигнинева, Т.Д., Психотерапия зависимости, метод сказкотерапии» [Текст] / Т.Д. Зинкевич-Евстигнинева. – Санкт- Петербург, 2002,– 176 с.
30. Иванова Т. В. Детерминанты становления личности девиантного подростка с противоправным поведением: дис... канд. псих. наук.- Спб, 2002.- 220с.
31. Иванов Д. В. Социально- психологические детерменанты аддиктивного поведения подростков[Текст]/ Д.В. Иванов//Спб- 2013.- 9с.
32. Иванов Д.В. Психолого-педагогическая профилактика употребления подростками психоактивных веществ[Текст]/ Д.В. Иванов // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2009.- 5 с.
33. Ипатов А. В. Личностные детерминанты аутодеструктивного поведения подростков : дис ... канд. псих. наук. -Спб, 2011.- 233 с.
34. Карандышев, В.Н. Жить без страха смерти [Текст] / В.Н. Карандышев. – Москва: Смысл, 2005. - 336 с.
35. Карандышев, В.Н. Концепция ценностей культуры Ш.Шварца [Текст] / В.Н. Карандышев // Вопросы психологии. – 2009. – № 1. – С.81-96.
36. Короленко, Ц.П. Аддиктивное поведение: общая характеристика и закономерности развития [Текст] / Ц.П. Короленко // Обзорение психиатрии и медицинской психологии. – 2008. – №1. – С. 8-15.

37. Корзинкина Н. А. Особенности поведения подростка в ситуации социального взаимодействия с заданной нормой : дис. ... канд. псих. наук : М, 2004.- 187 с.
38. Курышева О. В. Развитие образа взрослости и его влияние на поведение младших подростков в реальных ситуациях : дис. ... канд. психол. наук : М, 2013.- 139 с.
39. Ларина А.Н. Социально-психологические детерминанты девиантного поведения у воспитанников детских домов[Текст]/ А.Н. Ларина: М, 2013.- 23 с.
40. Леонтьев, Д.А. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции [Текст] / Д.А. Леонтьев // Вопросы философии. – 1996. – № 5. - С. 15-26.
41. Леонтьев, Д.А. Тест смысло-жизненных ориентации (СЖО) [Текст] / Д.А. Леонтьев. - М.: Смысл, 2000. - 18 с.
42. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг с подростками [Текст] / А.Г. Лидерс. –Москва, 2003. – 256 с.
43. Лыткина О.А. Психолого-педагогические условия социального и личностного развития юношей и подростков с девиантными формами поведения, обучающихся в профессиональных лицеях и школах : дис. ... канд. психол. наук : Калуга, 2001.- 182 с.
44. Лизинский Л.М. Практическое воспитание в школе: Часть I/ Л.М. Лизинский – М.: Центр «Педагогический поиск». 2002
45. Минияров В.М. Психология семейного воспитания (диагностико-коррекционный аспект) // Социально- гуманитарные знания №6[Текст] / В.М. Миниярова: Спб, 2000.- 106 с.
46. Ослон В.Н., Пимонов В.А., Селящева Л.Н., Михайлова А.Ю. Социальное сиротство – проблема российского общества // Виртуальная школа приемных родителей. Программа подготовки кандидатов в замещающие родители (с игровыми компонентами и разбором типовых

ситуаций детско-родительских отношений). 2011 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.usynovite.ru/bz/Assessment.html>- статья в интернете.

47. Оганян, К.М. Изучение индивидуально-психологических особенностей подростка в условиях образовательного пространства школы / К.М. Оганян // Сборник. Ставропольский государственный университет. - Ставрополь, 2008. – С. 204-206.

48. Оклендер, В. Окна в мир ребенка [Текст] / В. Оклендер. - Москва, 1997. – 336 с.

49. Осорина, М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых [Текст] / М.В. Осорина. – СПб.: Речь, 2007, - 276 с.

50. Перльз, Ф. Эго, голод и агрессия [Текст] / Ф. Перльз. - Москва, «СМЫСЛ», 2000. - 358 с.

51. Пезешкиан, Н. Если ты хочешь иметь то, чего никогда не имел, сделай то, чего никогда не делал [Текст] / Н. Пезешкиан. – М.: Институт позитивной психотерапии, 2008. – 128 с

52. Поскребышева Н. Н. Социальная ситуация развития как условие становления личностной автономии подростка : дис ... канд. психол. наук. - М, 2010.- 244 с.

53. Птичкина Е. Л. Внутрисемейные детерминанты девиантного поведения старших подростков : дис. ... канд. психол. наук :: М, 2001 119 с.

54. Подколзина Л.Г. Ценностные ориентации подростков «группы риска» школьной и социальной дезадаптации : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.10 / Л.Г. Подколзина ; С.-Петерб. гос. ун-т.– Санкт-Петербург, 2009.– 211 с.

55. Практическое воспитание в школе: Часть I/ Л.М. Лизинский – М.: Центр «Педагогический поиск». 2002г.

56. Поповцева, Г.А. Комплексная социально-психологическая программа по профилактике употребления ПАВ (психоактивных веществ)

- «Твой выбор» [Эл. ресурс] / Г.А. Поповцева // Режим доступа:
<http://festival.1september.ru/articles/501588/>. Дата обращения: 21.04.2010.
57. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков [Текст] / А.М. Прихожан. – М.- Воронеж, 2000. – 304 с.
58. Психогимнастика в тренинге [Текст] // Под ред. Н.Ю. Хрящевой. СПб., «Ювента», 1999. – 256 с.
59. Психология здоровья [Текст] // Под ред. Г.С. Никифорова, СПб: Питер, 2003. – 607 с.
60. Психология и лечение зависимого поведения [Текст] // Под редакцией Скотта Даулинга. Перевод с английского Р.Р. Муртазина. – Москва: «Класс», 2000. – 240 с.
61. Пятаков, Е. Если вы не Гарри Поттер. Психолог и его реальные возможности в школе [Текст] / Е Пятаков // Школьный психолог – 2010. – №18, С.17-23.
62. Романов А.А. Направленная игротерапия агрессивности у детей: альбом диагностических и коррекционных методик.[Текст] / А.А. Романов: Уч. Пос. – М.: «Романов», 2001,- 48 с.
63. Степанова С. С. Психолого-акмеологические детерминанты преодоления делинквентного поведения старших подростков в условиях молодежного центра: автореферат дис. ... кан.психол. наук.- Тамбов, 2012.- 28 с.
64. Стрельцова И.П. Представления подростков и юношей о трудных ситуациях и стратегиях совладающего поведения в них : дис. ... канд. психол. Наук. М, 2003 192 с.
65. Сенкевич Л.В., Янышева В.А. Особенности интеллекта и личностной сферы девиантных подростков // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2007. № 2. 36 с.
66. Свободное тело [Текст] / Хрестоматия по телесноориентированной терапии и психотехники, сост. Баскаков В.Ю., 2001.

– 220 с. 123. Сельченко, А.Ю. «Контроль сознания и методы подавления личности» // А.Ю. Сельченко. – Минск: Харвест. – 2004.

67. Сечко, Н.Ф. Подростковый суицид как социально – психологическая проблема [Текст] / Н.Ф. Сечко // Материалы научно-практической конференции «Психологическая помощь в кризисных ситуациях». – Астрахань, 2008. – с. 300 – 305.

68. Сидоров Н.Р. Девиации поведения у школьников – определение и предупреждение [Текст] / Н.Р. Сидоров // Психологическая наука и образование. 2007. – № 4. – с. 23-28.

69. Соина, И.А. Личностное социально-психологическое пространство в системе других пространств данной категории [Текст] / Соина И.А. // Вестник государственного университета управления. –2009. – № 26. – С.106-109.

70. Тимергазина Р.К., Самсонова Н.Г., Мустакимова М.В. Выявление и изучение отклоняющегося поведения детей и подростков // Социально-педагогические, психологические и этнические основы профилактики девиантного поведения несовершеннолетних в современных условиях: Сборник научных трудов/Под общей редакцией д.п.н., проф. Ю.И. Юрички, к.и.н. В.Я. Бабенко. – Бирск: Бирск. гос. пед. инст-т, 2002.

71. Фрейд, З. «Я и «Оно» [Текст] / З. Фрейд. – Тбилиси: Мерани, 1991. – 426 с.

72. Фейдимен, Дж. Теория и практика личностно-ориентированной психологии [Текст] /Дж. Фейдимен, Р. Фрейгер. – М., 1996. –Т.2.– 208 с. 139

73. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени [Текст] / К. Хорни. – СПб.: Питер, 2002. – 224 с.

74. Хухлаева, О.В. Как сохранить психологическое здоровье подростка? [Текст] / О.В. Хухлаева. – Москва, «Сентябрь», 2003. – 176 с.

75. Хухлаева, О.В. Психология подростка [Текст] / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2004. – 160 с.

76. Юричка Ю.И. Социально-педагогические основы профилактики девиантного поведения несовершеннолетних//Социально-педагогические, психологические и этнические основы профилактики девиантного поведения несовершеннолетних в современных условиях: Сборник научных трудов/Под общей редакцией д.п.н., проф. Ю.И. Юрички, к.и.н. В.Я. Бабенко. – Бирск: Бирск. гос. пед. инст-т, 2002.

77. 172.James, W. The Varieties of Religious Experience. A Study in Human Nature, being the Gifford. Lectures on Natural Religion delivered in Edinburgh at 1901-1902 / W. James. - New York: Longmans, Green, and Co. 1902. Режим доступа: <http://www.psywww.com/psyrelig/james/toc.htm> Дата обращения: 25.04.2011.

78. Leshner, A.I. Addiction as a brain disease and matters/ A.I. Leshner [Text] / Science, 1997. - V.- 278. – №35. – P. 45-47.

79. Reid, M. Are eating disorders feminine addictions? [Text] / M. Reid, J. Burr // Addiction Research, 2000. - V.8. - №3. - p.203-211

80. <http://komissy.ru/main/?p=2602> КДН и ЗП. Общероссийский портал // [Электронный ресурс]. Дата доступа 2.12.12

81. <http://www.stav.aif.ru/society/article/30143> // [Электронный ресурс]. Дата доступа 2.12.12

Приложение 1

Экспресс - опросник суицидального риска (ОСР) в модификации Т.Н. Разуваевой

Цель: экспресс-диагностика суицидального риска; выявление уровня сформированности суицидальных намерений с целью предупреждения серьезных попыток самоубийства. Предназначена для учащихся 8-11 класса. Возможно индивидуальное и групповое тестирование

Инструкция: Я буду зачитывать утверждения, а Вы в бланке для ответов ставить в случае согласия с утверждением «+», в случае несогласия с утверждением «-»

1. Вы все чувствуете острее, чем большинство людей.
2. Вас часто одолевают мрачные мысли.
3. Теперь Вы уже не надеетесь добиться желаемого положения в жизни.
4. В случае неудачи Вам трудно начать новое дело.
5. Вам определенно не везет в жизни.
6. Учиться Вам стало труднее, чем раньше.
7. Большинство людей довольны жизнью больше, чем Вы.
8. Вы считаете, что смерть является искуплением грехов.
9. Только зрелый человек может принять решение уйти из жизни.
10. Временами у Вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
11. Обычно Вы осторожны с людьми, которые относятся к Вам дружелюбнее, чем Вы ожидали.
12. Вы считаете себя обреченным человеком.
13. Мало кто искренне пытается помочь другим, если это связано с неудобствами.
14. У Вас такое впечатление, что Вас никто не понимает.
15. Человек, который вводит других в соблазн, оставляя без присмотра ценное имущество, виноват примерно столько же, сколько и тот, кто это имущество похищает.
16. В Вашей жизни не было таких неудач, когда казалось, что все кончено.
17. Обычно Вы удовлетворены своей судьбой.
18. Вы считаете, что всегда нужно вовремя поставить точку.
19. В Вашей жизни есть люди, привязанность к которым может очень повлиять на Ваши решения и даже изменить их.
20. Когда Вас обижают, Вы стремитесь во что бы то ни стало доказать обидчику, что он поступил несправедливо.
21. Часто Вы так переживаете, что это мешает Вам говорить.
22. Вам часто кажется, что обстоятельства, в которых Вы оказались, отличаются особой несправедливостью.
23. Иногда Вам кажется, что Вы вдруг сделали что-то скверное или даже хуже.
24. Будущее представляется Вам довольно беспросветным.
25. Большинство людей способны добиваться выгоды не совсем честным путем.
26. Будущее слишком расплывчато, чтобы строить серьезные планы.

27. Мало кому в жизни пришлось испытать то, что пережили недавно Вы.
28. Вы склонны так остро переживать неприятности, что не можете выкинуть мысли об этом из головы.
29. Часто Вы действуете необдуманно, повинуясь первому порыву.

Обработка результатов

По каждому субшкальному диагностическому концепту подсчитывается сумма положительных ответов. Полученный балл уравнивается в значениях с учетом индекса (см. Таблицу №1). Делается вывод об уровне сформированности суицидальных намерений и конкретных факторах суицидального риска.

Таблица №1 (ключ)

Субшкальный диагностический коэффициент	Номера суждений	Индекс
Демонстративность	12, 14, 20, 22, 27	1, 2
Аффективность	1, 10, 20, 23, 28, 29	1, 1
Уникальность	1, 12, 14, 22, 27	1, 2
Несостоятельность	2, 3, 6, 7, 17	1, 5
Социальный пессимизм	5, 11, 13, 15, 17, 22, 25	1
Слом культурных барьеров	8, 9, 18	2, 3
Максимализм	4, 16	3, 2
Временная перспектива	2, 3, 12, 24, 26, 27	1, 1
Антисуицидальный фактор	19, 21	3, 2

Содержание субшкальных диагностических концептов

- Демонстративность.** Желание привлечь внимание окружающих к своим несчастьям, добиться сочувствия и понимания. Оцениваемое из внешней позиции порой как «шантаж», «истероидное выпячивание трудностей», демонстративное суицидальное поведение переживается изнутри как «крик о помощи». Наиболее суицидоопасно сочетание с эмоциональной регидностью, когда «диалог с миром» может зайти слишком далеко.
- Аффективность.** Доминирование эмоций над интеллектуальным контролем в оценке ситуации. Готовность реагировать на психотравмирующую ситуацию непосредственно эмоционально. В крайнем варианте – аффективная блокада интеллекта.
- Уникальность.** Восприятие себя, ситуации, и, возможно, собственной жизни в целом как явления исключительного, не похожего на другие, и, следовательно, подразумевающего исключительные варианты выхода, в частности, суицид. Тесно связана с феноменом «непроницаемости» для опыта, т.е. с недостаточным умением использовать свой и чужой жизненный опыт.
- Несостоятельность.** Отрицательная концепция собственной личности. Представление о своей несостоятельности, некомпетентности, ненужности,

- «выключенности» из мира. Данная субшкала может быть связана с представлениями о физической, интеллектуальной, моральной и прочей несостоятельностью. Несостоятельность выражает интрапунитивный радикал. Формула внешнего монолога – «Я плох».
5. **Социальный пессимизм.** Отрицательная концепция окружающего мира. Восприятие мира как враждебного, не соответствующего представлениям о нормальных или удовлетворительных для человека отношениях с окружающими. Социальный пессимизм тесно связан с экстрапунитивным стилем каузальной атрибуции. В отсутствие Я наблюдается экстрапунитивность по формуле внутреннего монолога «Вы все недостойны меня».
 6. **Слом культурных барьеров.** Культ самоубийства. Поиск культурных ценностей и нормативов, оправдывающих суицидальное поведение или даже делающих его в какой-то мере привлекательным. Заимствование суицидальных моделей поведения из литературы и кино. В крайнем варианте - инверсия ценности смерти и жизни. В отсутствие выраженных пиков по другим шкалам это может говорить только об «экзистенции смерти». Одна из возможных внутренних причин культа смерти – доведенная до патологического максимализма смысловая установка на самодеятельность: «Вершитель собственной судьбы сам определяет конец своего существования».
 7. **Максимализм.** Инфантильный максимализм ценностных установок. Распространение на все сферы жизни содержания локального конфликта в какой-то одной жизненной сфере. Невозможность компенсации. Аффективная фиксация на неудачах.
 8. **Временная перспектива.** Невозможность конструктивного планирования будущего. Это может быть следствием сильной погруженности в настоящую ситуацию, трансформацией чувства неразрешимости текущей проблемы в глобальный страх неудач и поражений в будущем.
 9. **Атисуицидальный фактор.** Даже при высокой выраженности всех остальных факторов есть фактор, который снимает глобальный суицидальный риск. Это глубокое понимание чувства ответственности за близких, чувство долга. Это представление о греховности самоубийства, антиэстетичности его, боязнь боли и физических страданий. В определенном смысле это показатель наличного уровня предпосылок для психокоррекционной работы.

Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А.Е. Личко для определения акцентуаций характера

Опросник состоит из фраз, содержащих 25 тем. В число тем вошли: оценка собственных витальных функций (самочувствие, настроение, сон, сексуальные проблемы и т.д.), отношение к близким и окружающим (родителям, друзьям, школе и т.п.) и к некоторым абстрактным категориям (к критике, к наставлениям, к правилам и законам и т.п.). В наборы включены фразы, отражающие отношение разных характерологических типов к ряду жизненных проблем, а также фразы индифферентные, не имеющие диагностического значения. Диагностика типа на основе самооценки испытуемых своих отношений, авторам опросника кажется более надежной, чем данные исследования, где подростку самому предлагается отмечать у себя те или иные черты характера.

Испытуемому предоставляется свобода выбора одного или нескольких (не более трех) ответов на каждую тему или отказ. Затем предлагается из тех же наборов выделить наиболее неподходящие отвергаемые ответы. Свобода выбора лучше может раскрыть систему отношений, чем альтернативные решения «да» или «нет», применяемые в большинстве опросников. Значение выборов оставалось испытуемому неизвестным.

В обоих исследованиях разрешается отказываться от выбора ответа в отдельных

таблицах – наборах (проставляя 0 в регистрационном листе). Если число таких отказов в обоих исследованиях составляет в сумме 7 и более, то это свидетельствует либо о трудности работы с опросником в силу невысокого интеллекта (встречается при легкой дебильности), либо при достаточном интеллекте, но негативном отношении к исследованию.

При получении регистрационных листов необходимо сразу проверить, не проставлено ли в какой-либо графе более трех номеров выборов и сразу предложить испытуемому сократить число выборов, а если число отказов 7 и более, попытаться сократить их число.

Гипертимный тип. Главная их черта – почти всегда очень хорошее настроение. Лишь изредка и ненадолго эта «солнечность» омрачается вспышками раздражения, гнева, агрессии. Реакция эмансипации протекает не только под знаком постоянного тяготения к компаниям сверстников, но и стремлением к лидерству в этих компаниях. Они всегда устремляются туда, где «кипит жизнь». Реакция увлечения отличается богатством и разнообразием проявлений, но главное – крайнее непостоянство хобби. Взгляд на собственное будущее, как правило, полон оптимизма, даже если для этого нет особых оснований. Неудачи способны вызвать бурную аффективную реакцию, но не выбить надолго из колеи.

Циклоидный тип. В детстве ничем не отличается от гипертимов, но с наступлением пубертатного периода возникает первая субдепрессивная фаза. То, что раньше давалось легко, теперь требует невероятных усилий, избегаются компании сверстников и т.д. Созвучно настроению все приобретает пессимистическую окраску. Мелкие неприятности и неудачи, которые появляются из-за падения работоспособности, переживаются крайне тяжело. На замечания и упреки нередко отвечают раздраженно, порой грубо и гневно, но, в глубине души, впадают в еще большее уныние.

Лабильный тип. Главная черта этого типа – крайняя изменчивость настроения. О формировании этого типа можно говорить, когда настроение меняется часто и круто, а поводы для этого ничтожно малы. Этим переменам свойственна значительная глубина. Похвалы, поощрения доставляют им искреннюю радость, а неприятности, утраты способны вызвать острые аффективные реакции (чаще имминитивные или интранзитивные).

Сенситивный тип. Не любят озорных игр, избегают больших детских компаний, вообще не склонны к легкому общению с незнакомыми людьми. Но это не свойственные шизоидам аутистические склонности. Они достаточно общительны. Сверстникам они предпочитают игры с малышами, большая привязанность к родным. Школа поначалу трогает, но затем, привыкнув, они неохотно переходят в другой коллектив. Упреки, нравоучения вызывают угрызения совести и даже отчаяние, вместо обычного, свойственного подросткам, протеста. В себе видят много недостатков, особенно в области качеств морально-этических и волевых.

Шизоидный тип. Наиболее существенными чертами данного типа считается замкнутость, отгороженность от окружающих, неспособность или нежелание устанавливать контакт. Шизоидные подростки страдают от своего одиночества (в большинстве случаев), и еще больше уходят в себя. Начинают бурно реагировать на малейшую попытку вторгнуться в мир их интересов, фантазий, увлечений. Острые аффективные реакции у шизоидов чаще всего бывают имминитивного типа.

Эпилептоидный тип. Главными чертами этого типа является склонность к дисфории и, тесно связанная с ней, аффективная взрывчатость. Аффекты отличаются не только большой силой, но и продолжительностью. В аффекте выступает безудержная ярость – циничная брань, жесткие побои и т.д. Повод для гнева может быть ничтожен, но он всегда связан с ущемлением его интересов. Повод может быть случайным и обычно играет роль последней капли.

Истероидный тип. Его главная черта – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда

постоянного внимания к своей особе. Им нужно восхищение, удивление, почитание, сочувствие. В худшем случае предпочитают даже негодование или ненависть окружающих, но только не безразличие и равнодушие. Большая склонность к рисовке и позерству. Реакцией эмансипации может быть обусловлен демонстративный поклоноформизм – напоказ выставленное отрицание принятых норм поведения, взглядов и вкусов. Слабым звеном у истероидов, по которому можно выявить аффективную реакцию, чаще всего бывает ущемленное самолюбие, крах надежд на престижное положение, развенчанная исключительность.

Неустойчивый тип. В формировании социально приемлемых норм поведения выявляется наибольшая недостаточность этого типа. Обнаруживается большая тяга к развлечениям, удовольствиям, праздности, безделью. Им свойственна неустойчивость эмоций, слабость воли и т.д.

Астено-невротический тип. Главными чертами астено-невротической акцентуации является повышенная утомляемость, раздражительность и склонность к ипохондричности. Раздражение по ничтожному поводу явно изливается на окружающих, порой случайно попавших под горячую руку, и столь же легко сменяется раскаянием и слезами. В отличие от эпилептоидов аффекту не присущи ни постепенное нарастание, ни сила, ни продолжительность.

Психастенический тип. Основными чертами психастенического типа характера в подростковом возрасте являются нерешительность, склонность к рассуждениям, тревожная мнительность и любовь к самоанализу, легкость возникновения обесий — навязчивых страхов, опасений, действий, ритуалов, мнений, представлений.

Напоминание о существующих типах акцентуаций было сделано в связи с тем, что в предлагаемом опроснике буквенные символы кода соответствуют баллам в пользу следующих типов: Г – гипертимный, Ц – циклоидный, Л – лабильный (эмоционально-лабильный), А – астено-невротический, С – сензитивный, П – психастенический, Ш – шизоидный, Э – эпилептоидный, – истероидный, Н – неустойчивый, К – конформный.

Прочерк в графах, где проставлены баллы, означает, что данный выбор является неинформативным. Сдвоенные и строенные буквенные символы означают, что за этот выбор в пользу соответствующего типа начисляется 2 или 3 балла. За один выбор могут начисляться баллы в пользу двух или более типов (например, ЛЛП – начисляется 2 балла в пользу лабильного и 1 – в пользу психастенического типа). Следует обратить внимание, что за отказы сделать выбор также могут начисляться баллы. Например, за 0 по теме «Спиртные напитки». шкале объективной оценки предусмотрены также следующие дополнительные показатели: Д – показатель диссимуляции действительного отношения к рассматриваемым проблемам и стремления не раскрывать особенностей своего характера; Т – показатель откровенности; В – показатель черт характера, присущих органическим психопатиям; Е – степень отражения реакции эмансипации в самооценке; О – показатель психологической склонности к делинквентности.

Для подсчета баллов, полученных в пользу каждого типа, необходимо построить график. Баллы в пользу типов и каждого показателя, полученные в первом и втором исследовании, суммируются арифметически, т.е. все они откладываются на графике вверх от горизонтали. К ним приплюсовываются дополнительные баллы

Тест смысложизненные ориентации (методика сжо), д. А. Леонтьев.

Тест "Смысложизненные ориентации" (методика СЖО) Д. А. Леонтьева позволяет оценить "источник" смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех составляющих жизни.

Тест СЖО является адаптированной версией теста “Цель в жизни” (Purpose-in-Life Test , PIL) Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика. Методика была разработана на основе теории стремления к смыслу и логотерапии Виктора Франкла и преследовала цель эмпирической валидации ряда представлений из этой теории.

На основе факторного анализа адаптированной Д.А.Леонтьевым версии этой методики отечественными исследователями (Леонтьев, Калашников, Калашникова) был создан тест СЖО, включающий, наряду с общим показателем осмысленности жизни, также пять субшкал, отражающих три конкретных смысложизненных ориентации (цели в жизни, насыщенность жизни и удовлетворенность самореализацией) и два аспекта локуса контроля (локус контроля-Я и локус контроля-жизнь).

Тест СЖО содержит 20 пар противоположных утверждений, отражающих представление о факторах осмысленности жизни личности.

В тесте СЖО жизнь считается осмысленной при наличии целей, удовлетворении, получаемом при их достижении и уверенности в собственной способности ставить перед собой цели, выбирать задачи из наличных, и добиваться результатов. Важным является ясное соотнесение целей – с будущим, эмоциональной насыщенности – с настоящим, удовлетворения – с достигнутым результатом, прошлым.

Ситуация предоставляет каждому человеку возможность сделать в настоящем определенный выбор в виде поступка, действия или бездействия. Основой такого выбора является сформированное представление о смысле жизни или его отсутствии. Совокупность осуществленных, актуализированных выборов формирует "прошлое", которое неизменно, вариациям подвержены лишь его интерпретации. "Будущее" есть совокупность потенциальных, ожидаемых результатов усилий, предпринимаемых в настоящем, в этой связи будущее принципиально открыто, а различные варианты ожидаемого будущего имеют разную мотивирующую притягательность.

Ключ к тесту СЖО Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения (процентили). Для подсчета баллов необходимо перевести отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3210123 в оценки по восходящей или нисходящей ассиметричной шкале. Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется в случайном порядке с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) - полюсу ее отсутствия. При подсчете баллов по ключу придерживаются следующего правила: — в восходящую шкалу 1 2 3 4 5 6 7 переводятся пункты 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17. — в нисходящую шкалу 7 6 5 4 3 2 1 переводятся пункты 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20. Вот пример перевода ответов на первые пять пунктов теста в оценки по ассиметричным шкалам:

№ утверждения	Ответ испытуемого	Балл
1	3 2 1 0 1 2 3	3
2	3 2 1 0 1 2 3	1
3	3 2 1 0 1 2 3	4
4	3 2 1 0 1 2 3	5
5	3 2 1 0 1 2 3	2

После этого суммируются баллы ассиметричных шкал, соответствующие позициям, отмеченных испытуемым.

Субшкала 1 (цели в жизни) - 3, 4, 10, 16, 17, 18. Субшкала 2 (процесс жизни) — 1, 2, 4, 5, 7, 9. Субшкала 3 (результат жизни) — 8, 9, 10, 12, 20. Субшкала 4 (локус контроля — Я) — 1, 15, 16, 19. Субшкала 5 (локус контроля — жизнь) — 7, 10, 11, 14, 18, 19. Общий показатель — осмысленность жизни (ОЖ) — все 20 пунктов.

В таблице ниже приведены *средние и стандартные отклонения по общему показателю СЖО и всем пяти субшкалам отдельно для мужчин и женщин*, полученные на выборке 200 человек в возрасте от 18 до 29 лет (по данным Д.А. Леонтьева, 2000).

Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя СЖО (по данным Д.А. Леонтьева, N=200 чел).

Субшкала	Среднее знач. ± Станд откл	
	Мужчины	Женщины
Цели в жизни	32,90±5,92	29,38±6,24
Процесс жизни	31,09±4,44	28,80±6,14
Результативность жизни	25,46±4,30	23,30±4,95
Локус контроля — Я	21,13±3,85	18,58±4,30
Локус контроля — жизнь	30,14±5,80	28,70±6,10
Общий показатель ОЖ	103,10±15,03	95,76±16,54

В следующей таблице приведены *средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя СЖО взрослых лиц в возрасте от 30 до 55 лет обоего пола*, полученные в работе Е.А. Петровой, А.А. Шестакова (2002). Ими применялся СЖО для оценки служащих банковских структур. Данные апробации, представляющие сравнительный интерес в целях.

Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя СЖО (по данным Е.А. Петровой, А.А. Шестакова, 2002, n=75).

Субшкала	Среднее знач. ± Станд откл
Цели в жизни	38,91±3,20
Процесс жизни	35,95±4,06
Результативность жизни	29,83±3,00
Локус контроля — Я	24,65±2,39
Локус контроля — жизнь	34,59±4,44
Общий показатель ОЖ	120,36±10,21

Интерпретация к методике СЖО.

В тесте используются следующие субшкалы:

1. Цели в жизни. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале даже при общем высоком уровне осмысленности жизни (ОЖ) будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Вместе с тем высокие баллы по этой шкале могут характеризовать не только целеустремленного человека, но и прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Эти два случая несложно различить, учитывая показатели по другим шкалам СЖО.

2. Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни. Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, что чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать гедониста, живущего сегодняшним днем. Низкие баллы по этой шкале – признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность на будущее.

3. Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, который доживает свою жизнь, у которого все в прошлом, но прошлое способно придавать смысл остатку жизни. Низкие баллы - неудовлетворенность прожитой частью жизни.

4. Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни). Высокие баллы соответствуют представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и задачами и представлениями о ее смысле. Низкие баллы – неверие в свои силы контролировать события собственной жизни.

5. Локус контроля – жизнь или управляемость жизни. При высоких баллах – убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. Низкие баллы – фатализм, убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

Фамилия, и.о.

Пол

Возраст _____ Дата
заполнения _____

Инструкция испытуемым: Вам будут предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача — выбрать одно из двух утверждений, которое, по вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1, 2, 3, в зависимости от того, насколько вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения, на ваш взгляд, одинаково верны).

				3	2	1	0	1	2	3
--	--	--	--	---	---	---	---	---	---	---

1	Обычно мне очень скучно.									Обычно я полон энергии
2	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей									Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной
3	В жизни я не имею определенных целей и намерений									В жизни я имею очень ясные цели и намерения
4	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной									Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
5	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие									Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться									Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
7	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал									Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.									Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
9	Моя жизнь пуста и неинтересна.									Моя жизнь наполнена интересными делами
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.									Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.									Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.									Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13.	Я человек очень обязательный.									Я человек совсем не обязательный.
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.									Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.									Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
16.	В жизни а еще не нашел своего призвания и ясных целей.									В жизни я нашел свое призвание и цели.
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились.									Мои жизненные взгляды вполне определились.
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.									Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.

9.	1	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.										Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями.
0.	2	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение										Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.

Методика диагностики социальной адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений. По всей вероятности, такая форма была использована авторами для того, чтобы избежать влияния «прямого отождествления». То есть ситуации, когда испытуемые сознательно, напрямую соотносят утверждения со своими особенностями. Данный методический прием является одной из форм «нейтрализации» установки тестируемых на социально-желательные ответы.

В методике предусмотрена достаточно дифференцированная, 7- бальная шкала ответов. Остается открытым вопрос, насколько оправдано применение подобной шкалы, так как в обыденном сознании испытуемому достаточно трудно выбрать между таким вариантами ответов, как например, 2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне; и «3» - не решаюсь отнести это к себе.

Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей:

1. «Адаптация»;
2. «Приятие других»;
3. «Интернальность»;
4. «Самовосприятие»;
5. «Эмоциональная комфортность»;
6. «Стремление к доминированию».

Каждый из них рассчитывается по индивидуальной формуле, найденной, по всей вероятности, эмпирическим путем. Интерпретация осуществляется в соответствии нормативными данными, рассчитанными отдельно для подростков и взрослой выборки.

Обнаружить какие-либо более подробные данные, связанные с различными психодиагностическими аспектами методики (предназначение, авторская концепция адаптации, психометрические параметры и др.) не удалось.

Инструкция

Инструкция.

«В опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным образом жизни.

Прочитав или прослушав очередное высказывание опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените: в какой мере это высказывание может быть отнесено к Вам. Для того, чтобы обозначить ваш ответ в бланке, выберете подходящий, по вашему мнению, один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от «0» до «6»:

- «0» – это ко мне совершенно не относится;
- «1» - это к мне не относится;
- «2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- «3» - не решаюсь отнести это к себе;
- «4» – это похоже на меня, но нет уверенности;
- «5» – это на меня похоже;
- «6» – это точно про меня.

Выбранный вами вариант ответа отметьте в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания».

Содержание

Стимульный материал.

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.

10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать - иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него - не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе — оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что Они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему носится, любит его.

34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя |как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.
44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство: прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен напридумывать лишнего...
Словом - не от мира сего.
53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком — привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушуетя.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.

59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения.
63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно - если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола, не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг — не справлюсь, а вдруг - не получится.
78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.

83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.
86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.
97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.
98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; совсем может справиться.
99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.
100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.
101. Все свои привычки считает хорошими.

Ключи

Алгоритм обработки данных и интерпретация.

Интегральные показатели

<p>«Адаптация»</p> <p>a</p> $A = \frac{a}{a+b} \times 100\%$ <p>a + b</p>	<p>«Самовосприятие»</p> <p>a</p> $S = \frac{a}{a+b} \times 100\%$ <p>a + b</p>
<p>«Приятие других»</p> <p>1,2 a</p> $L = \frac{1,2 a}{1,2 a + b} \times 100\%$ <p>1,2 a + b</p>	<p>«Эмоциональная комфортность»</p> <p>a</p> $E = \frac{a}{a+b} \times 100\%$ <p>a + b</p>
<p>«Интернальность»</p> <p>a</p> $I = \frac{a}{a + 1,4 b} \times 100\%$ <p>a + 1,4 b</p>	<p>«Стремление к доминированию»</p> <p>2 a</p> $D = \frac{2 a}{2 a + b} \times 100\%$ <p>2 a + b</p>

Ключи.

№	Показатели	Номера высказываний	Нормы
1	а Адаптивность	4,5,9,12,15,19,22,23,26,27,29,33,35, 37,41,44,47,51,53,55,61,63,67,72,74, 75,78,80,88,91,94,96,97,98	(6 8-170) 68 -136
	б Дезадаптивнос ть	2,6,7,13,16,18,25,28,32,36,38,40,42, 43,49,50,54,56,59,60,62,64,69,71,73, 76,77,83,84,86,90,95,99,100	(6 8-170) 68 -136
2	а Лживость « - »	34,45,48,81,89	(1 8-45)
	б « + »	8,82,92,101	18 -36

3	a	Приятие себя	33,35,55,67,72,74,75,80,88,94,96	(2 2-52)
	b	Неприятие себя	7,59,62,65,90,95,99	22 -42 (1 4-35) 14 -28
4	a	Приятие других	9,14,22,26,53,97	(1 2-30)
	b	Неприятие других	2,10,21,28,40,60,76	12 -24 (1 4-35) 14 -28
5	a	Эмоциональны й комфорт	23,29,30,41,44,47,78	(1 4-36)
	b	Эмоциональны й дискомфорт	6,42,43,49,50,83,85	14 -28 (1 4-35) 14 -28
6	a	Внутренний контроль	4,5,11,12,19,27,37,51,63,68,79,91, 98,13	(2 6-65)
	b	Внешний контроль	25,36,52,57,70,71,73,77	26 -52 (1 8-45) 18 -36

7	a е	Доминировани	58,61,66	(6 -15)
	b	Ведомость	16,32,38,69,84,87	6- 12 (1 2-30) 12 -24
8		Эскапизм (уход от проблем)	17,18,54,64,86	(1 0-25) 10 -20

Краткая интерпретация.

В столбце «нормы» зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках, для взрослых - без скобок. Результаты «до» зоны неопределенности интерпретируются как чрезвычайно низкие, а «после» самого высокого показателя в зоне неопределенности – как высокие.

Анкета для студентов первокурсников(17-19 лет) по выявлению проблем и трудностей, с которыми они сталкивались в подростковом возрасте

1. Пол, возраст
2. В возрасте 11-14 лет я испытывал(а) трудности...
3. У меня были проблемы с учебой в период...
4. В подростковом возрасте у меня было... друзей
5. В подростковом возрасте я попробовал(а), употреблял....
6. В подростковом возрасте я хотел(а) заниматься...., но....
7. В подростковом возрасте мне не хватало....
8. Будучи подростком мне хотелось...
9. В подростковом возрасте я впервые...
10. В период подросткового возраста, я добился....
11. В период подросткового возраста, я совершил ошибки...
12. Я считаю, что трудностями в подростковом возрасте являются...

13. Я считаю, что причинами плохого поведения в подростковом возрасте являются...

Приложение 2

Таблицы значимых корреляций. Таблица значимых корреляций показателей, характеризующих группу подростков мужского пола 11-14 лет.

Возраст/внут контроль	1,00
Востраст/риск наркотизации	0,88
Демонстративность/аффективность	-0,8
Демонстративность/соц.пессимизм	-0,9
Демонстративность/ слом культ.барьеров	-1,0
Демонстративность/локус контроля-жизнь	0,8
Демонстративность/ неприятие себя	-0,8
Демонстративность/эм.дискомфорт	0,9
Демонстративность/внешний контроль	-0,8
Демонстративность/уход от проблем	-1,0
Временная перспектива	1,0
Уникальность/антисуицидальный фактор	-1,0
Аффективность/женственность	0,95
Уникальность/интеллектуальная автономия	1,0
Соц.пессимизм/истинность суиц. Попыток	0,91
Соц.пессимизм/проекция	0,9
Слом культурных барьеров/уход от проблем	1,0
Слом культурных барьеров/неприятие себя	0,97
Максимализм/вегетативные нарушения	-0,89
Временная перспектива/включенность	1,0
Временная перспектива/алкоголизация	-0,9
Антисуиц. Фактор/включенность	-1,0
Антисуицидальный фактор/алкоголизация	-0,9
Антисуицидальный фактор/конфликт с другими	-0,88
Осмысление процесса жизни/локус контроля-я	0,94
Цели и жизнь/тревога	0,97
Процесс жизни/вегетативные нарушения	-0,88
Процесс жизни/вегетат.нарушения	-0,88

**Таблица значимых корреляций показателей, характеризующих
группу подростков женского пола 11-14 лет.**

демонстративность & аффективность	0,90
Демонстративность/уникальность	0,95
Слом культурных барьеров/возраст	-0,76
Слом культурных барьеров/ аффективность	0,79
Демонстративность/ слом культ.барьеров	-1,0
слом культурных барьеров & демонстративность	0,74
Слом культурных барьеров/уникальность	0,82
Слом культурных барьеров/включенность	-0,73
Демонстративность/внешний контроль	-0,9
Демонстративность/уход от проблем	-1,0
Временная перспектива	1,0
Уникальность/антисуицидальный фактор	-1,0
Аффективность/женственность	0,97
Уникальность/интеллектуальная автономия	1,0
Соц.пессимизм/истинность суиц. Попыток	0,95
Соц.пессимизм/проекция	0,8
Слом культурных барьеров/уход от проблем	-1,0
Слом культурных барьеров/непринятие себя	0,97
Максимализм/вегетативные нарушения	-0,89
Временная перспектива/включенность	1,0
Временная перспектива/алкоголизация	-0,9
Антисуиц. Фактор/включенность	-1,0
Антисуицидальный фактор/алкоголизация	-0,9
Антисуицидальный фактор/конфликт с другими	-0,88
Осмысление процесса жизни/локус контроля-я	0,94
Цели и жизнь/тревога	0,97
Процесс жизни/вегетативные нарушения	-0,88
Процесс жизни/вегетат.нарушения	-0,88

Значения корреляций показателей, характеризующих группу юношей 15-16 лет.

несостоятельность& демонстративность 0,53
несостоятельность& аффективность 0,72
несостоятельность& уникальность 0,53
несостоятельность& социальный пессимизм 0,61
несостоятельность& максимализм 0,48
несостоятельность& временная перспектива 0,62
несостоятельность& осмысленность жизни -0,47
несостоятельность& процесс жизни -0,54
несостоятельность& уровень НПУ -0,61
несостоятельность& иерархия 0,37
несостоятельность & овладение 0,37
несостоятельность& отрицание 0,59
социальный пессимизм & демонстративность 0,54
социальный пессимизм & аффективность 0,45
социальный пессимизм & уникальность 0,48
социальный пессимизм & временная перспектива 0,41
социальный пессимизм & проекция 0,93
социальный пессимизм & внутренний контроль 0,38
слом культурных барьеров & аффективность 0,48
слом культурных барьеров & временная перспектива 0,37
слом культурных барьеров & осмысленность жизни -0,37
слом культурных барьеров & результативность жизни -0,44
слом культурных барьеров & локус контроля - жизнь -0,49
слом культурных барьеров & включенность -0,40
слом культурных барьеров & овладение -0,39
слом культурных барьеров & аффективная автономия -0,39
максимализм & иерархия 0,38
максимализм & овладение 0,41
временная перспектива & уровень НПУ -0,37
антисуицидальный фактор & результативность жизни 0,36
антисуицидальный фактор & локус контроля - жизнь 0,41
осмысленность жизни & цели в жизни 0,67
осмысленность жизни & процесс жизни 0,82
осмысленность жизни & результативность жизни 0,92
осмысленность жизни & локус контроля - Я 0,81
осмысленность жизни & локус контроля - жизнь 0,81
осмысленность жизни & уровень НПУ 0,67
осмысленность жизни & включенность 0,45
осмысленность жизни & равенство 0,37
цели в жизни & результативность жизни 0,70
цели в жизни & локус контроля - жизнь 0,61
цели в жизни & уровень НПУ 0,54
цели в жизни & локус контроля - Я 0,44

цели в жизни & включенность 0,62
 цели в жизни & иерархия 0,44
 цели в жизни & овладение 0,38
 цели в жизни & равенство 0,52
 процесс жизни & результативность жизни 0,64
 процесс жизни & локус контроля - Я 0,53
 процесс жизни & локус контроля - жизнь 0,68
 процесс жизни & уровень НПУ 0,60
 результативность жизни & локус контроля - Я 0,73
 результативность жизни & локус контроля - жизнь 0,73
 результативность жизни & уровень НПУ 0,58
 результативность жизни & включенность 0,54
 результативность жизни & равенство 0,51
 локус контроля - жизнь & включенность 0,54
 локус контроля - жизнь & иерархия 0,39
 локус контроля - жизнь & равенство 0,41
 локус контроля - жизнь & овладение 0,38
 локус контроля - жизнь & аффективная автономия 0,39

Значения корреляций показателей, характеризующих группу девушек 15-16 лет

слом культурных барьеров & неприятие себя 0,45
 слом культурных барьеров & эмоциональный дискомфорт 0,47
 временная перспектива & аффективная автономия 0,52
 временная перспектива & интеллектуальная автономия 0,54
 временная перспектива & равенство 0,58
 временная перспектива & принятие других 0,55
 антисуицидальный фактор & несостоятельность -0,54
 антисуицидальный фактор & осмысленность жизни 0,47
 антисуицидальный фактор & результативность жизни 0,41
 антисуицидальный фактор & включенность -0,41
 антисуицидальный фактор & иерархия 0,52
 антисуицидальный фактор & аффективная автономия 0,62
 осмысленность жизни & цели в жизни 0,70
 осмысленность жизни & процесс жизни 0,64
 осмысленность жизни & результативность жизни 0,64
 осмысленность жизни & локус контроля - Я 0,64
 осмысленность жизни & локус контроля - жизнь 0,47
 цели в жизни & интеллектуальная автономия -0,43
 цели в жизни & равенство -0,43
 цели в жизни & доминирование -0,42
 процесс жизни & внутренний контроль -0,42
 процесс жизни & доминирование -0,43
 локус контроля - Я & уровень НПУ 0,43
 шкала лжи & гармония 0,46
 шкала лжи & тревога 0,55
 шкала лжи & астения 0,55
 шкала лжи & вегетативные нарушения 0,51
 шкала лжи & эмоциональный комфорт 0,46

иерархия & обсессивно-фобические нарушения -0,45
овладение & истерический тип реагирования -0,52
овладение & неприятие себя -0,47
овладение & неприятие других -0,42
овладение & эмоциональный дискомфорт -0,50
овладение & уход от проблем -0,47
аффективная автономия & несостоятельность 0,47
аффективная автономия & временная перспектива 0,52
аффективная автономия & равенство 0,43
аффективная автономия & коэффициент адаптированности 0,49
аффективная автономия & принятие других 0,40
уникальность & интеллектуальная автономия 0,63
социальный пессимизм & интеллектуальная автономия 0,50
равенство & интеллектуальная автономия 0,76
равенство & тревога -0,42
равенство & астения -0,43
неприятие других & тревога 0,48
эмоциональный дискомфорт & тревога 0,40
зависимость & тревога 0,59
зависимость & невротическая депрессия 0,59
уход от проблем & невротическая депрессия 0,47

Таблица значимых различий групп подростков женского и мужского пола 11-15 лет по критерию Манна – Уитни (гендерные различия).

	RR ank Sum	Rra nk Sum	U	Z	p-level	z	p-level	V ali d N	Vali d N	*1sided	2
демонстрат	28,00000	27,00000	0,000 01	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	93	85	0,016666	
несостоятел ьность	33,00000	23,00000	4,000 01	1,39316	0,2116 70	1,598 06	0,009375	93	85	0,016666	
включеннос ть	28,00000	26,00000	0,000 01	2,49316	0,1167 04	3,598 06	0,019373	93	85	0,016666	
иерархия	29,00000	27,00001	1,000 00	1,39316	0,0167 13	2,598 17	0,009311	93	85	0,016666	
Интел. автономия	28,00000	27,00000	0,000 01	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	93	85	0,013333	
Вегет.нару шения	38,00000	6,00000	0,000 01	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	93	85	0,016666	
коэффициент	28,00000	27,00000	0,000 01	- 2,39316	- 0,0167 04	- 2,598 06	0,009375	93	85	0,016666	
конформнос ть	0,00000	0,00000	1,000 01	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	93	85	0,016666	

Таблица значимых различий групп юношей и девушек 15-16 лет по критерию Манна – Уитни (гендерные различия).

	RR ank Sum	Rra nk Sum	U	Z	p-level	z	p-level	V ali d N	Vali d N	*1sided	2
включеннос ть	134,0000	230,00000	42,00 001	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	71	93	0,040680	
процесс	103,0000	249,00000	42,00 001	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	71	93	0,040680	
гармония	203,0000	139,00000	42,00 001	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	71	93	0,040680	
астения	203,0000	139,00000	42,00 001	2,39316	0,0167 04	2,598 06	0,009375	71	93	0,040680	

Приложение 3

Памятка для родителей

Что родитель должен знать о предотвращении самоповреждающего поведения подростка.

6. Личностные характерологические черты подростка с высоким риском самоповреждающего поведения:

7. Депрессивное настроение, часто с потерей аппетита, жизненной активности, проблемы со сном.

8. Чувство изоляции, отверженности;

9. депрессия, которая может быть вызвана уходом из семьи и лишением систем поддержки.

10. Ощущение безнадежности и беспомощности.

11. Неспособность общаться с другими людьми из-за чувства безысходности.

12. Туннельное видение - неспособность увидеть то положительное, что могло бы быть приемлемо для них.

13. Психологические особенности:

14. Их психологические или эмоциональные страдания были так сильны, что казалось, никогда не кончатся.

15. Их потребности в безопасности, личных достижениях, доверии и дружбе полностью блокированы.

16. Они выбирают самоповреждающее поведение как альтернативу любому другому решению своей проблемы.

17. Они дают знать (в разговорах, в поведении) о своем эмоциональном неблагополучии.

18. Они хотят убежать от проблем, страхов, страданий.

Ситуации риска, в которых нужно быть особенно внимательным:

1. Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.

2. Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.
3. Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
4. Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
5. Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха (особенно в семье).
6. Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).
7. Резкая изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).

Что родитель должен сделать, если обнаружил признаки самоповреждающего поведения или готовности к нему:

1. Если вы увидели хотя бы один из признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание своему подростку и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию. Даже, если Ваш сын или дочь отказываются от помощи, уделяйте ему больше внимания, чем обычно.
2. Обратитесь к специалисту самостоятельно или с ребенком.

Что может сделать родитель, чтобы не допустить самоповреждающего поведения у подростка?

Сохранять контакт со своим ребенком. Важно сохранять контакт с ребенком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей. Для этого: расспрашивайте его с искренним интересом о его жизни, уважительно относитесь к тому, что кажется ребенку важным, даже если вам это кажется незначительным; придя домой после работы, не начинайте общение с претензий, даже если ребенок что-то сделал не так.

Проявите к нему интерес, обсуждайте его ежедневные дела, задавайте вопросы. Замечание, сделанное с порога, и замечание, сделанное в контексте заинтересованного общения, будут звучать по-разному! Важно как можно больше разговаривать с подростком. Надо постараться любыми способами узнать, что за проблема его волнует, и попытаться уменьшить его страдания. Поэтому внимательно выслушайте его. В состоянии душевного кризиса любому из нас необходим кто-нибудь, кто готов выслушать. Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Ребенок может скрывать свои проблемы и тяжелые чувства, но в то же время находиться в состоянии глубокой депрессии.

Покажите ему, что его проблема решаема: предложите несколько выходов из сложившейся ситуации. И главное – принимайте его таким, какой он есть, не

осуждайте, не критикуйте, не проявляйте агрессии. Впечатление, что кризис уже миновал, не должно ввести вас в заблуждение. Важно не оставлять его в одиночестве даже после успешного разговора. Осознание вашей заинтересованности в его судьбе и готовности помочь дадут ему эмоциональную опору, в которой он так нуждается. Еще один значимый шаг – солидаризация – важно найти с ребенком общее дело, пусть и незначительное. Также важно понимать, что одиночество не является естественным состоянием подростка, самоидентификация формируется только в присутствии Другого.

Помнить, что авторитарный стиль воспитания для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию. В подростковом возрасте предпочтительной формой воспитания является заключение договоренностей. Если запрет необходим, не пожалейте времени на объяснение целесообразности запрета. Если же ребенок продолжает протестовать, то постарайтесь вместе найти решение, устраивающее и Вас и его.

Особенность возраста – протестные реакции, это нормальное и здоровое стремление к автономии.

Говорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что Ваш подросток хочет, как он планирует этого добиться, помогите ему представить реалистичные шаги к желаемому будущему.

Говорить на серьезные темы, такие как жизнь, смысл жизни, дружба, любовь, смерть, предательство. Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно. Поговорите о том, что ценно для Вас, для вашего подростка. Не бойтесь делиться своим опытом, размышлениями. Задушевная беседа на равных всегда лучше, чем «чтение лекций», родительские монологи о том, что правильно, а что неправильно. Если избегать разговоров на сложные темы с подростком, он все равно продолжит искать ответы где-то на стороне (например, в интернете), где информация может оказаться не только недостоверной, но и небезопасной.

Передать ребенку понимание ценности жизни и здоровья. Если ценность социального успеха, хороших оценок, карьеры доминирует, то ценность жизни самой по себе, независимо от этих вещей, становится не очевидной. Важно научить ребенка получать удовольствие от простых и доступных вещей в жизни:

- природы, общения с людьми, познания мира, движения. Лучший способ привить любовь к жизни – ваш собственный пример. Ваше позитивное мироощущение обязательно передастся ребенку и поможет ему справляться с неизбежно возникающими трудностями. Возраст не позволяет подросткам адекватно воспринимать понятия «жизнь» и «смерть», для них смерть не является необратимым событием и рассматривается как один из выходов из неприятной

ситуации, у них не сформировано чувство ответственности за свою жизнь, здоровье, безопасность, они не успели в полной мере ощутить и осознать удовольствие от жизни, понять ее ценность.

Дать понять ребенку, что опыт поражения, такой же важный опыт, как и достижение успеха. Рассказывайте о своем опыте преодоления трудностей.

Конструктивно пережитый опыт неудачи делает человека более уверенным в собственных силах и устойчивым. Напротив, привычка к успехам порою делает неизбежные неудачи чрезвычайно болезненными.

Быть внимательным слушателем. Подростки особенно страдают от сильного чувства отчуждения. В силу этого они бывают, не настроены, принять ваши советы. Гораздо больше они нуждаются в обсуждении своей боли, фрустрации и того, о чем говорят. Если человек страдает от депрессии, то ему нужно больше говорить самому, чем беседовать с ним.

Проявить любовь, понять, что стоит за внешней грубостью подростка.

Подросток делает вид, что вы совсем не нужны ему, он может обесценивать проявления заботы и нежности к нему. Тем не менее, ему очень важны ваша любовь, внимание, забота, поддержка. Важно лишь найти приемлемые для этого возраста формы их проявления.

Установить взаимоотношения заботы. Вы можете сделать гигантский шаг вперед, если станете на позицию уверенного принятия отчаявшегося человека.

Очень многое зависит от качества ваших взаимоотношений. В этих обстоятельствах уместнее не морализирование, а поддержка. Вместо того чтобы страдать от самоосуждения и других переживаний, тревожная личность должна постараться понять свои чувства. Для подростка, который чувствует, что он бесполезен и нелюбим, забота и участие близкого человека являются мощными ободряющими средствами. Именно таким образом вы лучше всего проникнете в изолированную душу отчаявшегося человека.

Найти баланс между предоставлением свободы и родительским руководством. Современные родители стараются раньше и быстрее отпускать своих детей, передавая им ответственность за их жизнь и здоровье. Этот процесс не должен быть одномоментным и резким. Предоставляя свободу, важно понимать, что подросток еще не умеет с ней обходиться, и свобода может им пониматься как вседозволенность. Родителю важно распознавать ситуации, в которых подростку можно предоставить самостоятельность, а в которых он еще нуждается в помощи и руководстве.

Вовремя обратиться к специалисту, если Вы понимаете, что у Вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт со своим ребенком. В индивидуальной или семейной работе с психологом Вы сможете освоить

необходимые навыки, которые помогут Вам вернуть отношения доверия с Вашим подростком

Памятка для учителей

1. Отвержение сверстников, травля (в том числе в социальных сетях).
2. Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.
3. Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.
4. Объективно тяжелая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание).
5. Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.
6. Резкая изменение социального окружения (например, в результате смены места жительства).
7. Нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, ситуации насилия).

Что учитель должен сделать, если обнаружил эти признаки.

1. Если вы увидели хоть один из признаков – это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание ученику и поговорить с ним. Спросите, можете ли вы ему помочь и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию.
2. Обратитесь к школьному психологу или к другим специалистам за помощью.
3. Если Вы классный руководитель, свяжитесь с родителями ребенка и поделитесь своими наблюдениями.

Что может сделать учитель, чтобы не допустить самоповреждающего поведения?

1. Сохранять контакт с подростком. Для этого: помните, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию. В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договоренностей. Если ограничение необходимо, не пожалейте времени на объяснение его целесообразности.
2. Способствовать созданию дружеской поддерживающей атмосферы в классе, ориентировать учеников на совместную деятельность и сотрудничество.
3. Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько учеников становятся объектами нападок со стороны других. Поговорите с участниками

конфликтов таким образом, чтобы был услышан каждый, оставайтесь нейтральным, не занимая сторону кого-либо из участников конфликта.

4. Если вы классный руководитель инициируйте работу школьного психолога с классом. Если в школе есть действующая «Школьная служба примирения» передайте им эту ситуацию для ее разрешения.

5. Классный час используйте как место и время поговорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент. Узнайте, что хотят ученики, как планируют этого добиться, помогите представить реалистичные шаги к желаемому будущему.

6. Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность, чтобы при необходимости ученик мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.

7. Дать понять ученику, что опыт ошибок и неудач, такой же важный опыт, как и достижение успеха. Используйте ошибки ученика как зону его роста. Обучение на ошибках является одним из способов развития личности. Помните о том, что есть оценки, а есть то, что шире – личность ученика. Помогите ученикам найти сферы, где они успешны, независимо от оценок.

8. Понять, что стоит за внешней грубостью подростка. Возможно подросток отстаивает свои ценности, а не стремится войти в конфликт и обесценить вас.

Вовремя обратиться к специалисту, если Вы понимаете, что у Вас не получается сохранить контакт с учеником или классом.

Примерный текст просветительской беседы о предотвращении самоповреждающего поведения подростков педагога-психолога с учителями образовательного учреждения.

Уважаемые учителя! Вы прекрасно знаете, какими сложными и противоречивым бывают подростки – в современных условиях они, подобно зеркалу, отражают все проблемы нашего российского общества. В школе подростки продолжают жить привычной для себя жизнью. Более того, их представления об учебе разительно отличаются от наших, педагогических представлений... Можно ли в таком случае избежать конфликтов, и как следствие, тяжелых ситуаций? Можно, если помнить, что правильное психолого-педагогическое отношение воспитателя к тем, кого приходится воспитывать, складывается из совокупности следующих элементов:

Установка на принятие подростка таким, какой он есть. Внутренняя 1.

готовность к возможным особенностям подросткового возраста.

Наличие у преподавателя коммуникативной толерантности (то есть 2.

терпения, несмотря на подростковый негативизм, скепсис, дерзость и пр.).

Оптимистический взгляд на подростка: вера в его наилучшие качества, в 3.

наступление положительных эффектов сотрудничества, в позитивные перемены в поведении, судьбе. Воспитателю запрещено унижать личность подростка, навешивать ему «ярлыки».

Стремление проявлять подчеркнутое внимание к личности, нуждающейся 4.

в психолого-педагогической помощи. Оно проявляется в стремлении воспитателя помочь подростку осознать, что он не безразличен, что его поступки и личностные свойства замечают, что ему готовы оказать поддержку.

Готовность воспитателя относиться к подростку не менее уважительно, чем 5.

к себе: в этом случае подросток убеждается, что в нем видят личность, достойную признания и уважения, что ему помогают самоутвердиться, проявлять свою самостоятельность, взгляды, мнения.

Доброжелательность и чистосердечность. Человек может быть 6.

доброжелательным – открытым к людям, бескорыстным и миролюбивым, помогающим в осуществлении хороших дел, располагающим к себе в общении и деятельности.

Понимание сложности воспитательной задачи при взаимодействии с 7.

подростками, в том числе и со сложными характерами. Уместно всегда помнить слова Я. Корчака: «Надо остерегаться смешивать «хороший» и «удобный». Все современное воспитание направлено на то, чтобы ребенок был удобен...».

Напомню, что любой подросток, как и любой нормальный человек, свое поведение выстраивает наилучшим для себя способом, исходя из следующей иерархии потребностей:

Удовлетворение базовых, физиологических потребностей. Это первое, что 1.

интересует подростка (личное пространство в классе, соблюдение оптимального режима, наличие времени на отдых).

2. Удовлетворение потребности в безопасности. Сохранены ли будут собственные вещи, отсутствует ли вероятность драк (вернее, физических последствий драк), каковы предусмотренные наказания за нарушения правил (и вообще, не формальны ли они), можно ли здесь доверительно общаться со сверстниками и взрослыми – это второе, в чем нужно разобраться подростку.

3. Удовлетворение потребности в уважении и признании. Будут ли меня любить и уважать учителя, сверстники, поймут ли они мои мечтания, одобряют ли мои увлечения, разделят ли мое настроение – третий круг вопросов, волнующих подростка. Это центральная потребность современного подростка.

Сколько проблем можно предотвратить, если в каждом подростке равнодушно видеть личность! Уважение, забота, ласка – основа для диалогического взаимодействия.

4. Удовлетворение потребности в новых знаниях, впечатлениях. Нормальное удовлетворение этой потребности (а значит, для воспитателя – отсутствие проблем с мотивацией подростков на предлагаемую деятельность) возможно при нормальном удовлетворении всех трех предыдущих потребностей.

Когда педагог выстраивает свою деятельность с учетом данной иерархии потребностей, когда искренне показывает свою заинтересованность психологическим комфортом подростков, он как бы подкладывает «мягкую подушечку» во взаимодействии с ними... Что делать, если у вас в классе есть подросток, чьи цели пребывания и поведение в школе (а может, и образ жизни) никак нельзя соотнести с социально-приемлемыми и педагогически-одобряемыми? К тому же если ситуацию осложняет «чистая» медицинская карта, минимум информации о данном подростке..., а самое страшное – отсутствие в вашей практике опыта взаимодействия в подобных ситуациях... Помните, что такие подростки могут быть психотравмированы (недавно пережили психотравмирующую экстремальную ситуацию, например, смерть близких, развод родителей, крупную ссору со сверстниками, нелады с законом и пр.), педагогически запущены (не у всех же родители и учителя – гении педагогики, а социальное окружение – воплощение светлых мечтаний идеалистов), а также иметь сложности со здоровьем.