

## **Литература**

1. Гафнер В.В., Петров С.В., Забара Л.И. Опасности социального характера и защита от них: учебное пособие. – Екатеринбург: ГОУ ВПО «Урал. гос. пед. ун-т». – 2010. – 264 с.
2. Курочкина И.А., Шахматова О.В. Педагогическая конфликтология: учебное пособие. – Екатеринбург: Изд-во: Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2013. – 229 с.
3. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом. – Казань: КГМА, 2003. – 83 с.
4. Carver C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach // Journal of Personality and Social Psychology 1989. – № 56. – 267–283.
5. Cooper D. Psychology, risk and safety: Understanding how personality and perception can influence risk taking // Professional Safety. – 2003. – 39–46

Автор – **Егорова Ольга Ивановна**, г. Ульяновск Московский государственный областной педагогический университет, аспирант 3 курса, olga58791@mail.ru.

## **ТЕХНОЛОГИЯ «ХОЛСТ» ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ ЧЕРЕЗ РАБОТУ С ИХ НЕГАТИВНЫМИ ПСИХИЧЕСКИМИ СОСТОЯНИЯМИ**

### **“CANVAS” TECHNOLOGY FOR THE PREVENTION OF DESTRUCTIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENTS THROUGH WORK WITH THEIR NEGATIVE MENTAL STATES**

Жарковская И.О., Устин П.Н.  
Zharkovskaya I.O., Ustin P.N.

**Аннотация.** На мастер-классе представлена разработанная практико-ориентированная технология «Холст». Главная идея технологии – помочь участнику осознать характеристики собственного психического состояния, которые вызывают деструктивные последствия, через ассоциативный компонент технологии. В процессе реализации технологии участники проходят определенные этапы: 1. Изучение улик и письма, где с помощью почерка и дополнительных фраз описывается то или иное негативное состояние; 2. Анализ полученной информации; 3. Осознание и вербализация переживаемых эмоций; 4. Осознание причин негативных психических

состояний и возможных деструктивных последствий; 5. Поиск способов регуляции и саморегуляции негативных психических состояний. Актуальность технологии заключается в возможности сопоставления своего состояния и интерпретации проблем, пониманию рисков и возможных ресурсов.

**Annotation.** The developed practice-oriented technology “Canvas” is presented at the master class. The main idea of the technology is to help the participant realize the characteristics of their own mental state that cause destructive consequences through the associative component of the technology. In the process of implementing the technology, participants go through certain stages: 1. The study of evidence and letters, where a particular negative state is described with the help of handwriting and additional phrases; 2. Analysis of the information received; 3. Awareness and verbalization of emotions experienced; 4. Awareness of the causes of negative mental states and possible destructive consequences; 5. Search for ways to regulate and self-regulate negative mental states. The relevance of the technology lies in the possibility of comparing its state and interpreting problems, understanding risks and possible resources.

**Ключевые слова:** подросток, деструктивное поведение, психологические характеристики личности, эмоциональная среда.

**Keywords:** teenager, destructive behavior, psychological characteristics of personality, emotional environment.

В современном обществе деструктивное поведение, проявляющееся в различных формах, все больше и больше приобретает черты массового явления, что отличается заметным ростом суицидов, терактов, нападений; широким распространением на подростков и даже на детскую часть молодежи. Ситуация усугубляется в возможности быстрой передачи информации в интернете. В Приморье возбудили уголовное дело против подростка, избившего пожилую женщину, сообщает региональный глава Следственного комитета. (ВЛАДИВОСТОК, 23 июля 2022 года – РИА Новости.) Внимание ведомства привлекли появившиеся в Telegram-каналах и СМИ видеозаписи, на одной из которых юноша бьет женщину ногой в лицо и требует у нее деньги, а из других становится ясно, что местные жители нашли и наказали и этого подростка, и его товарища, снимавшего видео.

В Белгородской области при загадочных обстоятельствах погибли две шестиклассницы. (МОСКВА, 4 августа 2022 года – РИА Новости, Антонина Матвеева.) Девочки совершили суицид одновременно, прямо посреди центрального парка. Как выяснило РИА Новости, подтолкнуть их к этому могли кураторы из так называемых групп смерти, которые по-прежнему действуют в социальных сетях.

Проблематика различных вариаций деструктивного поведения была актуальна во все времена по причине частоты её встречаемости и негативного воздействия. Сегодня существует масса теоретических воззрений о деструктивном стандарте поведения и его генезисе. Деструктивное поведение человека приводит к множеству проблем в ежедневном бытии. Зарождается оно, как правило, из-за стремления ощущать комфорт. Считается своеобразным механизмом защиты, истоки которого коренятся глубоко в детстве. Отличным примером является фильм 2007 года «Класс».

По словам самого режиссёра, сюжет фильма был навеян событиями в американской школе «Колумбайн» 20 апреля 1999 года, когда два подростка застрелили в своей школе 13 человек, а затем покончили с собой. Фильм разделён на семь частей – семь дней жизни главных героев в этой школе.

Деструктивное поведение является довольно распространенным явлением среди обучающихся. Согласно статистическим данным, более 80 % подростков демонстрируют те или иные формы деструктивного поведения. На базе проведённых исследований, было выявлено, что порядка 60 % подростков не могут дать характеристику этому состоянию, которое влечет за собой деструктивные последствия. «Это как липкая паутина, которая засасывает тебя в темный угол. Не можешь выбраться, каждое действие лишь усугубляет ситуацию, в конечном итоге, начинаешь сам себя разрушать. Лишь бы не встретиться со злостным пауком. Страх, наверное, и убивает, не знаю.» – слова ученика 10 класса, пожелал остаться анонимом.

Термин «саморазрушающее поведение» впервые использовал в 1980 году американский ученый Норман Фейбероу в своей книге «Многоликое самоубийство». Автор относил к саморазрушающему типу такие формы поведения человека, целью которых не является добровольная смерть, хотя они ведут к социальной, психологической и физической дезадаптации, деградации личности. К разновидностям саморазрушающего поведения автор относил алкоголизм, наркоманию, токсикоманию; неоправданный риск; асоциальное поведение. Самоубийство, по мнению автора, является крайней формой саморазрушения. (Farberow N.L. Indirect self-destructive behavior: Classification and characteristics)

Е.В. Змановская, создавая типологию деструктивного поведения по направленности и степени выраженности деструктивности, выделяет следующие разновидности поведения: антисоциальное (активно-деструктивное) – просоциальное (относительно-деструктивное, адаптированное к нормам антисоциальной группы) – ассоциальное (пассивно-деструктивное) – саморазрушительное (пассивно-аутодеструктивное) – самоубивающее (активное-аутодеструктивное). (Зманковская Е.В. Девиантология.)

Проявление деструктивного поведения имеет разновидность вариантов. Условно выделяют такие формы деструктивного поведения как:

1. Интраперсональный – деструктивные формы отношения человека к собственному телу, посредством самоповреждения и самоизменения.

2. Интерпесональный – деструктивное влияние на окружающих людей, с целью выделить свои качества, принизив самооценку и самоуважение собеседника, используя речевую способность.

3. Метаперсональный – деструктивное поведение, проявляющееся в отказе выполнения социальной роли и слиянию с ней.

Феномен деструктивного поведения в психолого-педагогической науке встречается довольно часто. Обида, боль, агрессия или страх (и т. д., и т. п.) зачастую проявляется в деструктивном поведении подростка. В жизни подростка может случиться сильно травмирующее действие, справиться с которым психика не в силах. В таком случае, зачастую, подростки пытаются избавиться, забыть, усугубляя ситуацию деструктивным отношением к себе и окружающим. Другая сторона – когда ребенок или подросток «застревает» в этой триггерной ситуации. Хуже, когда подросток не понимает всей ситуации, своих чувств и последствий, не обращаясь за помощью к специалисту. Возникновение деструктивного поведения может быть связано с такими травмирующими человека формами, которые проявляются в непонимании поведения при сильных эмоциях (агрессия, сильный страх, апатия, горе, страсть, гордость и т. д.); в общении с индивидуумами асоциального поведения (наркоманы, алкоголики, и т. д.); в проживании в тревожное историческое время (война, революция и т. д.); при негативном влиянии социальных сетей на ребенка или подростка; в нужде защиты или доказательстве своей значимости и т. д. Следовательно, при определении какого-либо поведенческого деструктивного акта необходимо быть весьма осторожным и учитывать, как личностные, национальные, профессиональные, возрастные особенности данного индивида, так и специфику социальной ситуации, в контексте которой происходило данное явление. Также, как и позиции, в оценке деструктивного поведения разнообразны и подходы, объясняющие причины их возникновения.

Психика человека прямо не представлена во вне. Её изучение может опираться на поведенческие особенности. С точки зрения здравого смысла поведение является выражением мыслей и настроений действующего человека. Высшей формой проявления сознания являлась способность к рассуждению. Характерной чертой ассоциативной психологической концепции было дискретное понимание психики человека. Определенная часть нашего сознания действительно оперирует дискретными понятиями, но при этом значительная роль отведена континуальному мышлению. Одним из первых это понятие ввел

в научный дискурс В.В. Налимов в своей известной работе «Непрерывность против дискретности в языке и мышлении» (Налимов, 1978.).

Аристотель считал, что душа новорожденного – чистая доска. С младенчества ребенок является свидетелем разного рода ситуаций, которые оставляют отпечаток на его психике. Именно поэтому методика имеет название «Холст» и работа происходит на пробковой доске. Отпечатки жизненных ситуаций героя, которые приводят его к деструктивному поведению. В процессе реализации технологии участники проходят определенные этапы: 1. Изучение улик и письма, где с помощью почерка и дополнительных фраз описывается то или иное негативное состояние; 2. Анализ полученной информации; 3. Осознание и вербализация переживаемых эмоций; 4. Осознание причин негативных психических состояний и возможных деструктивных последствий; 5. Поиск способов регуляции и саморегуляции негативных психических состояний. На первом этапе одна из главных улик – эмоциональное письмо героя, где описывается состояние, продемонстрированы особенности и зацепки почерка, присущего конкретному эмоциональному состоянию. Например, если человек склонен к агрессии и испытывает негативные эмоции, то у него в голове формируются соответствующие импульсы и через руку с помощью почерка транслируются на бумагу. Это будет почерк корявый, с деформированными формами букв, со сниженной читабельностью, как правило, с сильным нажимом. На втором этапе, при анализе используют еще одну улику – это деталь, которая описывает состояние. Например – цепочка при описании тревожности. Далее, при изображении физического вида состояния подростки используют эту деталь. «Мы слепили человека, он скован цепью. В состоянии тревожности, на наш взгляд, невозможно нормально мыслить, тебя будто сжимает цепью, сковывает движения» – подростки, которые описывали состояние тревожности в процессе третьего этапа. «Вы видите человека, который состоит из кубиков, они не могут собраться воедино, так же, как и человек в апатии. Сложно заставить встать себя с кровати, ощущение пустоты и разбросанности» – подростки, которые описывали состояние апатии. На этом этапе заметно сострадание к герою, подростки обозначали даже самые глубинные пасхалки в письме, они описывали эмоции героя, словно свои, проводя параллели с их жизненным опытом. Четвертый этап – осознание причин негативных психических состояний и возможных деструктивных последствий, позволил в безопасной среде, для подростка, высказать свои ощущения и услышать, что с таким сталкивается не только он, герой, но и многие его одноклассники. Ребята предположили, что могло способствовать развитию того или иного состояния.

Последний, пятый этап – вывод, поиск способов регуляции и саморегуляции негативных психических состояний. Опираясь на ранее полученные выводы, подростки высказали свое мнение, какие действия помогут предотвратить и избежать саморазрушение. Таким образом, происходит рефлексия, где ребята могут поделиться своими ощущениями, выводами и эмоциями.

«Спасибо, это было здорово, внутри ощущение легкости, словно это я написал, и я решил все, теперь я знаю к чему нужно стремиться, а от чего нужно избавляться» – ученик 10 класса.

Исходя из всего выше перечисленного, деструктивное поведение есть совокупность действий, состояний, приводящих к разрушению личностной структуры психического и физического здоровья обучающихся. Исходя из всего выше перечисленного, хочу отметить, что при проведении данной методики происходит индивидуальная реакция подростка, значимое для личности. При работе с эмоциями «героя», подросток невольно проводит параллель со своими ощущениями и при ответе, опирается на свой жизненный опыт.

#### **Литература:**

1. Зманковская Е.В. Девиантология. – М.: Прспект, 2005. – 496 с.
2. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. – СПб.: Речь, 2005. – 445 с.
3. Сычёва Н.Б. Типы и виды саморазрушающего поведения обучающихся // Педагогическое образование в России. – 2018. – № 3. – С. 75–81.
4. Farberow N.L. Indirect self-destructive behavior: Classification and characteristics // The Many Faces of Suicide / Norman L. Farberow (ed.). – New York: McGraw-Hill Book Company, 1980. – 15–27.

Авторы: **Жарковская Инна Олеговна**, г. Казань, Казанский федеральный университет, zharkovskaya040802@gmail.com.

**Устин Павел Николаевич**, г. Казань, Казанский федеральный университет, заведующий кафедрой общей психологии Института психологии и образования, кандидат психол. наук, доцент, ravust@mail.ru.