

АУТОАГРЕССИВНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ**Долгополова Валерия Сергеевна**

студент Краснодарского муниципального медицинского института высшего сестринского образования, РФ, г. Краснодар

Киргуева Рузана Аслановна

научный руководитель, канд. пед. наук, преподаватель Краснодарского муниципального медицинского института высшего сестринского образования, РФ, г. Краснодар

В течение всей жизни человек сталкивается с различными трудностями, которые, так или иначе, влияют на его эмоциональное состояние. Одним из самых критических периодов является подростковый возраст.

Чтобы понять причину острых моментов, проявляющихся в этом периоде, необходимо понять суть данного возраста, который длится с 12 до 17 лет. Кроме физических изменений в теле ребенка, происходит мощная гормональная перестройка, влияющая как на внешность, так и на нервную систему (изменяются эмоциональные и поведенческие реакции). В связи с этим снижается самооценка, меняется характер, подросток становится грубым, импульсивным, неуправляемым. Тем не менее, происходят изменения не только на психофизиологическом уровне, но и в сфере межличностных отношений, складывающихся в социуме со сверстниками и взрослыми.

В этот период подросток склонен к самоанализу, поиску своего предназначения и места в обществе, открытию новых граней отношений между людьми. Именно в этом возрасте наступает пубертатный кризис, который отражается не только на самом ребенке, но и на его родителях. Основная проблема состоит в том, что это еще не взрослый, но уже и не ребенок. Частая смена настроений на фоне неустойчивого эмоционального фона, неумение справляться со своим характером, склонность впадать в крайности, раздражающие недостатки во внешности, завышенные требования родителей – все это может стать причиной возникновения агрессии.

Но что будет, если подросток начнет подавлять свою агрессию? Если в семье существует запрет на агрессивное поведение? Если родители говорят своему ребенку, что гнев – это плохо, злиться нельзя, тем самым вселяя в него чувство вины и стыда за свои эмоции. Скрывая агрессию, подросток, не найдя объекта для вымещения своей злости во вне, переносит ее на себя. Данное явление получило название «аутоагрессия».

Аутоагрессия (ауто- + лат. aggressio приступ, нападение) — намеренная (осознаваемая или неосознаваемая) активность, направленная на причинение себе вреда в физической и психической сферах, проявляется в самообвинении, самоунижении, в саморазрушительном поведении (алкоголизме, наркомании, курении, выборе опасных профессий, экстремальных видах спорта) и т.д. При тяжелой форме аутоагрессии могут проявляться суицидальные наклонности. По мнению психоаналитиков, аутоагрессия – это своеобразный механизм защиты, при котором человек, по каким-либо причинам, перенаправляет свою агрессию с внешнего объекта на себя. Это может происходить в тех случаях, когда от этого внешнего объекта (или от его существования) зависит благополучие человека. Несмотря на те разрушающие последствия, которые несет за собой аутоагрессивное поведение, эмоционально оно оказываются для субъекта более приемлемыми, чем осознание первоначального объекта агрессии [1].

Аутоагрессия никогда не возникает сама по себе. Для ее появления необходимо три основных

компонента:

1. Человек, подавляющий свою агрессию. Происходит формирование внутреннего конфликта.
2. Психотравмирующая ситуация. В ней реализуется защитное поведение, обусловленное внутриличностным конфликтом.
3. Отрицательная обратная связь. Напряжение ситуации увеличивается из-за несбывшегося ожидания по поводу объекта агрессии, субъект ощущает потребность в разрешении конфликта.

Психологи выделяют две основные причины развития аутоагрессии:

1. Частые наказания (это могут быть не только физические наказания, но и критика, упреки, безразличие по отношению к ребенку)
2. Высокая чувствительность и восприимчивость подростка.

По последним данным, все большее количество семей обращаются за помощью к специалистам с этой проблемой. Даже в благополучных семьях, в которых царит мир и любовь может возникать данное явление. У Гештальт-терапевтов есть такая аксиома: «Сдержанная агрессия становится аутоагрессией» [2].

Чем опасна аутоагрессия? Какие последствия она несет, если вовремя не обратить внимание на тревожные симптомы? Если на начальном этапе аутоагрессия проявляется как самобичевание, то при тяжелой форме появляются суицидальные наклонности. Есть проблема перехода от мысли к действиям: из ста высказанных мыслей только десять человек формирует интенцию к действию, из десяти интенций только один совершает самоубийство. По статистике, ежегодно, каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства. В России показатель суицида среди молодежи на 100 тыс. составляет 20, что превышает средний мировой показатель в 2,7 раза. В 2015 году зафиксировано 32 попытки суицида, из них со смертельным исходом – 21 случай. Основная причина, по которой подростки кончают жизнь самоубийством, – ссоры с родными. Так же есть данные о гендерной специфичности для мальчиков и для девочек. Девочки часто совершают суицид в результате проблем в межличностных отношениях, мальчики – из-за проблем в учебе и в выбранной области деятельности [6].

На страницах газет, в журналах и в свежих выпусках новостей можно найти множество примеров подростковой аутоагрессии.

В Североморске подросток покончил с собой из-за проблем в школе. Старшеклассник покончил с собой после возвращения из школы, возможной причиной трагедии стал конфликт в учебном заведении, сообщил РИА Новости уполномоченный по правам ребенка Мурманской области Борис Коган.

Информацию о суициде подтвердили в правоохранительных органах. "В следственный отдел по закрытым административно-территориальным образованиям Мурманской области поступило сообщение об обнаружении на лестничной площадке одного из домов в ЗАТО Североморск 17-летнего подростка, покончившего жизнь самоубийством через повешение", — сообщили в региональном СУСК [3].

Еще один случай был зафиксирован в Суворовском районе Тульской области. Подросток покончил жизнь самоубийством, поссорившись с родителями. Страшная трагедия произошла в одном из частных домов поселка Черепеть. По предварительной информации местной прессы подросток повесился на ремне на батарее. Причиной самоубийства подростка в Тульской области стала плохая успеваемость и ссора с родителями после родительского собрания в школе.

В Москве шестиклассница покончила с собой из-за несчастной любви.

Школьница свела счеты с жизнью, выпрыгнув из окна квартиры в центре Москвы, сообщает РИА Новости со ссылкой на источник в правоохранительных органах. По его словам, девочка-подросток совершила самоубийство из-за несчастной любви.

Собеседник агентства рассказал, что подробности происшествия на Тверской улице столицы сообщила бабушка погибшей. Женщина уточнила, что внучка рассказала о своей безответной любви, после чего шестиклассница совершила суицид. По факту трагедии возбуждено уголовное дело по статье доведение до самоубийства.

Здесь приведены лишь некоторые случаи, произошедшие за два месяца. Этого можно было бы избежать, если бы родители раньше обратили внимание на изменившееся поведение своих детей.

15-летний ребенок из Александрова покончил жизнь самоубийством из-за разногласий с окружающими.

Следственным комитетом России по Владимирской области возбуждено уголовное дело по факту смерти подростка — жителя Александровского района по признакам правонарушения, предусмотренного ст. 110 УК РФ (доведение до самоубийства). Как сказали следователям знакомые ребенка, семья у него была благополучная, однако он всегда был замкнутым внутри себя: «Он жил словно как в своем мире». По внутреннему душевному состоянию он отличался от сверстников скромностью, замкнутостью, что порождало определенную неуверенность в жизни. Он часто слышал от них насмешки. В итоге внутренних переживаний он 24 января следующего года покончил жизнь самоубийством, находясь у себя дома. Сейчас проводится комплекс следственных мероприятий, которые позволят объективно оценить все обстоятельства произошедшего [4].

Признаки, указывающие на аутоагрессию:

1. сверхкритичность к себе;
2. вредные привычки (алкоголь, курение, наркотики);
3. болезненность, ощущение покинутости;
4. потеря аппетита;
5. бессонница;
6. жалобы на соматические недомогания (головные боли, усталость, апатия);
7. необычно пренебрежительное отношение к своим увлечениям, ощущение скуки и безразличия к тому, что радовало раньше;
8. уход от контактов с семьей и друзьями, предпочтительность одиночеству;
9. дефицит внимания;
10. размышления о смерти;
11. отсутствие планов на будущее;
12. приступы гнева, возникающие из-за мелочей.

Пубертатный период – это самый сложный период в становлении человека. Каждому родителю необходимо помнить это и быть внимательным к своему ребенку. Зная симптомы аутоагрессивного поведения, можно предотвратить его необратимые последствия. Так же необходима квалифицированная работа психолога в образовательных учреждениях: диагностика шкалы депрессии, уровня тревожности подростков, своевременное выявление детей, нуждающихся в помощи.

Список литературы:

1. Дворникова И.Н., Куренкова Е.В. Особенности аутоагрессивного поведения подростков в современном обществе // Молодой ученый. - 2014. - №21.1. - С.86-88.
2. Шустов Д.И. Аутоагрессивность и иллюзия бессмертия // Журнал практической психологии и психоанализа. №1. - 2005г.
3. <http://ria.ru/incidents/20160203/>.
4. <http://news-russia.info/2016/01/29/15-letniy-rebenok-iz-aleksandrova-pokonchil-zhizn/>.
5. <http://dailynewslight.ru>.
6. <http://mirznanii.com/info/ponyatie-autoagressii-i-ee-osnovnye-ossobennosti>.