

Данные позволяют сделать вывод, что социальные сети для подростков выполняют, прежде всего, коммуникативную (78,3%) и развлекательную функцию (73,9%), сплочение и удержание социальных связей (56,5%), самопрезентация (30,4%). Минимальное значение имеет психотерапевтическая функция (17,4%) и саморазвитие (26,1%).

Заключение. Таким образом, можно сделать вывод, что подрастающее поколение активно вовлечено в процесс взаимодействия друг с другом и с окружающим миром через различные цифровые платформы и инструменты. Идет формирование у молодых людей ценностных суждений об использовании ими цифровых медиа и Интернета. Исследование показывает, что наиболее популярными у подростков являются блоги развлекательного и юмористического характера. Подростки считают блог средством информации, доверяют тому, что в нем пишется. Минимальный интерес вызывают блоги, касающиеся дома, быта и серьезной тематики. Социальные сети для подростков выполняют, прежде всего, развлекательную и коммуникативную функцию.

Список использованных источников:

1. Шинина, Т. В. Особенности развития процесса социализации детей 5–10 лет : дис. ... канд. психолог. наук / Т. В. Шинина. – М., 2006. – 172 с.
2. Демин, П. Н. Риски и возможности онлайн-социализации подростков и молодежи / П. Н. Демин // Ценности и смыслы. – 2022. – № 3 (79). – С.76–85.
3. Матюшкова, С. Д. Возможности информационно-коммуникативных технологий в преодолении проблем школьной тревожности старшеклассников / С. Д. Матюшкова, В. Д. Позднякова // Актуальные вопросы развития социальной и образовательной сфер [Электронный ресурс] : сборник научных статей : текстовое электронное издание. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2024. – С. 73-79. URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/43379> (дата обращения: 19.01.2025).

УДК 37.013.42

**ПРОФИЛАКТИКА АУТОАГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ**

Е.К. Погодина, В.А. Юденко
Минск, БГПУ имени Максима Танка
(e-mail: pogodinaek@mail.ru)

Актуальной социально-психологической проблемой в настоящее время является рост аутоагрессии и случаев самоповреждений среди несовершеннолетних. Исследование посвящено проблеме аутоагрессивного поведения подростков. Раскрываются особенности самоповреждающего поведения в подростковом возрасте. Проанализированы результаты эмпирического исследования склонности подростков к аутоагрессии. Представлены

основные направления профилактической работы учреждения общего среднего образования по превенции аутоаггрессивного поведения подростков.

Материал и методы. Для проведения исследования были использованы: теоретические методы: сравнительный анализ, обобщение и систематизация научной литературы по проблеме исследования; эмпирические методы: тестирование (опросник суициального риска А.Г. Шмелева (модификация Т.Н. Разуваевой), опросник «Шкала причин самоповреждающего поведения» Н.А. Польской, опросник «Модификации тела и самоповреждения» Н.А. Польской, А.С. Кабановой); анкетирование (авторская анкета для родителей и педагогов «Подростковая аутоагgression»).

В эмпирическом исследовании приняли участие 102 подростка, учащиеся 8-9 классов ГУО «Средняя школа № 18 г. Борисова».

Результаты и их обсуждение. Современное общество сталкивается с множеством социально-психологических проблем, среди которых особое место занимает аутоаггрессивное поведение подростков. Это явление вызывает беспокойство, так как может приводить к серьёзным последствиям для физического и психического здоровья подрастающего поколения.

В последние годы наблюдается рост аутоагgressии и случаев самоповреждений среди подростков. Аутоагgression – разновидность агрессивного поведения, при котором деструктивные действия направляются человеком на самого себя. Аутоаггрессивное поведение проявляется в самообвинениях, самоуничижении, нанесении себе телесных повреждений, суициальном поведении.

Подростковый возраст представляет собой уникальный этап в жизни человека, который характеризуется множеством физиологических, эмоциональных и социальных изменений. Эти изменения делают подростков особенно уязвимыми к различным видам деструктивного поведения, включая аутоагgression [1]. Внешние изменения, такие как быстрый рост, колебания веса, появление акне, могут вызывать чувство неуверенности и негативное восприятие собственного тела.

Для подростков характерна эмоциональная нестабильность. Их настроение может быстро меняться, повышается чувствительность к внешним раздражителям. Эмоциональные колебания могут быть вызваны как внутренними, так и внешними факторами.

В подростковом возрасте начинается активный поиск идентичности. Подростки экспериментируют с различными стилями, интересами и ролями в обществе, пытаясь понять, кто они такие и какое место занимают в мире. Этот процесс самоопределения может быть сложным и вызывать внутриличностные конфликты, чувство неуверенности и сомнения в себе.

Взаимоотношения с окружающими играют огромную роль в жизни подростков. Друзья и сверстники становятся неотъемлемой частью их мира, а их мнение имеет огромное значение. Критика, насмешки или недоброжелательные комментарии могут вызвать сильные переживания

и стресс. Конфликты с родителями, связанные с желанием подростков стать более самостоятельными, также могут усугубить чувство изоляции и непонимания.

Исследования показывают, что у мальчиков имеются два пика проявления аутоагрессии: 12 лет и 14-15 лет. В то время как у девочек наибольший уровень проявления аутоагрессивного поведения отмечается в 11 лет и в 13 лет.

Одной из характерных черт аутоагрессивного поведения в подростковом возрасте является его скрытность. Подростки часто стараются утаить свои действия, чтобы избежать осуждения или вмешательства со стороны взрослых. Они могут носить одежду, которая скрывает следы аутоагрессивных действий, или совершать подобные действия в уединённых местах.

Такое поведение часто носит циклический характер: эпизоды самоповреждения повторяются в моменты сильного стресса или эмоционального напряжения. После акта самоповреждения подросток может временно почувствовать облегчение, но затем чувство вины или стыда возвращается, что может спровоцировать новый эпизод.

Аутоагрессия тесно связана с эмоциональным состоянием подростка. Она часто является реакцией на сильные эмоции, такие как гнев, тревога, одиночество или чувство безнадёжности. Подростки могут прибегать к самоповреждениям, чтобы отвлечься от эмоциональной боли, трансформируя её в физическую. В некоторых случаях такое поведение служит способом привлечь внимание к своим чувствам, особенно если подросток ощущает, что его не слышат и не понимают. В других же случаях это может быть попыткой скрыть свои чувства, чтобы не обременять окружающих.

Окружение подростка оказывает значительное влияние на проявление аутоагрессивного поведения. Подростки, сталкивающиеся с буллингом, давлением со стороны сверстников или семейными конфликтами, более склонны к аутоагрессии [2].

В подростковых группах самоповреждающее поведение может быстро распространяться: если один из членов группы начинает причинять себе вред, другие могут последовать его примеру, чтобы почувствовать сопричастность или оказать поддержку.

Подростки, склонные к аутоагрессивному поведению, часто испытывают чувство безысходности и считают, что их проблемы неразрешимы. Они могут воспринимать причинение себе вреда как единственный способ справиться с эмоциональной болью. В подростковом возрасте происходит ряд гормональных изменений, которые могут усилить эмоциональную нестабильность и склонность к импульсивным действиям [3]. Кроме того, низкий уровень серотонина, связанный с депрессией, может увеличить риск аутоагрессии.

Подростки часто романтизируют самоповреждающее поведение и самоубийства. Это может привести к тому, что подростки воспринимают такое поведение как нормальную или «героическую» реакцию на трудности. В интернете существуют сообщества, где подростки делятся опытом самоповреждений. Это может создать иллюзию поддержки, но на самом деле только подталкивает их к аутодеструктивному поведению.

Подростки, находящиеся в состоянии эмоционального кризиса, могут прибегать к употреблению алкоголя или наркотических веществ в попытке заглушить боль или справиться с чувством одиночества. Однако эти вещества снижают способность к самоконтролю и повышают импульсивность, что увеличивает риск причинения себе вреда или даже попыток самоубийства. Более того, употребление психоактивных веществ может усугубить депрессию и тревожные состояния, создавая замкнутый круг, из которого подростку сложно выбраться самостоятельно.

Занятие опасными видами спорта или экстремальными увлечениями может быть формой скрытой аутоагgressии. Подростки, увлекающиеся подобными видами активности, часто стремятся к острым ощущениям или хотят доказать свою силу и независимость окружающим. Однако за этим может скрываться желание наказать себя или испытать боль, особенно если подросток испытывает чувство вины или стыда. Рискованные действия, такие как прыжки с высоты, опасные трюки или хождение по опасным местам, могут быть способом «поиграть» с границами жизни и смерти, что особенно характерно для подростков с суициальными мыслями.

Суициальные попытки представляют собой крайнюю форму аутоагgressии и зачастую являются результатом длительного периода эмоционального кризиса. Нанесение себе вреда может служить «репетицией» самоубийства или способом выразить свои эмоции, когда вербальное выражение становится невозможным. Важно понимать, что даже если суициальная попытка кажется демонстративной, она требует серьёзного внимания и вмешательства, поскольку существует высокий риск рецидива или смерти в результате несчастного случая.

Результаты проведенного диагностического исследования среди обучающихся 8-9 классов ГУО «Средняя школа № 18 г. Борисова» показали, что для 4,9% подростков характерен высокий уровень суициального риска, а у 39,2% опрошенных учащихся выявлены случаи самоповреждений. Основными причинами аутоаггрессивного поведения подростков являются избавление от напряжения и воздействие на других. Данные стратегии выступают в качестве стабилизации эмоционального состояния через снижение напряжения, избавление от стресса и негативных эмоций, а также проявление склонности к демонстративности и манипуляции, либо просьбы о помощи через привлечение внимания к себе и своим проблемам [4].

Анкетирование родителей обучающихся и педагогических работников показало, что они имеют низкий уровень информированности о способах

поддержки и оказания помощи подросткам в кризисных ситуациях. Около половины опрошенных не предпринимают никаких действий при выявлении случаев аутоагрессивного поведения подростков, что актуализирует необходимость повышения психолого-педагогической компетентности педагогов и формирования навыков и эффективных стратегий поддержки несовершеннолетних в трудных жизненных ситуациях.

Важной задачей учреждения среднего общего образования является предотвращение аутоагрессивного поведения среди несовершеннолетних [5]. Следовательно, раннее выявление кризисных ситуаций и своевременная социально-педагогическая и психологическая помощь подросткам, испытывающим трудности, зачастую помогают избежать трагических последствий.

Выделяют первичную, вторичную и третичную профилактику аутоагрессивного поведения. Первичная профилактика – это комплекс мер, направленных на предотвращение причин и факторов формирования аутоагрессивного поведения.

Первичная профилактика проводится на протяжение всего учебного года и охватывает учащихся всех возрастов. Она включает в себя:

- создание условий для улучшения качества жизни и социальной поддержки несовершеннолетних.
- воспитание позитивно ориентированной личности: формирование устойчивости к стрессам и развитие навыков преодоления трудностей.
- ликвидацию социальных условий, провоцирующих аутоагрессивное поведение: работу с факторами риска, такими как буллинг, семейное насилие и т.п., предотвращение их негативного влияния.

Важным элементом первичной профилактики является информирование родителей подростков о признаках аутоагрессивного поведения и способах поддержки и оказания помощи тем, кто может оказаться в группе риска [6].

Первичная профилактика аутоагрессивного поведения в учреждениях образования включает в себя мероприятия, которые повышают уровень социальной адаптации и способствуют формированию у подростков позитивных жизненных установок. К таким мероприятиям относятся:

- акции, конкурсы, флешмобы, направленные на улучшение психологического климата и содействие адаптации учащихся в учреждении образования;
- классные часы, круглые столы, посвященные формированию ценностного отношения к жизни;
- стендовая информация жизнеутверждающей направленности;
- тренинги, направленные на сплочение и повышение коммуникативной компетентности обучающихся;
- практические занятия по формированию социальных навыков, навыков эмоциональной саморегуляции и преодолению стресса и т.д.

Вторичная профилактика аутоагрессивного поведения представляет собой комплекс мер, направленных на устранение или минимизацию факторов аутоагрессивного поведения. Этот комплекс включает в себя следующие мероприятия:

- диагностика и выделение групп риска аутоагрессивного поведения, оценка риска с использованием различных методов (наблюдение, мониторинг эмоционального состояния подростков групп риска и т.д.);
- психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с целью предупреждения самоповреждающих действий и суицидальных попыток;
- индивидуальные и групповые занятия по формированию навыков проблеморазрешающего поведения, поиска социальной поддержки, гармонизации взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, позитивного восприятия своего будущего.

Вторичная профилактика включает в себя формирование таких качеств личности, как независимость и умение отвечать за свои действия, уверенность в себе, способность к самоанализу, правильное восприятие собственной личности и способность к сопереживанию [7]. Также важной задачей является активное освоение социально значимых навыков и приобретение положительного опыта в области межличностных отношений.

Третичная профилактика аутоагрессивного поведения подростков направлена на оказание помощи тем, кто совершил попытку самоубийства и их близким. В рамках третичной профилактики аутоагрессивного поведения в учреждении образования реализуется адресная программа психолого-педагогического сопровождения подростка и его семьи для адаптации и социализации после суициdalной попытки.

Заключение. Профилактика аутоагрессивного поведения представляет собой комплекс мероприятий, направленных на превенцию аутодеструктивных проявлений у подростков. Она включает в себя психолого-педагогическую деятельность, способствующую укреплению психического здоровья несовершеннолетних, стабилизации их эмоционального состояния, формированию позитивного образа «Я», развитию коммуникативных навыков и умений конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, созданию атмосферы взаимной поддержки и эмпатии в образовательной среде.

Список использованных источников:

1. Погодина, Е. К. Социально-педагогическая виктимология / Е. К. Погодина. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2019. – 140 с.
2. Соколова, М. В. Склонность к аутоагрессивному поведению у подростков и информация, потребляемая ими в Интернете / М. В. Соколова, Е. Г. Дозорцева // Психология и право. – 2019. – Том 9. – № 1. – С. 22–35.
3. Антонова, А. А. Факторы риска развития суицидального поведения / А. А. Антонова, Е. В. Бачило, Ю. Б. Барыльник // Саратовский научно-медицинский журнал. – 2012. – № 2. – С. 403–409.

4. Погодина, Е. К. Особенности аутоагрессивного поведения в подростковом возрасте / Е. К. Погодина, В. А. Юденко // Социально-психологические проблемы современного общества и человека: пути решения : сб. науч. ст. / Витеб. гос. ун-т ; науч. ред. Е. Л. Михайлова. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2024. – С. 101-105.
5. Погодина, Е. К. Социально-педагогическая профилактика / Е. К. Погодина. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2021. – 208 с.
6. Юденко, В. А. Как помочь подростку справиться с селфхармом? / В. А. Юденко, Е. К. Погодина // Выхаванне і дадатковая адукцыя. – 2025. – № 4. – С. 13-16.
7. Сабинина, Е. А. О программах профилактики аутоагрессивного поведения, применяемых в практике общеобразовательных школ / Е. А. Сабинина, С. Н. Тихомиров // Современные исследования проблем семьи и детства : сб. науч. ст. – М. : МУ МВД РФ имени В. Я. Кикотя, 2021. – С. 249–258.

УДК 37.013.42

ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Е.П. Пучкова

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

(e-mail: usefinakoks@gmail.com)

Репродуктивная культура – это система совокупности знаний, умений, ценностей, установок, которые регулируют репродуктивное поведение, опираясь на биологическую и социальную возможность отдельного человека, включающая в себя репродуктивное здоровье, репродуктивное поведение и репродуктивные установки [1].

К субъектам трансляции репродуктивной культуры принято относить семью, церковь и конфессии, СМИ, интернет-ресурсы и государственные медицинские учреждения.

Ценностное отношение – это сложная система взаимодействия индивида с окружающей действительностью, которая включает в себя как объективные аспекты, отражающие реальные связи с людьми и предметами, так и субъективные элементы, выражающие личное восприятие и эмоциональное отношение к этим объектам. Репродуктивные ценности играют ключевую роль в формировании культуры репродуктивного здоровья и репродуктивного поведения старших подростков, так как они определяют, как молодые люди воспринимают вопросы, связанные с деторождением, сексуальным здоровьем и семейными отношениями [2].

Несмотря на важность института семьи и брака для общества и государства, создание семьи сегодня не является центральной ценностью молодых людей. Основными приоритетами для молодежи выступают