

АУТОАГРЕССИЯ И ЕЕ ПРОФИЛАКТИКА

Подготовила социальный педагог
МОУ СОШ№12 Коваленко Марина
Георгиевна

Аутоагресия

Аутоагресията е форма на самоубийство, при която човек се нарани или убие себе си. Тя може да бъде резултат от различни психологически фактори, включително депресия, биполарно разстройство, психоза и др. Аутоагресията често е свързана с чувство за вина, ниска самооценка и трудности с емоционалното регулиране.

Аутоагресията може да бъде предотвратена чрез ранно откриване и лечение. Терапевтичните подходи включват когнитивно-поведенческата терапия, диалектичната поведенческа терапия и медикаментозното лечение. Подкрепата на близките и професионалните специалисти е от решаващо значение за успешното справяне с аутоагресията.



- Одной из разновидностей агрессивного поведения является аутоагрессия, которая проявляется в демонстративных суицидальных попытках и истинном суициде. А.Н. Абрамов считает, что суицидальное поведение, т.е. весь комплекс мыслей, намерений и действий, которые связаны с суицидом, есть следствие социально-психологической дезадаптации личности в условиях переживаемого микросоциального конфликта.



- Ситуация конфликта приводит к суицидальным действиям при наличии трех факторов:
социокультурных особенностей личности, таких как личностная тревожность, негативного восприятия окружающего, отсутствия осознанного стремления к жизни;
неблагоприятного социального окружения.

- Все это усугубляет криминальные явления самого подростково-юношеского возраста, на долю которого приходится большая часть самоубийств несовершеннолетних.
- Под социокультурными особенностями воспитания подразумевается культура страны, ее обычаи, традиции, законы, уровень экономического развития и т.д. Эти и другие условия воздействуют на личность подростка и во многом определяют его представления о жизни и смерти.



ПРОЯВНІ СИЛУ ВОДИ

посилити її в гледі

**Наличие неблагоприятного социального окружения
- обычно основная причина, побуждающая
подростка к совершению суицидальных поступков.**

- ▣ 1. Взаимоотношения с родителями, степень понимания своих детей, сопереживания, нормативность отношений.
- ▣ 2. Проблемы в школе, связанные с личностью учителя и его социометрическим статусом в классе и личностным отношением к успеваемости и факторам жизненных перспектив.
- ▣ 3. Взаимоотношения со сверстниками, друзьями представителями противоположного пола.

Мотивы самоубийства:

- Среди мотивов, объясняющих попытки самоубийства подростки и эксперты-психологи указывают различные способы влияния на других людей: "дать понять человеку в каком ты отчаянии" - 40% случаев; "заставить пожалеть о плохом отношении" - 30% случаев; "показать, как ты любишь другого" или выяснить, "любят ли тебя" - 25% и, наконец, 18% случаев - это "призыв, крик о помощи".

Психологический смысл суицида:

- Психологический смысл суицида чаще всего заключается в отреагировании, снятии аффективного напряжения, ухода, исключения из тяжелой жизненной ситуации.



. Для истинных суицидов характерны:

- ▣ - наличие пресуицидального периода;
- ▣ - продолжительность конфликтной ситуации;
- ▣ - психологический дискомфорт;
- ▣ - незащищенность, психологическое одиночество;
- ▣ - нарушение психологии жизненной среды;
- ▣ - ощущение субъективной невыносимости существования в сложившихся условиях;
- ▣ - отсутствие желания жить.

- В суицидальных ситуациях люди нередко испытывают облегчение в последующий период. Они могут по-новому взглянуть на психотравмирующую ситуацию. Тем не менее такие попытки могут закончиться трагически в силу необратимости смерти.
- В истинном суициде психотравмирующая ситуация носит тяжелый и затяжной характер. Человек осуществляет многочисленные бесплодные попытки справиться с ситуацией основной смысл его последнего действия - уход, отказ от борьбы, псевдоразрешений проблемы.



Основной задачей школьного психолога является профилактика суицидального поведения, которая может осуществляться в следующих направлениях:

- ▣ - снятие психологического напряжения в психотравмирующих ситуациях;
- ▣ - уменьшение эмоциональной зависимости и ригидности;
- ▣ - формирование компенсаторных механизмов поведения;
- ▣ - формирование адекватного отношения к жизни и смерти.

- Известно, что всякая агрессия - внутренняя или внешняя - является признаком кризиса. Психологу необходимо быть информированным о важнейших кризисных ситуациях детей и подростков, уметь выявлять их, оказывать своевременную помощь в разрешении.

- Известно, что всякая агрессия - внутренняя или внешняя - является признаком кризиса. Психологу необходимо быть информированным о важнейших кризисных ситуациях детей и подростков, уметь выявлять их, оказывать своевременную помощь в разрешении.

- В.Г. Балакирев и Л. Додсон (1996) разработали эффективную методику психологической помощи детям и подросткам в кризисных ситуациях.
- Методика состоит из констатирующей и психокоррекционной части. Констатирующая часть включает три встречи сессии с группами или классами.

Темы сессии:

- "Типы кризисных ситуаций",
- "Содержание и выражение переживаний в кризисных ситуациях»
- "Способы преодоления кризисных ситуаций".

Встречи проводятся по одному сценарию:

- 1. Групповое обсуждение предложенной психологом темы.
- 2. Выполнение индивидуальных творческих заданий.
- 3. Обмен впечатлениями и обсуждение в группе.

- При анализе материала констатирующей части выявлены возрастные различия в типах кризисных ситуаций. У восьмилетних детей они связаны со сверстниками 41%, родителями - 25%, братьями и сестрами - 15%, учителями - 5%. У двенадцатилетних наибольшее количество отрицательных переживаний приходится на отношение с родителями - 30%, темой животных - 30%, учителем - 15%.

- Коррекционная работа представляет собой две сессии, построенные в форме "Я-сообщений" с использованием элементов психосинтеза и психодрамы. Детям предлагается проигрывание их конфликтных ситуаций, в ходе которого с помощью участников группы "оживляются" их чувства.

Основные виды кризисов, следующие:

- ▣ - кризисы развития;
- ▣ - кризисы отношений;
- ▣ - кризисы состояния души;
- ▣ - кризисы утрат;
- ▣ - кризисы смысла жизни;
- ▣ - психические кризисы;
- ▣ - морально-этические кризисы

- Работая с подростками в кризисных ситуациях, психолог может применять различные техники: ментального переживания, внутреннего диалога; Самоосвобождения и другие. В психологической практике в таких случаях используется кризисная интервенция, которая может проводиться в форме кризисной психотерапии, кризисного консультирования и "телефона доверия".

- При диагностике суицидального поведения подростков можно применять комплекс методик, адаптированных М.В. Горской (1994), опросник "Самооценка психических состояний личности" и "метод неоконченных предложений".

- Опросник Г. Айзенка включает описание различных психических состояний, наличие которых у себя испытуемый должен подтвердить или опровергнуть. Опросник дает возможность определить уровень тревожности, фрустрации, агрессии,