

Девиантное поведение подростка как реакция самозащиты.

Чернов А.И., Психолог

ГБУ ВО «ЦППиРД»

Подростковый возраст – это временной период, полный неопределенности и интенсивных перемен. Молодые люди сталкиваются с физиологическими изменениями, поисками самоидентификации, а также социальными и эмоциональными вызовами. В этот период неудивительно, что подростки могут испытывать стресс, который может проявиться в девиантном поведении. Социальное и эмоциональное давление, испытываемое со стороны сверстников, неопределенность будущего, и стремление к самостоятельности создают сложную палитру вызовов. Мозг подростка находится в стадии активного формирования, что может сказываться на способности решать проблемы и контролировать эмоции.

В этой статье мы обратим внимание на девиантное поведение подростков не как на проявление бунта, а как на реакцию на стрессы и внутренние конфликты. Рассмотрим, какие механизмы самозащиты могут привести к девиантному поведению, и как взрослые могут помочь подросткам эффективнее справляться с вызовами этого периода. Погружение в эту тему поможет нам лучше понять не только сущность девиантного поведения, но и позаботиться о тех, кто его проявляет, с целью создания поддерживающего окружения для подростков в процессе их становления.

Подростковый период – это один из самых сложных и критических этапов в жизни человека. В этот период происходят интенсивные физиологические и психологические изменения, которые могут сильно повлиять на поведение и психологическое состояние молодых людей. Важно осознать, что стрессы, с которыми сталкиваются подростки, могут быть как внутренними, так и внешними.

К внутренним отнесем стрессы связанные с физиологическими и психологическими изменениями, происходящими в организме подростка. Например, развитие мозга в этот период включает в себя изменения в области, ответственной за контроль над эмоциями и принятие решений. Это может сделать подростков более склонными к рискованным поведенческим актам.

К внешним же стрессам отнесем такие проявления, как давление со стороны сверстников, академическая нагрузка, вопросы идентичности, и социальная неопределенность. Эти факторы могут создать атмосферу постоянного напряжения, которое индивиды пытаются преодолеть.

Сами же стрессы подросткового возраста могут проявляться в виде тревожности, депрессии, агрессии и, в некоторых случаях, девиантного поведения. Именно на последнем аспекте мы сосредоточимся в данной статье, исследуя, как подростки могут использовать девиантное поведение в качестве механизма самозащиты в ответ на сложные стрессы, которые им приходится переживать.

Само по себе девиантное поведение подростков является частой реакцией на сложности и стрессы, сопутствующие переходному периоду от детства к взрослости. Это поведение может принимать различные формы, такие как противозаконные действия, употребление наркотиков, агрессивное поведение и другие проявления, которые могут казаться неподходящими с точки зрения общепринятых норм. Подростки, сталкивающиеся с негативными эмоциями, конфликтами и чрезмерным давлением, могут воспринимать девиантное поведение как механизм самозащиты. Этот механизм служит попыткой поддержания контроля над своей жизнью, когда она кажется неуправляемой. В таких ситуациях девиантное поведение становится стратегией подростка для справления с внутренними и внешними вызовами. Одним из ключевых факторов, провоцирующих девиантное поведение, является страх и тревожность. Подростки могут испытывать

страх перед непониманием, отвержением сверстников, или даже семейными проблемами. В ответ на эти чувства, они могут прибегать к экстремальным формам поведения в попытке защитить себя от эмоциональной боли и давления. Однако, стоит учесть, что девиантное поведение также может стать способом подростка выразить свое недовольство существующей системой, борьбы за свое место в обществе или даже попыткой привлечь внимание к своим проблемам. Важно понимать, что не всегда девиантное поведение имеет осознанный характер – оно может быть скорее результатом неспособности эффективно справляться с жизненными вызовами, чем обдуманым выбором. Важным моментом является осознание того, что девиантное поведение не всегда выражение бунта, но часто является криком о помощи.

В подростковом возрасте, когда эмоциональная нестабильность и социальная давность могут достигать своего пика, девиантное поведение часто становится механизмом самозащиты. Предлагаем рассмотреть несколько ключевых аспектов этого явления:

- Выход из трудных ситуаций. Подростки могут видеть девиантное поведение, такое как употребление наркотиков или участие в антиобщественных действиях, как способ выбраться из трудных ситуаций. Это может быть попыткой уйти от стресса, конфликтов или негативного воздействия сверстников.

- Контроль над собой и окружающим миром. Для подростка, чувствующего потерю контроля над своей жизнью, девиантное поведение может представлять собой попытку восстановить чувство власти. Например, агрессивные проявления могут использоваться для установления доминирования в отношениях.

- Способ самовыражения. Неспособность эффективно выразить свои эмоции и потребности может побудить подростка к девиантному поведению как средству самовыражения. Например, ребенок, сталкивающийся с

депрессией, может обратиться к саморазрушающим привычкам, таким как нарушение законов, как способ выразить свою боль.

- Скрытие уязвимости. Девиантное поведение может служить защитным механизмом для скрывания внутренней уязвимости. Подростки, испытывающие страх быть отвергнутыми или непонятыми, могут прибегнуть к антиобщественным действиям, чтобы создать барьер и предотвратить возможное разочарование.

- Поиск адаптивных стратегий. В контексте ограниченных ресурсов для справления с эмоциональным дискомфортом, подростки могут видеть девиантное поведение как быстрый способ достижения облегчения. Это становится своего рода адаптивной стратегией для справления с внутренними трудностями.

- Экспериментирование с идентичностью. В поиске своей личной идентичности подростки могут прибегнуть к экспериментам с девиантным поведением. Это может быть попыткой определить, кто они и как они взаимодействуют со своим окружением.

Стоит отметить, что механизмы самозащиты через девиантное поведение могут быть многообразными, и понимание этих механизмов помогает более эффективно поддерживать подростков на этапе их становления.

Однако, важное место занимает роль взрослых, особенно родителей и преподавателей, в поддержке подростков, проявляющих девиантное поведение. Предлагаем обратить внимание на несколько моментов, которые помогут работать с подобным проявлением самозащиты:

- Эмпатия и понимание. Понимание того, что девиантное поведение подростка может быть результатом внутренних трудностей, позволяет взрослым подойти к ситуации с эмпатией. Стремление почувствовать и

понять переживания подростка может создать основу для более глубокого взаимопонимания.

- Открытый диалог. Важность открытого общения не может быть переоценена. Вмешиваться в жизнь подростка с уважением и без осуждения может создать возможность для них высказать свои чувства и мысли. Это также дает взрослым шанс выразить свою заботу и готовность помочь.

- Обучение родителей и взрослых. Обучение родителей и взрослых навыкам эмоциональной грамотности и умению эффективно общаться с подростками может существенно улучшить качество взаимодействия. Это может включать в себя понимание собственных эмоций и способов их выражения, что создает здоровую основу для восприятия и понимания эмоций подростков.

- Поиск профессиональной помощи. В случаях, когда девиантное поведение подростка вызывает серьезные беспокойства, важно рассмотреть возможность обращения за профессиональной помощью. Психологи, психотерапевты и другие специалисты могут предоставить необходимую экспертную поддержку и ресурсы для эффективной работы с проблемами.

- Создание поддерживающей среды. Взрослые, включая родителей, учителей и членов общества, могут содействовать созданию поддерживающей среды, где подростки чувствуют себя важными и включенными. Поддержка со стороны окружающих может быть мощным фактором в изменении направления девиантного поведения.

Стоит помнить, что поддержка и понимание становятся ключевыми инструментами в помощи подросткам, использующим девиантное поведение, в освоении конструктивных стратегий реакции на стресс и преодолении трудностей подросткового периода.

Необходимо особенно выделить важность адекватного понимания и поддержки со стороны общества, родителей и образовательных учреждений.

Девиантное поведение подростка не должно рассматриваться как нечто изолированное, а как сигнал о возможных внутренних трудностях. Тут важно осознать, что подростковый период – это время формирования личности, когда молодые люди сталкиваются с множеством вызовов. Подходить к девиантному поведению следует с пониманием, а не с осуждением, чтобы создать условия для эффективной поддержки и справления с возможными проблемами. Взрослые, включая родителей и педагогов, играют ключевую роль в формировании безопасного и поддерживающего окружения для подростков. Эмпатия, открытый диалог и активное слушание могут способствовать укреплению взаимоотношений и помочь молодым людям находить более конструктивные способы справляться со своими эмоциями и трудностями.

Сотрудничество родителей, учителей, психологов и всего общества в целом для создания условий, в которых подростки могут чувствовать себя поддержанными, понятыми и в состоянии развиваться, несмотря на сложности этого периода жизни поможет справиться с девиантным поведением и устранить саму его причину.

Список литературы:

1. Грачев Г.В., Мельник И.К. Манипуляция личностью: организация, методы и технологии информационно-психологического воздействия. М. : Эксмо, 2003.
2. Гусейнов А.А. Насилие // Новая философская энциклопедия: в 4-х томах. М. : Мысль, 2010. Вып. 2.
3. Девиантное поведение подростков как форма проявления дефицита морального и нравственного развития личности [Текст] / Е.Н. Пашкова, В.П. Михайлова // Проблемы морально-нравственного развития личности и общества : сб. науч. тр / Ред. кол.: Н. И. Корытченкова (Отв. ред.). - Кемерово : Полиграф, 2004. - С. 216-219 . - ISBN 5-8353-0303-3

4. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения. Учебное пособие. — СПб.: Речь, 2005 - 445 с.
5. Шнейдер Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков. — М.: Академический Проект; Трикста, 2005. — 336 с.