



**Профилактика аутоагрессивного  
поведения детей и подростков**

# Классификация видов агрессии





**Шрамирование**



- **Аутоагрессивное поведение** – активность, нацеленная (осознанно или неосознанно) на причинение себе вреда в физической и/или психической сфере.



- **Аутоагрессия как саморазрушение может проявляться в:**
- - курении, пьянстве, наркомании,
- - игромании (азартные, компьютерные игры),
- - склонности к опасным профессиям и видам спорта,
- - трудоголизме (работе «на износ»),
- - неразумном принятии лекарственных средств,
- - модификации тела и лица (склонности к разного рода операциям по "улучшению" своего облика),
- - рискованном сексуальном поведении.



**Пирсинг**



**Татуаж на шрамах**





Туннели



- Аутоагрессия проявляется в нанесении себе телесных повреждений различной степени тяжести вплоть до самоубийства.



**Аутоагрессия** проявляется также в самообвинении и самоунижении, проявляющихся в преподнесении себя в невыгодном свете, обзывании себя бранными словами, в сравнении себя с «низменным, ничтожным, никчемным существом».

Уровень аутоагрессии личности отрицательно коррелирует с общительностью и положительно — с застенчивостью.

- **Аутоагрессия** - это сложный личностный комплекс, включающий :
- \* **Характерологический блок** (интроверсия, педантичность, демонстративность, депрессивность и невротичность).
- \* **Самооценочный блок** (чем выше аутоагрессия, тем ниже самооценка собственных когнитивных способностей, тела, собственной способности к самостоятельности, автономности поведения и деятельности).
- \* **Интерактивный блок** (способность/неспособность к успешной социальной адаптации, межличностному взаимодействию).
- \* **Социально-перцептивный блок** (связан с особенностями восприятия других людей, причем уровень аутоагрессии коррелирует с позитивностью восприятия значимых «других» и негативным восприятием себя).

## ● Причины возникновения аутоагрессии:

- Фрустрированный человек с внутриличностным конфликтом, подавляющий свою агрессию и отрицающий свои социализированные интроекты.
- Психотравмирующая ситуация, в которой реализуются защитные паттерны поведения, обусловленные внутриличностным конфликтом.
- Обратная отрицательная связь — несбывшиеся ожидания по отношению к объекту и ситуации, увеличивающей напряжение; агрессивность субъекта, потребность разрешения внутриличностного конфликта

- Суицид - это умышленное лишение себя жизни, самоубийство.
- **Суицидальное поведение**
- – это *аутоагрессивное* поведение, направленное на нанесение вреда собственному здоровью; оно связано с угрозой для жизни человека.

- 1 место. Повешение.
- 2 место. Отравление.
- 3 место: Смерть в связи с повышенным травматизмом (падение с высоты, аварии и пр.).
- 4 место: Передозировка наркотиками.

**Формы суицида несовершеннолетних  
12-17 лет**







www.farmosia.ru



**Экстремальные развлечения**





Руферы



**Руферы**



Руфер



Паркур



**Паркур, трюки**



- **Парасуицидальное поведение** направлено на причинение какого-либо ущерба здоровью личности и жизни в целом. Проявляется как шрамирование, пирсинг, тату,
- туннели в мочках уха, стритрейсинг, паркур и другие опасные увлечения.
- Эта деструктивная личностная тенденция часто не осознается человеком .

## ● **Признаки суицидальных тенденций:**

- **1. Поведенческие** (отчаяние, безразличие к окружающему миру, утрата интереса к одежде и чистоте тела, наведение порядка в личных делах, раздача личных вещей, бессонница, обжорство или недоедание, пропуски и прогулы, нездоровый интерес к вопросам смерти)
- **2. Словесные** (Я не могу так больше жить, я хочу покончить с собой. Прощайте, я больше не буду для вас проблемой. Больше не волнуйтесь обо мне...)
- **3. Ситуационные** («Надоела такая жизнь, вот бы заснуть и не проснуться!» Фантазии о смерти)

## ● **Причины суицидального поведения:**

- - уход от проблем,
- - избегание непереносимой для человека жизненной ситуации;
- - «разбитая любовь»,
- - самонаказание (из-за глубинного чувства вины),
- - призыв о помощи (сообщение окружающим: «Мне плохо!»),
- - грубые психические расстройства и клинические проявления невротических, диссоциальных и прочих личностных расстройств;
- - унижение и одиночество,
- - смерть близких,
- - развод и измена супругов,
- - конфликты между членами семьи,
- - злоупотребление наркотиками и алкоголем,
- - хроническая тревога и фрустрация,
- - сверхкритичность и нелюбовь к себе.

● **В. Франкл: «Самоубийца не боится смерти, он боится жизни».**

- **Три основных свойства, характеризующие личность самоубийцы:**

- 1. Повышенная напряженность потребностей, выражающаяся в необходимости непременно достижения поставленной цели.
- 2. Повышенная потребность в эмоциональной близости; зависимость от любимого человека, когда собственное «я» растворяется и воспринимается лишь в паре, и вся жизнь строится на сверхзначимых отношениях.
- 3. Низкая способность личности к образованию компенсаторных механизмов, неумение ослабить фрустрацию.

● **Самоубийство на фоне глубокой депрессии обусловлено:**

1. Длительным накоплением отрицательных эмоций в крайне неблагоприятных условиях жизни.
2. Крушением основных личностных ценностей.
3. Субъективно трактруемой безвыходностью положения.
4. Утратой смысла жизни.
5. Внезапно возникшим аффектом, связанным со стрессогенной и экстремальной ситуацией.
6. Психопатизацией личности.

## ● *Причины аутоагрессии*

## ● *и подросткового суицида*

- конфликты с родителями,
- неуспеваемость в школе,
- несчастная любовь,
- ссора в одноклассниками,
- изнасилование и ранняя беременность,
- протест против цинизма, жестокости или безразличия,
- гибель родственников,
- подражание поведению кумиров и «героев»,
- ощущение себя изгоем,
- склонность к риску (бравата, «талант» доказывает, на что способен) и др.
- повышенная ранимость и кумулятивный аффект, когда **суицид выступает последней каплей в постепенно ухудшающейся жизненной ситуации.**

- Присвоение детьми неадекватных моделей поведения ведет к формированию неконструктивных смысловых систем, которые могут стать внутренними предпосылками нарушений идентичности и эмоционально-когнитивных искажений в структуре образа мира. Это приводит к расстройствам адаптации и проявлениям различных форм саморазрушающего поведения.

## **Семейные причины аутоагрессии**

- 1. Наличие положительных эмоциональных отношений (любви, поддержки и принятия) имеет решающее значение для минимизации аутоагрессии.
- 2. Автономность матери оказывает наиболее сильное влияние на риск формирования у детей саморазрушающего поведения.
- 3. При выраженной директивности родителей дети начинают пробовать различные формы поведения, рискованного для здоровья и жизни, но в меньшей степени вовлекаются в устойчивые формы саморазрушающего поведения. В случае наличия положительных отношений к ребенку директивность воспринимается как забота и беспокойство, а в случае отсутствия положительных отношений, враждебность и директивность воспринимаются как подавление и контроль.
- 4. Враждебность со стороны матери и отца оказывает сильное влияние на развитие аутоагрессивного поведения. .



1. Своевременная психологическая помощь и поддержка.
2. Оказание помощи в трудной жизненной ситуации.
3. Снижение стрессов и их последствий.
4. Воспитание самостоятельности (будет меньше внушаемости).
5. Развенчивание мифов и заблуждений («Суицид – красивый героический поступок»).
6. Доверительные беседы о последствиях суицида.
7. Просвещение в плане того, что «Жизнь стоит того, чтобы жить».
8. Показать конструктивные выходы из депрессии.
9. Предложить литературу о смысле жизни.
10. Формировать сферу интересов и вкус к жизни.

## Профилактика аутоагрессии и суицида

## ● **Что же делать взрослым?**

- 1. Повышать самооценку подростка.**
- 2. Обучать навыкам поведения в конфликтной ситуации.**
- 3. Учить преодолевать состояния тревоги и растерянности.**
- 4. Развивать критичность мышления.**
- 5. Преодолевать повышенную внушаемость.**
- 6. Формировать эмоциональную близость в отношениях.**
- 7. Развивать умения ослаблять фрустрацию.**



**БЛАГОДАРЮ ЗА  
ВНИМАНИЕ!**