

М. В. Цагельник

Научный руководитель: А. С. Ярошевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЛИЧНОСТИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЯХ:
РАЗВИТИЕ И ПРОЯВЛЕНИЯ СЕЛФХАРМА У СТУДЕНТОВ**

Работа посвящена изучению семейных и образовательных отношений в контексте развития личности студентов, с акцентом на проявления селфхарма. Семья и учебная среда являются ключевыми факторами, формирующими эмоциональное и психологическое состояние молодежи. Поддерживающие и здоровые отношения в этих сферах способствуют развитию уверенности в себе, эмоциональной устойчивости и позитивного мировосприятия. Напротив, дисфункциональные семейные отношения и стрессовые ситуации в образовательной среде могут приводить к эмоциональным и поведенческим проблемам, включая агрессивное поведение и селфхарм. Работа включает анализ различных методологических подходов к исследованию данной темы и предлагает рекомендации по разработке превентивных программ и интервенций, направленных на улучшение эмоционального климата в семье и учебной среде, а также на поддержку личностного и академического развития студентов.

Ключевые слова: селфхарм, самоповреждающее поведение, аутоагрессия, суицид, студенты, семья, семейные отношения, агрессивное поведение, образовательные отношения, развитие личности.

M. V. Tsagelnik

Scientific Adviser: H. S. Yaroshevich

Francisk Skorina Gomel State University,

Gomel, Republic of Belarus

**PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF THE INDIVIDUAL
IN EDUCATIONAL RELATIONS: DEVELOPMENT AND MANIFESTATIONS
OF SELF-HARM IN STUDENTS**

The work is devoted to the study of family and educational relationships in the context of students' personality development, with an emphasis on manifestations of self-harm. Family and educational environment are key factors shaping the emotional and psychological state of young people. Supportive and healthy relationships in these areas help develop self-confidence, emotional stability, and a positive outlook. On the contrary, dysfunctional family relationships and stressful situations in the educational environment can lead to emotional and behavioral problems, including aggressive behavior and self-harm. The work includes an analysis of various methodological approaches to the study of this topic and offers recommendations for the development of preventive programs and interventions aimed at improving the emotional climate in the family and educational environment, as well as supporting the personal and academic development of students.

Keywords: self-harm, self-harming behavior, auto-aggression, suicide, students, family, family relationships, aggressive behavior, educational relationships, personality development.

В настоящее время важно разрабатывать эффективные психологические стратегии для предотвращения самоповреждающего поведения среди молодежи. Важное значение имеет как коррекция существующих форм саморазрушительного поведения, так и внедрение профилактических мер.

Кроме того, ресурсы психологов, участвующих в образовательных программах, ограничены, как и доступные каждому человеку средства. Поэтому необходимо сосредоточить усилия на профилактике самоповреждающего поведения. Основная задача заключается не только в предотвращении конкретных нарушений, но и в поддержке морального здоровья и удовлетворенности молодежи, а также в оказании помощи в преодолении возникающих трудностей. Современные исследователи используют различные подходы и теории для изучения самоповреждающего и агрессивного поведения. Они стремятся разобраться в этих явлениях, анализируя контекст их возникновения, механизмы поддержки и возможные последствия для индивидов и их окружения.

Различные научные дисциплины, включая биологию, медицину, психологию и культурную антропологию, вносят значительный вклад в разработку теоретических концепций самоповреждающего поведения. Учёные из таких областей, как биология, этология, антропология, этнография, клиническая медицина и психология, используют обширные данные для создания моделей и теорий, которые помогают понять причины и функции самоповреждающего поведения.

Самоповреждающее поведение включает в себя серию преднамеренных действий, приводящих к физическому ущербу телу, но не имеющих целью самоубийство и происходящих без явной причины, кроме как для облегчения психологического дискомфорта или душевной боли. Такое поведение часто сопровождается ощущениями беспомощности, стыда или вины [5].

По мнению Н.А. Польской, под термином «самоповреждающее поведение» понимается «широкий спектр действий, направленных на намеренное физическое повреждение собственного тела» [5, с. 18], таких как порезы на коже, удары, ожоги от раскаленных предметов, уколы иглой и другие действия. Феномен самоповреждающего поведения является распространённым и относится к неуправляемым, разрушительным и непредсказуемым формам поведения.

По мнению А. А. Реана, самоповреждающее поведение является эволюционно укorenившейся формой адаптации организма к различным биологическим и социальным воздействиям. В процессе развития организма, укрепления психического аппарата и расширения поведенческого репертуара в ходе филогенеза и онтогенеза оно приобретает новые функции [4, с. 53].

В.Д. Менделевич подчеркивает необходимость выделения трёх уровней самоповреждающего поведения на основе динамики процессов дифференциации / интеграции психического развития человека:

1 Физиологический уровень представляет собой первичный компонент самоповреждающего поведения, проявляющийся на ранних стадиях онтогенеза и обнаруживающийся при нарушениях развития на более поздних этапах.

2 Когнитивный уровень связан с целенаправленной деятельностью, направленной на освоение собственного тела и разработку новых адаптивных стратегий. Здесь самоповреждающее поведение используется для достижения личных целей.

3 Символический уровень рассматривает самоповреждающее поведение как форму выражения и кодирования психологических содержаний.

В современной психологии самоповреждающее поведение часто рассматривается в контексте аутоагрессии и аутодеструкции, как следствие психических расстройств или серьезных поведенческих нарушений.

Часто люди сталкиваются с трудностями в управлении внезапными желаниями, что может привести к самоповреждению или даже к суицидальному поведению. Важно, чтобы подростки осознавали опасность таких внезапных влечений как для себя, так и для окружающих. Психологическое обучение может помочь им научиться контролировать свое поведение, уча их, как управлять своими реакциями на различные стимулы.

Самоповреждающее поведение, также известное как селфхарм, описывает ситуацию, когда человек наносит себе умышленный или неосознанный физический вред,

зачастую без намерений суицида. В большинстве случаев такие действия не связаны с попытками самоубийства, а представляют собой способ справиться с дискомфортом и эмоциональным напряжением. Психотерапия широко используется для лечения этого вида поведения, а также уделяется внимание его профилактике.

Самоповреждающее поведение – это умышленные действия, не направленные на самоубийство, заключающиеся в нанесении вреда собственному телу с целью вызвать физическую боль [4].

Самоповреждающее поведение, такое как порезы, ожоги и другие формы физического повреждения, отличается от суицида тем, что его основные мотивы и причины могут быть разнообразными. В отличие от желания прекратить свою жизнь, самоповреждающее поведение часто имеет иные мотивации и стимулы.

Некоторые ошибочно связывают самоповреждающее поведение исключительно с порезами на коже, однако на самом деле это явление часто проявляется в разнообразных формах. Существует множество проявлений такого поведения, таких как выворачивание суставов пальцев, обкусывание ногтей и кожи вокруг них, расцарапывание, щипание или растирание кожи до появления крови, удары кулаками или головой о твердые поверхности, расчесывание родинок и мелких ран, прижигание кожи, глотание инородных предметов, выдергивание волос на голове и теле, колотье себя гвоздями или булавками.

В обществе пирсинг и татуировки часто воспринимаются как обычное проявление, однако, когда они используются для нанесения физического вреда себе, это также рассматривается как форма селфхарма.

Часто селфхарм связан с различными психическими расстройствами:

1 *Психогенные отклонения*, такие как посттравматическое расстройство, глубокая депрессия и неврозы, могут стать причиной селфхарма. Человек, причиняя себе боль, пытается временно отвлечься от внутренних страданий, сосредотачиваясь на физических ощущениях.

2 *Расстройства личности*, характеризующиеся отсутствием самоконтроля и самокритики, также могут приводить к селфхарму. Отмечается повышенная импульсивность и чрезмерная тревожность.

3 *Истерия* может быть связана с желанием привлечь внимание или избавиться от внутреннего напряжения. Самоповреждение становится одним из способов достижения этих целей.

4 *Органические патологии*, такие как повреждение центральной нервной системы из-за нейроинфекций или инсульта, также могут спровоцировать селфхарм. В этих случаях расстройство может проявляться в форме жестокой агрессии, которую часто приходится контролировать с помощью медикаментов.

5 *Шизофрения* может приводить к селфхарму из-за бредовых убеждений и галлюцинаций. Например, человек может убежденно верить, что под его кожей ползают насекомые и пытается избавиться от них любыми доступными средствами [2].

Также на селфхарм могут влиять наркотическая и алкогольная зависимости, генетическая предрасположенность, нарушения в работе эндокринной системы, а также различные формы умственной отсталости. Люди прибегают к селфхарму, когда кажется, что другие методы не способны помочь справиться с эмоциями, и когда они не могут контролировать ситуацию.

Самоповреждающее поведение обсуждается в рамках клинической практики в контексте аутоагрессии, суицидальных намерений и случаев намеренного нанесения вреда себе. Такие действия включают порезы, проколы, расчесывание кожи, самоожоги и удары по телу или твердым поверхностям. В соответствии с А. Фаваззом [6; 1], это поведение, хотя неприемлемо в социальном аспекте, обычно не направлено на суицид и чаще всего преднамеренно осуществляется. Люди, совершающие акты самоповреждения, часто испытывают предварительную тревогу и страх, однако после них обычно

наступает облегчение. Н.А. Польская [4] выделяет разницу между прямым самоповреждением, когда вред наносится непосредственно на тело, и самоповреждающим поведением, которое может происходить неосознанно и включать действия, вредные для психического и физического здоровья. Помимо медицинских причин, самоповреждающее поведение может быть вызвано различными социальными и психологическими факторами:

1 Источником дистресса могут быть физическое или сексуальное насилие, особенно если оно происходит со стороны близких людей, что влечет за собой тяжелые психологические последствия. Часто страдающие не могут или боятся обращаться за помощью.

2 В семейной среде конфликты, отсутствие внимания или переопека, постоянные сравнения и игнорирование достижений могут спровоцировать дистресс. У взрослых развод или утрата близкого также могут повлиять на психическое состояние.

3 Провокации со стороны сверстников, буллинг или ощущение «изгоя» в обществе могут вызвать самоповреждающее поведение у подростков.

4 Дезадаптивные черты личности, такие как неумение управлять своими эмоциями или низкая стрессоустойчивость, могут способствовать появлению самоповреждающего поведения.

5 Большие социальные события, такие как военные действия или экономический кризис, могут вызвать у людей стресс, который может привести к самоповреждающему поведению.

6 Самоповреждающее поведение может стать способом справиться с психологическими проблемами, такими как одиночество или чувство вины. Однако после таких действий может возникнуть еще больше негативных эмоций [8].

Таким образом, семейные и образовательные взаимоотношения играют значительную и разнообразную роль в формировании личности студентов и проявлении селфхарма. Поддерживающие и здоровые отношения в семье и образовательной среде способствуют развитию эмоциональной устойчивости, повышению самооценки и формированию позитивного мировосприятия у студентов. Эти факторы являются важными основами личностного и академического роста. Напротив, конфликтные и дисфункциональные семейные отношения, а также стрессовые и несправедливые ситуации в учебной среде могут способствовать появлению эмоциональных и поведенческих проблем, включая селфхарм.

Аутоагрессия – это широкое понятие, включающее как осознанные и неосознанные самовредительные действия, так и стремление к саморазрушению. Этот термин изучается различными научными дисциплинами, включая медицину, биологию, социологию, педагогику и психологию. Сложность аутоагрессии заключается в её многообразии аспектов, различных методах исследования, а также в неоднозначности факторов и причин, лежащих в её основе [7].

Самоповреждение может принимать разнообразные формы, такие как самокритика, унижение, самонаказание, злоупотребление веществами, физические повреждения, включая попытки суицида. Это также может проявляться через выбор деструктивных реакций на ситуации и проявления агрессивного, девиантного, зависимого, суицидального и саморазрушительного поведения.

Автотравмирование представляет собой сложное социально-психологическое явление, изучение которого включает различные подходы. По мнению Н. П. Пищулина, автотравмирование, входящее в структуру модели дезадаптивного поведения, возникает из-за фрустрации. Люди, реагирующие иррационально, включая использование автотравмирования, на изменения, не могут адаптироваться к социальным изменениям и справляться со стрессом при вступлении в новую социальную ситуацию. [7].

Самоповреждающее поведение, изучаемое в рамках аутоагрессивного и саморазрушительного поведения, часто обусловлено различными факторами, такими как

воздействие окружающей среды, наличие психических расстройств, стремление к демонстрации и другие аспекты. Студенты, проявляющие склонность к самоповреждению, часто предпочитают определённые способы поведения. В настоящее время вопрос виктимизации подростков привлекает значительное общественное внимание и требует эффективных решений [3].

Современные исследования самоповреждающего поведения уделяют внимание не только его психологическим аспектам, но и контексту его возникновения, мотивации и стратегиям адаптации. Это способствует более глубокому и всестороннему пониманию самоповреждающего поведения, а также разработке эффективных методов его лечения и профилактики.

Самоповреждающее поведение часто определяется как акты, которые не соответствуют общепринятым стандартам и связаны с намеренным причинением вреда своему телу, например, порезы, но не направленные на совершение самоубийства. Это поведение может проявляться разнообразными способами, включая изменения внешнего вида, а также прямые действия, такие как порезы или ожоги, хотя более серьезные травмы редко наносятся подростками [9].

По данным ООН, примерно треть молодых людей вовлечены в незаконные действия. Примерно 5 % из них относятся к группе «трудных подростков», которые находятся под риском воздействия педагогической среды. Эти подростки характеризуются низкой устойчивостью к стрессам, тревожностью, неадекватной самооценкой и восприятием реальности. Они также имеют ограниченные навыки общения, затруднения в установлении контактов с другими, проявляют импульсивную агрессивность и склонны к участию в конфликтах.

Наличие самоповреждающего поведения не всегда указывает на склонность индивида к суициду, так как не все студенты, которые наносят себе вред, имеют намерение окончить свою жизнь. Фактически, исследования показывают, что лишь у четверти молодых людей, совершивших такие действия, возникают мысли или мотивы суицида.

Из исследований К. А. Меннингера следует, что акты самоповреждения, независимо от их тяжести, указывают на наличие мыслей о суициде и желание умереть, а также на желание наказать себя за совершенные действия, сохраняя при этом стремление к жизни.

В контексте причинения физических повреждений самому себе, ограниченных социальными и культурными нормами, можно выделить следующие ситуации:

- самоповреждение в рамках перехода из детства во взрослую жизнь;
- самоповреждение, вдохновленное современными тенденциями, модой и влиянием молодежной культуры.

Первая категория негативных повреждений включает серьёзные травмы, которые случаются нечасто и обычно приводят к конкретным и серьёзным повреждениям кожи. Такие акты самоповреждения обычно происходят внезапно, имеют серьёзные последствия и часто совершаются в состоянии эмоционального напряжения, что требует немедленного вмешательства взрослых [9].

Вторая категория неблагоприятных действий включает систематическое самоповреждение. Это действия, которые выполняются постепенно и целенаправленно в рамках определённого плана, но лишены чёткой мотивации. Это расстройство значительно напоминает психоневрологические расстройства и часто встречается при различных нарушениях психического развития.

Третий тип негативных воздействий включает незаметные или едва заметные повреждения тела, которые можно разделить на несколько категорий: случайные проявления, беспорядочные акты, время от времени возникающие действия и повторяющиеся акты самоповреждения. Это включает в себя мелкие травмы тканей, которые не представляют опасности для жизни, такие как царапины, порезы, увеличивающие время заживления раны, обгрызание ногтей и другие подобные действия.

Исследование самоповреждающего поведения среди студентов является важной областью психологических исследований. Современные подходы включают использование разнообразных методов и учет культурно-контекстуальных особенностей, а также акцентируют внимание на биологических и нейронаучных механизмах. Исследования эффективности интервенций играют ключевую роль, помогая выявить наиболее эффективные стратегии предотвращения самоповреждающего поведения и поддержки студентов. Продвижение научно обоснованных программ и интервенций способствует улучшению физического и психического благополучия студентов, способствует созданию поддерживающей учебной среды и обеспечивает долгосрочное психологическое здоровье и успех в учебе.

Для определения склонности студентов к самоповреждающему поведению использовался опросник для диагностики ПЛР Т. Ю. Ласовской. Методика представляет собой личностный опросник, созданный в 2012 году коллективом авторов (Т. Ю. Ласовская, С. В. Яичников, Ю. В. Сарычева, Ц. П. Короленко) на основе диагностических критериев пограничного расстройства личности, изложенных в DSM-III-R и DSM-IV. Опросник содержит ряд вопросов, предназначенных для оценки уровня нестабильности и импульсивности, а также самоповреждающего и суицидального поведения.

Исследование проводилось на базе УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины» и УО» Белорусский государственный университет транспорта». В выборку вошли 130 респондентов в возрасте от 17 до 22 лет. Результаты исследования представлены на рисунке 1.

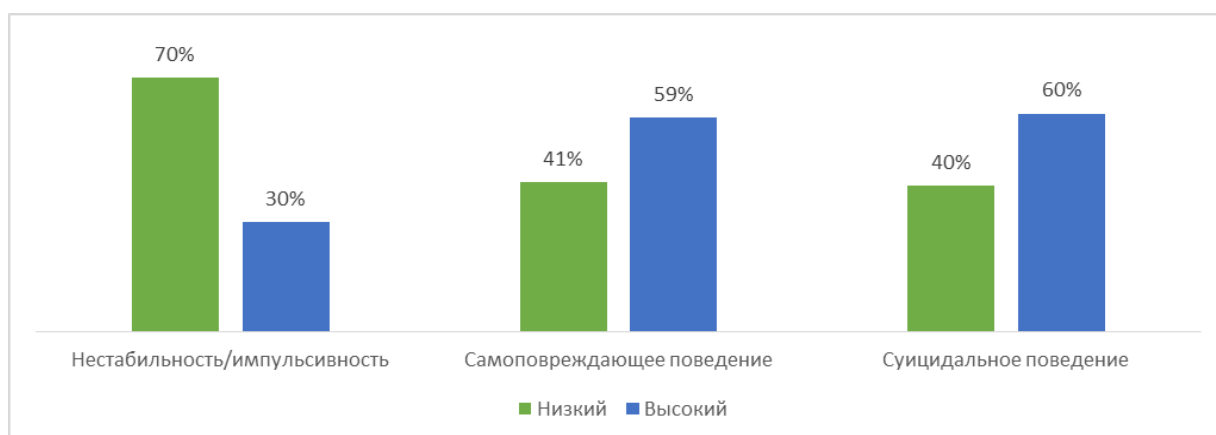


Рисунок 1 – Результаты исследования селфхарма у студентов (по методике Т. Ю. Ласовской, в %)

Анализ данных, представленных на рисунке 1, показывает, что у большинства студентов (60 % и 59 %) наблюдаются высокие уровни по шкалам «суицидальное поведение» и «самоповреждающее поведение». Это свидетельствует о выраженной склонности к суицидальному поведению, низкой ценности собственной жизни, склонности к риску, потребности в острых ощущениях и садомазохистских тенденциях. У 40 % студентов выявлен низкий уровень по шкале «суицидальное поведение», а у 41 % – по шкале «самоповреждающее поведение», что указывает на умеренную склонность к суицидальному поведению и умеренную выраженность случаев физического или психологического самоповреждения.

Стоит отметить, что высокий уровень по шкале «нестабильность / импульсивность» был выявлен у 30 % испытуемых, что указывает на значительную неустойчивость их эмоциональных состояний и склонность к импульсивным реакциям. Низкий уровень по этой шкале был обнаружен у 70 % студентов, что свидетельствует о выраженной

устойчивости и сдержанности в психическом функционировании, а также о преобладании стабильных и осознанных психологических механизмов реакции на внешние и внутренние стимулы.

Результаты исследования не показали статистически значимых различий в уровне склонности к агрессивному поведению у студентов с разными уровнями склонности к селфхарму. Исходя из этого можно заключить, что индивиды, склонные к самоповреждающему поведению, не проявляют повышенной агрессивности по отношению к другим людям. Их агрессия направлена исключительно на самих себя и не имеет внешних проявлений агрессивного поведения.

Список использованных источников

1 Амбрумова, А. Г., Трайнина, Е. Г. К вопросу о саморазрушающем поведении подростков / А. Г. Амбрумова, Е. Г. Трайнина // Саморазрушающее поведение у подростков. – Л., 1991. – С. 29-36.

2 Дерябина, В. Е. Самоповреждающее поведение в контексте склонности к расстройствам личности / В. Е. Дерябина. – 2017. – 11(1). – С. 56-65.

3 Зайченко, А. А. Самоповреждающее поведение / А. А. Зайченко // Психология телесности: теоретические и практические исследования: сборник статей II международной научно-практической конференции. Пенза: ПГПУ им. В. Г. Белинского. – 2009. – 682 с.

4 Польская, Н. А. Причины самоповреждения в юношеском возрасте (на основе шкалы самоотчета) / Н. А. Польская // Консультативная психология и психотерапия. – 2014. – № 2 (81). – С. 140-152.

5 Реан, А. А. Агрессия и агрессивность личности / А. А. Реан // Психологический журнал. – 1996. – № 5. – С. 3-18.

6 Тверская, Е., Моесеева, Т., Крысько, Н. Подростковый «селф-харм». Причины и психологическая помощь / Е. Тверская, Т. Моесеева, Н. Крысько – 2018. – 27 с.

7 Фурманов, И. А., Сизанов, А. Н., Хриптович, В. А. Профилактика нарушений поведения в учреждениях образования / И. А. Фурманов, А. Н. Сизанов, В. А. Хриптович. – Минск: РИВШ. – 2011. – 250 с.

8 Чуева, Е. Н. Самоповреждающее поведение детей и подростков / Е. Н. Чуева. – Вестник Краунц. – 2017. – № 1 (29). – С. 71-77.

9 Шорохова, О. А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости [Текст] / О. А. Шорохова. – СПб: Речь, 2002. – 136 с.

А. В. Цурикова

Научный руководитель: Е. А. Лупекина, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАЗВИТИЯ КРЕАТИВНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В статье рассматриваются вопросы развития креативности детей старшего дошкольного возраста. Автором приводятся данные исследования развития креативности детей старшего дошкольного возраста, предлагаются рекомендации по психолого – педагогическому сопровождению развития креативности детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: креативность, творческие способности, воспитанники старшего дошкольного возраста, творчество, развитие, психолого – педагогическое сопровождение.