

Профилактика антивитального поведения в подростковой среде

Петрова Алёна Алексеевна

Студент (бакалавр)

Алтайский государственный педагогический университет, Институт психологии и педагогике, Барнаул, Россия

E-mail: alenapetrova1107@icloud.com

Антивитальное поведение в подростковой среде представляет собой серьезную проблему, требующую внимание как со стороны родителей, так и со стороны образовательных учреждений и общества в целом. Актуальность данной проблемы заключается в увеличении уровня стресса, тревожности и депрессии у подростков, это делает их более уязвимыми и склонными к проявлению антивитального поведения. Проведение анализа и понимание факторов, способствующих антивитальному поведению, поможет в разработке эффективных стратегий профилактики, направленных на улучшение психоэмоционального состояния подростков и их социальной адаптации.

Подростковый возраст является критическим периодом в жизни человека, так как при формировании личности, различных социальных навыках и жизненных установках, он является наиболее уязвимым к негативным влияниям окружающей среды. Под антивитальным поведением понимается поведение, направленное против биологических потребностей человека, имеющее характер пассивного и рискованного размышления в отношении здоровья мыслей и действий, напрямую не связанных с намерением свести счеты с жизнью [1].

Проявление антивитального поведения у подростков часто связывают с тревогой, вызванной внутренними конфликтами и противоречиями, которые в свою очередь берут свои корни из семейной обстановки. При непринятии системы ценностей старшего поколения в семье, отсутствие позитивного образа привязанности, обесценивание подростка значимым взрослым, опыта взаимной поддержки и заботы с поощрением инициативности и самостоятельного планирования деятельности, формируются механизмы нарушения саморегуляции и опосредствования эмоций, связанных с удовлетворением значимых социальных мотивов личности.

Общая неустойчивость, недостаточность критики, завышенная самооценка и эгоцентризм так же создают условия для снижения уровня ценности жизни, что негативно окрашивает эмоциональную составляющую подростка, что в конфликтной ситуации повлечет за собой возникновение предпосылок для суицидального поведения [2].

В профилактике антивитального поведения в первую очередь стоит задача задействовать все сферы жизни ребенка, а также разработать и внедрить образовательные программы, направленные на повышение жизненного интереса подростка, формирование альтернативной мотивации, которая поможет в негативных обстоятельствах принять взвешенное и обдуманное решение. Альтернативная мотивация может быть выведена в совместной работе психолога и подростка, где с помощью активного слушания, создание безопасной среды, правильной постановки цели и позитивного подкрепления, подросток сможет самостоятельно себя мотивировать и развивать здоровые увлечения и интересы. Ключевую роль играют родители, которые при создании атмосферы доверия и открытости, участия и проявление интереса к жизни ребенка, смогут обучить его навыкам разрешения конфликтов и управлением эмоциями.

Только благодаря комплексному подходу, включающему взаимодействие семьи, школы и общества можно создать благоприятные условия формирования здоровой личности и предотвращения негативных последствий антивитального поведения. Важно учитывать

все индивидуальные особенности каждого подростка и давать им возможность принимать ответственность за свои действия и решения, касающихся их жизни.

Источники и литература

- 1) 1. Ковалев В.В., Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения :методические рекомендации. М. : Минздрав. РСФСР, Моск. НИИ психиатрии МЗ РСФСР, 1980. 55 с. 2. Короленко Ц.П. Семь путей к катастрофе: деструктивное поведение в современном мире. – Новосибирск: 1990. – 224 с. 3. Осин, Е. Н. Тест смысложизненных ориентаций: новые данные о структуре и валидности / Е. Н. Осин, Н. В. Кошелева //Вопросы психологии. – 2020. – №6 – С. 150–163. 4. Шмелев А.Г., Белякова И.Ю. Опросник суицидального риска // Практикум по психодиагностике. Прикладная психодиагностика / под ред. С.Р. Пантеева. М. : Изд-во Моск. ун-та, 1992. С. 3–8.