Взаимосвязь показателей школьного буллинга и самоповреждающего поведения подростков в образовательной среде

Кормушина Наталья Геннадьена,
кандидат психол. наук,
педагог-психолог высшей категории
МОАУ «СОШ № 86», г. Оренбург

Определение буллинга

- **Буллинг** – запугивание, унижения, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе

(И.С. Кон, 2006 г.)

Определение буллинга

Буллинг – длительное физическое
или психологическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации

Самоповреждающее поведение

Самоповреждения в юношеском возрасте определяются комплексом:

- психологических
- социальных
- культурных
- биологических причин

Самоповреждающее поведение

- **Самоповреждение или Селфхарм –** намеренное осознанное поведение:
- нанесение себе мелких множественных порезов
- ожогов на участках тела, покрытых одеждой – на руках, бедрах, животе с целью справиться с сильными эмоциями (гневом, тревогой, страхом или грустью) и таким образом облегчить эмоциональное состояние

Самоповреждающее поведение

- факт подобных действий является симптоматичным и указывает на психопатологические нарушения
- свидетельствует о проблемах психологического характера
- психогенетическими и социальными особенностями развития личности [Польская 2014].

Самоповреждающее поведение

- В этот период появляются новые способы контроля и управления собственным поведением
- новые приемы влияния на поведение других людей
- происходят значительные изменения в сфере определения личностных границ и формирования образа себя

Самоповреждающее поведение

Самоповреждающее поведение

- Идентичность в юношеском возрасте формируется на основе интеграции представлений о самом себе, мире и тех социальных ролей, через которые происходит социальная ассимиляция личности

Самоповреждающее поведение

- В юношеском периоде наблюдаются признаки «спутанной идентичности» [Эриксон, 2006]
- при неблагоприятных условиях могут трансформироваться в «диффузную идентичность» [Кернберг, 2010]

Самоповреждающее повндение

- Согласно Э. Эриксону, в юношеском периоде происходят существенные изменения, затрагивающие как представления о себе, так и представления о том, как тебя воспринимают значимые другие. Это возраст крайностей, которые «могут включать в себя не только мятежные, но также девиантные, делинквентные и саморазрушительные тенденции» [Эриксон, 2006]

Самоповреждающее поведение

- Более трети респондентов совершали инструментальные и почти половина - соматические самоповреждения

Самоповреждающее поведение

- Наибольшая частота выборов пришлась на причины, связанные с эмоционально-регулятивными аспектами контроля поведения:
- избавиться от плохих мыслей
- успокоиться
- освободиться от всего плохого внутри
- справиться со своими эмоциями, из-за злости
- почувствовать облегчение или не чувствовать душевной боли

Самоповреждающее поведение

На основе анализа выделены четыре фактора:

- воздействие на других
- избавление от напряжения
- изменение себя (поиск нового опыта)
- восстановление контроля над эмоциями

Самоповреждающее поведение

Данная факторная структура была взята за основу для определения типов контроля при самоповреждении:

- контроль над собственным состоянием (избавление от напряжения/восстановление контроля над эмоциями);
- контроль над внешними событиями (воздействие на других/поиск нового опыта)

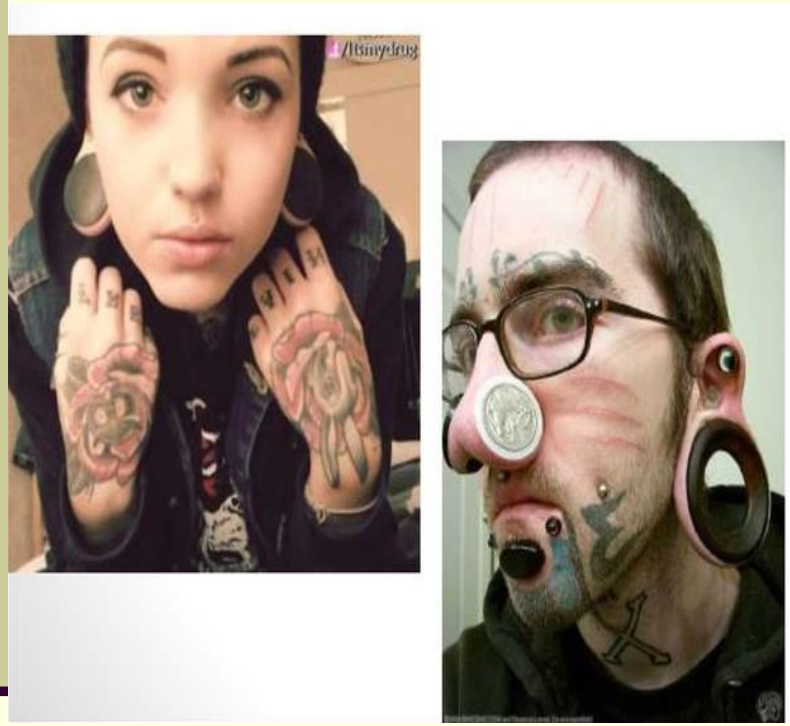
Самоповреждающее поведение

- **Первый тип** контроля связан с устранением нежелательных эмоций и элиминацией болезненного опыта
- **Второй тип** связан с контролем над внешними событиями приобретением нового опыта, что означает усиление коммуникации, стремление оказывать влияние на других, управлять ими, стремление к новым ощущениям

Самоповреждающее поведение

- Несмотря на то, что избавление от напряжения, связанное с **первым типом** контроля (контроль над собственным состоянием), оказалось преобладающим в данной выборке
- **второй тип** контроля (влияние на других и поиск новых ощущений) играет не менее важную роль в понимании самоповреждений в юношеском возрасте.

Самоповреждающее поведение



- **Второй тип** контроля в большей степени объясняет социально-санкционированные самоповреждения, к которым относятся различные способы декорирования тела, ритуальные и социально-статусные самоповреждения

Самоповреждающее поведение

- Первый тип контроля непосредственно связан с переживанием психологических трудностей, сопряженных с периодом взросления

Самоповреждающее поведение

- Поведение в юношеском возрасте нередко определяется рамками «психологического моратория» [Эриксон, 2006] и характеризуется высоким риском маргинализации
- отвержением общепринятых норм
- поиском нового опыта, имеющего индивидуальную ценность и уникальность

Самоповреждающее поведение

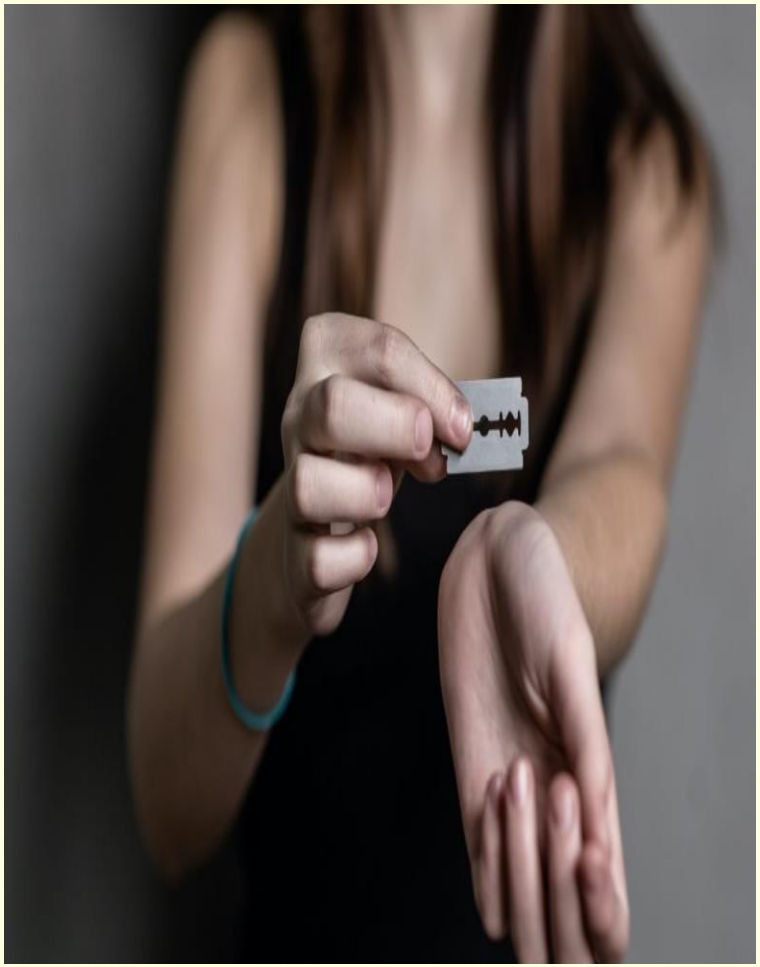
Возрастает риск сопряженных с маргинализацией радикальных действий, отличающихся общей антивитальной направленностью:

- суицидальное и самоповреждающее поведение
- насилие
- эмоциональное давление и запугивание [Juhnke, 2011].

Самоповреждающее поведение

- Соответственно возрастает риск социальной дезадаптации и связанных с ней расстройств эмоций и поведения [Холмогорова, Евдокимова, 2009].

Самоповреждающее поведение



- Акты самоповреждения в юношеском возрасте представляют собой реакцию на острое внутреннее неблагополучие и носят регулятивный характер

Самоповреждающее поведение

- Через самоповреждение происходит овладение собственным психологическим состоянием, восстанавливается контроль над поведением

Самоповреждающее поведение

Либо таким образом происходит:

- поиск социальной поддержки
- привлечение внимания
- поиск опоры в отношениях со значимыми другими

Самоповреждающее поведение

Самоповреждение в структуре процессов психологической саморегуляции может выступать как:

- способ самоконтроля (подчинения себя самому себе)
- как способ контроля поведения других людей

Самоповреждающее поведение

- Привлечение внимания
- демонстрация своей уязвимости
- силы
- управление другими и т.п.).

Самоповреждающее поведение

- Порезы режущими предметами
- Уколы или проколы кожи острыми предметами
- Самоожоги
- Удары по собственному телу

Самоповреждающее поведение

- Удары кулаком, ногой, головой или корпусом тела по твердым поверхностям
- Выдергивание волос

Самоповреждающее поведение

- Обкусывание ногтей
- Сковыривание болячек, чтоб дольше не заживали
- Обкусывание губ
- Прикусывание щек или языка
- Другие самоповреждения

Самоповреждающее поведение

- Испытуемому предоставлялся бланк исследовательской шкалы самоотчета, включающей в себя три блока. В первом блоке представлен перечень актов самоповреждения, включающий в себя 12 пунктов:

Причины самоповреждения

- **1** чтобы взять себя в руки
- **2** чтобы избавиться от плохих мыслей
- **3** чтобы показать силу своих чувств, эмоций другому человеку
- **4** хотел запомнить, как может быть плохо
- **5** чтобы успокоиться
- **6** чтобы освободиться от всего плохого внутри

Причины самоповреждения

- **7** чувствовал потребность в адреналине
- **8** чтобы все от меня отстали
- **9** чтобы справиться со своими эмоциями
- **10** злился на других
- **11** чтобы почувствовать облегчение
- **12** чтобы почувствовать хоть что-нибудь
- **13** просто за компанию

Причины самоповреждения

- **14** чтобы другие поняли, что мне плохо
- **15** чтобы стать лучше
- **16** чтобы произвести на других впечатление
- **17** чтобы попробовать что-то необычное
- **18** чтобы навсегда запомнить важное событие
- **19** чтобы получить удовольствие

Причины самоповреждения

- **20** чтобы не чувствовать душевной боли
- **21** чтобы показать другим, что я способен на все
- **22** чувствовал себя полностью уничтоженным
- **23** чтобы меня уважали другие
- **24** хотел понять самого себя
- **25** чтобы избавиться от тревоги, страха
- **26** считал, что это красиво

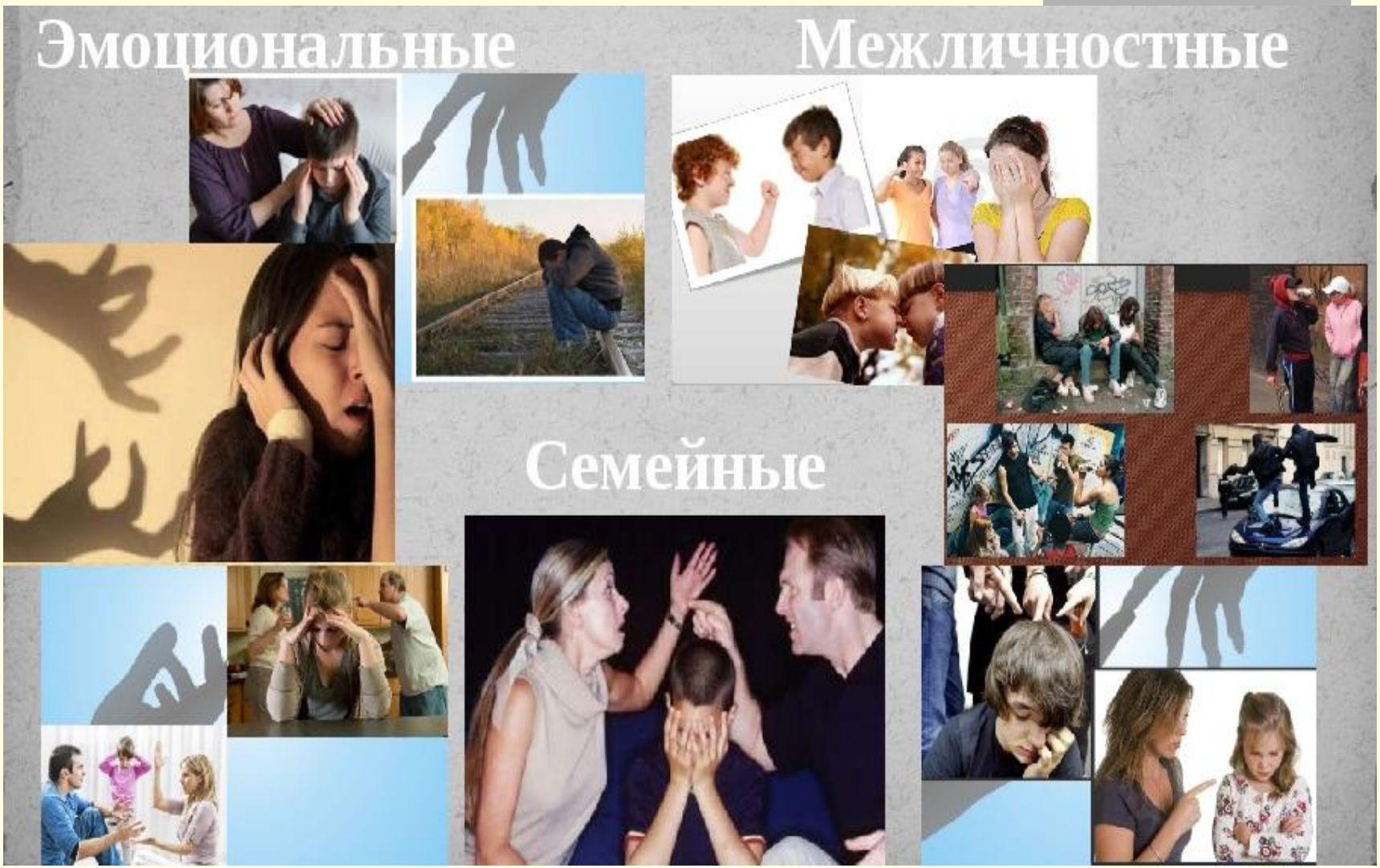
Самоповреждающее поведение

- Представленные результаты частотного распределения по актам самоповреждения демонстрируют, что частота действий самоповреждающего характера в данной выборке респондентов наиболее высока

Самоповреждающее поведение

- Порезы режущими предметами
- удары кулаком, ногой, головой по твердым поверхностям
- расчесывание кожи
- сковыривание болячек
- обкусывание губ и прикусывание щек или языка

Самоповреждающее поведение



Самоповреждающее поведение

- Разделение актов самоповреждения на соматические и инструментальные показало, что:
- более трети респондентов совершали инструментальные
- и почти половина - соматические самоповреждения

Самоповреждающее поведение

- Практически **треть** респондентов в качестве причин, объясняющих подобное поведение, указали на причины, связанные с эмоциональнорегулятивными аспектами контроля поведения:

Самоповреждающее поведение

- избавиться от плохих мыслей
- успокоиться
- освободиться от всего плохого внутри
- справиться со своими эмоциями
- из-за злости, почувствовать облегчение
- или не чувствовать душевной боли

Самоповреждающее поведение

На основе факторного анализа были выделены четыре фактора:

- воздействие на других
- избавление от напряжения
- изменение себя (поиск нового опыта) и восстановление контроля над эмоциями

Самоповреждающее поведение

- Данная факторная структура была взята за основу для определения типов контроля при самоповреждении:

Самоповреждающее поведение

- Контроль над собственным состоянием (избавление от напряжения/

  восстановление контроля над эмоциями);
- Контроль над внешними событиями (воздействие на других/поиск нового опыта)

Самоповреждающее поведение

- Несмотря на то, что избавление от напряжения, связанное с **первым типом** контроля (контроль над собственным состоянием), оказалось преобладающим в данной выборке
- **второй тип** контроля (влияние на других и поиск новых ощущений) играет не менее важную роль в понимании самоповреждений в юношеском возрасте

Самоповреждающее поведение

Причины поведения

- Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения (в т.ч. связанного с насилием в семье, т.к. зачастую подросток считает себя виновным в происходящем и боится рассказать об этом).

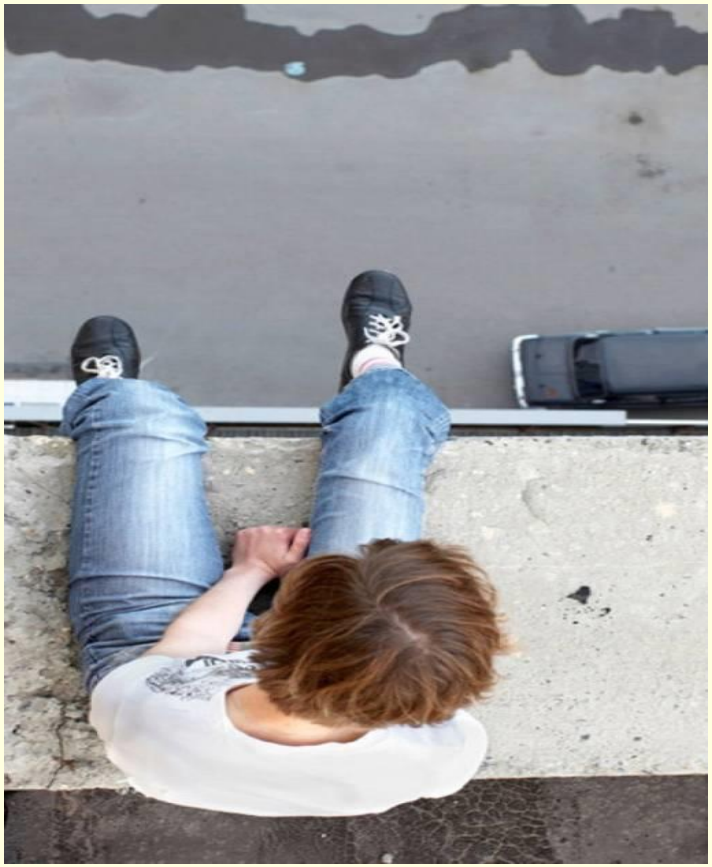
Причины поведения

- Боязнь позора, насмешек и унижения.
- Страх наказания (например, в ситуации ранней беременности, серьезного проступка,) нежелание извиниться

Причины поведения

- Переживание обиды, одиночества, отчужденности и непонимания.
- Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство и ревность.

Причины поведения



- Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи

Причины поведения

- Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека

Переживание подростком проблем

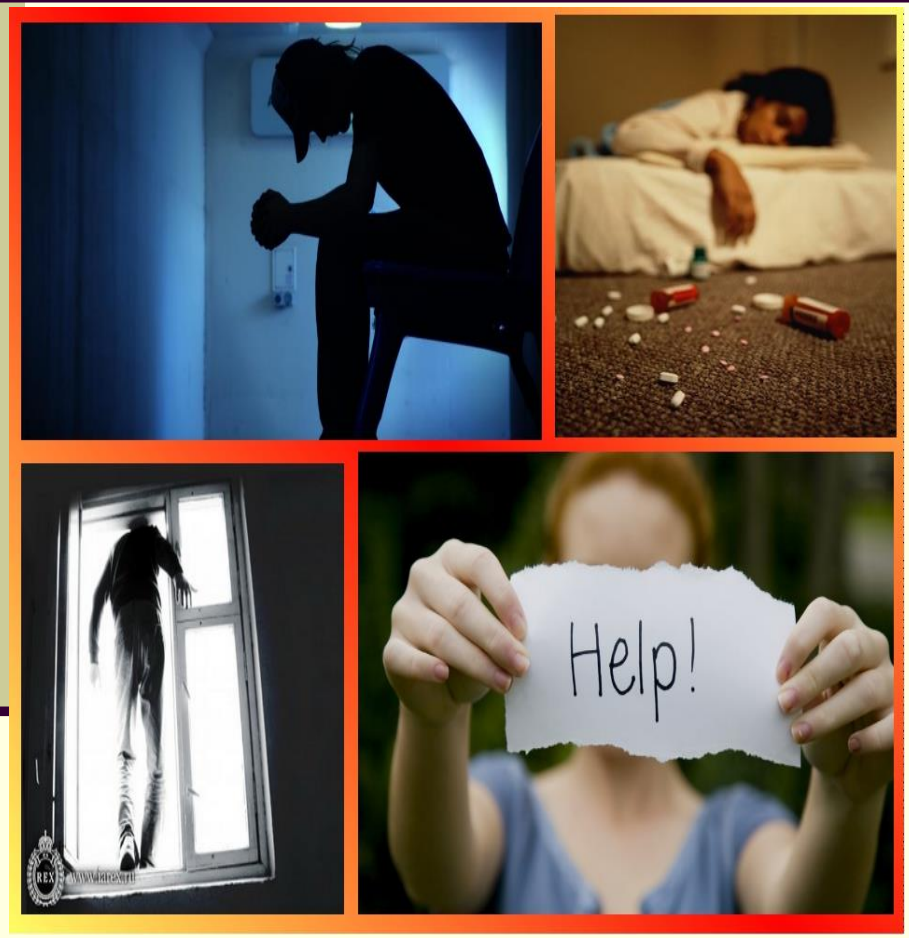
Подросток часто переживает проблемы трех «Н»:

- непреодолимость трудностей
- нескончаемость несчастья,
- непереносимость тоски и одиночества

При том он должен бороться с тремя «Б»:

- беспомощностью
- бессилием
- безнадежностью

Как помочь справиться с трудной жизненной ситуацией



- Живя, умей все пережить:

Печаль, и радость, и тревогу.

Федор Тютчев

Самоповреждающее поведение

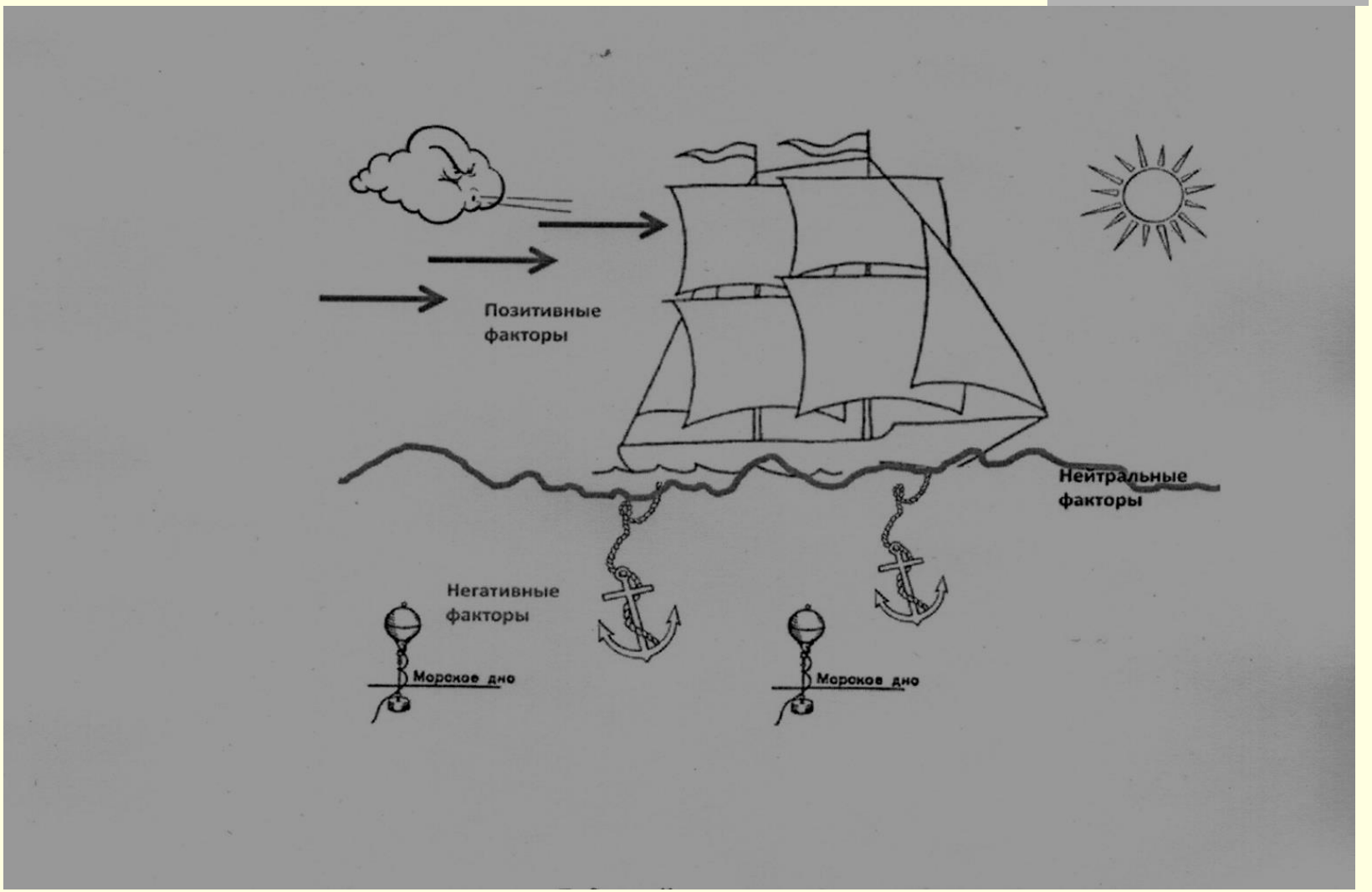
Самоповреждающее поведение

Самоповреждающее поведение

Самоповреждающее поведение

Самоповреждающее поведение

Позитивные и негативные факторы решения проблемы



Литература

- *Лабунская В.А, Менджерицкая Ю.А, Бреус Е.Д.* Психология затрудненного общения. Теория. Методы. Диагностика. Коррекция. М., 2001.
- *Польская Н.А.* Предикторы и механизмы самоповреждающего поведения (по материалам исследований) // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 1.
- *Польская Н.А.* К проблеме эмпирического изучения самоповреждающего поведения // Экспериментальная психология в России: традиции и перспективы. М., 2010.
- *Польская Н.А.* Самоповреждающее поведение в клинической практике // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени Бехтерева. 2011. № 2.

Благодарю за внимание!