

## ПСИХОКОРРЕКЦИЯ И ПСИХОПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАЦИЙ С УЧЕТОМ ОСОБЕННОСТЕЙ ЗАЩИТНО- СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

**Самойлина Т.Г.,  
Михайлюк Е.Б.**

*В статье поднимается проблема подхода к изучению и психокоррекции девиантного поведения с позиций эффективности-неэффективности защитно-совладающего поведения. Актуальность поднятой проблемы обусловлена рядом обстоятельств: неуклонным ростом преступности в целом и подростковой преступности в частности, трудностями в выборе методов воспитания и воздействия на подростков, проявляющих отклонения в поведении.*

*Защитно-совладающее поведение несовершеннолетних рассматривается как один из уровней социально-психологической адаптации, подчеркивается существенная роль системы психологических защит и совладания в формировании девиантного поведения.*

*Поднимается вопрос о целесообразности проведения эффективных мероприятий профилактики и предотвращения правонарушений несовершеннолетних, психокоррекции с опорой на диагностику особенностей функционирования защитно-совладающей системы, специфику имеющихся копинг-ресурсов с целью формирования продуктивных копинг-стратегий, снижения защитной активности подростками.*

**Ключевые слова:** *девиантное поведение, психологическая защита, копинг-стратегии, копинг-ресурсы, стратегии эмоционального совладания, стратегии интеллектуального совладания, эффективные поведенческие стратегии*

При изучении девиантного поведения, чаще всего рассматриваются особенности развития личности, приводящие к дезадаптации и нарушению самоактуализации, разнообразные ситуационные реакции, индивидуально-стилевые характеристики поведения, адаптивность по отношению к реальному окружению, характер и направленность ответственности, наличие акцентуированных черт и др.

Генезис девиантного поведения может быть обусловлен дефектами воспитания, педагогической запущенностью, индивидуальными факторами (не развитость высших чувств, гипертрофия возрастных реакций, психические и нервные расстройства, патологическая ложь, низкий самоконтроль и др.) [6].

Но в рамках рассмотрения факторов, детерминирующих девиантное поведение, все еще недостаточно серьезная роль отводится изучению структуры одного из основных компонентов реагирования на сложные, психологически нагруженные ситуации – системы психологических защит и совладания, неэффективность которой порождает отклонения в поведении, в том числе и отклонения от правовых норм.

Психодинамический подход основным источником отклоняющегося поведения называет постоянный конфликт между бессознательными влечениями

и социальными ограничениями. Гармоничное развитие личности предполагает наличие оптимальных защитных механизмов, нацеленных на уравнивание сфер сознательного и бессознательного [14]. То есть, речь идет об уравнивании личности с самой собой.

А. Адлер [2], раскрывая теорию комплексов и компенсации, причину отклонений в поведении видит в нарушении адекватности взаимодействия индивида и среды. Неспособность налаживать адекватный контакт с окружением ведет к девиациям.

Опираясь на данные исследований и высказанные предположения А. Фрейд, Ю.М. Антоняном, В.Д. Менделевичем, А.Р. Ратиновым и Г.Х. Ефремовой, а также на собственные исследования мы полагаем, что девиантное поведение связано с отсутствием адекватности восприятия реального мира, отсутствием сформированной и гармоничной системы преодолевающего поведения. Под системой психологической защиты и совладания мы подразумеваем систему, в которую входят комплекс психологических защит, копинг-стратегий и ресурсы личности. Недостаточность системы психологических защит и совладания выражается, как правило, в дисбалансе в сторону преобладания дезадаптивных стратегий

совладания и повышенной активации психологических защитных механизмов.

Действие психологических защит помимо снятия аффективной напряженности, при их сверхнормативной напряженности оказывает влияние на восприятие информации, выражающееся в искажении реальности, что позволяет противостоять общественному мнению, снижать контроль за собственными действиями.

Разным формам преступного поведения соответствуют в основном свои специфические способы самооправдания, определенный репертуарный набор защитных механизмов. Психологическая защита выступает в качестве реорганизатора осознаваемых и неосознаваемых компонентов ценностной структуры личности, ее влияние на систему ценностей противоречиво и непоследовательно. Личность преступника может в целом осуждать нарушение социальных норм, но наказание за собственное преступление считать несправедливым.

Снижение социального контроля, ведущее к самооправданию совершаемых противоправных действий, к внутреннему избавлению от ответственности и к компенсаторному вытеснению неблагоприятной информации, наступает не только в случае активации психологической защиты. Поведенческие девиации возникают как следствие деформации всей системы совладания, в которой наблюдается дисбаланс в сторону сверхнормативного обращения к защитным механизмам низкого уровня, к неконструктивным стратегиям совладания, вызванной дефектами ресурсных возможностей личности. Такие деформации, дефицит навыков социального и проблемно-решающего поведения, характерны для подросткового возраста, который уже в силу своей специфичности и сложности становятся потенциальным основанием формирования девиантного поведения.

Условия подросткового возрастного периода отличаются усилением психологических нагрузок, возможности адаптационных резервов подвергаются серьезным испытаниям, требуют перестройки поведенческих стереотипов, удовлетворяющих адаптацию на более ранних стадиях развития. В качестве условий, ухудшающих адаптацию, выступают повышение тревожности подростка, противоречивость образов Я, недостаточная зрелость личностной структуры, сомнения в мотивах и принципах, которыми ранее руководствовался подросток. Эти условия ведут к усилению психоэмоционального напряжения, к негативным переживаниям, к усилению стресса. Путем обращения к защитным механизмам оказывается возможным либо полное вытеснение негативных переживаний, либо оправдание себя и своих поступков с перекладыванием ответственности на других лиц.

Как более легкий путь, подростками выбирается защитное преодоление трудностей в ущерб обращению к эффективным способам совладания.

Активные усилия подростков, в первую очередь направляются на личностное благополучие, на избегание неудач, на самоутверждение. Потому выбор копинг-стратегий подростками часто оказывается неэффективным, не учитывающим объективную реальность. Либо это нацеленность на уменьшение эмоционального напряжения путем избегания, игнорирования проблем, смирения с обстоятельствами или компенсация с помощью алкоголя, неоправданный оптимизм, агрессивность, самообвинение. Например, выбор эффективной стратегии «проблемный анализ» требует достаточности уровня мышления, который не развивается сам по себе, а формируется в процессе овладения знаниями, то есть в процессе успешного школьного обучения. Школьная неуспеваемость, несформированность навыков решения школьных задач, свойственные трудным подросткам, распространяется на систему совладания. Эмоциональные стратегии у таких подростков, чаще всего, реализуются в виде переживания протеста, возмущения, эмоциональной разрядки (отреагирования чувств, вызванных переживанием); неадекватного оптимизма. А среди поведенческих стратегий преобладающими оказываются активное избегание, отвлечение, компенсация, изоляция (отступление). Конструктивная активность, активное сотрудничество, поиск социальной поддержки (обращение), как эффективные стратегии преодоления могут быть избраны лишь подростками с позитивной Я-концепцией, интернальной ориентацией. Поскольку в силу возрастных особенностей Я-концепция неустойчива, а уровень контроля снижен, то осуществление адекватной оценки проблемной ситуации, выбор адекватной копинг-стратегии, определение вида и объема необходимой социальной поддержки подростком оказывается затрудненным. К стратегии поиска социальной и психологической поддержки подростки все-таки обращаются, потому что ими руководит стремление быть выслушанными, встретить содействие и понимание, но неспособность к устойчивой эмпатической коммуникации с окружением становится препятствием и в принятии поддержки [9].

Преддиспозиционной основой дисфункций копинг-стратегий является сниженная устойчивость к переживанию ситуаций, предъявляющих повышенные требования к личности, искаженное представление о криминальной ситуации, в которой преувеличивается значение одних элементов и уменьшается роль других, сама ситуация чаще воспринимается как роковое стечение обстоятельств.

Одним из универсальных мотивов преступного поведения в подавляющем большинстве случаев

является мотив самооправдания. Девианты, даже признавая факт совершенного преступления, прибегают к оправдательным рассуждениям путем психологической защиты, которые сводят вину к минимуму.

Мы можем говорить о том, что девиантное поведение есть свидетельство незрелости, слабой результативности и общей недостаточности системы психологических защит и совладания. Деформации системы препятствуют эффективному совладанию со стрессом, разрешению конфликтов. Дефекты личностных ресурсов, находящие отражение в снижении социальной адаптации, уровня фрустрационной толерантности, снижении критичности и ответственности, неустойчивости Я, дисгармоничном личностном профиле, инициируют отклонения в поведении и закрепляют конфликтные, неконструктивные паттерны поведения, значительно снижающие и дальнейшие возможности развития личности и эффективного совладания со стрессовыми жизненными ситуациями.

На этом основании психопрофилактические и психокоррекционные мероприятия, направленные на повышение эффективности функционирования защитно-совладающей системы личности подростка приобретают важную роль в превенции и интервенции девиантного поведения.

Учитывая особенности защитно-совладающей системы подростков, можно определить основные направления работы по формированию и развитию активных проблемно-совладающих поведенческих стратегий, способствующих профилактике и коррекции подростковых девиаций. Основу такой работы должна составить взаимосвязь личностных ресурсов подростка (адекватная самооценка, развитая Я-концепция, низкий уровень тревожности и др.) и готовность к социальному взаимодействию (ориентация на помощь окружающих, коммуникативные навыки и другие факторы адаптации человека) – с одной стороны, а также эффективные поведенческие навыки (успех в преодолении тяжелой жизненной ситуации) – с другой [10].

Широко распространенными и достаточно успешными формами психокоррекции и психопрофилактики девиаций являются:

- индивидуальная беседа (психологическое консультирование),
- групповые коррекционные и игровые методы,
- тренинги и аутотренинги.

Одной из продуктивных и экстренных форм коррекции эмоционального состояния является также дистантная поддержка и помощь подростку – телефонное психологическое консультирование. В настоящее время проводится апробация эффективности такой работы с девиантными подростками,

находящимися в Центрах временного содержания г. Ростова-на-Дону и г. Шахты, а также в Азовской воспитательной колонии.

В формировании социально-активного совладающего поведения подростков можно выделить три основных направления [8].

*1. Формирование стратегий эмоционального совладания.*

Подростковый возраст характеризуется выраженной эмоциональной неустойчивостью, резкими колебаниями настроения, быстрыми переходами от экзальтации к субдепрессивным состояниям. Бурные аффективные реакции, особенно часто возникающие в ответ на замечания о «недостатках» внешности подростка или при попытке «ущемить» его самостоятельность, подчас, с точки зрения взрослых, кажутся неадекватными. Эти реакции подростков проявляются в разнообразных по силе и качеству переживаниях, причем это преимущественно отрицательные эмоции: раздражение, обида, страдание или эмоциональное самоустранение [10]. В связи с этим задачами психокоррекции эмоционального совладания являются:

- обучение пониманию и распознаванию эмоциональных свойств, исследование эмоциональной сферы,
- обучение характерным способам эмоционального реагирования,
- контроль, самоконтроль и коррекция отрицательных эмоциональных состояний, наносящих вред социальному взаимодействию и психическому здоровью в целом.

На этой основе развивается образ «Я» подростка, формируется адекватная самооценка, способность к пониманию себя и других людей. Подростки овладевают навыками самоконтроля, самоанализа, самопомощи, психологической и социальной поддержки.

При формировании стратегий эмоционального совладания важно научить подростков *говорить* о своих чувствах вместо того, чтобы просто замкнуться или проявить агрессию, аффективную реакцию.

Вербальные способы выражения своих чувств можно предложить в форме некоторых высказываний, например: «Мне становится грустно, когда я спорю со своими друзьями, возможно и тебе тоже». «Мне становится обидно, когда я слышу грубость в свой адрес» и т.п. [1].

Не менее важно также подвести подростков к пониманию того, что у всех людей возникают реакции на определенные ситуации: «Иногда люди пугаются и это нормально», «Если что-то не работает, это может раздражать».

Для наблюдения за отрицательными эмоциями и их коррекции можно обучить подростков методам самоконтроля, а также использовать специ-

альные психологические техники [3]. Так, техника «Интегрирующий якорь» использует якоря-стимулы, чтобы «растворить» нежелательную реакцию. Это может быть страх, паника, агрессия или любое другое неадаптивное чувство. Техника «взмаха» с успехом используется для контроля и устранения фобий и других видов нежелательных эмоциональных реакций, которые запускаются внешними стимулами. Негативное восприятие и переживание ситуации можно изменить также с помощью создания ресурсного «Образа себя» с позитивным переживанием и более адаптивным поведением.

Хорошо зарекомендовали себя также проективные изобразительные методы, способствующие освобождению от негативных переживаний, выражению этих переживаний в рисунках, последующему их наблюдению и пониманию [7].

2. *Формирование стратегий интеллектуального совладания* предполагает конкретную работу подростков с информацией: переключение мыслей на другие, поиск дополнительной информации, анализ последствий ситуации, относительность в оценках, а также придание нового конструктивного значения и смысла неприятной ситуации [11].

Для совладания с трудной ситуацией необходимо соблюдать следующие условия.

1. Достаточно полно осознавать возникшие трудности.
2. Знать способы эффективного совладания именно с ситуацией данного типа.
3. Уметь своевременно применить их на практике.

В связи с этим когнитивная работа с мыслями предполагает:

- создание у подростков нескольких вариантов выбора поведенческих реакций, т. к. прежний опыт оказался неадекватным;
- работу в сенсорных системах памяти;
- изменение стрессовых и постстрессовых параметров поведения «изнутри».

Поскольку формирование стратегий интеллектуального совладания требует достаточного уровня развития мышления и рефлексии, коррекционная работа этого блока может оказаться достаточно сложной для трудных подростков. Тем не менее, это не может являться основанием для замены или отказа «трудных» когнитивных психокоррекционных методик более удобными для подростка. Как раз наоборот, такие методы будут способствовать развитию познавательной сферы, что позитивно отразится не только на системе проблемно-совладания, на школьной успеваемости, но и на мотивационно-ценностной стороне личности подростков.

В формировании и коррекции стратегий интеллектуального совладания хорошо зарекомендовали

себя методы когнитивной психокоррекции, такие как, «Выявление и оспаривание иррациональных убеждений», «Техника проверки обоснованности автоматических мыслей», «Исследование угрожающих последствий (Что если?)» и др., которые проводятся как в индивидуальной, так и в групповой форме [11].

3. *Формирование эффективных поведенческих стратегий.* В этом блоке успешно используется широкий круг методов бихевиористической (поведенческой) психокоррекции, имеющих четкую направленность и предназначенных для изменения специфических форм поведения. Важным элементом этих методов является систематическая манипуляция внешними воздействиями с целью подкрепления или подавления определенных форм поведения. Соответственно важнейшей предпосылкой проведения бихевиористической психокоррекции является внимательный анализ факторов, влияющих на поведение конкретного подростка [11].

Методы бихевиористической психокоррекции позволяют подросткам научиться управлять ситуацией и закрепить желательные формы поведения, устранив нежелательные. Кроме того, они способствуют формированию и развитию навыков социального взаимодействия: активному сотрудничеству, поиску социальной поддержки (переключение), формированию коммуникативных навыков и др.

Так как индивид включен в очень тесные отношения с другим человеком, то для него важно точно определять, какого рода сообщения ему передаются, чтобы реагировать правильно, выбрать адекватную и конструктивную стратегию поведения. Развитию этого умения способствует ряд методов. Это, например, метод «Изменение личной истории». Эта техника позволяет подросткам быстро научиться оценивать и переоценивать адаптивные поведенческие ресурсы и интегрировать их в определенные ситуации там, где и когда они необходимы [5]. Благодаря этой технике подросток получает возможность изменить в своем сознании прошлый опыт таким образом, что у него появляются новые ресурсы и новое отношение к случившемуся.

В современной практике психокоррекции хорошо известен еще один метод – рефрейминг – процесс, с помощью которого подростки получают новые перспективы, позволяющих воспринимать определенные проблемные ситуации иначе, чем прежде и превращать их в позитивные и адаптивные ресурсы для обучения [4]. Такой эффект достигается благодаря контакту подростка со своей внутренней частью личности, которая порождает или блокирует определенное поведение, извлекая при этом вторичную выгоду из данного поведения. Суть переформирования заключается в разведении позитивного намерения и поведения, чтобы найти

более приемлемые способы реализации позитивного намерения.

Достаточно продуктивна и «Методика поэтапных изменений» [3]. Соответственно этой методике основные изменения в поведении достигаются в результате движения процесса, тщательно проградуированного сериями шагов, каждый из которых является таким незначительным, что почти не отличается от предыдущего.

Еще одна из наиболее применяемых методик – «Метод положительного и отрицательного подкрепления», использующая принцип запоминания и воспроизведения субъектом конкретных форм поведения, которые сопровождаются приятными последствиями, в то же время, систематически неодобряемые формы поведения перестают повторяться [11].

Но, пожалуй, самыми известными и широко используемыми являются методы тренинга и аутотренинга, обучающие новым способам преодоления трудных ситуаций и закрепляющие навыки использования подростком активных проблемно-совладающих поведенческих стратегий [13].

Современная психокоррекция и психотерапия использует широчайший арсенал методов и техник самых разных направлений и школ. Все они, так или иначе, зарекомендовали себя в работе с самыми разными проблемами как адекватные и продуктивные. Однако самое важное, что определяет успешность не только психокоррекционной работы, но и любого контакта психолога – это искренний интерес и участие в судьбе подростка, *взаимное* сотрудничество, мотивация и интерес.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Г.С. Практикум по психологическому консультированию. – Екатеринбург, 1995.
2. Адлер А. Индивидуальная психология. – М., 1993.
3. Андреас С., Андреас К. Сердце разума. Практическое использование методов НЛП. – М., 1997.
4. Бэндлер Р., Гриндер Д. Рефрейминг. – Воронеж, 1995.
5. Дилтс Р., Халлбом Т., Смит С. Изменение убеждений. Психотехнологии уровня НЛП-мастер. – М., 1997.
6. Змановская Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения. – М., 2003.
7. Копытин А.И. Основы арттерапии. – СПб., 1999.
8. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. – Кострома, 2004.
9. Михайлюк Е.Б. Особенности защитно-совладающего поведения девиантных подростков: Автореф. дис. ...канд. псих. наук. – М., Ростов-на-Дону, 2006. – 24 с.
10. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – СПб.: Речь, 2001.
11. Основные направления современной психотерапии / Ред. А.М. Боковикова. – М.: Когито-Центр, 2000.
12. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. – М., 1991.
13. Сидоренко Е. Терапия и тренинг. – СПб., 2000.
14. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы личности. – М., 1993.