

ПРОФИЛАКТИКА ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Быть может, вы помните еще со школьной скамьи мальчишку, который никогда не слушался старших, плохо учился и не стеснялся приправить свою речь крепким словом? Скорее всего, он раньше всех начал курить, а в отношениях с родителями у него были большие проблемы. А знаете ли вы, где сейчас этот парнишка? Интересовались ли вы его дальнейшей судьбой? Вероятнее всего, у него диагностировалось деструктивное поведение. Это означает, что без своевременной психологической коррекции на судьбе его можно было бы поставить крест.

Что такое деструктивное поведение?

Существует несколько научных определений этого понятия. Свои дефиниции дают психологи и социологи, используя привычные им термины.

Однако существует одно определение, которое поймет любой человек: **деструктивное поведение – поведение разрушительное.**

В чем же оно проявляется? Что при этом пытается разрушить человек?

Основные проявления деструктивности

Человека, поведение которого считается разрушительным, отличают следующие черты: агрессия и жестокость по отношению к окружающим; враждебность при общении; склонность разрушать материальные предметы и вещи; желание расстроить сложившийся уклад жизни близких ему людей; неспособность испытывать эмоции и чувства (может быть постоянной, а может появляться лишь время от времени); угроза жизни как чужой, так и собственной.

Формы

Деструктивное поведение — это поведение, не соответствующее общепринятым нормам и направленное на неприятие каких-либо альтернативных точек зрения. Оно может привести не только к возникновению социальных проблем у человека, но и к нарушениям физического здоровья.

Деструктивное поведение человека имеет **две основных формы**:

- **Делинквентная форма** представляет собой цепь поступков, которые противоречат правовым нормам, принятым в обществе (семейно-бытовые конфликты, ДТП, несоблюдения дисциплины, грубые проступки);
- **Девиантная форма** представляет собой поведение, которое противоречит нравственным общественным нормам (алкоголизм, наркомания, склонность к суициду).

Причины деструктивного поведения

В психологии разрушительное поведение часто называют отклоняющимся. Однако ни одно отклонение не возникает без причины. Что же является тем основанием, на котором складываются первые признаки деструктивного поведения?

Все формы деструктивного поведения представляют собой некую защитную реакцию на окружающий мир, однако имеют связь с нарушениями деятельности нервной системы и в основном связаны с детскими переживаниями. В группе риска находятся дети, которым не хватает родительского внимания и поддержки, и дети, у которых есть родительская любовь, но нет поддержки в нужный момент. Причины деструктивного поведения могут таиться и в наследственности. Люди, в семьях которых были случаи психологического расстройства родных, нуждаются в большем внимании и заботе со стороны окружающих. Но кроме генов и детских переживаний существует целый ряд других причин проявления деструктивного поведения:

- Психическое здоровье, состояние которого может меняться на протяжении жизни в зависимости от наличия раздражающих факторов.
- Физическое здоровье, которое может резко и бесповоротно ухудшиться. Таким образом, человек не видит смысла в дальнейшем соблюдении каких-либо правил.
- Неудачи в профессиональной сфере, когда человек ощущает свою неполноценность, неспособность отвечать определенным требованиям, когда происходит разрушение его репутации и самооценки, или когда он испытывает на себе несправедливость наказания или предвзятое отношение.
- Материально-бытовые трудности.
- Алкогольное или наркотическое опьянение, которое относится к специфическим факторам.

Профилактика деструктивного поведения

Что же можно сделать, чтобы предупредить разрушительное поведение?

Профилактика деструктивного поведения гораздо эффективнее его лечения, потому что лечение предполагает постановку на психиатрический учет.

Если же совсем не обращать внимания на эту проблему, то дети дошкольного возраста могут нанести себе травмы или покалечиться, деструктивное поведение подростков может привести к суициду, а взрослый человек может и себя покалечить, и другим навредить.

Все виды деструктивного поведения основываются на нервных расстройствах, как было сказано ранее, поэтому и профилактические мероприятия носят общий характер. Их можно использовать как по отношению к другим людям, так и по отношению к себе.

В первую очередь, при возникновении конфликтной ситуации необходимо сделать паузу и осознать возможные последствия деструктивного поведения и принимаемых решений. Также пациенту следует понять, что именно он приобретает, отказываясь от привычной манеры поведения.

Деструктивное поведение, определение которого базируется на отсутствии внимания и поддержки, можно предотвратить таким же способом. Поддерживая человека, укрепляя его решимость, поощряя его за успехи, давая полезные советы и помогая извлекать уроки из неудач, можно научить его подходить к решению конфликтов и проблем конструктивно.

Если родители и иные родственники будут поощрять только социально одобряемые поступки, дарить друг другу любовь и тепло, вероятность возникновения поведенческих расстройств у их детей будет очень низкой.