**КОРРЕКЦИЯ ДЕЗАДАПТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ**

**Д.А. Масягутова**

Студентка 5 курса факультета ПиП

E-mail

dianaasylbaeva0@gmail.com

Науч. рук. – С.А. Царев

СФ УУНиТ г. Стерлитамак, РФ

В статье рассмотрены методики для выявления и коррекции уровня дезадаптаивности у подростков. Когда человек теряет способность адекватно воспринимать реальность и регулировать свое поведение, это свидетельствует о психической дезадаптации. Такое состояние возникает в результате истощения защитных механизмов организма – как социально-психологических, так и психофизиологических – под влиянием различных стрессовых факторов. Данное явление нельзя объяснить какой-то одной причиной, поскольку в его основе лежит сложное взаимодействие множества различных факторов.

Ключевые слова: подростки, работа педагога-психолога с подростками дезадаптивного поведения, диагностика, коррекционная программа.

В наши дни особенно остро встает вопрос дезадаптации населения, хотя ученые активно изучают эту проблему и накопили значительный объем данных. Экономические трудности и нестабильная политическая обстановка, наблюдаемые в стране на протяжении последних десятков лет, спровоцировали значительный рост случаев неадаптивного поведения граждан. При этом социум как никогда нуждается в людях, способных гармонично встраиваться в современные общественные реалии и успешно взаимодействовать с окружающими [4].

Что заставляет подростков проявлять дезадаптивное поведение? В основе этого явления лежит фундаментальное несоответствие между общепринятыми правилами поведения и внутренней неготовностью молодых людей следовать этим нормам.

Особенно ярко проявляются социально-педагогические аспекты такого поведения. Когда подросток не может найти общий язык с учителями, испытывает сложности в построении отношений с ровесниками или не понимает правил поведения в публичных местах - это первые тревожные сигналы. Неспособность или отказ соблюдать установленные моральные и правовые нормы создает серьезный внутренний конфликт, который выражается в различных формах дезадаптации.

На формирование поведения подростка влияют как социальные, так и биологические факторы. Нарушения в физическом и психическом развитии, а также особенности определенных возрастных периодов могут провоцировать девиантные поступки психобиологического характера. Существенную роль играет и окружение подростка - равнодушие педагогов к его потребностям, проблемы в организации учебного процесса, недостаточное внимание со стороны родителей. Неблагоприятная атмосфера в семье, низкая культура общения между её членами и ошибки в воспитании также становятся причинами отклоняющегося поведения [5].

Кроме того, семейная обстановка является одним из ключевых факторов, формирующих модели поведения у молодых людей. Исследователи и практики отмечают, что подростковая дезадаптация имеет глубокие социально-психологические корни. Взаимодействие с родителями, атмосфера в доме - всё это накладывает серьезный отпечаток на то, как тинейджер выстраивает отношения с окружающими, какие ценностные ориентиры выбирает, как воспринимает культурные нормы. При этом влияние семьи не является единственным определяющим фактором - оно преломляется через призму общения со сверстниками, школьным коллективом и различными неформальными группами, в которые входит подросток.

Среди основных факторов, провоцирующих развитие дезадаптации, особо выделяется влияние группы ровесников. Когда подросток оказывается в окружении людей с антисоциальными взглядами и поведением, вероятность его собственной дезадаптации существенно возрастает. Не менее критичным фактором выступают проблемы внутри семьи - неправильные методы воспитания и дисфункциональные отношения между членами семьи могут стать катализатором формирования отклоняющегося поведения у ребенка [6].

Работа с трудными подростками требует от школьного психолога особых навыков и профессионализма. В период взросления молодые люди часто сталкиваются с эмоциональными проблемами, конфликтами самоопределения и сложностями в общении со сверстниками. Специалисту необходимо владеть разнообразными методами коррекции поведенческих отклонений, будь то социальная изоляция, враждебность или различные формы аддикций, учитывая специфику переходного возраста и индивидуальные особенности каждого ребенка.

По мнению К. Витек: «Психолого-педагогическая работа педагогом-психологом с подростком – это только создание некоторых условий, в которых дезадаптированные подростки могут принять решение изменить свое поведение, а могут и не принять. Какое решение примет подросток зависит от того насколько мы смогли выявить скрытые цели его плохого поведения» [2].

Психолого-педагогическое воздействие должно быть направлено на всестороннее формирование личности подростка, включая развитие его морально-нравственной сферы, раскрытие творческих способностей и обучение социальным навыкам. В процессе работы специалист-психолог стремится трансформировать внутренние характеристики воспитанника: его мотивационную сферу, поведенческие паттерны, систему ценностей и деятельностные проявления. Ключевая задача такого сопровождения заключается в создании условий, при которых подросток сможет максимально реализовать свой потенциал через изменение субъективного восприятия и установок [1].

Эффективная помощь подросткам с проблемами адаптации требует применения разносторонних методик, включая цифровые инструменты и дистанционное консультирование. Школьный психолог выстраивает комплексную систему поддержки, где важную роль играет взаимодействие с педагогическим составом и создание благоприятного окружения для ученика. В работе специалиста особое место занимают различные виды терапии - от индивидуальных бесед до групповых занятий, направленных на развитие социальных компетенций. Диагностический этап включает анализ поведенческих паттернов, психологическое обследование и беседы с семьей подростка. Современный инструментарий психолога-педагога охватывает широкий спектр мероприятий: от профилактических мер до реабилитационных программ, с активным использованием инновационных подходов и мультимодальных техник.

Для диагностики подростков 5-9 классов была применена методика «Диагностика социально-психологической адаптации» Даймонда-Роджерса и «Диагностики уровня школьной тревожности» Филлипса, где результаты на констатирующем этапе показали высокий уровень дезадаптивного поведения подростков, следовательно была создана коррекционная программа на основе программы, разработанной Н.И. Гуткиной, И.В. Дубровиной, Н.Н. Толстых, А.М. Прихожан [3].

Цель программы: в повседневной жизни каждый сталкивается с разными задачами, и важно уметь их эффективно решать. Особенно это актуально для подростков, которым предстоит научиться отстаивать собственные интересы, при этом уважая права окружающих. Главная цель - помочь молодым людям раскрыть свой потенциал, побороть тревожность и неуверенность в стрессовых ситуациях. Развивая самоуважение и открывая свои таланты, подростки учатся не только ценить себя, но и способствовать личностному росту других. Преодоление страхов и волнения становится важным этапом в формировании сильной личности, способной успешно справляться с ежедневными вызовами.

Школьники 10-12 лет проявляют особый интерес к самопознанию и охотно принимают поддержку взрослых, что делает этот возраст идеальным для развивающей работы. Программа разработана специально для психологов, работающих с учениками 5-7 классов. Ежедневные трудности и задачи станет проще преодолевать благодаря навыкам, полученным в ходе занятий. Основная задача программы – научить подростков ценить себя и других, развить уверенность в собственных силах, побороть тревожность и страхи. Участники научатся отстаивать личные интересы, не принижая достоинства окружающих, а наоборот – способствуя росту самоуважения других людей. Особое внимание уделяется раскрытию сильных качеств учащихся и формированию здоровой самооценки.

В течение первой учебной четверти еженедельно проходили 45-минутные занятия. Каждому ученику выдавалась специальная папка для хранения материалов, включающая как обычную бумагу, так и листы для письменных работ. Особое место в папке занимал персональный дневник школьника, доступ к которому строго ограничивался. Конфиденциальность записей гарантировалась уникальной системой защиты: после завершения каждого урока дневник опечатывался пластилиновой «печатью» с индивидуальным знаком подростка. Даже преподаватель не мог ознакомиться с содержимым дневника без специального разрешения его владельца. Все выполненные задания также хранились в этой папке вместе с остальными материалами.

В ходе психологических сессий применялись разнообразные техники: от групповых обсуждений и ролевых игр до психогимнастических упражнений и проективных методик, включающих рисование и вербальные практики. Особый протокол хранения личных записей предусматривал, что дневники находились под надзором школьного психолога в перерывах между встречами. Участникам разрешалось забирать домой только отдельные страницы для выполнения заданий. Целостность печатей тщательно проверялась при каждой встрече, особенно в начальной фазе программы. Такой подход к ведению дневниковых записей оказался крайне эффективным: он не только гарантировал конфиденциальность и способствовал открытости участников, но и формировал культуру уважения к личным границам – как своим, так и чужим.

Рассмотрим несколько упражнений данной коррекционной программы:

1. Тема: Мой дневник. Что я хочу рассказать другим о себе. Невербальные формы уверенного, неуверенного грубого поведения.

Приветствие занятия. Педагог-психолог рассказывает о дневнике и правилах его ведения, раздает школьникам папки. Подчеркивает, что нельзя без разрешения читать чужой дневник, чужие письма, указывает на суверенность внутреннего мира другого человека, на то, что никто не имеет права вторгаться в этот внутренний мир. Рассказывает, что дневники будут запечатываться «личной печатью».

2. «Футболка с надписью». Педагог-психолог говорит о том, что всякий человек «подает» себя другим. Говорит о футболках с разными надписями, приводит примеры «говорящих» надписей. Затем школьникам предлагается в течение 5-7 минут придумать и записать на обложке дневника занятий надпись на своей «футболке». Оговаривается, что эта надпись в дальнейшем может меняться. Важно, чтобы она что-нибудь говорила о школьнике сейчас – о его любимых занятиях и играх, об отношении к другим, о том, чего он хочет от других и т.п.

После выполнения задания каждый зачитывает свою надпись. Педагог-психолог во всех случаях дает эмоциональную поддержку. Затем проводится очень короткое обсуждение:

* О чем в основном говорят надписи на футболках?
* Что мы хотим сообщить о себе другим людям?

В заключение ведущий показывает (желательно выполненную в шуточной форме) надпись на своей футболке.

3. «Сила слова». Составляется три списка слов, характерных для уверенных, неуверенных, грубых ответов. Педагог-психолог записывает слова на доске, участники – на листке из дневника.

Применение этой программы дает возможность воздействовать на Я- концепцию ученика, его представления о себе и отношение к себе не только во время осуществления программы, но и в реальной, повседневной жизни. В этом случае занятия по программе будут лишь более сложной и полноценной воспитательной системы, предусматривающей развитие реалистичной самооценки. Известно, что именно сочетание общего положительного представления о себе, принятие себя и реалистичной оценки своих результатов и возможностей в конкретных видах деятельности наиболее благоприятно для личностного развития.

Таким образом, этот проект имеет успешность для укрепления семейных связей и улучшения взаимодействия в социальной сфере, повышая эмоциональную устойчивость подростков. Положительные изменения в жизни подростков могут принести пользу обществу в целом, т.к. подросток чувствует поддержку не только от педагога-психолога, но и понимание со стороны родителей.

Список литературы:

1. Васягина Н. Н. Подходы к профилактике дезадаптивных форм поведения обучающихся / Н. Н. Васягина. Н. Б. Сычева // Профилактика девиантного поведения обучающихся в условиях образовательной организации. – 2018. – С. 30-74.

2. Витек К. Проблемы поведения школьника. – М.: Прогресс, 2008. – 260 с.

3. Гуткина Н.И., Дубровина И.В., Толстых Н.Н., Прихожан А.М. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – Екатеринбург: «Деловая книга», 2000.

4. Парыгин Б.Д. Социальная психология. – СПб.: ИГУП, 2019. – 592 с.

5. Савин Н.В. Педагогика. – М.: Просвещение, 2008. – 500 с.

6. Фридман Л.М. Психология воспитания. – М.: Сфера, 2009. – 480 с.

© Д.А. Масягутова, С.А. Царев, 2025.