Государственное казённое учреждение для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

 «Детский дом «Единство»

Тема самообразования

**«Самодеструктивное поведение: основные виды, причины возникновения и методы профилактики»**

Воспитатель:

Простомолотова О.С.

Квалификационная категория: высшая

Начало изучения темы: 01.09.2024г.

Окончание изучения темы: 01.05.2025г.

г. Междуреченск, 2024г.

Индивидуальный план работы по самообразованию

**Воспитатель**: Простомолотова Олеся Сергеевна, высшая категория, стаж 3г 4 м

**Тема самообразования: «**Самодеструктивное поведение: основные виды, причины возникновения и методы профилактики»

**Актуальность темы:**

В настоящее время, аутодеструктивное поведение остается не до конца изученным феноменом, привлекающим внимание как психиатров, так и специалистов немедицинских областей знания (психологов, социологов, педагогов, журналистов). Особую проблему вызывает заметно возросшая частота аутоагрессивных действий в подростковой среде. Им, как известно, приходится справляться с огромным потоком информации, осваивать различные способы учебно-познавательной деятельности и постоянно обновляющиеся цифровые технологии, усваивать актуальные социальные нормы и ценности, стремиться обрести собственную уникальность. Особое воздействие на незрелую психику подростов оказывают родители и взрослые, которые в своем поведении и в формах взаимодействия с подростками транслируют угнетенность и неудовлетворённость, агрессию и беспомощность, вызванные социально – экономическими и политическими потрясениями в обществе. Помимо указанных выше факторов, необходимо отметить влияние современных неформальных молодежных движений (различных молодежных субкультур) на формирование деструктивного (девиантного) и аутодеструктивного поведения подростков. Правила, традиции и лидеры определенных неформальных молодежных сообществ зачастую запускают механизм аутодеструктивного поведения среди подростков и повышают уровень суицидального риска среди них. Например, фанаты аниме, в большинстве случаев, характеризуются депрессивным настроем, социальной отчужденностью, перестройкой ценностей и прочее.

По данным доклада ЮНИСЕФ «Положение детей в мире, 2021 год. Психическое состояние: стимулирование, защита и забота о психическом здоровье детей», представленного 5-го октября 2021 года в США, «у каждого седьмого подростка в возрасте от 10-ти до 19-ти лет (это 89 миллионов мальчиков и 77 миллионов девочек-подростков) в мире диагностируется психическое расстройство; ежегодно около 46 000 подростков погибают, совершая попытки суицида и применяя другие формы аутодеструктивного поведения». Известно, что аутодеструктивное поведение (дословно «самоповреждающее»), как нанесение самому себе вреда, рассматривается в качестве сложной и опасной социально-поведенческой девиации, препятствующей полноценному развитию и достижению физического, психического, социального благополучия. Основываясь на анализе современной ситуации в обществе, опираясь на собственный опыт, мы можем выделить амбивалентные факторы (критерии), которые способны с одной стороны, провоцировать аутодеструктивные тенденции в поведении, а с другой – содействовать укреплению психического здоровья и благополучия подростков. Исследования, проведенные компанией Gallup при поддержке ЮНИСЕФ, позволили выявить несколько важных причин психических расстройств и смерти подростков. К таким триггерам относят негативный детский опыт, связанный со злоупотреблением алкоголя, наркотических веществ. Выделяют также прямую корреляцию между рискованным сексуальным опытом и проявлениями психических расстройств у детей и подростков. Наконец, это факты межличностного и самонаправленного насилия (преднамеренного нанесения физического ущерба) в подростковом возрасте. Вышеизложенное определяет необходимость выявления особенностей аутодеструктивного поведения и укрепления психического здоровья современных подростков. Особая роль в данном вопросе отводится родителям и педагогам, которые должны повышать уровень своей психологической грамотности и коммуникативной компетентности.

**Сроки работы по самообразованию:**

**Подготовительный этап**: сентябрь-ноябрь 2023г

- Изучение литературы по данной теме

- Составление плана работы

**Основной этап**: декабрь – апрель 2024г.

- Непосредственная работа с подростками (беседы, тренинговые упражнения и т.д.)

- Разработка и проведение открытого занятия на тему «Профилактика самодеструктивных форм поведения у подростков»

**Заключительный этап**. Май 2024г. Подведение итогов. Оценка результатов.

Разработка рекомендаций о мерах профилактики самодеструктивного поведения.

**Цель:** изучение особенностей проявления аутодеструктивного поведения подростков; разработка системы мер профилактики аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте.

 **Задачи:**

1.Познакомить подростков с понятием «аутоагрессия».

2. Популяризация здорового образа жизни.

3. Расширение сферы «Я» и формирование позитивного самоотношения.

4. Развитие навыков рефлексии (умение осознавать свои чувства, причины поведения).

**Используемая литература:**

1. Авдуевская (Белинская) Е. П. Особенности социализации подростка

в условиях быстрых социальных изменений / Е. П. Авдуевская (Белинская),

С.А. Баклушинский // Ценностно-нормативные ориентации старшеклассника.

Труды по социологии образования. М., 1995. – Том III. – Выпуск IV. – С. 118

– 132.

2. Антонян Ю. М. Агрессия и психическое здоровье. Отдельные главы.

– М., 2002. – 176 с.

3. Барковская Л .В. Социальная работа и девиации/ дис. кан. фил. наук.

– М: ВАК, 2011. – 201 с.

4. Башкатов И. П, Психология неформальных подростково –

молодежных групп. – М., Информпечать, 2000. – 280с.

5. Берно-Беллекур И. В. Социально – психологические аспекты

аутодеструктивного поведения: дис. ... канд. психол. наук / И.В. БерноБеллекур ; Санкт – Петербург, 2003. – 197 c.

6. Бернс Р. Я. – концепция и Я – образы // Редактор – составитель

Д.Я. Райгородский / Подросток и семья. Уч. пособ. по детск. и возр.

психологии для фак. псих.педаг. и соц. работы. – Самара: Издательский Дом

БАХРАХ – М. – 2002. С. 133 – 220.

10. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М., 2003.

С. 172 – 184.

11. Вихристюк О. В. Основные направления программы профилактики

суицидального поведения в системе образования / О. В. Вихристюк //

Вестник ВятГУ, 2012. – №3. – C. 150 – 153.

**Этапы работы над темой самообразования:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы работы над темой** | **Формы работы** | **Сроки реализации** |
| Теоретический | - ознакомление и изучение методической литературы;- прохождение вебинаров;- составление плана работы. | **Сентябрь-Ноябрь** |
| Практический | **-** разработка конспекта открытого занятия на тему «Профилактика самодеструктивных форм поведения у подростков»-проведение открытого занятия на тему «Профилактика самодеструктивных форм поведения у подростков»-техника «Групповой рисунок на влажной бумаге»- упражнение "Праздник (составление коллажа)-  | **Декабрь****Январь****Февраль****Март****Апрель** |
| Итоговый | - оценка результатов реализации плана самообразования, систематизация полученных опыта и знаний. | **Май** |