**ДЕСТРУКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ**

В психологии поведение разделяется на две основные категории: **конструктивное и деструктивное поведение** или нормальное и аномальное. Аномальное поведение, из которого вытекает деструктивное поведение, характеризуется тем, что является не одобряемым со стороны общества, нестандартным, а порой даже патологическим. Оно может являться отклонением, с точки зрения социальных, медицинских и психологических установок.

***Важно! Деструктивное поведение человека лежит между нормой и общественной патологией.***

**Деструктивная модель поведения**

Деструктивная модель поведения обладает рядом особенностей:

* вызывает у большинства людей негативную, отрицательную оценку;
* не соответствует социальным нормам;
* приносит ущерб, как личности, так и окружающим людям;
* выступает в качестве ответа на нестандартную ситуацию;
* связана с отрицательной направленностью личности;
* развивается в результате отсутствия социальной адаптации;
* имеет свои собственные индивидуальные черты.

Основу модели разрушительного поведения составляют:

* отсутствие мотивации;
* неадекватность;
* дезадаптивность;
* аутичность;
* отсутствие результативности.

**Причины деструктивного поведения**

Любая модель поведения закладывается и формируется в детстве. В возрасте 4-5 лет ребёнок усваивает информацию, которая будет определять его взаимоотношения с окружающими. Полноценная семья, члены которой проявляют заботу и внимание друг к другу, благотворно влияет на формирование детской психики, закладывает конструктивные поведенческие основы. Таким образом, люди, не получившие грамотного воспитания, любви и тепла, находятся в группе риска.

***Важно! Часто дети перенимают деструктивную модель поведения своих родителей.***

Учёные пришли к выводу, что деструктивное поведение успешно развивается на фоне следующих факторов:

* наличие массовых социальных отклонений (алкоголизм, преступность, бюрократизм);
* ситуативные отклонения (наличие спекуляций, браков по расчёту и т. д.);
* ослабление мер общественного воздействия (снижение уровня осуждения, критики со стороны);
* либерализация мер борьбы с деструктивным поведением (отсутствие штрафов и наказаний за проступки и отклонения).

**Виды деструктивного поведения**

В основном психологи разделяют деструктивное поведение на две большие группы:

* **делинквентное поведение**(выход за правовые рамки, нарушения закона);
* **девиантное поведение**(несоответствие общепринятым нормам морали и нравственности).

Деструктивное поведение может выражаться в виде следующих симптомах:

* агрессивное поведение по отношению к людям;
* враждебность при общении;
* склонность к разрушению вещей;
* желание расстроить уклад жизни близких;
* отсутствие возможности испытывать эмоции;
* угроза чужой и собственной жизни.

**Социально-деструктивное поведение**

Социально деструктивное поведение связано с социальной дезадаптацией – отсутствием понимания правил, по которым существует и функционирует человеческое общество. Человек, который демонстрирует **деструктивное и асоциальное поведение**, не в состоянии найти себя в обществе. Тем самым разрушительный характер его поведения только усиливается. Социально-деструктивные паттерны его поведения могут выражаться следующим образом:

1. **Социальная и личностная дискредитация**. Подрыв репутации или авторитета личности. Склонность к критике, осуждению. Открытое оскорбительно-непочтительное поведение.
2. **Конкуренция**. Деструктивное поведение может быть вызвано опасением за свои позиции в коллективе, что приводит человека к попыткам самоутверждения через других членов этого коллектива.
3. **Уход от искреннего общения**. Личность, демонстрирующая разрушительные паттерны поведения, избегает открытого общения. Вряд ли он сможет адекватно ответить на прямой вопрос «зачем ты ведёшь себя таким образом?»

**Профилактика деструктивного поведения**

Работа по предотвращению деструктивного поведения должна начинаться с семьи и школьного образования. Именно в этом возрасте детям необходимо закладывать те идеалы, которые станут для них проводниками в мире взрослых людей.

***Важно! Основная сложность, с которой сталкиваются родители и педагоги, заключается в том, что дети с деструктивными паттернами считают своё поведение нормой.***

**Психологи, работающие с детьми, дают несколько советов, которые помогут вырастить полноценную личность, вписывающуюся в социальные рамки:**

1. **Поймите своего ребёнка**. Первое, что необходимо сделать родителю и педагогу, это понять, почему ребёнок действует именно так, почему он демонстрирует деструктивное поведение.
2. **Создайте баланс на уровне надо-могу-хочу**. Чтобы привить ребёнку полезные привычки (от чтения книг, до ежедневных походов в школу), необходимо соблюсти пропорцию между необходимостью, возможностью и желанием ребёнка это делать. Учитывая эти параметры, и объяснив ему, зачем нужно делать так, а не иначе, можно добиться того, что ребёнок выйдет из автоматического следования нормам и приобретёт мотивацию к их выполнению.
3. **Активируйте личностные ресурсы подростка.**Помогите ребёнку реализовывать себя в разных направлениях деятельности. Экспериментируйте, добивайтесь того, чтобы он нашёл себе занятие по душе. Это благоприятно скажется на процессах его социальной адаптации.
4. **Решайте задачу взросления**. Инфантильное расстройство личности часто становится фактором риска для появления аутодеструктивного поведения. Помогайте ребёнку постепенно становиться взрослым. Создайте ему условия для безболезненного перехода в мир ответственности и самостоятельного принятия решений.
5. **Проявляйте меньше агрессии**. Старайтесь терпимее относится к промахам своего ребёнка. Вместо того, чтобы ругать его, объясните где он ошибся, и покажите на личном примере, как надо было сделать.
6. **Использовать телесно-ориентированный подход**. Психологи советуют научиться работать со своим телом, понимать его, дифференцировать эмоции и их локализацию в организме. Это поможет ребёнку в процессе самоидентификации, научит его понимать себя и других.