**Аддиктивное поведение у подростков**

*Аддиктивное поведение* – одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций.

*Аддикция* – состояние зависимости, развивающееся в результате привыкания.

*Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева выделяют виды аддикции:*

* алкогольная аддикция;
* наркотическая аддикция;
* токсикомания;
* лекарственная аддикция;
* табакокурение;
* игровая аддикция или гэмблинг;
* трудоголизм (социально – одобряемая аддикция);
* компьютерная аддикция;
* пищевые зависимости.

Таким образом, виды аддиктивного поведения многогранны. Рассмотрим наиболее часто встречающиеся виды аддиктивного поведения у подростков и их профилактику.

Подростковый период развития охватывает примерно возраст с 11-12 до 14-17 лет, совпадая в целом с обучением детей в средних и старших классах школы. В этот период происходит телесная, психологическая и социальная перестройка. Этот возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью и резкими колебаниями настроения. Пик такой неустойчивости приходится у мальчиков на возраст 11-13 лет, у девочек – 13-15 лет.

Подростки более склонны к употреблению ПАВ и общественно опасному, аморальному поведению в силу особенностей своей психики. Переходный возраст как этап становления взрослеющей личности обычно сопряжен с поиском себя, напряженными отношениями с родителями, проверками окружающих на прочность. Подросток обычно чувствует себя одиноким, непонятным, брошенным без поддержки.

Большинство отклонений в поведении несовершеннолетних: безнадзорность, правонарушения, употребление психоактивных веществ, имеют в своей основе один источник – социальную дезадаптацию.

Социальная дезадаптация, вызванная совокупностью факторов социального, экономического, психологического и психосоматического характера, приводит к изоляции, лишению или утрате подростком основной потребности – потребности в полноценном развитии и самореализации.

*Основные причины социальной дезадаптации несовершеннолетних:*

1. дисфункциональность семьи;
2. личностные особенности (возрастные, характерологические, психические и др.);
3. школьная дезадаптация;
4. воздействие асоциальной неформальной среды;
5. причины социально – экономического и демографического характера.

У подростков в неблагополучных семьях, как правило, не развита культура общения. Отсутствие душевной близости с родителями и контактов со сверстниками из благополучных семей, приводит к поиску уличной компании, часто неоднородной по возрасту, где подростки имеют реальные возможности для самоутверждения прежде всего через приобщения к наркотическим и алкогольным традициям компании.

*Мотивы употребления наркотиков:*

1. любопытство;
2. завоевание популярности;
3. облегчение контактов;
4. стремление к подражанию;
5. конфликты;
6. безделье;
7. страх перед жизненными трудностями.

Признаки употребления наркотиков:

*1.Изменения в поведении подростка:*

* внезапная смена компании, друзей;
* часто исчезает из дома, поздно возвращается, становится замкнутым;
* беспричинные перепады настроения с проявлением депрессивности, агрессивности
* изменение суточного ритма: наибольшая активность ночью, днем спит;
* безразличие к своему внешнему виду;
* поведение, напоминающее алкогольное, при отсутствии запаха;
* прогулы в школе, резкое снижение успеваемости;
* Увеличение финансовых запросов

*2.Изменение внешнего вида:*

* бледность или покраснение лица;
* узкие или широкие зрачки;
* потливость ладоней;
* зуд кожи;
* частое облизывание губ;
* покраснение склер;
* следы от инъекций и др.

Особую тревогу вызывает возможность появления алкогольной зависимости в подростковом возрасте. Причины могут быть связаны с семейной ситуацией – пьющими родителями, окружением подростка, ложными идеалами. Алкоголизм – заболевании, которое развивается в результате пьянства, проявляется в виде психической и физической зависимости от алкоголя и приводит к деградации личности, паталогии обмена веществ, внутренних органов и нервной системы. Проведение свободного времени преимущественно с друзьями характерно для подростков. И хотя подростковые группы складываются стихийно, их составляют ребята, близкие по уровню развития, запросам и интересам. Но если подростковая группа не объединена какой-то полезной деятельностью, то такая группа становится благоприятной почвой для распития спиртных напитков.

В настоящее время курение является актуальной проблемой во всем мире. В России курят 60% мужчин и 25 % женщин, отмечается неуклонный рост систематического курения табака среди детей 9-12 лет. Риск приобщения к табакокурению у подростков определяется главным образом, следующими причинами:

1. Курение и злоупотребление алкоголем родителей школьника.
2. Роль окружения подростка. Нелегко устоять в ситуации, когда все друзья-приятели курят. С другой стороны, у подростков, попавших в среду некурящих сверстников, больше шансов не начать курить.
3. Круг интересов и образ жизни. Подросток, занимающийся оздоровительной физкультурой, имеет несравненно более низкие шансы попасть под влияние этого порока.

**Профилактика аддиктивного поведения**

Профилактика аддиктивного поведения - это процесс систематического, целенаправленного, комплексного психолого – педагогического взаимодействия субъектов образования.

*Важно!* В беседах на данную тему педагогам – психологам надо пытаться закреплять у школьников позитивную «Я» - концепцию, то есть отношение к себе как к достойной и независимой личности, не нуждающейся ни под каким предлогом в одурманивании. Надо также знакомить обучающихся с законами, касающимися потребления алкоголя и наркотиков.

Немаловажное значение в профилактике аддиктивного поведения играет организация досуга подростков. Если дети будут заняты каким – то интересным творчеством, спортивными занятиями, то это поможет в формировании иммунитета к каким – либо соблазнам.

Особое внимание школа должна обращать на обучающихся, входящих в группу риска.

При подозрении на употребление психоактивных веществ надо поступать следующим образом: разобраться в ситуации, уточнить; не кричать, не запугивать ребенка; оказать поддержку; обратиться к специалисту (психологу, психотерапевту, а при необходимости к врачу - наркологу).

**Профилактическая работа в образовательных организациях:**

* Просветительская работа с родителями (лекции, индивидуальное семейное консультирование, выявление родителей группы риска, социальное вмешательство в семью при асоциальном образе жизни семьи).
* Профилактическая, психолого – педагогическая работа с детьми (информирование о действии ПАВ; создание приоритета здорового образа жизни; развитие способности к психосаморегуляции в стрессовых ситуациях).

Эффективность и результативность профилактической работы в значительной степени обеспечивается при условии её многосторонности и долгосрочности.

Родителям следует больше внимания уделять своему ребенку. Чем меньше у детей возможность оставаться без присмотра взрослых, тем больше соблазна попробовать запретный плод. Следует ограничить возможность общения с теми подростками, у которых есть зависимость.

*Составитель Пилюгина Н.А.,*

*педагог – психолог ГБУ «Центр помощи детям»*