

**Бородина Викторина Николаевна**

канд. психол. наук, доцент

**Поповская Анна Максимовна**

студентка

ФГБОУ ВО «Петербургский государственный университет

путей сообщения императора Александра I»

г. Санкт-Петербург

## **ЛИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема аддиктивного поведения в подростковом возрасте, которая затрагивает семью, школу и общество в целом, создавая предпосылки для глобальной социальной угрозы. Показано, что основными видами аддиктивного поведения у подростков являются гемблинг, интернет-аддикции, употребление психоактивных веществ, пищевые аддикции. Сделан вывод о том, что основными задачами, которые могут решить педагоги, психологи в образовательной организации совместно с родителями, являются формирование у подростков позитивной Я-концепции, развитие коммуникативных навыков и способности оказывать сопротивление давлению со стороны сверстников, адаптация к изменяющимся условиям социальной среды.*

***Ключевые слова:** аддикции, аддиктивное поведение, подростковый возраст.*

Аддиктивное поведение подростков – это не отдельное явление, а проблема семьи, школы, общества в целом, которая может создавать предпосылки для глобальной социальной угрозы. Особую обеспокоенность в современном мире вызывает употребление несовершеннолетними спиртных напитков, наркотических средств, психотропных веществ, а также и другие формы аддикций.

Так, в своем докладе Уполномоченная при Президенте Российской Федерации по правам ребенка М. Львова-Белова отмечает, что наряду со снижением общего числа (по стране) доставленных несовершеннолетних за употребление

спиртных напитков на 9,9% (до 25 625 человек), наркотических средств и психотропных веществ – на 7,1% (до 1 224), в некоторых регионах нашей страны данные показатели в 2022 году значительно возросли (от 24,5% до 183,3%) [3]. В этой связи всем социальным институтам в обществе следует продолжать дальнейшую работу с целью пресечения данных фактов, так как от качества проводимой работы среди несовершеннолетних зависит будущее здоровье нашей нации. Необходимо обратить особое внимание на различные формы проявления аддиктивного поведения, факторы, способствующие увеличению числа подростков, склонных к аддикциям, чтобы разработать эффективную программу проведения общей и индивидуальной профилактической работы с детьми и подростками.

Подростковый возраст, который в целом можно назвать критическим, является одним из самых уязвимых среди других периодов онтогенеза в формировании аддиктивного поведения. Это период полового созревания, гормональной перестройки организма, которая может спровоцировать проявление скрытых заболеваний, приводящих к дисгармоничному формированию личности и к дезадаптации в социальной среде. Данный период в развитии человека характеризуется рядом особенностей:

– появление чувства «взрослости» у подростка, связанного с готовностью приобщиться к миру взрослых, стать полноправным его членом, стремление добиться того, чтобы с его мнением считались, уважали как личность. Именно на этой почве чаще всего возникают конфликты со взрослыми, вызывая у подростка обиду и реакции протеста;

– бурное психофизиологическое, интеллектуальное развитие с одной стороны и желание обрести значимость в собственных глазах с другой стороны вступают в противоречие с недостаточной социальной зрелостью, отсутствием житейского опыта, в итоге приводящее к невысокому статусу;

– развитие самосознания и самооценки, вызывающие целую гамму внутренних переживаний. Отмечается эмоциональная неустойчивость, проявляющаяся в частой смене настроения, импульсивности. Самооценка зачастую ока-

зывается противоречивой: то восприятие себя как исключительной личности, то сомнения в себе;

– формирование новых интересов, возникновение различных увлечений, стремление занять более «взрослую» позицию, которую, по их мнению, они не могут воплотить в повседневной жизни, поэтому вступают на путь поиска другой (самостоятельной) жизни, где они бы могли себя реализовать;

– общение со сверстниками, появление стойкого стремления быть значимым среди них. Для того, чтобы подросток ощущал эмоциональный комфорт, он стремится занять свое место в системе взаимоотношений с группой, являющейся для него референтной.

Аддиктивное поведение (от англ. addiction – зависимость, склонность, страсти, пагубная привычка) – это специфическая форма девиантного поведения, характеризующаяся формированием стремления к уходу от реальности, связанные с изменением своего психического состояния, внутренней необходимостью постоянно совершать какие-либо действия и которые человек не в состоянии взять под свой контроль.

Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева выделяют следующие формы аддиктивного поведения:

– нехимическую зависимость (поведенческая аддикция), характеризующуюся объектом аддикции, как формой влечения, поведенческим актом (например, гэмблинг, интернет-аддикция и т. д.);

– химическую аддикцию, которая сопровождается использованием психоактивных веществ, влекущих за собой изменение психического состояния: алкогольная, наркотическая, табачная и другие виды зависимостей;

– промежуточные зависимости, которые представляют конгломерат черт нехимических и химических аддикций: пищевая зависимость – переедание или голодание [4].

Нехимические аддикции провоцируют рост числа психологических проблем подростков, среди которых различают эскапизм как форму избегания реальности, затруднения с адаптацией в обществе, инициирующими стресс, эмо-

циональную лабильность, ведущую к конфликтам с родными и близкими, а также ощущение подавленности при невозможности пользования интернетом. Для того, чтобы ощутить эмоциональный комфорт, подросток стремится занять свое место в системе взаимоотношений с группой, оказывающей большее влияние. Это объясняется тем, что в подростковый период важное значение имеют оценки сверстников. Из этого можно заключить, что при отсутствии живого взаимодействия подросток реализует потребность в общении посредством виртуального пространства.

Химические аддикции являются более известной и освещенной проблемой в рамках изучения зависимого поведения. Основными причинами, которые могут привести к употреблению психоактивными веществами, являются стремление завоевать признание сверстников, испытать удовольствие, поиск новых волнующих переживаний, нивелирование отрицательных эмоций, любопытство, подражание старшим, а также слабый родительский контроль и мониторинг. Кроме того следует отметить, что большую роль играют и социально-экономические факторы, к которым можно отнести условия обучения, труда, жилищные условия, порой вызывающие у подростков чувство неудовлетворенности, невозможность проявить себя в творческой деятельности.

Помимо нехимической и химической зависимости, особую значимость имеет и промежуточная – это пищевая аддикция, проявляющаяся в злоупотреблении едой или голодании. Важно подчеркнуть, что данный тип аддикции образован на стыке поведенческих характеристик и биохимических механизмов, то есть с задействованием двух других видов зависимостей. Причиной отказа от продуктов питания у подростков может служить большая подверженность устоявшемуся идеализированному образу тела, распространенному в современном обществе. Так как лица подросткового возраста в большей степени подвержены влиянию группы, то образ собственного тела может искажаться ввиду ошибочной интерпретации мнения сверстников. Своим примером, навязывая личностные стереотипы, подросток может спровоцировать ровесников, и тем самым нанести существенный вред не только своему, но и здоровью других

(вплоть до необратимых последствий) [2]. Другим проявлением пищевой зависимости служит устойчивая концентрация на процессе питания. Это также несет угрозу психологическому и физиологическому здоровью подростка, поскольку излишняя сосредоточенность на пище приводит к затруднениям с дифференциацией собственных эмоций и чувств, неадекватной самооценке, склонности к самоосуждению. Истощение ресурсов организма, возникновение расстройств пищевого поведения неминуемо ведет к физиологическим проблемам.

Согласно точке зрения, высказанной В.Е. Алтыновой, причинами отклоняющегося поведения могут служить как внутренние характеристики (заниженная самооценка, ощущение личностной неполноценности, неосведомленность о нормах и правилах социума), так и внешние (социально-педагогическая запущенность, ведущая к психологическому дискомфорту) [1]. Из этого можно сделать вывод о том, что предиктором формирования аддиктивного поведения подростков служит субъективное оценивание себя, своих способностей и занимаемого места в иерархии значимой группы.

Проблема зависимого поведения в нынешних социально-культурных условиях стоит наиболее остро и продолжает распространяться глобальными темпами, не имея в настоящее время решения и эффективных способов борьбы с ней. Маркерами данной формы девиантного поведения у подростков являются принадлежность к девиантным субкультурам, неуспеваемость в школе, дисгармоничные отношения с членами семьи. Те подростки, которые ставят перед собой высокие цели и ищут пути их реализации, не всегда могут их достичь, что может привести к психологическому дискомфорту. Следовательно, в поисках путей совладания с возникшим дискомфортом подростки подвергаются негативному воздействию спектра аддикций, начиная от интернет-зависимости и заканчивая употреблением психоактивных веществ.

Профилактика аддиктивного поведения у подростков – это проведение комплекса мероприятий различными специалистами разных уровней. Основными задачами, которые могут решить педагоги, психологи в образовательной организации совместно с родителями, являются формирование у подростков

позитивной Я-концепции, развитие навыков коммуникации и способности противодействовать влиянию сверстников, способность гибко реагировать на изменяющиеся условия социальной среды.

### *Список литературы*

1. Алтынова С.Е. Гендерные различия аддиктивного поведения подростков / С.Е. Алтынова // Психология личности: актуальные исследования: сборник научных трудов / под ред. Е.М. Разумовой. – Магнитогорск: Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова, 2020. – С. 39–43. EDN RHIMXZ

2. Власова Н.В. Сравнительный анализ ценностных ориентаций подростков с разными видами аддиктивного поведения / Н.В. Власова, Г.А. Новокрещенова // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2019. – №4 (79). – С. 362–368. DOI 10.24411/1999-6241-2019-14002. EDN WBFSZP

3. Доклад о деятельности Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка в 2022 году [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.deti.gov.ru/detigray/upload/documents/July2023/7JkHUTqLIsZL45JDp4Xl.pdf>

4. Короленко Ц.П. Психосоциальная аддиктология / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – Новосибирск: Олсиб, 2001. – 251 с. – EDN WEQAYD