

# АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ У ПОДРОСТКОВ

К. В. Усова

Алтайский государственный педагогический университет

Научный руководитель – Ю. В. Алеева, кандидат педагогических наук, доцент

Аддиктивное поведение у подростков является серьезной проблемой, с которой сталкиваются многие современные общества. Такое поведение характеризуется стремлением к употреблению веществ или заниматься определенными действиями до такой степени, что оно начинает негативно влиять на физическое и психологическое состояние индивида. Понимание проявлений аддиктивного поведения у подростков имеет важное значение для разработки эффективных методов предупреждения и коррекции.

Для педагогов и специалистов в области образования необходимо осознавать, что аддиктивные привычки могут быть связаны не только с употреблением наркотиков или алкоголя, но и другими формами зависимости. Важно выявить ранние признаки аддикции у подростков и предложить им подходящую помощь и поддержку для изменения этого поведения перед тем, как оно станет хроническим.

Подростки могут проявлять аддиктивное поведение в форме зависимости от азартных игр, социальных сетей, наркотиков и других веществ. Психологические и социальные факторы могут быть причиной таких проявлений. Экспериментирование с запрещенными веществами или игровыми платформами могут стать причиной развития аддиктивного поведения у подростка, приводя к негативным последствиям для здоровья и социальной адаптации. Подростки, находясь в компании сверстников, часто подвержены влиянию и попыткам эмоциональной независимости, что может стимулировать желание пробовать новые виды зависимостей. Другим фактором может быть низкая самооценка или проблемы во взаимоотношениях с семьей, что приводит к поиску компенсации через вредные привычки. Также важными факторами являются биологические особенности подростков, такие как наличие генетической предрасположенности к зависимостям, а также изменения в физиологии в период подросткового возраста, которые могут увеличить склонность к аддикции. Педагогическая работа с подростками должна учитывать все эти факторы и строиться на принципах профилактики и поддержки здорового образа жизни.

Проявления аддиктивного поведения у подростков усиливаются под воздействием современных технологий. Виртуальное пространство предоставляет подросткам возможность уйти от реальности и погрузиться в мир игр, соцсетей, стриминговых сервисов. Здесь они могут находить утешение и компенсацию недостающими эмоциональными контактами, что способствует формированию зависимости. Постоянное пребывание в интернете мешает формированию реальных межличностных отношений, создавая иллюзию избегания проблем и ответственности. Подростки могут проявлять аддиктивное поведение, контролируя количество времени, проведенного в сети, вплоть до отрыва от школьного учебного процесса и социализации. Отсутствие регуляции приводит к усилению потребности подростка в ускорении времени за счет электронных развлечений, что углубляет аддиктивное поведение в интернете.

Предупреждение и лечение аддиктивного поведения у подростков основывается на комплексном подходе, включающем участие родителей, педагогов и специалистов. Профилактика включает в себя обучение позитивным стратегиям разрешения конфликтов, укрепление самооценки и навыков управления стрессом. Важно строить доверительные отношения с подростками и создать безопасную среду для общения. Лечение включает консультирование, терапию и реабилитацию. Создание индивидуализированных программ помогает развивать у подростков понимание собственных потребностей и находить замену вредному поведению. Совместная работа специалистов по проблемам зависимости и школьной педагогической службы позволяет эффективно противодействовать аддиктивному поведению у подростков и способствует сохранению их физического и психического здоровья.

Семья и образование также играют ключевую роль в предупреждении и преодолении аддиктивного поведения у подростков. Семейные отношения, укрепляющие связь между родителями и ребенком, способствуют формированию у подростка устойчивости к аддиктивным привычкам. Эмоциональная поддержка, четкая система ценностей и общение на равных с детьми способствуют профилактике зависимостей. Влияние образования заключается в обучении навыкам саморегуляции, развитии социальных компетенций и формировании здорового образа жизни. Профессиональные педагоги обладают инструментами для выявления признаков аддиктивного поведения и реализации профилактических мероприятий. Образовательные учреждения способствуют формированию у подростков здоровых убеждений и ценностей, снижая вероятность попадания в аддиктивные среды. Всестороннее взаимодействие семьи, образовательных институтов и педагогов позволяет эффективно воздействовать на подростков и предотвращать возникновение проблем аддикции в их жизни.

#### ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Аддиктивное поведение в детско-молодежной среде: проблемы, профилактика: учеб. пособие [Текст] / З.А. Хуснутдинова, Э.Н. Сафина, К.В. Максимов. – Уфа: изд-во БГПУ, 2017. – 348 с.
2. Деревянченко А.А. Социология потребления [Электронный ресурс]: Учебно-методическое пособие / Деревянченко А.А. – М.: МИРЭА – Российский технологический университет, 2021.» (Деревянченко, А. А. Социология потребления : учебно-методическое пособие / А. А. Деревянченко. — Москва : РТУ МИРЭА, 2021. — 63 с.
3. Современные методы диагностики и коррекции социальных дезадаптаций и аддикций у участников образовательного процесса. Монография//Под редакцией В. Г. Каменской.—СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2011. 272 с.