

**Никитина Юлия Александровна**

студентка

**Арутюнян Анна Александровна**

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

## **АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ**

*Аннотация: в данной статье рассмотрен вопрос аддиктивного поведения.*

*Авторами представлена профилактика аддиктивного поведения.*

**Ключевые слова:** человек, аддиктивное поведение, психология, аддикция.

Человек – существо социальное, поэтому с самого его рождения социум диктует, как следует себя вести. Родственники, педагоги, государство учат нас, тому что следует придерживаться социально-приемлемых норм поведения. Естественно, есть такие люди, которые не принимают правил и следуют наперекор обществу. Таких людей называют аддиктивными, а их поведение называют аддиктивным.

Суть такого поведения заключается в уходе человека от реальности за счет изменения состояния его психики.

Психологический смысл аддиктивного поведения заключается в том, что человек уход от своей реальности, которая ему не нравится. Общество имеет огромное влияние на психическое состояние аддикта и вызывает у него огромное желание избавиться от дискомфорта, в котором он пребывает. Попытка скрыться от окружающего мира проявляется в виде употребления химических веществ, либо в каком-то виде деятельности.

При этом способы, с помощью которых человек пытается избавится от дискомфорта, достаточно болезненны. Это болезненность проявляется в виде дезадаптации и неконтроле себя и своих действий.

Психология аддиктивного поведения различает химические и нехимические аддикции.

Две эти аддикции можно представить в виде классификации:

Нехимические аддикции:

- тяга к азартным играм;
- аддикция сексуального характера;
- инернет аддикци;
- зависимость от отношений;
- шопоголизм;
- трудоголизм.

Химические аддикции:

- токсикомания;
- наркомания;
- алкоголизм;

3. Промежуточная группа аддикций:

- зависимость от переедания;
- зависимость от голодания.

### Аддиктивное поведение подростков

В последнее время проявление аддиктивного поведения стало чаще замечаться среди подростков. Это проявление стало проблемой национального масштаба. Причиной такого отклонения ребенка от действительности является нарушение взаимодействия подростка с социумом. Чаще всего на подростка огромное влияние имеют его родители, друзья и школа.

Период переходного возраста для ребенка- это нелегкое время. Если в этот период подросток не находит поддержки со стороны своей семьи, то он начинает искать эту поддержку у других людей, что зачастую приводит к плачевным последствиям.

По статистике по воздействием аддикций чаще всего оказываются дети в возрасте от 11 до 17 лет. 85% подростков хотя бы раз в своей жизни пробовали

алкогольные напитки, такая же ситуация наблюдается и с употреблением наркотических веществ.

Одной из главных причин появления аддиктивного поведения у подростков, а также пристрастия к психотропным веществам является ложное мнение взрослых о том, что этой проблемой должна заниматься наркология.

На самом деле подростковая наркомания и алкоголизм являются единой проблемой, которую необходимо решать на психолого-педагогическом уровне.

### Профилактика аддиктивного поведения

Прежде чем начинать бороться с аддиктивным поведением человека, стоит помнить ряд нюансов. Аддикт – человек, неадекватно воспринимающий реальность, у него нарушена самооценка, он не осознает своих проблем и почти постоянно живет в стрессе. Болезненное состояние психики аддикта способствует развитию астмы, возникновению головных болей, тахикардии, аритмии, язвенной болезни желудка и прочих соматических недугов. Психологическая профилактика аддиктивного поведения должна заключаться в отдельном подходе к каждой группе видов отклоняющегося поведения.

#### 1. Профилактика наркомании и алкоголизма:

- прежде всего, необходимо помочь человеку осознать свою проблему;
- аддикт должен изменить отношение к окружающему миру и к самому себе;
- необходимо провести осторожную работу с механизмами психологической защиты;
- аддикцию должен заменить интерес к чему-либо безопасному в психологическом плане.

Если все выше перечисленные меры профилактики аддиктивного поведения не помогли и поведение подростка не поддается непрофессиональной коррекции, то незамедлительно следует обратиться к специалисту. Прежде чем это сделать, необходимо помнить, что аддикция – это проблема расстройства психики. Все физические проявления организма – следствие аддикции.