

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ АДДИКЦИИ У ПОДРОСТКОВ

КОЧИНА Елена Александровна

кандидат социологических наук, доцент
заведующий кафедрой педагогики и психологии образования

МАЛЬКО Марина Руслановна

магистрант

Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова
г. Абакан, Россия

Данная статья посвящена актуальному вопросу современности: зависимостям. В статье рассматриваются причины появления аддиктивного поведения у подростков, проблемы, связанные с их проявлениями. Авторы обращают внимание на уязвимость подростков к различным формам зависимости, делая упор на такие как: интернет-зависимость, игровая зависимость.

Ключевые слова: зависимости, аддикции, аддиктивное поведение, подростковый возраст, поведенческие аддикции.

Актуальность проблемы аддикции в современном мире стоит очень остро. Только по последним официальным данным, из доклада Всемирной организации здравоохранения от июня 2024 г., можно выделить следующую статистику:

1. Алкогольная зависимость наблюдается у 2,3 миллиардов человек, что составляет почти 40% населения планеты. Ежегодно, данная зависимость уносит более 2,5 миллионов жизней.

2. Никотиновую зависимость имеют более 1 миллиарда человек, что составляет 20% населения.

3. Зависимость от наркотических веществ диагностирована у более 35 миллионов людей в мире.

Психологические проблемы из-за зависимости от социальных сетей и компьютерных игр имеются у 12% подростков, а психические нарушения – у 11%. За четыре года показатель вырос на четыре процентных пункта (Доклад Всемирной организации здравоохранения от июня 2024 года. – URL:<https://www.who.int/publications/i/item/9789240094000> (дата обращения 02.11.2024).

Само понятие «аддикция» (от англ. Addiction – «зависимость») – патологическая форма привязанности, которая значительно ограничивает жизнедеятельность человека и влияет на его взаимодействие с окружающими людьми. В качестве объекта болезненной привязанности может быть выступать человек, действие, предмет или вещество [1, с. 12].

Виды аддикции:

1. Химические. К ним относятся все формы зависимости, связанные с употреблением химических веществ: психотропных препаратов, алкоголя, никотина и т. д. Сюда же относятся зависимости от кофе, чая, сладостей.

2. Поведенческие. Отличаются большим многообразием: пищевая, компьютерная, любовная, сексуальная, ургентная, игромания, шопоголизм, аддикция избегания и др.

3. Промежуточные. Объединяют в себе свойства первых и вторых видов аддикций. Например, к ним относят пищевую и адреналиновую аддикции [1, с. 24].

Можно выделить следующие причины возникновения аддикции:

1. Биологические причины связаны с наследственностью и генетикой. Некоторые люди имеют повышенную склонность к заболеванию из-за особенностей работы мозга и нервной системы.

2. Психологические причины связаны с личностью и психическим состоянием больного. Определённые категории людей имеют высокую аддиктивную личность, то есть склонность к поиску новых ощущений, низкую самооценку, неустойчивость эмоций и поведения.

3. Социальные причины возникают под влиянием окружающей среды и общества. Давление со стороны сверстников, семьи, медиа или культуры, которые прямо или косвенно поощряют зависимость [2, с. 69].

Данные причины, как по отдельности, так

и в совокупности, могут стать причиной возникновения аддикции. Среди подросткового возраста, возник

Нами было проведено исследование на базе МБОУ «СОШ № 31» г. Абакана, для выявления обучающихся склонных к аддиктивному поведению. Количество испытуемых – 50 человек, в возрасте 14-15 лет. Для исследования, нами был подобран следующий инструментарий:

1. Методика с использованием теста-опросника «Аддиктивная склонность» В.В. Юсупова.

2. Диагностика потребности новых ощу-

щений М. Цукерман.

Для выявления уровня склонности к аддиктивному поведению у подростков, нами была проведена методика «Аддиктивная склонность» В.В. Юсупова, по средствам которой, нам удалось выяснить, что среди опрашиваемых подростков преобладает процент «умеренно выраженной» склонности к аддиктивному поведению.

Представим результаты, полученные при выявлении склонности к аддиктивному поведению подростков с использованием теста-опросника «Аддиктивная склонность» В.В. Юсупова в таблице 1.

Таблица 1

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ИСПЫТУЕМЫХ ПО ПОКАЗАТЕЛЯМ СКЛОННОСТИ К ЗАВИСИМОМУ ПОВЕДЕНИЮ (по методике «Аддиктивная склонность» В.В. Юсупова)

Уровень склонности к зависимому поведению	Кол-во, чел.	%
Выражен	10	20,0
Умеренно выражен	27	54,0
Не выражен	13	26,0

Полученные результаты могут свидетельствовать о низком проценте респондентов, которые имеют уровень склонности «не выражен», всего 26%. Расшифровка результатов по методике В.В. Юсупова характеризует данную группу испытуемых – как более ответственных, менее импульсивных, не инфантильных. С данной категорией можно проводить первичную профилактику, для предотвращения появления аддикций, направленную на формирование и укрепление установок «здорового» мировоззрения.

Группа, которую можно отнести к «умеренно выраженной» склонности, характеризуется выборочно-импульсивной в отношении принятия решений, более инфантильной, менее продумывающей будущее, находящимися в поиске собственного «Я». Данная категория находится в положении, где их выбор может повлиять на их дальнейшую жизнь.

Процент испытуемых, которых можно отнести к группе «выраженная» склонность- составляет 20% от общего числа респондентов. Данная группа характеризуется как инфан-

тильная, менее ответственная, импульсивная. С данными подростками необходимо проводить первичную и вторичную профилактики.

Для выявления видов зависимости нами была проведена методика «13 видов зависимостей» Г.В. Лозовой. Данная методика позволяет увидеть больший процент склонности к определенным видам зависимостей.

По результатам таблицы 2, можно выявить «лидеров» в видах зависимостей. Среди подростков преобладает процент испытуемых, которые имеют высокий уровень склонности к поведенческим аддикциям (интернетная, компьютерная и игровая зависимости).

Количество респондентов, которые имеют высокий и средний уровень склонности к игровой зависимости составляет 64% суммарно от общего числа респондентов. Данный результат может свидетельствовать о высоком проценте опрашиваемых подростков, которые могут иметь игровую зависимость. Данная вид аддикции может быть чреват ухудшением здоровья, социальной сферы человека, деградацией личности, уход в виртуальную реальность.

Подростки могут характеризоваться повышенным поиском «острых» ощущений, азартом, нереализованностью в «реальной» жизни. Данной категории подростков рекомендуется уделять больше внимания «реальной» жизни, заняться хобби и увлечениями вне виртуально-

го пространства. Родителям данных подростков, стоит уделять большее количество внимания времяпрепровождению ребенка, в том числе помочь организовать ему досуговую занятость, которая позволит подростку реализовать свой потенциал.

Таблица 2

**РЕЗУЛЬТАТЫ, ПОЛУЧЕННЫЕ
ПО МЕТОДИКЕ «13 ВИДОВ ЗАВИСИМОСТЕЙ» Г.В. ЛОЗОВОЙ**

Виды зависимостей	Уровни склонности					
	Высокий		Средний		Низкий	
	Кол-во, чел.	%	Кол-во, чел.	%	Кол-во, чел.	%
Алкогольная	9	18,0	18	36,0	23	46,0
Интернетная, компьютерная	20	40,0	20	40,0	10	20,0
Любовная	0	0	4	18,0	46	82,0
Наркотическая	0	0	1	2,0	49	98,0
Игровая	22	44,0	10	20,0	18	36,0
Никотиновая	10	20,0	11	22,00	29	58,0
Пищевая	10	20,0	17	34,0	23	46,0
Зависимость от межполовых отношений	0	0	0	0	50	100
Трудоголизм	0	0	1	2,0	49	98,0
Телевизионная	0	0	7	14,0	43	86,0
Религиозная	0	0	0	0	50	100
Зависимость от здорового образа жизни	0	0	4	8,0	46	92,0
Лекарственная	0	0	0	0	50	100
Общая склонность к зависимостям	11	22,0	24	48,0	15	30,0

Интернетная, компьютерная аддикция наблюдается у 80% процентов респондентов, имеющих высокий и средний уровень склонности. Данный показатель также свидетельствует о преобладании ценностей «виртуального» мира над «реальным». Подростки, имеющие данную склонность характеризуются похожим образом с «игровой» аддикцией, но и имеют различия. У подростков с наблюдаемой аддикцией может проявляться потребность в всеобщем одобрении и внимании, которая реализуется через поиск в интернет-пространстве новых

ощущений, поощрения, восхищения. Данным подросткам так же рекомендуется провести переоценку ценностей, для выявления новых целей в будущем.

Преобладающие виды аддикции могут свидетельствовать о высоком проценте респондентов, которые зациклены на «виртуальном» мире, который фактически является уходом от реальности. Для работы с подростками, которые проявляют данные виды поведенческих реакций – необходимо использовать разные виды:

1. Индивидуальную работу. При работе в данном формате, педагогу-психологу будет проще установить контакт с обучающимся, создать приятный психологический климат.

2. Групповая работа. При данном виде работы, обучающийся сможет реализовать потребность в общении, в том числе найти единомышленников и вместе решить проблему с «виртуальной» зависимостью. Данная форма может показать ученикам возможности самореализации, потребности в общении и внимании – через «реальное» взаимодействие.

3. Общешкольная. Данный уровень уже является конечным результатом, когда ученик, избавившийся от данного вида аддикции (либо почти порывший данную зависимость) – становится «наставником» для других учеников, которые только начали этот путь.

Таким образом, наше исследование позволило выявить актуальную поведенческую аддикцию, которая наблюдается у большего числа опрошиваемых подростков. По полученным данным нами планируется составление и реализация программы по первичной и вторичной профилактике аддиктивного поведения.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Дереча В.А.* Психология зависимостей: учебное пособие для вузов. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2024. – 217 с. – URL:<https://urait.ru/bcode/541840> (дата обращения: 27.10.2024).
2. *Вакнин Е.Е.* Психология реабилитации зависимых: учебное пособие для вузов / Е.Е. Вакнин, В.В. Белоколодов. – 2-е изд., доп. – М.: Юрайт, 2024. – 253 с. – URL:<https://urait.ru/bcode/543974> (дата обращения: 07.11.2024).
3. *Молчанов С.В.* Психология подросткового и юношеского возраста: учебник для академического бакалавриата. – М.: Юрайт, 2023. – 352 с. – URL:<https://urait.ru/bcode/531072> (дата обращения: 12.11.2024).