

# Аддиктивное (зависимое) поведение

## Главные отличия

Одна из форм деструктивного (разрушительного) поведения, при котором подросток стремится убежать от окружающей реальности, создать для себя иллюзию безопасности, прийти к жизненному равновесию. Он фиксирует свое внимание на конкретных видах деятельности (игромании, общении в соцсетях) или изменяет собственное психоэмоциональное состояние путем употребления различных веществ (алкоголя, ПАВ; токсикомания).

## Причины

- ✔ Отчуждение от реальности, потому что нет взаимодействия или нарушено общения в среде, в которой растет подросток.
- ✔ Гормональные перестройки у подростков приводят к всплеску эмоций, появлению агрессивности. На них оказывают влияние родители, друзья, одноклассники, с которыми ребенок зачастую не может найти общий язык.
- ✔ Особенности личности ребенка: ранимость, восприимчивость к критике, психологическое или физическое насилие в семье, строгость воспитания.

## Признаки

- ✔ Нездоровый и (или) неопрятный внешний вид — подросток не соблюдает личную гигиену, носит грязную и (или) дырявую одежду и обувь.
- ✔ Прогулы, странное поведение, запах алкоголя, картинки, записи и аудио-записи в социальных сетях, посвященные алкоголю и наркотикам.
- ✔ Наличие крупных сумм денег (возможно, воровство, вымогательство) либо постоянное выпрашивание (выманивание) денег у других.
- ✔ Нарушение межличностного общения, пищевого поведения.

## Действия педагога

- 1 Если у вас возникли подозрения в том, что ученик употребил алкоголь, ПАВ, по возможности изолируйте его от других учеников.
- 2 Срочно вызовите медицинского работника школы, но не оставляйте ученика одного. Поставьте в известность администрацию школы, педагога-психолога, социального педагога. Немедленно известите родителей или опекунов подростка, в случае если подтвердилось, что подросток находится в состоянии наркотического или алкогольного опьянения.
- 3 В рамках консилиума с другими специалистами разработайте программу сопровождения ученика и профилактических мероприятий в школе. Пропагандируйте здоровый образ жизни.

## Как предупредить аддиктивное поведение учеников

- 1 **Контактируйте со всеми учениками.** Общайтесь, интересуйтесь их жизнью. Избегайте авторитарного стиля, чрезмерных запретов и наказаний.
- 2 **Заверьте в своей помощи.** Дайте понять ученикам, что при необходимости они всегда могут обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.
- 3 **Создайте в классах дружескую, поддерживающую атмосферу.** Ориентируйте учеников на совместную деятельность и сотрудничество. Внимательно относитесь к их жалобам, помогайте разбираться в сложившихся ситуациях.
- 4 **Проведите профилактику.** Обратите внимание на ситуации, когда один или несколько учеников явно демонстрируют какой-либо вид аддиктивного поведения — курят или употребляют алкоголь. Проведите разъясняющую беседу. Обратитесь к классному руководителю, педагогу-психологу и социальному педагогу.
- 5 **Включайте в уроки тематические задания.** Ненавязчиво пропагандируйте здоровый образ жизни. Так, для подготовки к ВПР по обществознанию предложите проанализировать фото, на котором люди разного возраста занимаются спортом.
- 6 **Повысьте коммуникативные умения учеников.** Развивайте у школьников умение отстаивать свою точку зрения, критически мыслить в общении со взрослыми и сверстниками. Это поможет им отказаться в ситуациях, когда кто-то предлагает употребить ПАВ.