

Информация для родителей об аддиктивном поведении подростка



Аддиктивное поведение — вид нарушения адаптации в подростковой возрасте, который характеризуется злоупотреблением одним или несколькими психоактивными веществами, без признаков физической или психической зависимости в сочетании с другими нарушениями в поведении (компьютерная, игровая, наркотическая зависимость).

Подростки пытаются уйти от реальности путем изменения своего психического состояния, вызывая интенсивные эмоции, что дает им иллюзию безопасности, восстановления равновесия в жизни и, со временем, приручая к рабству души и тела.

Система подкрепления — предрасположенность

Вещества, которые вырабатываются в нашем мозге — дофамин и серотонин.

Если у человека уровень дофамина выше, чем уровень серотонина — «синдром дефицита удовлетворенности», которые человек компенсирует аддиктивными агентами (алкоголь, наркотики, постоянная фиксация внимания на определенных предметах или видах деятельности).

Психическая зависимость —

“Я не хочу жить без ...”

Физическая зависимость —

“Я не могу жить без ...”

Химическая аддикция —

алкоголь, наркотики.

Нехимическая аддикция—

игровые автоматы (лудомания), компьютер.

Профилактика алкогольной зависимости:

- Отдельные детские и взрослые столы (во время праздника)
- Завуалированное спиртное
- Отсутствие спиртного дома
- Положительный пример взрослых
- Увлечения, заинтересованность (секции, кружки)
- Учите детей говорить «НЕТ»
- Доверительные беседы об опасности аддитивных агентов, а не нотации .

Последствия компьютерной аддикции:

- Нарастание агрессивности
- Повышенный уровень тревожности
- Неумение общаться с реальными людьми
- Нервно-психические заболевания

Как распознать угрозу компьютерной зависимости?

1. Увеличение времени, проводимого ребенком за компьютером

2. Снижение успеваемости в школе
3. Потеря интереса к окружающему
4. Ухудшение сна, настроения
5. Неадекватная реакция на запрет

Профилактика—ограничение времени, внимание родителей, увлечения.

«Наследуемость» — это потенциал.

То, насколько этот потенциал - как отрицательный, так и положительный - реализуется, зависит от среды, а значит, от семьи, в которой растет ребенок.

Гена алкоголизма, наркомании, компьютерной или игровой зависимости нет — есть предрасположенность (система подкрепления).

Это значит, что врожденные особенности можно нейтрализовать благоприятной средой (профилактикой), а неблагоприятной — усилить их.