

Консультация специалиста

Рискованное поведение подростков: причины и способы коррекции

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежедневно в мире происходит более 3000 случаев смертей среди подростков – в основном по причинам, которые можно было бы предотвратить. Большая часть погибших детей обладала хорошим здоровьем, однако именно рискованное поведение стало причиной их преждевременной смерти. Потребление алкоголя, наркотиков, насилие, экстремальные увлечения – всё это формы рискованного поведения, которые подвергают опасности жизнь подростков.

Почему у молодёжи границы опасного и безопасного часто оказываются размыты, рассказал старший научный сотрудник лаборатории когнитивных исследований, руководитель психологической службы Российской академии народного хозяйства и государственной службы при Президенте РФ Кирилл Хломов.

– Почему подростки рисуют собственной жизнью? Какие мотивы у них могут быть?

– Начнём с того, что навык рисковать – важная способность для развития и жизни человека. Люди должны уметь рисковать в разных обстоятельствах. В свою очередь, риск бывает просоциальный и антисоциальный.

Просоциальный – это участие в различных конкурсах, олимпиадах, увлечение экстремальными видами спорта, профессиональная деятельность, связанная с риском, например, пожарных или спасателей, спортивная деятельность, участие в соревнованиях.

Антисоциальный – это в основном деструктивное поведение: употребление наркотиков, алкоголя, суицидальное поведение, экстремизм, рискованное сексуальное поведение.

Задача человека в течение жизни научиться рисковать безопасно, выбирать правильные формы риска. Однако именно на подростковый возраст приходится пик рискованного поведения человека. Это связано, во-первых, с тем, что подростки по-другому относятся к собственной смерти и не воспринимают её как окончание жизни. Они воспринимают смерть как некий акт, после которого жизнь продолжается. У большинства из них ещё нет опыта утрат, они не сталкивались с безвозвратными потерями. Поэтому в подростковом возрасте кажется, что всё можно исправить и вернуть.

Кроме того, в различных исследованиях было установлено, что взрослые имеют высокую интолерантность к неопределённости, из-за этого выбирают те решения, которые предполагают наиболее понятный результат.

Что касается подростков, они готовы к тому, чтобы принимать решения с неясными последствиями. Это объясняется тем, что ещё в детском возрасте человек привык к тому, что в этот период мир для него сам по себе неясен и непредсказуем. Такая особенность в принятии решений также может влиять на готовность к рискованному поведению ребёнка.

– Какие внешние факторы влияют на развитие рискованного поведения у подростков?

– Один из значимых внешних факторов – социальная среда. В первую очередь это семья, её конфигурация, структура, тип детско-родительских отношений, наличие одного или двух родителей. Сюда же входит район проживания ребёнка: например, в неспокойном районе уровень рискованного поведения будет гораздо выше, чем в благополучном, так как риск там воспринимается как нечто нормальное. Также значимый фактор – круг общения подростка, его отношения внутри образовательной среды: наличие буллинга, других подростков с деструктивным поведением. Кроме того, структура самой образовательной организации может влиять на формирование рискованного поведения: чем крупнее она, тем выше у подростков склонность к риску. К внешним факторам также можно отнести политическую обстановку, устройство общества, общепринятые нормы и ценности, интернет-пространство.

– Руфинг, зацепинг, паркур – чем подростков привлекают подобные экстремальные увлечения?

– Происходит влияние сразу нескольких факторов. Во-первых, это фактор адреналина. У подростков появляется возможность проверить свои способности, испытать себя, своё тело. В какой-то степени увлечение экстремом – это больше просоциальное поведение, чем антисоциальное. Например, скалолазание или парашютный спорт. Известны случаи, когда увлечение подобными вещами давало положительные результаты: трудные подростки начинали заниматься спортивной деятельностью и антисоциальное рискованное поведение становилось просоциальным.

Влияют такие факторы, как потребность в самореализации, потребность в движении, в выплеске энергии, в исследовании возможностей собственного тела, в самоутверждении и саморегуляции. Если социальная среда не предлагает безопасных способов реализации этих потребностей, появляются экстремальные увлечения в рамках городской среды. Подростки начинают находить и создавать собственные площадки для развлечений: крыши многоэтажек, общественный транспорт, стройки и так далее.

– Какие ещё существуют виды рискованного подросткового поведения?

– Это, безусловно, злоупотребление алкоголем, потребление наркотических веществ, самоповреждение, суициdalное поведение, поведение, связанное с киберагрессией, всевозможные правонарушения, экстремизм. Помимо выше названных руфинга и зацепинга, можно также упомянуть экстремальное вождение автомобиля или любого другого транспорта. Всё это антисоциальные формы рискованного поведения, в результате проявления которых может создаваться серьёзная негативная перспектива, которая может повлиять на всю жизнь подростка.

– Каким образом должна строиться профилактическая работа с подростками с рискованным поведением?

– Одним из важных элементов системы профилактики должен быть регулярный мониторинг ситуации в обществе в связи с подростковыми рисками. Например, тестирования или опросы подростков помогают оценить динамику развития рискованного поведения. Это, в свою очередь, помогает определить эффективные формы воздействия. Кроме того, в профилактику должны быть вовлечены психологи, необходимо вести работу не только с подростками, но и с их семьями. Взаимодействие с семьёй должно строиться по принципу помогающей модели. Как показывает мировой опыт, это наиболее эффективная форма. Организация досуга, вовлечение детей в различную творческую и полезную деятельность, внедрение различных интерактивных материалов, предполагающих коммуникацию, – всё это в комплексе поможет снизить риски в подростковой среде.