

Психологические зависимости детей

Пчелинцева Ю. А.
педагог-психолог
МБДОУ №282
Г. Красноярск

Зависимость – это такое внутреннее состояние человека, когда личность более или менее утрачивает свободу воли, проявляет слабость, отдавая предпочтение соблазнительным удовольствиям, желая получить все и сразу.

Человек находит свой «утешитель», который наикратчайшим способом или устраняет боль, или заполняет пустоту, или одаривает искусственно вызванным опьянением.

Зависимостей у каждого человека множество. Но если зависимость перешла в навязчивое состояние – аддикцию («addiction» – склонность, пагубная привычка), то это уже серьезный повод для беспокойства.

Все аддикции делятся на: 1) химические аддикции (алкоголизм, курение, наркомания, токсикомания); 2) нехимические (психологические или поведенческие) аддикции (игромания, интернет-зависимость, телезависимость, трудовоголизм, шопоголизм, зависимость от мобильных телефонов, религиозных сект и пр.). Аддиктивное поведение связано с желанием уйти от реальности, от проблем, причем желанием чаще всего неосознанным.

Зависимости – сложный, тугой узел, в котором завязано все: медицинский, психологический, социальный, экономический, социально-культурный и другие аспекты.

К настоящему времени психологи описали около пятисот различных форм зависимостей. Есть предположения, что на самом деле их около полутора тысяч. Полторы тысячи зависимостей – когда желание перерастает в потребность, а потом переходит в пристрастие...

Зависимости – проблема сложная и многоуровневая. Не все проявления зависимостей достаточно хорошо изучены.

Вопреки существующему мнению, зависимость – это не вредная привычка, которая появляется от лени, дурной компании, и это не та проблема, с которой можно справиться одной лишь силой воли.

Стадии формирования зависимости

Корни формирования зависимого поведения уходят в глубокое детство человека. Зависимость находится на подсознательном уровне. Формируется она с рождения и до полутора лет. На этой стадии формируется близкая связь и доверие. Если окружающие люди вовремя приходят ребенку на помощь – он спокоен, чувствует себя в безопасности. От того, насколько успешно взрослый сможет сформировать базовое доверие ребенка к окружающему миру, зависит, как ребенок сможет потом двигаться в мир, чтобы исследовать его и познавать.

Дальше следует стадия противозависимости. Она приходится на возраст примерно 12-36 месяцев, и главной задачей этой стадии является отделение малыша от мамы, что выражается в желании быть более самостоятельным, активно исследовать окружающий мир. Именно на этой стадии дети начинают ходить. В это время важно, как поведет себя мама, допустит ли она большую автономность своего малыша, еще недавно такого зависимого от нее, хватит ли у нее спокойствия и внутренней уверенности допускать исследовательскую активность ребенка. Для успешного прохождения этой стадии важно, чтобы ребенок слышал от родителей «да», по крайней мере, в два раза чаще, чем «нет».

Очень важно с точки зрения формирования предрасположенности к зависимому поведению как ребенок проходит стадию отделения. На данной стадии он имеет шанс стать автономным, а значит независимым от мамы, независимым в своих желаниях, чувствованиях, стремлениях, удовлетворениях – все это создает основу для дальнейшего успешного формирования собственного «Я», формирования собственной идентичности, независимости в своих желаниях от других людей или предметов

На третьей стадии, если две предыдущие прошли успешно, ребенок действует и живет автономно, но все еще чувствует и осуществляет действия в состоянии связи со своей семьей. Эта стадия длится с 3 до 6 лет.

На четвертой стадии, длящейся с 6 до 12 лет, ребенок учится приближаться и отдаляться от родителей и от других людей. Это чрезвычайно важно при удовлетворении наших потребностей – подходить ближе, когда мы хотим быть удовлетворенными в чем-либо и отдаляться, удовлетворив наши желания.

Зависимость и личность

Кто наиболее подвержен зависимостям? Зависимость возникает в силу определенных обстоятельств, сюда относятся личностные особенности человека, его социальное окружение и условия воспитания, поскольку они не только участвуют в формировании самой личности, но и формируют определенные шаблоны поведения, которые человек применяет всю оставшуюся жизнь.

Инфантильность (незрелость).

Повышенная внушаемость (легкое усвоение внешних ценностей, желаний и установок).

Подражание (готовность соответствовать какому-либо образцу).

Ригидность (тугоподвижность всей психической деятельности).

Наивность (неопытность и неосведомленность).

Любопытство.

Максимализм (крайность в требованиях, взглядах или эмоциях).

Эгоцентризм (фиксация на себе, своих ощущениях и желаниях).

Нетерпеливость (неумение ждать).

Склонность к риску.

Страх быть покинутым.

Спасибо за внимание!

