

Н. Н. МАЛЯРЧУК,

Тюменский государственный университет

РОЛЬ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК У ПОДРОСТКОВ

В настоящее время в России небывалыми темпами растет эпидемия алкоголизма, табакокурения, наркомании и токсикомании. Почти 5% всего населения страны являются больными наркологического профиля. За последнее десятилетие общий уровень заболеваемости возрос в 10 раз. Средний возраст приобщения к наркотикам колеблется от 10 до 11 лет, около 16 миллионов человек употребляют «легальные» и «нелегальные» наркотики. Страна «лидирует» по доле алкоголя на душу населения. Замалчивается процветание пивного алкоголизма. Разнузданная реклама с экранов телевизоров агрессивно вкалывает интерес к пиву, практически ежеминутно внушает привлекательность пьяного образа жизни. Неудивительно, что более половины школьников начинают пить пиво с 13 лет, и 40% учащихся школ употребляют его регулярно. Подростковый и детский алкоголизм стали реалиями нашей жизни. Россияне сейчас относятся к одной из самых курящих наций. По данным Научно-информационного центра профилактической медицины РАМН, в России курят 63% мужчин (44 млн.) и 9,7% женщин (8 млн.).

Почему же такое такое распространение в России приобрело употребление психоактивных веществ? Есть замечательное высказывание: «Мы родом из детства». А для детей значимыми лицами выступают родители. Они сопровождают ребенка с самого рождения, служат ему опорой и примером. М. Е. Литвак пишет, что ребенка программируют родители до 6 — 7 лет, поэтому так важно то влияние, тот личный пример, который подают родители. Именно родители, как никакие другие лица, ответственны за формирование вредных привычек у детей.

Еще К. Лорренс описал феномен импринтинга у уток: первый движущийся предмет, который утенок видит, он принимает за маму и начинает повсюду ходить за ним. Нечто похожее имеет место и в человеческой среде. Ежедневное общение с родителями, списывание с них образцов поведения, разговора приводят к тому, что ребенок встраивает в свою картину мира в качестве обязательного компонента сигареты, алкоголь и даже наркотики. В последующем происходит расширение круга общения ребенка. В 2 — 3 года он начинает посещать детский сад, общается с другими детьми, которые также записывают для себя пример вредных привычек родителей. Кроме того, на детей воздействует реклама. Да и просто прогулки на улице формируют опыт восприятия человека, для которого вредная привычка — часть личности. В связи с этим, Ф. Углов отмечает, что в нашем обществе мнение о человеке, который курит или выпивает, достаточно лояльное. «Считается, что пить плохо, курить вредно. Но папа не пьет, а выпивает, потому что он устал с работы, — пишет Ф. Углов. — Маме курить можно, хотя вообще-то курить нельзя». Происходит отделение привычки от человека: курение — вредно, но в случае персонификации вредной привычки (если курит близкий человек) отрицательное отношение к курению снижается, а то и совсем пропадает.

С. Л. Рубинштейн писал по этому поводу: «Прежде всего следует обратить внимание на то, что привычки воспитываются не столько словами, сколько делами. Многие считают, что для того, чтобы у ребенка сформировалась полезная привычка, достаточно всего лишь постоянно напоминать об этом... Но такие объяснения могут быть непонятны ребенку, не всегда приводят к нужному результату».

В период полового созревания для подростка становится значимым мнение сверстников, с которыми он удовлетворяет потребность в общении. В компании сверстников многие действия совершаются импульсивно — из желания сохранить расположение группы, поддержать свой авторитет, да и просто из любопытства.

Влияние родительского примера на подростков снижается, в некоторых случаях они стремятся вести себя наперекор родителям. Видимо, этим объясняется тот факт, что в семьях, где родители придерживаются полезных привычек, дети из оппозиции или по другим причинам начинают демонстративно курить, употреблять алкоголь, наркотики. Чувство взрослости мешает подросткам ориентироваться в своих поступках на мнение и взгляды родителей, и в поиске приемлемого поведения не каждый понимает, что вредные привычки — не лучший способ обретения самости.

Чтобы стать привычным, курение или употребление алкоголя, наркотиков должно повториться несколько раз. И многие из подобных случаев происходят на глазах у взрослых. Подростки курят, не стесняясь, у подъездов, иногда на крыльце школы. А. Е. Личко высказал мысль о преобладающей демонстративности подросткового поведения. «Почему они курят на глазах у прохожих? Возможно, они подталкивают своим поведением взрослых. Может быть, стремятся к нам за советом, за помощью. Ждут, что увидев сигарету, мы не отвернемся, не станем их ругать, а спокойно спросим, как случилось так, что подросток закурил?»

Не умаляя значения демонстративности, следует сказать о действии моды, которая ориентирована на молодежь. Сегодня существует мода на распитие пива в общественных культурных местах, употребление наркотиков (экстази) на дискотеках. При этом родители (и взрослые в целом, не имеющие значимого авторитета у детей в подростковом возрасте) не в силах противостоять нарастающей наркотизации и алкоголизации детей.

Поведение родителей, которые обнаружили, что их ребенок пьет или курит, неоднозначно. Кто-то говорит: «Надо попробовать. Все через это прошли». Кто-то приходит в ужас и начинает ругаться и постоянно проверять карманы, портфель, ящики стола, требует от ребенка клятвенного обещания, что он больше никогда не будет. Но зачастую подростки продолжают курить, употреблять тяжелые наркотики и все больше времени проводят в асоциальной компании.

В обычных семьях, которые не относятся к неблагополучным, родители тяжело переживают факт курения детей и употребления ими алкоголя, а наркомания расценивается как настоящая трагедия. Поведение родителей характеризуется либо явной агрессией, либо они делают вид, что ничего не случилось.

Наркологи свидетельствуют, что мононаркотизм переходит в полинаркотизм в 90% случаев: среди курящих много тех, кто регулярно употребляет алкоголь, а среди алкоголиков практически нет некурящих. Этот факт должен заставить задуматься тех родителей, кто утверждает: «Пусть попробует, все через это прошли». Но последствия вредных привычек в подростковом возрасте крайне негативны, так как идет процесс интенсивного роста и развития всех органов. Поступающие вредные вещества нарушают обмен веществ, создавая предпосылки для возникновения соматических заболеваний: гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, гастрита, панкреатита, гепатита, бронхита, аллергических заболеваний, рака легких и грудных желез.

От родителей требуется максимум усилий, чтобы предотвратить превращение вредной привычки в болезнь. Поэтому родителям можно посоветовать:

1. Начните с себя. Бросьте кивать на принцип культурного питья. Откажитесь от табакокурения вместе с вашим ребенком.
2. Постарайтесь быть для ваших детей не надсмотрщиком, а другом.
3. Забудьте свой личный родительский эгоизм: деньги, заработанные вами, не спасут вашего ребенка, а поможет ему только ваша любовь и ваше понимание его проблем.
4. Уважайте личность ребенка, считайтесь с его интересами, воспринимайте его таким, какой он есть, не сравнивайте его с другими детьми — он неповторимый.
5. Находите время и общие темы для разговора и совместного времяпрепровождения.
6. Запомните: телевизор — не друг вам! Он суррогат общения ребенка с родителями. Выключите его и пойдите погулять с вашим чадом или просто поговорите.
7. Постарайтесь вовлекать ребенка в решение серьезных семейных проблем (ремонт в доме, работа на даче, покупка мебели и вещей). Дайте ему почувствовать себя взрослым, уважайте его мнение.
8. Не обзывайте детей. Не сквернословьте в их присутствии — через несколько лет они вам ответят вашими словами.
9. Дети не обязаны вам каждой минутой своей жизни, они родились, потому что вы этого хотели. Так уберегите их от зла!