🧠 Почему подростки рискуют: психология девиантного поведения?

Подростковый возраст – время экспериментов: зацепинг, опасные селфи, экстремальные прогулки по крышам. Почему разумные дети вдруг начинают игнорировать опасность?

1. Мозг ещё не «дозрел»

🔹 Префронтальная кора (отвечает за самоконтроль и оценку рисков) формируется до 20–25 лет.

🔹 Миндалевидное тело (эмоции и импульсы) в этот период гиперактивно.

👉 Результат: подростки часто действуют под влиянием эмоций, не думая о последствиях.

2. «Бессмертный» синдром

Многие подростки искренне верят, что с ними «точно ничего не случится». Это не глупость – их мозг ещё не умеет объективно оценивать вероятность опасности.

3. Жажда одобрения сверстников

Социальный статус для подростка важнее, чем мнение взрослых. Рискованное поведение – способ:

✅ Доказать свою «крутость».

✅ Вписаться в группу.

✅ Получить лайки в соцсетях.

4. Гормоны и поиск новых ощущений

🔹 Дофамин (гормон «вознаграждения») у подростков вырабатывается активнее, особенно при риске.

🔹 Скука и рутина переносятся тяжело – отсюда тяга к экстриму.

5. Протест против гиперопеки

Чем больше родители контролируют («Не смей!», «Тебе нельзя!»), тем сильнее желание нарушить запреты – это способ почувствовать себя взрослым.

Что делать родителям?

✔️ Обсуждайте риски без запугивания – говорите на примерах (новости, документальные фильмы).

✔️ Предлагайте легальный адреналин – спорт, путешествия, творчество.

✔️ Укрепляйте самооценку – если подросток уверен в себе, ему не нужно доказывать что-то через опасные поступки.

💡 Важно! Если рискованное поведение становится регулярным – это может быть криком о помощи. Не бойтесь обращаться к психологам.