**Побег из дома: что толкает подростка за порог?**

*Причины могут быть разные. Но объединяет их одно – ситуация кажется неразрешимой*

Побеги подростков из дома — тема, к сожалению, актуальная, особенно с приходом весны. Психологи побег из дома рассматривают как один из вариантов защитного поведения.

**Причины**

Говоря о причинах побега, можно выделить три группы факторов: подражание, медицинская патология и стресс. Вот одна довольно типичная история.

Саша (14 лет) живет с мамой и папой в отдельной квартире. Он единственный сын в семье. Родители женаты 16 лет. На летние каникулы Саша вместе с бабушкой уезжает на дачу. До 5 класса сложностей в школе у Саши не было, пропускал занятия редко, в основном из-за болезней. В 6 классе начались регулярные пропуски. С четвертой четверти перестал ходить в школу. Соседи иногда видели Сашу во дворе. Он просил взаймы денег. В мае мама одноклассника видела Сашу на вокзале. Она рассказала об этой встрече классному руководителю, та позвонила домой. Мама сказала, что Саша отбился от рук и с ним потерян контакт. С апреля Саша иногда ночевал у друзей. В мае стал почти все время проводить у друзей. А маме хватает своих проблем: от нее ушел муж к молодой девушке. В июле Саша был объявлен в розыск и найден в другом городе.

Напряжения в отношениях родителей могли создать для Саши постоянную стрессовую ситуацию. Не столько из-за развода родителей как такового, сколько из-за того, что родители были заняты постоянным выяснением отношений и не обращали внимания на сына. Возможно, один из них манипулировал сыном, стараясь удержать супруга, и это добавляло напряженности для Саши.

Реакция на стресс зависит от многих факторов. Одни и те же ситуации могут восприниматься подростками по-разному. Если у него сохраняются отношения, в которых он уважаем и ценен, то ему легче справиться со стрессовой ситуацией. Или же если у него есть способ отреагировать на дискомфорт: например, занятия творчеством или спортом помогают избавиться от негативных эмоций и пережить неблагоприятный период.

Иногда на побег толкают причины, связанные с имеющимся жизненным планом, или представление о красивой жизненной истории. К этой группе факторов относятся, например, популярные фильмы, биографии кумиров или четкий и заранее определенный жизненный сценарий.

Вите 14 лет. Отец его погиб, когда сыну было 6 лет. Мама повторно замуж не вышла. Иногда она рассуждала с подругами при Вите, что «все мужчины в подметки ее погибшему мужу не годятся». О папе много говорила бабушка по отцовской линии. Одной из транслируемых в семье историй об отце было описание того, как он, будучи подростком, один прожил в заброшенном доме на окраине деревни. Это расценивалось как проявление самостоятельности и готовности вести взрослую и ответственную жизнь. И регулярно Вите говорилось, что отец в его возрасте был намного самостоятельнее и взрослее. Поэтому через какое-то время Виктор воплотил в реальность поступок отца — сбежал из дома, чтобы завоевать высокий статус в семье и тоже стать героем, настоящим мужчиной.

Очевидно, что отцовская модель — как человека успешного, уважаемого, любимого — стала для Вити эталоном. Мама повторно не вышла замуж — это доказывает незаменимость отца. Витю упрекали в инфантильности, поэтому для него стало важно повышение статуса и признание взрослости. А побег из дома — самый простой способ реализовать потребность в признании, тем более что у отца это получилось именно так.

Еще одна причина побега из дома может быть связана с развитием некоторых заболеваний (например, эпилепсии), когда побег имеет диагностическое значение. Но в таких случаях диагностикой и ведением работы должны заниматься специалисты-медики.

**Пусковой механизм**

Как правило, в основе каждого конкретного случая лежит то или иное сочетание факторов и, конечно, конкретная жизненная ситуация, которая активирует патопсихологические предпосылки побега.

Наиболее часто сами подростки называют такие причины: родители уже «достали», все хотят контролировать (около 50%); боязнь наказания за проступок (около 25%); потребность обратить на себя внимание (около 20%); скука и тоска (около 5%).

Желание избавиться от опеки и контроля взрослых наиболее характерно для 12—15-летних. Обычно на побег толкает не страх перед родными, а желание освободиться от надзора. В этом случае подростки могут убежать достаточно далеко, для них важно не быть обнаруженными.

Например, 14-летний Антон жил с мамой и ее родителями, своими бабушкой и дедушкой, отца Антон не знал. Мама рассказывала, что у нее был бурный роман и она мечтала родить от этого человека ребенка, но ее избранник был женат. Мама спала с Антоном в одной комнате, убирала в шкафу личные вещи сына, просматривала его почту, аргументируя тем, что Антон — ее единственное утешение и смысл жизни и она за него очень волнуется. Мама не жалела денег на карманные расходы сына, покупала ему дорогие вещи. Обсуждала с ним девушек и просмотренные фильмы. Приятели Антона считали, что ему крупно повезло с мамой. Однако через неделю после своего четырнадцатилетия он сбежал из дома.

Описанная ситуация демонстрирует, что опека родителей воспринимается подростками как контроль и подавление. И в таком случае побег из дома — это попытка жить по своим правилам и «со своим личным шкафом, куда никто не залезает». Потребность в личном пространстве естественна для взрослеющего и взрослого человека.

Также нередки побеги, ставшие следствием жестокого обращения, суровых и необоснованных наказаний, «расправ» со стороны родных. Например, регулярные побои за низкие оценки в школе. Такие ситуации бывают в семьях, где родители предъявляют высокие или невыполнимые требования, например требование быть во всем успешным: в занятиях спортом, в учебе. Ситуация усугубляется преследованием со стороны учителей и одноклассников.

Подобные побеги обычно совершаются в одиночку, и все поведение подростка строится таким образом, чтобы отвлечься от тяжкой ситуации, толкнувшей на бегство. Другие рискованные поступки в это время обычно всячески избегаются. Для развития личности подростка подобный способ ухода от сложных жизненных ситуаций может легко стать стереотипным. Даже если молодой человек со временем вернется домой, у него будет опыт изменения ситуации не за счет активных действий, а за счет ухода из нее.

Потребность обратить на себя внимание тоже способствует решению о побеге. Подросток тем самым стремится привлечь к себе особое расположение близких, утраченное, например, из-за появления нового члена семьи. Иногда подросток требует не только внимания, но и преимуществ, выполнения каких-то его желаний, определенных благ, особенно тех, которые позволили бы ему возвыситься в глазах сверстников. В таких «демонстративных» побегах не убегают далеко, так как цель — обратить на себя внимание, быть обнаруженным и возвращенным. Такие побеги могут начинаться с 12 лет и продолжаться весь подростковый период.

Наиболее редкой причиной ухода из дома становятся тоска и скука — безрадостное настроение, на фоне которого появляется беспричинное желание к смене места, перемене обстановки. В побег пускаются в одиночку. Во время побега внезапно появляется желание вернуться домой — возвращаются уставшие и послушные. Причину побега объяснить не могут, поступок свой не хотят комментировать. Настойчивые вопросы могут спровоцировать новый побег в подобной ситуации.

Таким образом, причины для побега могут быть самые разнообразные. И сам побег является не столько проблемой, сколько следствием той или иной сложившейся ситуации.

**Может пригодиться**

Что делать родителям, чтобы предупредить побеги из дома? Многие необоснованные, по мнению взрослых, требования подростков можно понять и принять, если знать психологическую подоплеку их поведения. У подростков ведущая деятельность — общение. Они чувствуют себя неполноценными, если стремление к общению на равных, когда их уважают и слушают, остается нереализованным.

Не стоит угрожать подростку, что выгоните его из дома (или уйдете сами), если он сделает что-то не так. Пламенная речь родителей о том, чтобы дочь не переступала порога дома и не обращалась за помощью, если она не поступит в институт (не сдаст экзамены, не перестанет общаться с 20-летним студентом), может обернуться трагедией. Вообще подросток воспринимает любые угрозы как руководство к действию. Боясь, что его действительно выгонят или накажут, он уходит сам.

Совместно планируйте досуг. Если свободное время подростков заполнить интересными и полезными занятиями, многие проблемы будут решены. Они готовы посещать любые секции за компанию. Организуйте такую компанию, пусть даже для этого вам придется заплатить за абонемент друга или подружки.

Подросткам очень важно понять, на что они способны, им свойственно проверять себя «на прочность». Они хотят познать этот мир любой ценой и прямо сейчас. В этом своем стремлении часть ребят выходят на грань, а иногда за грань дозволенного и безопасного. Учитывая стремление к экстриму, нужно создавать ситуации безопасного риска: походы, путешествия, сплавы, в общем, виды туризма, связанные с преодолением трудностей и проверкой себя. Но при этом очень важно обсуждать с ребенком опасности неконтролируемых экспериментов со своей жизнью.

Если родители ощущают, что их контакт с подростком нарушен, то никогда не поздно менять ситуацию. Разумеется, когда ему 13 лет, это сделать гораздо сложнее, чем в раннем детстве. Однако попытайтесь хотя бы сейчас воспринять его всерьез. Попробуйте переключиться на партнерские отношения и разговаривать с подростком на равных.

Старайтесь принимать любые откровения сына или дочери как признак огромного доверия к вам. Более того, делитесь тем, что происходит с вами, спрашивайте иногда совета у подростка. Именно родители показывают, как можно обращаться со своими эмоциями и состоянием. Если мама устала, она вправе отдохнуть, попросив полчаса ее не беспокоить. Но должна быть готова так же отреагировать на подобную просьбу своего ребенка.

Выслушивайте подростка всегда, особенно если он хочет поделиться чем-то важным (даже тем, какой у Лены прекрасный новый телефон). Постарайтесь понять, какая потребность скрывается за этим, возможно, подросток просто хочет признания его ценностей и приоритетов. Не высказывайте категоричных суждений в его адрес вроде: «Я предупреждала тебя, что так получится!» Не отбивайте желания советоваться с вами. И тогда с любой проблемой подросток обратится именно к вам, зная, что его поддержат и не осудят.

Что делать, если подросток уже ушел из дома или такая ситуация становится регулярной? Не пытайтесь решить проблему силой. Некоторые родители, боясь очередного побега, прячут вещи подростка, запирают его в квартире, увозят. В этом возрасте сильно развито стремление к противоречию, поэтому жесткие меры могут только усилить желание вырваться из дома.

Не впадайте в переживания и тем более в истерику. Лучше проанализируйте, почему сыну или дочери было неуютно с вами. Быть может, что-то изменилось в отношениях взрослых? Тогда стоит подумать, как оградить подростка от своих взрослых проблем. Обратитесь за поддержкой к специалистам, лучше к тем, кто имеет опыт работы с семьями и специализируется на проблемах подросткового возраста.

Штинова Ольга