

# **Беременность подростков – рекомендации психолога для родителей**

Парадоксально, но в наши дни проблема подростковой беременности не стоит так остро, как это было еще лет 5 назад.

Да, это обсуждается, но в то же время это стало практически нормальным явлением (15 % всех родов приходится на подростков). Сложилось какое-то аномальное понятие нормы.

Но с точки зрения психологии подростковая беременность по-прежнему остается проблемой, которая заслуживает особого внимания.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1 Факторы риска
- 2 Чем опасна беременность
- 3 Рекомендации родителям

## **Факторы риска**

Анализ подростковых беременностей позволил выявить несколько негативных факторов, влияющих на раннюю беременность:

- насилие в семье подростка;
- асоциальный образ жизни родителей;
- гиперопека или авторитарный стиль воспитания в семье;
- занятость родителей, безнадзорность детей;
- доступность алкоголя и наркотиков;
- подростковые развлечения типа вписок;
- сексуальная распушенность как форма подростковой девиации;
- низкий социальный и экономический статус семьи;
- случаи ранней беременности в окружении подростка;
- неспособность планировать будущее, низкий уровень нравственного сознания;
- восприятие беременности как неоспоримого перехода во взрослую жизнь;
- игнорирование средств контрацепции, в том числе под влиянием партнера.

Принято считать, что подростковая беременность встречается только в неблагополучных семьях. Это не так. Причиной беременности может стать использование метода прерванного полового акта как средства контрацепции (некоторые взрослые люди тоже предпочитают этот метод) и чрезмерное доверие партнеру.

Однако обычно беременность подростков случается из-за нескольких факторов, находится на стыке обстоятельств. Это необязательно связано с разгульным образом жизни. Забеременеть можно и при первом половом контакте, встречаясь с одним молодым человеком.

Родители не могут отгородить подростков от занятий сексом, потому важно уделять внимание просвещению, формировать стойкие убеждения о необходимости контрацепции. Подростковая беременность – издержки семейного воспитания и сексуального просвещения. В этом всегда есть доля ответственности родителей.

## **Чем опасна беременность**

Современные дети быстрее растут физически, а вот психологически наоборот развиваются медленнее. Потому получается, что физически девушка-подросток вполне может выносить и родить

здорового ребенка, но инфантилизм юных матерей и отцов внесет свою лепту в дальнейшее развитие ситуации.

Чем опасна подростковая беременность:

1. Не всем юным матерям, да и отцам, удастся окончить школу и поступить учиться дальше. После родов возникает острая необходимость сидеть дома с ребенком и зарабатывать на еду, подгузники, одежду, прочее. Кому-то помогают или полностью содержат родители, а кто-то оказывается предоставленным самому себе.
2. Не все молодые люди могут посвятить свою жизнь ребенку. Кто-то хочет дальше гулять и развлекаться, а ребенка воспринимает как помеху, ненавистный груз. Это приводит к насилию, жестокому обращению с ребенком, невыполнению родительских обязанностей.
3. Непонимание в семье, побег или изгнание из дома. Бывает такое, что родители отказываются от дочери или принуждают сделать аборт, бьют ее.
4. Не каждая девушка понимает серьезность своего положения, отчего может вести опасный для ребенка образ жизни. Это может вызвать патологии у плода или выкидыш.
5. Страх перед родителями заставляет некоторых школьниц скрывать беременность. В итоге они поздно встают на учет к гинекологу или не встают вовсе, не проходят необходимых осмотров, не получают должного ухода. От этого могут возникнуть аномалии в развитии плода и течении беременности. Бывает и такое, что девушки утягивают живот или пытаются самостоятельно спровоцировать выкидыш. Все это опасно не только для ребенка, но и для здоровья юной матери.
6. Высок риск остаться матерью-одиночкой. Большинство отцов-подростков отказываются брать ответственность за случившееся.
7. Психическая нестабильность подростка, кризис переходного возраста. В группе риска находятся девушки. Гормональная подростковая буря в сочетании с гормональной перестройкой при беременности усиливает риск психических расстройств, неврозов, ухудшения самочувствия.

Стоит отметить, что некоторые физически взрослые люди на психологическом уровне мало чем отличаются от подростков. Не все понимают особенности развития детского организма, потребности малыша и другие азы родительства. Но всему этому можно научиться.

Да и среди подростков встречаются не по годам развитые и ответственные дети. То есть сама по себе беременность подростков действительно не является проблемой.

Опасность таится в другом: нет своего жилья, нет постоянного источника дохода, которого хватит на нужды всех членов семьи, нет надежного партнера рядом, нет ориентиров в жизни.

Подростки морально и социально незрелые, они зависят психологически и материально от других людей. Они еще не определились в жизни, не нашли свое место, не поняли, кто они и какие они. И к сожалению, не всегда находятся люди, которые могут помочь им.

## **Рекомендации родителям**

При беременности подросток как никогда нуждается в своих родителях. Ему нужно общение, принятие, поддержка и помощь. Задача родителей – сохранить психическое и физическое здоровье своего ребенка.

Как вести себя в такой ситуации:

1. Не кричите на дочь или сына, примите спокойно новость о беременности. Криками, наказаниями, угрозами вы можете спровоцировать уход из дома или попытки избавиться от плода. Помните о тех рисках, что мы разобрали во второй части статьи. Это уже случилось, нотации теперь не помогут.

2. Встретьтесь с родителями другого подростка, обсудите возникшую ситуацию с ними. Если они готовы сохранить ребенка, то спланируйте будущее распределение обязанностей и уход за ребенком.
3. Не отказывайтесь от своего ребенка. Соберите семейный совет и решите, сможете ли вы воспитать еще одного члена семьи. Да, нужно понимать, что это ляжет прежде всего на ваши плечи.
4. Рассмотрите все варианты решения, определите и оцените последствия каждого из них для жизни подростков, семей. Если тяжело принять решение, то воспользуйтесь методом от противного: определите недопустимый вариант.
5. Не давите на подростка, прислушайтесь к его мнению и желаниям. Не осуждайте, не упрекайте. Постарайтесь исключить все эмоции, оставьте только сухие факты, здраво оцените возможности и перспективы.
6. Независимо от того, что вы решите (сохранить плод или сделать аборт), сходите вместе с дочерью к психологу. Консультации психолога в этом случае обязательны.
7. Если приняли решение об аборте, то проведите дочь за руку «от а до я». Подберите лучшего врача, помогите записаться на прием, проводите, не упрекайте. Даже потом. Именно сейчас у вас появился шанс улучшить отношения с дочерью, повысить уровень доверия и близости в них, предотвратить похожие ситуации.
8. Если было принято решение рожать, то спланируйте, каким образом подросток сможет окончить школу или другое образовательное учреждение и получить профессию. Можно перейти на домашнее обучение, нанять репетиторов, рассмотреть дистанционные формы онлайн-обучения.
9. Помогите девушке стать самостоятельной. За время беременности можно экстерном получить образование и даже пройти курсы профессиональной подготовки. Интернет дарит массу возможностей, в том числе для заработка и получения образования.
10. Определите, когда и кто будет сидеть с ребенком, особенно в те моменты, когда его родители (подростки) будут учиться или работать.
11. Ухаживайте за подростком. В период беременности девушке нужно в три раза больше питания, витаминов и микроэлементов, чем взрослым женщинам. Девочка-подросток активно развивается и растет вместе с плодом, что находится внутри нее.

Психоэмоциональная и физическая незрелость подростка – главный риск ранней беременности. Это не взрослая и уверенная в себе женщина, а неопытный, испугавшийся ребенок. Да, подростки сами еще дети. Нужно сделать все возможное, чтобы уменьшить стресс, который испытывает юная мама. Обязательно нужно посещать психолога.

Проблема подростковой беременности касается прежде всего девочек, но важно понимать, что ответственность несут оба подростка и родители с обеих сторон.

Однако даже если отец признает ребенка, он и его родители готовы помогать юной маме, ей все равно придется тяжелее. Будет сложнее самореализоваться в будущем, устроиться в жизни.

Без помощи семьи, психологов и социальных работников это невозможно.