

**Как оградить ребенка от алкоголя?
Что может помочь детям стать успешными и
счастливыми?**

*Информационный материал для педагогов и
родителей*



Пьянство и алкоголизм - одна из социально значимых и актуальных проблем для нашего государства. Это негативное явление причиняет огромный материальный и нравственный ущерб и обществу в целом, и отдельным гражданам. По масштабам своего распространения, величине экономических, экологических, демографических и нравственных потерь пьянство и алкоголизм представляют серьезную угрозу стабильности и развитию общества, здоровью и благополучию нации.

1. Цифры и факты

- Последние 8 лет Россия устойчиво занимает 1 место в мире по детскому и подростковому алкоголизму.
- 70% детей к 13 годам уже знают вкус алкоголя.
- Ежедневно употребляют алкогольные напитки, включая пиво, 33% юношей 20% девушек.
- Доля людей, которые регулярно употребляют пиво, составляет сегодня 76%.
- 90% преступлений совершены подростками в состоянии опьянения.

В подростковом возрасте любой алкоголь, даже в очень малом количестве, наносит организму непоправимый вред. На несформировавшийся молодой организм он действует наиболее грубо, обязательно затрагивая личностные качества подростка. Среди специалистов в этой области сложилось единое мнение, что даже умеренный прием алкоголя в подростковом возрасте равносителен злоупотреблению спиртным.

2. Что провоцирует детский алкоголизм?

Причины алкоголизма среди подростков

Взрослые обвиняют всех: власть, законодательство, сверстников из неблагополучных семей и продавца из соседнего магазина, которая, не спрашивая паспорта, продает детям горячительные напитки. Кто же виноват в детском алкоголизме? В первую очередь сами родители, даже если семья относится к разряду благополучных.

Основная причина контакта детей с алкоголем — это дурной пример взрослых, «пьяное» окружение, хмельные традиции.

Первой социальной средой для ребенка является его семья. Она играет важнейшую и во многом решающую роль в воспитании детей. Семья обуславливает усвоение ребенком основных правил и норм поведения, вырабатывает стереотип отношения к окружающему миру. Неблагополучие семьи обязательно отражается на детях. Не случайно подростки, употребляющие алкогольные напитки, как правило, живут именно в таких семьях.

1. Подростковый алкоголизм в большинстве случаев, **начинается с семейных застолий**. Когда в дом приходят гости и усаживаются за щедро накрытый стол, то, прежде чем начать трапезу, они наливают себе в рюмки или бокалы спиртное, говорят какой-либо тост, пьют и только после этого принимаются за еду. Тосты во время застолья следуют один за другим, и временной промежуток между ними становится все короче. Когда темы для тостов заканчиваются, выпивающие просто говорят: «Будем здоровы!», - и пьют очередную рюмку.

Со стороны детского восприятия весь праздник строится вокруг водки или вина. Ребенку кажется, что взрослые собрались вместе не ради общения, а ради того, чтобы выпить. Это и есть ключевой момент в отношении будущего подростка к алкоголю. Еще сложнее ситуация с семьями, где детям легкомысленно дают пробовать пиво или сладкое вино. Ребенок приучается к мысли, что это – вкусно.

2. В подростковом возрасте к положительному восприятию алкоголя добавляется **стремление подражать старшим**. Существующие в семье "питейные традиции" становятся объектом наблюдения и подражания ребенка. При этом мальчики больше стараются быть похожими на отца, а девочки - на мать.

В поведении молодых людей отчетливо начинают прослеживаться особенности домашнего уклада. Из своего еще небольшого жизненного опыта ребенок уяснил, что пить просто необходимо, а когда выпивки не хватило, нужно срочно бежать за добавкой. Страх перед пьянством у подростков отсутствует, как и опыт употребления спиртного. А вот бравада перед ровесниками присутствует в максимальном количестве.

Психология подростков такова, что они стремятся быть похожими на своих кумиров и подражать их поведению. Глядя на экранных героев, которые курят, пьют и ругаются матом, молодые люди стремятся вести себя точно также. Подражание основано на том, что подростки стремятся выглядеть модными, лучшими, как их кумиры.

3. Немалое значение в алкоголизме среди молодежи имеет и подростковый конформизм – **подражание другим подросткам в кругу своего общения**. Если в пьющей компании находится юноша или девушка, отказывающиеся от спиртного, над ним начинают насмехаться, презирать и, в конце концов, изгонят из группы.

4. Следующим фактором развития алкоголизма среди молодежи является **доступность и дешевизна спиртных напитков**, яркие и красочные этикетки которых так и бросаются в глаза.

5. Еще одна причина подросткового алкоголизма – **безнадзорность и уличное воспитание**. Это происходит, в основном, если ребенок растет в неполной семье и предоставлен сам себе.

6. **Гиперопека ребенка** также может привести к тому, что подросток станет увлекаться алкоголем. Стремясь оградить свое чадо от жизненных трудностей, родители всячески ему потакают и в результате воспитывают безвольное и морально слабое существо, которое, попав в иную среду и, не имея «моральных тормозов», легко поддается плохому влиянию.

7. **Функциональная неполноценность семей подростков**, часто употребляющих алкоголь, выражается, прежде всего, в напряженной психологической обстановке, конфликтных взаимоотношениях между членами семьи. Атмосфера постоянного психологического дискомфорта выталкивает детей на улицу под влияние друзей, компании, тем более родителям часто не до них.

8. Еще одной причиной подросткового алкоголизма является **наличие "пустого времени"**. Для подростков "группы риска" характерно как раз неумение содержательно проводить свой досуг. Для них характерны азартные игры, посещение кафе, баров, и так далее.

9. Далеко не последнюю роль играют конкретные **знания** об этом явлении. Большинство знают о вредном влиянии алкоголя, но среди подростков, часто употребляющих спиртное, больше распространено мнение о пользе алкогольных напитков.

Приобщенный к алкоголю, подросток меняет свои привычки и ценности. Все свободное время он проводит в кругу своих пьющих товарищей, за слушаньем музыки и принятием спиртного. Подростки просиживают в кафе и барах или бесцельно слоняются по улицам. Для саморазвития и интеллектуальных занятий у

них нет ни желания, ни времени. Учеба и чтение книг воспринимаются такими подростками как ненужная и скучная обязанность. По статистике, 50% пьющих подростков вообще не читают книги.

Регулярные медицинские осмотры старшеклассников ежегодно выявляют все большее количество алкоголиков в возрасте не более 16 лет. **Детский и подростковый алкоголизм формируется на протяжении каких-то двух-трех лет активного употребления разных спиртных напитков, абсолютным лидером среди которых является пиво.** Следует заметить, что активная реклама большого количества сортов пива привела к росту пивного алкоголизма среди молодых девушек.

Специалисты выделили основные причины приобщения к спиртным напиткам подростков:

- *неблагополучие семьи;*
- *незанятость свободного времени;*
- *отсутствиие знаний о последствиях алкоголизма;*
- *уход от проблем;*
- *психологические особенности личности;*
- *самоутверждение;*
- *позитивная реклама в средствах массовой информации.*

Безусловно, причин, провоцирующих употребление алкоголя, достаточно много. Но все они ведут к одному результату – формированию детского алкоголизма. Если вовремя не вмешаться и не постараться предотвратить начавшийся процесс, последствия могут быть непоправимые – серьезные проблемы со здоровьем и социальной адаптацией.

3. Особенности детского и подросткового алкоголизма Вред алкоголя для молодого организма

Подростковый возраст - это переход от детства к взрослости, период становления и формирования зрелого организма. В этом возрасте усиленно развиваются внутренние органы. Масса сердца увеличивается почти в 2 раза. Бурно растёт и совершенствуется легочная система. В самом начале периода отрочества завершаются морфологические и функциональные изменения органов пищеварения. Происходит дальнейшее совершенствование функциональной деятельности центральной нервной системы. Развитие психики в этот период знаменует собой переход индивидуального сознания в общественное сознание. В этот период начинают формироваться высшие этические и нравственные категории, эстетические понятия. Также характерны специфические психологические черты и реакции, такие, как группирование со сверстниками, увлечения (хобби) с их частой сменой и так далее.

Юный, не сформированный организм наиболее подвержен для развития алкогольной зависимости. Еще не совсем зрелая нервная система и головной мозг становятся наиболее уязвимыми областями. Довольно часто наблюдаются нарушения интеллекта и памяти, абстрактного и логического мышления, а также эмоциональной реакции. Такие дети становятся более замкнутыми и отрешенными, со временем развиваются отклонения от нормы поведения, и ребенок начинает деградировать.



К настоящему времени накопился достаточный фактический материал, свидетельствующий о том, что характер пьянства и клиническая картина алкогольного опьянения у детей и подростков по сравнению с таковыми у взрослых имеют свои особенности.

Особенности подросткового алкоголизма

- **Принятие ребенком больших доз алкоголя.** Принятие алкоголя детьми не одобряется обществом, поэтому подростки, как правило, пьют тайком, обычно без закуски, принимая всю дозу одновременно; что приводит к тяжелому опьянению. Но даже при редком эпизодическом пьянстве и относительно небольших дозах алкоголя в силу незрелости организма возможно развитие глубоких токсических состояний с последующим похмельем и нарушением памяти.
- **Быстрое привыкание к спиртным напиткам.** Объясняется тем, что организм находится в стадии формирования и устойчивость центральной нервной системы к действию алкоголя снижена, вследствие чего происходят глубокие и необратимые процессы ее разрушения.
- **Быстрое развитие запойного пьянства.** Для подростков становится нормой пить по любому поводу и характерно стремление к полному опьянению - только в этом случае выпивка расценивается как удачная.
- **Низкая эффективность лечения.** Употребление алкоголя включается в структуру потребностей.

Почему особенно чувствительны к алкоголю подростки?

Организм подростка примерно в 10 раз чувствительнее к алкоголю, чем организм взрослого (алкогольное опьянение у взрослого - алкогольное отравление у подростка). Алкогольная зависимость у взрослого человека формируется в течение 5-10 лет, у подростков - за 1,5 - 2 года.

С самого начала употребления спиртных напитков для подростков характерны атипичные формы опьянения: в одних случаях вместо чувства эйфории и физической успокоенности приём алкоголя вызывает дисфорию, злобность, агрессивность, сопровождающееся противоправными поступками и суицидальным поведением. В других - на фоне двигательной расторможенности отмечается неожиданное поведение, внешне напоминающее импульсивные действия. В-третьих - приём даже небольших доз алкоголя вызывает оглушение, доходящее иногда до потери сознания.

Социальная дезадаптация наступает быстрее, чем у взрослых. С началом алкоголизации подростки быстро теряют интерес к учёбе или работе. Выпивки обычно сопровождаются уходами из дома, прогулами, бродяжничеством, правонарушениями. При продолжении пьянства у подростков отмечаются: заметные нарушения памяти, повышенная раздражительность, расстройства сна, нарушаются функции внутренних органов.

Пьянство среди несовершеннолетних тесно связано с их отклоняющимся поведением. В основе этой связи лежит самая опасность алкоголизма - он резко ослабляет самоконтроль. Большинство преступлений несовершеннолетних совершается в нетрезвом состоянии. Наиболее часто в состоянии опьянения совершаются насильственные (агрессивные) преступления. Многие преступления совершаются с целью добычи спиртного или средств для его приобретения.

Современные исследования позволяют обоснованно утверждать, что в организме нет таких органов и тканей, такого уровня, на котором бы не сказывалось токсическое воздействие алкоголя. На молекулярном уровне алкоголь вмешивается в синтез белков, углеводов, жиров, нарушает ферментный метаболизм. На

субклеточном уровне он воздействует на митохондрии, активность лизосом, на уровне клетки нарушает проницаемость мембран, изменяет проводимость нервных импульсов.

Регулярное употребление алкоголя негативно сказывается на работе внутренних органов: печени, почек, сердечно – сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, поджелудочной железы.

Алкогольные напитки, раздражая желудок и кишечник, вызывают длительные расстройства в их деятельности, следствием чего являются нарушение баланса питания, похудание организма, отставание в росте. Под влиянием алкоголя страдает и функция печени. Деятельность печени резко нарушается, возникает неизлечимое заболевание, которое называется циррозом печени. Известны случаи смерти детей и подростков от цирроза печени.

Алкогольная интоксикация – опасное явление, которое может привести к потере слуха, а в худшем случае – коме.

Алкоголь приводит к слабоумию. Каждая выпитая доза алкоголя убивает тысячи нервных клеток мозга навсегда. Они уже никогда не будут восстановлены.

Даже небольшие дозы спиртного вызывают в молодом неокрепшем организме серьезные расстройства. Подростки, которые рано пристрастились к выпивкам, имеют своеобразный вид: у них бледное, болезненное, изможденное, старческое лицо. Они истощены, отстают в физическом развитии от своих сверстников, другими словами, они инфантильны, то есть недоразвиты.

Алкоголь даже в малых дозах возбуждает, усиливает половое влечение. В тоже время он затормаживает рефлексy, выработанные в процессе воспитания: притупляется стыд, чувство осторожности, собственной безопасности, брезгливости. Алкоголь ослабляет критическую оценку человеком своего поведения. Юноши и девушки в состоянии опьянения вступают в случайные половые связи. Это повышает риск заболевания ИППП, которые зачастую отражаются на дальнейшей судьбе молодых людей.

Таким образом, не надо обладать большим воображением, чтобы представить весь урон, который способно вызвать у подростка хотя бы однократное употребление вина и даже пива.

5. Как уберечь детей и подростков от алкоголя?

Дать простой совет невозможно. Каждый ребенок по-своему уникален. Значительную роль в воспитании ребенка играют родители, их установка, личный пример. Поэтому начинать надо с себя. Ведь культура питания, как и стиль поведения дома и на людях прививаются в семье.

- *Не злоупотребляйте алкоголем сами, ваш личный пример лучше всяких нотаций.*
- *Ни при каких обстоятельствах не угощайте и не разрешайте употреблять алкогольные напитки детям и подросткам.*
- *Не храните дома запасы алкоголя.*
- *Помогите детям в организации содержательного досуга.*
- *Не забывайте, что главные потребности ребенка не только в пище, сне, одежде, но и в вашем внимании, понимании и участии.*

***Пьяницами не рождаются, ими становятся люди, которых вовремя не предупредили, не остановили руку, протянутую к рюмке или бутылке пива!
А остановить, удержать ребенка от беды может, прежде всего, семья!***