

*Колотов Максим Андреевич*

студент

Научный руководитель

*Бобровникова Наталия Сергеевна*

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тульский государственный  
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

## **НЕОБХОДИМОСТЬ ПРОФИЛАКТИКИ АЛКОГОЛИЗМА У ПОДРОСТКОВ**

*Аннотация:* в статье рассматривается проблема первичной профилактики алкоголизма у подростков. Автором рассмотрены причины алкоголизма, перечислены мотивы его возникновения, характер употребления спиртного у подростков. Рассматривается влияние алкоголя на организм подростка.

*Ключевые слова:* алкоголизм, подростки, профилактика, мотивы алкоголизма, спиртные напитки.

Выпивающие алкогольные напитки подростки изменяют свои жизненные ценности и привычки. Практически все свое свободное время они находятся в обществе пьющих друзей и знакомых за употреблением алкоголя и прослушиванием музыки. Они тратят все время на посиделки в барах и пабах, совершенно бесцельно ходят по улицам. Такие подростки не имеют времени и желания для саморазвития или каких-либо умственных занятий и хобби. Все обучение, чтение книг вызывает у подростков отвращение, они считают это бесполезной и ненужной обязанностью [1].

Регулярные медицинские осмотры в учебных заведениях показывают рост количества пьющих людей среди подростков до 16 лет. Сам детский и подростковый алкоголизм образуется за период примерно двух или трех лет активного выпивания алкогольных напитков. Лидирующую позицию среди спиртных напитков занимает пиво [8].

Мы можем выявить несколько мотивов, которые преследует подросток, выпивающий спиртные напитки [1]:

1) возросшее стремление быть взрослым, употребление алкоголя кажется подросткам признаком мужества, храбрости, самостоятельности и взросления;

2) окружающие люди, которые статично выпивают алкогольные напитки (знакомые, друзья, родители);

3) желание приобщиться к компании, начав выпивать алкоголь;

4) взросление под гиперопекой родителей, т.е. формирование зависимости, неподготовленности к вхождению во взрослую жизнь, безволия, безответственности; такие подростки боятся сами бороться с проблемами, наступающих их, и очень быстро поддаются нехорошему влиянию окружающей среды [2].

Причины алкоголизма делятся на 2 блока: общественные и внутрисемейные [1]. Причины, исходящие из общества:

1) образ жизни в обществе. В наше время прослеживается такая тенденция, как желание большинства людей разной возрастной категории и окружения получать хорошие деньги и жить с максимальное удовольствие. Это является причиной некоего морального разложения общества и приводит к разного вида зависимостям, особенно к алкогольной;

2) доступность. Алкоголь сейчас можно увидеть в практически любом даже небольшом магазине у дома в огромном ассортименте;

3) незаметная пропаганда алкоголя. Все могут увидеть обширно рекламирующийся в различных телевизионных программах и с СМИ образ жизни, непосредственно связанный с распитием различных спиртных напитков [3].

Причины, исходящие из семьи:

1) отсутствие надлежащего контроля от родителей подростка. Если родители не заложили своему ребенку некоторый набор жизненных ценностей, то ребенок, попав во взрослую среду и общество (на улицу или в школу), не может самостоятельно принять верное решение по отношению к алкоголю. Однако, если ребенок вырос с определенными целями и мечтами на жизнь, он не будет расточительно относиться к своей жизни и убивать себя с помощью алкоголя [7];

2) моральная атмосфера в семье. Направить ребенка на путь алкоголизма могут и безразличные и недоброжелательные отношения между членами семьи, гиперопека со стороны родителей или же наоборот недостаток этого внимания, насилие;

3) алкоголизм родителей;

4) неоцененность вреда алкоголя для организма. Иногда это появляется из-за того, что родители не до конца рассказали своему ребенку о вреде спиртных напитков. В том числе некоторые родители думают, что слабоалкогольные напитки не наносят большой вред организму человека.

Подростки употребляют алкогольные напитки в различных количествах, с разной частотой и по разным поводам. Однако, если отталкиваться от характера и формы употребления спиртного, подростки подразделяются на несколько групп:

1) часто выпивающие (2–3 раза в месяц и без определенного повода для этого, т.е. ради веселья);

2) «традиционно» выпивающие (10–12 раз в год по праздникам);

3) редко выпивающие (4–5 раз в год по значительным праздникам и в маленьких количествах);

4) непьющие (не употребляющие вовсе или есть один случай употребления алкоголя) [2].

Важным фактором является возраст подростка, когда он начинает приобщаться к распитию алкогольных напитков. Чем раньше подросток начинает пить, тем больше вероятность того, что он будет «часто выпивающим» [1].

Организм подростка очень уязвим к воздействию спиртных напитков. Все, потому что вся деятельность систем организма и органов в подростковый период имеет некоторую неустойчивость, поэтому ткани реактивны к вредным факторам окружающей среды.

Прежде всего, влияние токсичных веществ из алкоголя отражается на центральной нервной системе. Незначительные количества спиртного ускоряют процесс передачи возбуждения нервным клеткам, а умеренные только стопорят

его. Наблюдается неправильное функционирование сосудов в головном мозге, а именно они расширяются, увеличивается кровоизлияние в ткани мозга [8].

В подростковом возрасте спиртное является очень опасным. Даже если подросток употребит алкоголь один раз, то уже нарушится процесс становления здоровой психики, а в будущем может нанести существенный вред здоровью.

Алкоголь также пагубно влияет на печень человека, так как расщепление алкоголя с помощью ферментов происходит именно в этом органе. При долгом и стабильном употреблении алкогольных напитков, происходят жировые изменения в тканях (клетках) печени, а в последствии они замещаются клетками соединительных тканей [3].

Алкогольные напитки действуют и на желудочно-кишечный тракт. Спиртное действует на эпителиальные клетки желудка и пищевода, а также нарушает составляющее желудочного сока. Данное воздействие может привести к неправильной работе желудочно-кишечного тракта, нарушить обмен веществ и усваивание питательных веществ и витаминов организмом.

Личность человека начинает свое формирование в раннем возрасте. По этой причине профилактику алкоголизма среди подростков следует проводить на ранних стадиях. Очень важно оказывать влияние на несовершеннолетнего во время формирования его нравственной и здоровой личности [10].

Чтобы профилактика алкоголизма среди подростков имела действенный эффект, необходимо проводить ее на всех уровнях жизни подростка.

Родители – это пример для своего ребенка. Поэтому, не употребляющие алкоголь родители – это хороший пример для детей в семье. Родителям следует формировать негативное отношение к распитию алкогольных напитков у детей, как и в кругу семьи, так и вне его [3].

Также следует проводить профилактику алкоголизма среди подростков в их учебном заведении, а именно в школах. Так как подростки большую часть дня и своего времени проводят в школе, то там и появляется мнение об окружающих их взрослых людях и сверстниках соответственно. В школах должны быть созданы такие условия, которые будут мотивировать несовершеннолетних вести

здоровый образ жизни и заниматься спортом. Учителя, находящиеся постоянно рядом с учащимися подростками, должны иметь подходящие для этого качества и быть неким примером для подражания. Важно проводить профилактические мероприятия, чтобы показать детям пагубное влияние алкоголя на организм человека [9].

Профилактика алкоголизма делится на три главных стадии:

- 1) первичная;
- 2) вторичная;
- 3) третичная [9].

Главной из них является как раз первичная стадия профилактики алкоголизма. Целью этой стадии является предупреждение начала употребления спиртных напитков среди еще не употребляющих его людей. Отсюда следует, что она направлена на подростков и детей, а также на молодежь. Необходимо воссоздать резко негативное отношение к распитию спиртных напитков в неограниченных количествах, а также постараться сократить количество граждан, которые могут быть подвержены алкогольной зависимости. Можно сказать, что данная стадия профилактики направлена больше на укрепление и сохранения общего здоровья человека и создания здорового образа жизни [10].

Главными принципами профилактики алкоголизма являются:

- 1) трезвеннический образ жизни и сами воспитательные работы «против алкоголя» должны распространяться на учеников и на их родителей тоже;
- 2) противоалкогольные работы должны быть проведены учителями с приглашением соответствующих специалистов;
- 3) сама профилактика должна быть постепенной, но систематической и учитывать психологические, возрастные особенности несовершеннолетних, показывать пагубное влияние спиртного на жизнь и здоровье общества и людей;
- 4) профилактика должна иметь целостный вид, проводиться постоянно, а также формировать негативное отношение к распитию спиртных напитков и пьянству [9; 10].

### ***Список литературы***

1. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. Книга для учащихся / В.Н. Ягодинский. – М., 1986.
2. Дроздов Э.С. Алкоголизм: 100 вопросов и ответов / Э.С. Дроздов, Е.И. Зенченко. – М., 1988.
3. Колупаев Г.П. Коварный враг: о вреде употребления алкоголя / Г.П. Колупаев, Л.Л. Галин. – М., 1987.
4. Галагузова М.А. Социальная педагогика. Курс лекций / М.А. Галагузова. М., 2001.
5. Белановская О.В. Психологическая диагностика в школе / О.В. Белановская. – Минск, 2015. – EDN TZOUJL
6. Акимова М.К. Психологическая диагностика / М.К. Акимова. – СПб.: Питер, 2005. – EDN DOBIQV
7. Смит Э.У. Внутри алкоголиков: проблема взаимозависимости в семье (книга для учителя) / Э.У. Смит. – М., 1991.
8. Аронов Д.М. Твой и наш враг: правда об алкоголе / Д.М. Аронов. – М., 1986.
9. Мастюкова Е.М. Профилактика и коррекция нарушений психического развития детей при семейном алкоголизме / Е.М. Мастюкова. – М., 1989.
10. Копыт Н.Я. Профилактика алкоголизма / Н.Я. Копыт, П.И. Сидоров. – М., 1986. – EDN QNLDBS