

Попова Дарья Сергеевна

студентка

Научный руководитель

Селезнева Юлия Анатольевна

канд. психол. наук, доцент

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

г. Тула, Тульская область

ФОРМИРОВАНИЕ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ У ПОДРОСТКОВ

Аннотация: в статье рассматривается проблема формирования алкогольной зависимости у подростков в современном обществе. Выделяется ряд факторов, способствующих развитию зависимости, такие как социальное окружение, семейный контекст, психологические факторы и физиологические последствия употребления алкоголя. Автором подробно анализируется влияние общественных стереотипов, давления со стороны сверстников, а также роль семьи в формировании отношения к алкоголю у подростков. Подчеркивается важность образования и профилактических программ в предотвращении алкогольной зависимости, а также описывает методы лечения и реабилитации подростков, страдающих от данной проблемы. В целом статья обращает внимание на сложность проблемы алкогольной зависимости у подростков и необходимость комплексного подхода к ее решению, включая воздействие на различные аспекты жизни подростка и поддержку со стороны родителей.

Ключевые слова: алкогольная зависимость, подростки, социальное окружение, семья, психологические факторы, образование, профилактические программы, физиологические последствия, лечение, реабилитация, родители.

Алкоголизм – это психическая зависимость, вызванная длительным употреблением алкоголя, приводящая к патологическому влечению к нему. Психозы

могут быть вызваны хроническим отравлением алкоголем и нарушениями обмена веществ. В конечной стадии алкоголизма возникает слабоумие, которое связано с физической зависимостью от алкоголя [4].

Стадия 1. Начало употребления.

Алкоголь впервые употребляется в подростковом возрасте, обычно случайно и без особой мотивации.

Стадия 2. Экспериментальное употребление.

Подтверждается интерес к алкоголю.

Алкогольные напитки употребляются хаотично, без учета крепости и дозировки.

Стадия 3. Социальное употребление.

Алкоголь становится частью социальной жизни.

Под давлением группы подростки могут начать употреблять алкоголь, чтобы вписаться или выделиться.

Оцениваются преимущества и недостатки употребления алкоголя.

Стадия 4. Привычное употребление.

Алкоголь становится неотъемлемой частью жизни.

Употребление становится регулярным и систематическим.

Растет толерантность к алкоголю.

Развивается психологическая зависимость.

Стадия 5. Чрезмерное употребление.

Возникают проблемы, связанные с употреблением алкоголя:

- финансовые трудности;
- конфликты с семьей;
- пренебрежение внешним видом;
- эксцентричное и агрессивное поведение.

Риск насилия и других правонарушений увеличивается.

Стадия 6. Синдром зависимости от алкоголя.

Физиологическая зависимость развивается из-за нарушений в работе мозга.

Употребление алкоголя становится необходимым для предотвращения абстинентного синдрома.

Диагностируются критерии зависимости:

- рост толерантности;
- постоянная жажда алкоголя;
- симптомы отмены;
- запойный характер употребления;
- потеря памяти и снижение контроля над поведением [5].

Психологические факторы играют значительную роль в формировании алкогольной зависимости у подростков. Одним из таких факторов является низкая самооценка [1]. Подростки, которые испытывают проблемы в общении со сверстниками или имеют низкую уверенность в себе, могут обращаться к алкоголю в поисках утешения или способа «разрешить» свои проблемы. Отсутствие адекватных навыков управления эмоциями может быть фактором, увеличивающим риск развития алкогольной зависимости. Подростки, имеющие трудности в контроле своих эмоций, могут использовать алкоголь в качестве способа справиться с негативными чувствами или стрессом.

Большую роль играют и влияние сверстников. Подростки, желающие принадлежать определенной группе, могут начать употреблять алкоголь, чтобы соответствовать их образу. Влияние группы может быть настолько значимым, что оно становится основным мотивом для питья.

Кроме того, присутствие психологической сильной зависимости от алкоголя у одного из родителей является рискованным фактором, способствующим формированию алкогольной зависимости у подростков [3].

Роль родителей и семьи во вторичной профилактике алкогольной зависимости у подростков крайне важна. Родители могут быть первыми, кто обратит внимание на изменения в поведении ребенка, свидетельствующие о его пристрастии к алкоголю. Они должны быть готовы обсудить эту проблему открыто и честно с подростком, не осуждая его, а поддерживая и помогая найти пути решения. В

семье необходимо создать благоприятную атмосферу, где подросток будет чувствовать себя поддержанным и любимым. Родители должны быть образцом воздержанности от алкоголя и помочь ребенку развить здоровый образ жизни, индивидуальные интересы и хобби.

Образовательная среда и школа также играют важную роль во вторичной профилактике алкогольной зависимости у подростков. Школы могут проводить различные мероприятия, такие как лекции, тренинги и дискуссии о вреде алкоголя. Это помогает подросткам осознать последствия употребления спиртных напитков и принять решение об отказе от них. Кроме того, в школе можно организовать дополнительные занятия по развитию навыков самоконтроля, альтернативных способов расслабления и развлечения, что также может помочь снизить риск развития алкогольной зависимости у подростков.

Индивидуальные и групповые методы являются эффективными инструментами вторичной профилактики алкогольной зависимости у подростков. Индивидуальные методы включают консультирование и психотерапию, направленные на помощь каждому подростку индивидуально. Групповые методы включают тренинги и групповые сессии, где подростки могут обмениваться опытом и получать поддержку от сверстников. Комбинация этих методов обеспечивает целостный подход к лечению и помогает подросткам справиться с алкогольной зависимостью, а также предотвращает рецидивы [2].

Методика исследования: выборка и процедура сбора данных

Для проведения пилотного исследования подростков, страдающих алкогольной зависимостью, была применена специально созданная нами анкета, которая включила в себя вопросы, касающиеся причин и частоты употребления алкоголя и факторов, влияющих на развитие алкогольной зависимости. Выборка для исследования была сформирована из различных городов, включая как малонаселенные, так и крупные города. Участниками пилотного исследования стали 12 подростков в возрасте от 13 до 18 лет, которые страдают от алкогольной зависимости – 33,3% – 1 стадия, 50% – 2 стадия, 16,7% – 3 стадия зависимости. Для сбора данных использовался метод анкетирования.

Мы выявили, что основными причинами употребления алкоголя являются «принятие алкоголя за компанию» 50%, «проблемы в семье» 33,3%, «проблемы в школе» 16,7%.

Частота употребления разделилась следующим образом: 33,3% опрошенных употребляют алкоголь два раза в неделю, 25% – один раз в неделю, 25% – четыре раза в неделю и 16,7% – каждый день.

Алкогольная зависимость в подростковом возрасте может привести к серьезным физическим и психологическим проблемам. Физические последствия включают повышенную вероятность развития печеночных заболеваний и проблемы с сердцем. Психологически подростки, страдающие от алкогольной зависимости, испытывают высокий уровень тревоги, депрессии и социальной изоляции.

Основными факторами влияния, по мнению зависимых подростков являются: попытка влиться в компанию – 50%, алкоголизм в семье – 33,3%, отсутствие контроля со стороны родителей, соответственно проблемы в школе – 16,7%.

Таким образом, наш опрос подтвердил, что у 50% опрошенных имеется интерес к алкоголю и хаотичное употребление, без учета крепости и дозировки, у 33,3% наблюдается случайное употребление без особой мотивации, а 16,7% на данный момент можно диагностировать употребление алкоголя как часть социальной жизни.

Наше исследование подтверждает, что алкогольная зависимость среди подростков является серьезной проблемой, требующей немедленного внимания. Обнаружено, что такие подростки имеют повышенные риски для физического и психического здоровья, а также для социальной адаптации. В свете этого, предлагается несколько рекомендаций. Во-первых, необходимо усилить информационную кампанию о вреде алкоголя среди подростков, включая предоставление конкретных данных и примеров последствий. Во-вторых, необходимо разработать и внедрить программы профилактики, в том числе учебные курсы, пропагандирующие здоровый образ жизни и альтернативные способы релаксации.

Список литературы

1. Дубровина И.В. Психологические особенности подростков с алкогольной зависимостью / И.В. Дубровина, Е.А. Кондратьева // Психологическая наука и образование. – 2019. – С. 56–63.
2. Иванова А.В. Профилактика алкогольной зависимости в подростковом возрасте / А.В. Иванова, Е.Г. Новолодская [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-alkogolnoy-zavisimosti-v-podrostkovom-vozhraсте-1> (дата обращения: 16.05.2024).
3. Локтева А.В. Формирование алкогольной зависимости в подростковом возрасте (биологические и психологические аспекты) / А.В. Локтева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-alkogolnoy-zavisimosti-v-podrostkovom-vozhraсте-biologicheskie-i-psiologicheskie-aspekty> (дата обращения: 16.05.2024).
4. Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г.В. Старшенбаум. – М.: Когито-Центр, 2006. – 288 с. EDN ZTYKOR
5. Шешеня М.С. Функциональные аспекты формирования алкогольной зависимости у подростков / М.С. Шешеня // Молодой ученый. – 2019. – С. 119–122.