

ПОДХОДЫ К ПРОФИЛАКТИКЕ АЛКОГОЛИЗМА В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

В последнее время наркологи все чаще говорят о **новой проблеме - повальном подростковом алкоголизме**. В пылу борьбы с наркоманией все как-то забыли о «зеленом змие». Между тем в алкогольную зависимость, по словам врачей, попадает все больше представителей молодого поколения.

Важным направлением профилактики пьянства и алкоголизма является **предупреждение этого негативного явления в общественных местах**. Планирование и проведение мероприятий по обеспечению общественного порядка на улицах, площадях, в парках, скверах, на вокзалах, транспортных магистралях, стадионах позволяют работникам милиции осуществлять задержание и удаление лиц, находящихся в нетрезвом состоянии, а также пресечение распития спиртных напитков в указанных местах и предупреждение иных правонарушений на ранней стадии их совершения.



Однако достаточно вечером пройтись по городу, зайти на дискотеку, в боулинг или другие места молодежного досуга (двор или подъезд) - **становится очевидным, что эффект существующей профилактической работы** (направленной на снижение употребления психоактивных веществ (ПАВ) среди молодежи) **остаётся весьма низким**. Объективной причиной первого употребления учащимися алкогольных напитков выступают алкогольные обычаи (которые являются результатом воспитания отдельной части народа в течение многих веков), направленные на сохранение отживших обрядовых норм поведения.



Субъективной причиной являются **первичные алкогольные установки**. Противостоять им могут только трезвенные обычаи и традиции, основанные на научных знаниях о механизме действия алкоголя на организм человека, сформулированные в процессе трезвеного воспитания. Отсюда возникает необходимость предупреждения алкогольных предрассудков, первого употребления школьниками алкогольных напитков

Алкоголь страшен не только тем, что он разрушает здоровье человека: Он **способствует саморазрушению личности**, искажению ее взаимоотношений с другими людьми, разрыву всех социальных связей, связывающих ее с миром, потере человеческого облика.



Почти каждый автор статьи, плаката, видеоролика или фильма старается поразить или шокировать зрителя последствиями курения, употребления алкоголя или других наркотиков: «сын-наркоман зарезал престарелую мать, которая не дала денег на дозу»; «пьяный подросток на машине отца совершил наезд на пешехода» и т.п. Подобные примеры, которыми переполнены выпуски новостей, программы криминальной хроники, естественно вызывают единодушное осуждение, но чаще не пьянства или употребления наркотиков, а того персонажа, который совершил ту или иную пакость. **Это один вариант - попытка вызвать моральное осуждение.**



Другой вариант основан на **попытках запугать последствиями алкоголизма** или наркомании для здоровья человека. В буклетах и на лекциях продемонстрируют разваливающуюся печень алкоголика или истыканные вены наркомана, расскажут, как от рюмки нарушается координация движений, от курения ухудшается память и т.п.

Эффект от подобной профилактической работы крайне низкий. С психологической точки зрения это можно объяснить не только отчуждением процесса от результата («это у него скукожилась печень, это у них рак лёгких»), а и тем, что **дети и подростки склонны игнорировать и недооценивать долговременные последствия своего поведения**, склонны к экспериментированию. Общеизвестно, что только негативные стимулы, одни лишь «мотивы избегания» не могут длительно и эффективно определять сложное жизненное поведение, и нужны, следовательно, кроме негативных, те позитивные элементы, перспективы, цели, мотивы, ради которых **нужно говорить «НЕТ»**.



Наличие таких позитивных идеалов особенно **важно** для подростков и молодежи, для которых здоровое функционирование печени или легких на протяжении всей жизни выглядит как далекая абстракция, и сколько не запугивай пагубностью употребления ПАВ без привлекательной, реальной альтернативы эффективность такой контрпропаганды всегда будет незначительной.



Важнейшим направлением противодействия распространению наркомании, ВИЧ-инфекции является **первичная профилактическая работа** среди подростков и молодежи, проводимая в общеобразовательных учреждениях. Профилактическая работа высокого качества в большинстве образовательных учреждений - гарантия того, что на территории результативной работой охвачено большинство учащихся. Мировой и отечественный опыт показывает, что эта работа может быть достаточно эффективной и в том случае, когда она осуществляется силами самих подростков. Сегодня для профилактики социально-значимых заболеваний, в том числе алкоголизма и пропаганды здорового образа жизни **широко используется метод «Равный равному»**. Это движение широко использует интерактивные методы. Главная его цель - овладение волонтерами из числа подростков и

юношей знаниями и умениями, необходимыми для проведения профилактических мероприятий среди своих сверстников.

Метод профилактики «Равный равному» предполагает прямой и часто неформальный контакт с подростками. Кроме того - передачу им части традиционно принадлежащих взрослым прав и функций: право знать все, что известно; право и функцию учить и советовать; функцию поддержки в кризисной ситуации. **В результате, через лидеров подростков специалисты получают больший доступ в мир подростков, доверие со стороны всей группы.**

ПРОВЕРЬ СЕБЯ

Если на протяжении последнего полугодия присутствуют три и более из перечисленных признаков, то вы - алкоголик.

-  Сильная потребность выпить.
-  Неспособность контролировать количество выпитого спиртного.
-  Увеличение дозы алкоголя, необходимой для достижения состояния опьянения (рост толерантности к алкоголю). Затем может наблюдаться ее снижение из-за поражения внутренних органов (II степень алкоголизма).
-  Тайное употребление алкоголя или выпивка в одиночку.
-  Постепенное снижение промежутков между употреблением спиртного (например, от одного раза в месяц до четырех).
-  Употребление алкоголя несмотря на вредные последствия (за рулем, в середине рабочего дня, совмещение спиртного с лекарствами и т.д.).
-  Употребление спиртного несмотря на предостережение семьи и друзей.
-  Потеря интереса к любимым занятиям, хобби.