

## Родительский лекторий .

### «Профилактика детского алкоголизма»

Добрый вечер, мамы и папы! Тема о которой мы сегодня будем с вами говорить, не нова, но остаётся по-прежнему очень актуальной и важной – это «Профилактика детского алкоголизма» Приведу для примера некоторые цифры статистики употребления алкоголя:

50% - психических заболеваний

50% - лишённых свободы

62 % - самоубийств

72 % - убийств

80% -слабоумие детей

5 000 000 человек – на 2017 год количество алкоголиков в России

Около 500 000 человек в год умирают от алкоголя

40 000 случаев отравления некачественным алкоголем в год

Дети и подростки - это категория повышенного риска, которая больше всего подвержена воздействию вредных привычек. Как бы мы не старались оградить детей от этого пагубного влияния, всё равно в их жизни произойдёт такой момент, когда ему предложат «познакомиться» с алкоголем. Взрослые не предполагают, какой будет реакция ребёнка, сумеет ли он отказаться, сказать твёрдое «нет». В профилактике вредных привычек значительную роль играет семья. Отрицательно относиться к пагубным привычкам, расширять и развивать интерес к полезным и нужным потребностям – всему этому должны научить родители и школа.

Наша с вами задача – попытаться разобраться в данной проблеме, выяснить причины детского алкоголизма, ознакомиться с механизмом привыкания к алкоголю, обсудить опасные последствия и влияние алкоголя на детский организм и о том, как можно уберечь своего ребёнка от алкоголя, проводя профилактику зависимостей. Конечно, влияние сверстников, телевидения, рекламы играет большую роль, но всё-таки родители могут повлиять на формирование взглядов и убеждений своего ребёнка, чтобы он мог избежать пагубного воздействия вредных привычек, в частности, влияния и употребления алкоголя.

- Кто из вас с уверенностью может сказать, что мой ребёнок ни разу не пробовал алкоголь и ничего про него не знает? (ответы родителей)

- А говорите ли вы дома со своим ребёнком об алкоголе? (ответы родителей)

- Почти всегда родители твёрдо убеждены, что ребёнок не владеет информацией об алкоголе и сами родители не пытаются сознательно объяснять, какие опасности ждут при знакомстве с алкоголем. Но достоверным является тот факт, что к школьному возрасту дети имеют некоторые знания и называют достаточное количество названий алкоголя.

Они знают и о том, какое действие оказывает выпитый алкоголь на организм человека, даже не имея личного опыта.

- Как вы думаете, что побуждает ребёнка попробовать алкоголь? Давайте попробуем выяснить эти причины. (ответы родителей)

- Причины первой пробы алкоголя

**до 11 лет:**

- случайно;

- дают «для аппетита»;

- «лечат вином»;

- из любопытства.

**В возрасте 12-15 лет:**

- желание не отставать от компании, быть «как все», «своим»;

- интерес, любопытство;

- друзья уговорили, «за компанию»;

- возможность пережить приятные ощущения;

- желание отключиться от неприятностей, расслабиться; и др.
- Это скорее внешнее объяснение, а настоящие причины (мотивы) намного глубже:
- психотравмирующие ситуации;
- неумение принимать важные решения самостоятельно, противостоять отрицательному влиянию сверстников;
- неспособность решать жизненные трудности, уходить от негативного влияния в конструктивной форме;
- отсутствие возможности удовлетворить желания;
- генетические причины;
- психологические причины
- своеобразие воспитания, полученного в семейном кругу, играет немалую роль в приобщении детей к вредным привычкам, т.к. огромное значение имеет нравственная атмосфера, в которой живёт ребёнок, эмоциональная близость и доверие домочадцев друг к другу.
- Как вы думаете, как семья может влиять на то, что ребёнок начинает употреблять алкоголь? (ответы родителей)
- Много ли внимания вы уделяете своему ребёнку? (ответы родителей)
- Верно, но и очень опасно бывает воспитание по типу **гипоопеки**, когда дети испытывают определённую нехватку внимания со стороны взрослых, по сути, предоставлены сами себе.
- Есть ли среди вас такие, кто готов осуществлять тотальный контроль за ребёнком? (ответы родителей)

- Получается, что страшна не только **гипоопека**, но и другая форма воспитания - **гиперопека**. Здесь же родители почти с самого рождения следят прямо-таки за ребёнком, не позволяя ему проявить себя, почувствовать собственную самостоятельность. В итоге ребёнок остаётся без личного опыта прохождения трудностей, сопротивления неудачам, побед над собой. Привыкнув к тотальному надзору, послушанию приказам взрослых, дети оказываются подвержены любому влиянию из вне. Они очевидно не смогут дать отказ на подозрительную просьбу – так как к этому их родители не подготовили.

Говоря об этих причинах, необходимо учитывать, что они только лишь способствуют знакомству с алкоголем. Будет ли реализовано это приобщение - во многом во власти взрослого окружения ребёнка и от родителей. Если у них получится подготовить ребёнка контролировать свои состояния, удовлетворять желание в получении удовольствий за счёт разных источников, которые не будут разрушать его физическое и психическое здоровье, можно с уверенностью сказать, что ему не страшна никакая зависимость. А главное, попытайтесь выстроить свои отношения с ребёнком так, чтобы он вам доверял, у вас с ним были близкие отношения и максимальное взаимопонимание.

### **Теперь посмотрим на проблему с медицинской стороны.**

Что же такое алкоголь? Многие взрослые порой затрудняются дать ответ, алкоголь же в переводе с арабского означает «одурманивающий». Все мы знаем, что напитки, содержащие спирт, относятся к алкогольным.

- Как вы думаете, сколько надо времени, чтобы алкоголь, попавший в организм, впитался в кровь и разнёсся по всему организму? (ответы родителей)
- Верно, вы правы, употребив алкоголь, уже через 5-10 минут он всасывается в кровь и распространяется по всему организму.
- Можете ли вы предположить, сколько надо выпить литров алкоголя в год, чтобы это привело к вырождению нации? (ответы родителей)
- Всего выпивая 8 литров алкоголя в год ведёт к вырождению нации. Все говорят, что употребление алкоголя – это вредная привычка. А что же вообще означает слово привычка? (ответы родителей)
- Привычка - это такое действие, которое человек выполняет автоматически. Если употребление алкоголя – вредная привычка, то человек употребляет его автоматически, не

задумываясь. Вследствие такого автоматического употребления алкоголя развивается алкоголизм.

- Как вы понимаете это слово? (ответы родителей)

- Алкоголизм - это заболевание, характеризующееся регулярным употреблением напитков, содержащих алкоголь; выражается постоянной необходимостью в опьянении, нарушением психической деятельности, соматическими и неврологическими нарушениями, резким снижением работоспособности, потерей социальных связей, деградацией личности. Алкоголизм, который формируется у детей и подростков (до 18 лет), принято считать ранним алкоголизмом, обладающий целым рядом отличительных черт.

- Как вы думаете, чем алкоголизм детский может отличаться от алкоголизма взрослого человека? (ответы родителей)

Конечно, вы правы. Вот отличительные черты детского алкоголизма:

- клинические признаки алкоголизма развиваются быстрее, чем у взрослых;
- привязка к спиртным напиткам происходит за короткое время;
- опасное течение болезни (идут тяжёлые и непоправимые процессы разрушения ЦНС);
- приём ребёнком не малых доз алкоголя (приём алкоголя тайком, не закусывая, всю дозу целиком);
- стремительное развитие запойного пьянства;
- малоэффективное лечение;

Принято рассматривать 5 основных этапов развития алкоголизма у детей:

1. На первом, начальном этапе происходит своего рода адаптация (привыкание) к алкоголю. Огромное влияние здесь имеет микросоциальная среда, особенно семья, школа, сверстники. По времени этап занимает от 3 до 6 месяцев.
2. Второй этап можно описать почти систематическим приёмом спиртных напитков. Растут доза, кратность приёма алкоголя. Меняется мнение ребёнка. Этот этап длится до 1 года. Доказано, что прекращение употребления алкогольных напитков на этом этапе может дать хороший терапевтический результат;
3. На третьем этапе развивается психическая зависимость, продолжительность которой варьируется от нескольких месяцев до нескольких лет. Идет активная пропаганда приёма алкоголя со стороны ребёнка, в разных количествах и разного качества. Теряются ситуационный и количественный контроль. Возрастает толерантность к этанолу (в 3-4 раза). Появляются продолжительные, иногда постоянные употребления спиртных напитков. Это начальная стадия хронического алкоголизма.
4. Четвёртый этап характеризуется как хроническая стадия болезни. Сложилась зависимость, преимущественно с преобладанием психического компонента (белая горячка). Иногда зависимость выражена слабо в виде головных болей, головокружения, утомляемости, боли в сердце.
5. На пятом этапе наступает быстрое формирование слабоумия (деменции). Дети, страдающие алкоголизмом, быстро опускаются, становятся асоциальными, грубыми, с частой сменой настроения, сексуально расторможенными, интеллектуально деградированными, с грубыми нарушениями памяти и эмоций.

- Как вы думаете, сколько надо времени, чтобы у ребёнка сформировался алкоголизм? (ответы родителей)

- Алкоголизм у детей и подростков формируется в среднем в течение 3-4 лет. Зависимость появляется спустя 1-3 года после начала постоянного потребления алкоголя.

- На что и на сколько сильно влияет алкоголь при употреблении его детьми? (ответы родителей)

- Алкоголь, попадая в растущий организм, жадно поглощает воду из тканей, потому что имеет способность растворяться в воде. Его поражающее действие усиливается из-за интенсивного обмена веществ в детском организме. Прежде всего, проникает в кровь,

печень и мозг, в котором происходят необратимые процессы, гибнут нервные клетки, снижается интеллект. 100 грамм водки или 1 бутылка пива убивает несколько тысяч клеток головного мозга, на их месте остаётся кладбище мёртвых клеток, которые потом выводятся с мочой. У детей нарушаются логическое абстрактное мышление, память, эмоциональное реагирование. Так же наблюдаются сбои в работе желудочно-кишечного тракта. Нарушение деятельности сердечно - сосудистой системы, после попадания алкоголя в кровь эритроциты слипаются и образуют тромбы, развиваются воспалительные заболевания почек, лёгких, гортани. Алкоголь наносит непоправимый вред эндокринной системе. Снижается иммунитет. Преждевременное начало половой жизни, которая истощает растущий организм, вызывает перенапряжение нервно-половой сферы, и как результат – раннее ослабление половых функций, бесплодие и неспособность выносить, родить и воспитать полноценное потомство. Наблюдаются разнообразные расстройства, преимущественно в эмоционально-волевой сфере, падает общественная активность, угасают трудовые навыки, страдают здоровое честолюбие и нравственные качества. На первый план выступают такие эмоциональные нарушения, как огрубение, взрывчатость, беспечность, безынициативность, внушаемость. Развитие ребёнка останавливается. Пьянство укорачивает жизнь человека на 10-20 лет.

А теперь посмотрим на эту проблему со стороны правоохранительных органов.

Все уже наверняка знают, что 7 апреля 2006 года вступил в силу ФЗ «Об ограничении розничной продажи и потреблении пива и напитков, изготовленных на его основе». Действие закона распространяется на продажу пива с содержанием этилового спирта более 0,5%. Теперь продавать и распивать пиво в общественных местах, детских и медицинских учреждениях, учреждениях культуры, на улице и на транспорте запрещено. А несовершеннолетним нельзя продавать пиво даже в барах и магазинах.

Несовершеннолетним запрещено посещать торговые точки, где ведётся продажа алкоголя на разлив.

Существует и штраф родителям за несовершеннолетних детей в нетрезвом состоянии. Статьей 20.22. КоАП РФ предусмотрена административная ответственность в виде административного штрафа на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних в размере от одной тысячи пятисот до двух тысяч рублей за нахождение в состоянии опьянения несовершеннолетних в возрасте до шестнадцати лет, либо потребление (распитие) ими алкогольной и спиртосодержащей продукции, либо потребление ими наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ.

- Становление личности начинается с детства. Следовательно, работу по профилактике алкоголизма необходимо начинать с детского и подросткового возраста, с воспитания здорового индивида. Чтобы иметь какой-либо положительный результат, эту нелёгкую работу необходимо проводить сразу в основных направлениях:

**профилактика алкоголизма на уровне семьи**

**профилактика алкоголизма на уровне школы**

**профилактика алкоголизма со стороны государства.**

**Каким же образом можно уберечь ребенка от раннего приобщения к алкоголю и развития алкогольной зависимости?**

**1. Общение.**

Отсутствие общения с мудрыми родителями и педагогами заставляет ребенка обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. **Но кто они и что посоветуют ребенку?**

**2. Внимание.**

Умение слушать означает:

- быть внимательным к ребенку;

- выслушивать его точку зрения;

- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним;

Не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает.

Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или «Что ты об этом думаешь?»

### **3. Способность поставить себя на место ребенка.**

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит.

### **4. Организация досуга.**

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков.

### **5. Знание круга общения.**

Очень часто ребенок впервые пробует алкоголь в кругу друзей. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Поэтому важно в этот период – постараться принять участие в организации досуга друзей ребенка.

### **6. Помните, что ваш ребенок уникален.**

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление ПАВ.

**7. Родительский пример.** Употребление взрослыми алкоголя и декларируемый запрет на него для детей дает повод к обвинению в неискренности, в "двойной морали".

Уважаемые родители!

**Нельзя стремиться к идеалу в ребенке, не воспитывая идеал в себе!**

