

## «Подростковый алкоголизм»

«Для подростка безвредных алкогольных напитков не существует!»

д.м.н. Э.А. Бабаян

Подростковый алкоголизм – это та проблема, от которой никуда не денешься. С ней следует бороться, ведь количество ребят в возрасте от 12 до 18 лет, которые употребляют спиртное, с каждым годом растет.

Мотивы употребления алкоголя подростками:

- а) нравится, приятно — 45,1- 60,6%;
- б) влияние компании ровесников — 11,2-22,5%;
- в) снятие напряжения — 12-15,4%.

### Причины употребления алкоголя подростками

#### а) *Скрытая реклама*

В фильмах, сериалах навязывается образ успешного человека, употребляющего дорогой коньяк, деловая встреча или дружеская вечеринка непременно сопровождаются алкоголем, романтические отношения связаны с вином.

#### б) *Безнадзорность и вседозволенность в семьях (равнодушие).*

По статистике, 53% подростков, часто употребляющих алкоголь, лишены внимания и контроля со стороны родителей.

Психология подростков такова, что они хотят казаться взрослее, самостоятельное. Они всегда подражают своим кумирам эстрады, кино, телесериалов, как они пытаются вести себя, говорить, употреблять спиртное, курить. Подростки вообще по своей природе склонны к подражанию всего того, что полагается модным, лучшим, престижным.

Большое значение имеет и подростковый конформизм – подражание себе подобным в кругу друзей. При этом если в пьющей пиво компании находится кто-то отказывающийся от этого напитка, то он подвергается в этой среде насмешкам, презрению и, в конечном итоге, изгоняется из группы.

#### в) *Гиперопека в семье.*

Стремясь оградить ребенка от всех трудностей, всячески потакая ему во всем, родители воспитывают морально слабое, безвольное существо, которое попадая в другую среду, легко поддается дурным влияниям, поскольку у него отсутствуют моральные тормоза.

#### г) *Алкоголизм родителей.*

Большое значение при раннем употреблении спиртных напитков имеют взрослые и, прежде всего, родители. Если в семье еженедельно устраивается коллективная пьянка, то ребенок воспринимает это естественным и в последующем начинает себя вести точно так же. В таких семьях дети рано приобщаются к алкоголю. Родители приобщают детей к выпивке в 60,5% случаев, преимущественно в возрасте до 10 лет.

Среди семей подростков, часто употребляющих алкоголь, встречается 5,7% семей, в которых употребляют алкоголь оба родителя, 58,1% семей, в которых употребляет спиртное только отец. И нет ни одной семьи, в которой

вообще бы не употреблялись алкогольные изделия.

#### *д) Социально неустойчивые семьи.*

91% семей, где подростки часто употребляют алкоголь, социально неустойчивые семьи. Среди семей подростков, часто употребляющих алкоголь, процент неполных семей и повторных браков отмечается в 27-50% случаев. Неполная семья, наличие отчима (мачехи) встречается у подростков, часто употребляющих спиртное, в 2,5 раза чаще, чем у не потребляющих.

По данным науки, 51,7% семей подростков, часто употребляющих алкоголь, характеризуются напряженным психологическим климатом, между родителями происходят постоянные ссоры, скандалы и даже драки.

#### **Приобщение к алкоголю**

По статистике, мальчики в 4 раза чаще пробуют спиртное в раннем возрасте, нежели девочки. Приобщение к алкоголю девочек протекает медленнее. Они в среднем на два года позже, чем мальчики, знакомятся с алкоголем, в более старшем возрасте происходит у них, и наибольшее приобщение к употреблению спиртного в 15-16 лет (у мальчиков в 13-14 лет).

До 11-летнего возраста первое знакомство с алкоголем происходит либо случайно, либо его дают для «аппетита», «лечат» вином, а то и сам ребенок из любопытства пробует спиртное. В более старшем возрасте мотивами и, первого употребления алкоголя становятся традиционные поводы: праздник, семейное торжество, день рождения, прием гостей и т.д. С 14-15 лет появляются такие доводы, как «неудобно отстать от ребят», «друзья уговорили», «за компанию», «для храбрости» и прочее.

#### **Влияние алкоголя на подростков**

По данным научных исследований; употребление алкоголя оказывает буквально опустошающее воздействие на психику подростка. При этом не только задерживается развитие высших форм мышления, выработка этических и нравственных категорий, эстетических понятий, но и утрачиваются уже развившиеся способности. Подросток, что называется, «тупеет» и интеллектуально, и эмоционально, и нравственно.

Употребление алкогольных изделий в подростковом возрасте нередко способствует появлению или заострению таких черт характера, как раздражительность, агрессивность, замкнутость, отчужденность. При неустойчивой нервной системе, еще не сформировавшихся жизненных взглядах и убеждениях подросток под влиянием алкоголя становится более восприимчивым к воздействию примеров негативного поведения.

Приобщение к алкоголю подростков приводит к изменению системы ценностей и привычек. Времяпровождение они обычно проводят в кругу пьющих друзей путем бесцельного гуляния по улицам, просиживания в подъездах, слушанья модной музыки, сопровождаемых приемом алкоголя. При этом совсем не остается ни времени, ни желания для саморазвития и других интеллектуальных занятий: чтения, учебы, воспринимаемых как скучная и ненужная обязанность. Приблизительно половина из пьющих подростков книг почти не читают.

В начале века были проведены опыты по изучению влияния алкоголя на поведение и способности детей. Были отобраны 25 учеников в возрасте от 7 до 15 лет, все они были вполне здоровы и хорошо учились. Детям в зависимости от возраста давали 1-2 рюмки вина и наблюдали за ними на уроках. Сразу после приема алкоголя дети обнаруживали необычайную живость, предприимчивость, свободнее держались в поступках и на словах. Они быстрее читали, но в письме отмечалась неровность почерка, в арифметических действиях они допускали грубые ошибки. Выучивание наизусть давалось труднее. Характерно, что 13-15-летние мальчики были не в состоянии передавать своими словами содержание прочитанного. В то же время у всех изменялся характер: дети становились непослушными, дерзкими, с повышенным самолюбием.

Кроме того организм подростка отличается от организма взрослого человека в том, что у него изначально снижена устойчивость к алкоголю, сравнительно небольшие дозы которого поначалу вызывают очень сильное опьянение и даже тяжелое отравление. Однако со временем устойчивость к употреблению больших доз алкоголя у подростка возникает, но вместе с тем катастрофически быстро возникают все симптомы алкоголизма. Организм подростка отличается от организма взрослого человека в том, что его органы и в первую очередь центральная нервная система еще развиваются и мало устойчивы к различного рода ядам, к алкоголю. Поэтому ранее начало употребления спиртного приводит к быстрому развитию зависимости от алкоголя и к поражению внутренних органов.

Из заболеваний, связанных с употреблением алкоголя, у подростков следует назвать гепатиты и панкреатиты, заболевания эндокринной системы, нарушения работы сердца, проблемы с артериальным давлением, появление различного рода легочных заболеваний, снижение устойчивости к различного рода инфекционным заболеваниям и особенно расстройства со стороны центральной нервной системы и психики.

Лечение детей, больных алкоголизмом осуществляется в специализированных палатах или отделениях наркологического диспансера, чтобы исключить контакт и влияние взрослых алкоголиков.

### **Заключение**

Исходя из выше изложенного, *профилактика подросткового алкоголизма* имеет очень большое значение. Заключается она прежде всего в воспитательных и организационных мерах, направленных на то, чтобы подросток знал о пагубном действии алкоголя и стремился активно избегать контакта с ним и с пьющими. А со стороны родителей важно занять свободное время ребёнка, поощрять и стимулировать различного рода здоровые увлечения, повышать его интерес к образованию и получению профессии.

А главное, родителям следует помнить, что безвредных для организма подростка спиртных напитков не существует.

### Наши взрослеющие дети, что они думают о смысле жизни?

Вопрос, вынесенный в название статьи, многим покажется не совсем

актуальным и, возможно, не совсем адекватным. Размышления о смысле жизни свойственны скорее убежденным седидами старцам или философам. В крайнем случае психологам и психотерапевтам. Есть даже направление в психотерапии — логотерапия (от «логос» — смысл, «терапия» — лечение). Обычный человек о смысле жизни чаще задумывается в кризисные моменты своего существования, когда нужно подвести итоги, понять, что делать дальше. Нельзя сказать однозначно, что освещенная смыслом жизнь становится проще, но люди, имеющие представление о смысле собственного существования, легче переносят жизненные кризисы. Виктор Франкл, известный австрийский психолог, приводит данные о том, что 90% тяжелой хронической алкоголизации и почти 100% случаев наркомании связаны с отсутствием или утратой смысла жизни.

**Подростковый возраст — время кризисов, время выбора, самоопределения. Как же помочь нашим детям сформировать свои представления о смысле жизни, выбрать свои ориентиры?**

#### Общая картина

Когда ребенок впервые задумывается о смысле собственного существования? К сожалению, исследованием этого вопроса занималось немного ученых. Эти немногие пришли к выводу: в годы учебы в школе.

Исследования, проведенные в 7–11 классах, показали, что подростки начинают сознавать всё разнообразие понятия, его широкие социальные, групповые индивидуальные смыслы. Чаще всего школьники связывают смысл жизни с жизненными целями, ценностями.

В своих анкетах и сочинениях ребята на первое место поставили коммуникативные ценности — 81,56% ответов: «важно иметь друзей», «познавать других».

В 67,5% анкет преобладает «статусность»: «успешность», «положение в обществе, среди сверстников».

Почти половина опрошенных (56,42% анкет) — гедонисты: «побольше гулять», «играть в компьютер», «отдыхать и ничего не делать», «получать от жизни все удовольствия».

«Семейные» ценности обозначены в 55,86% анкет: «смысл жизни, чтобы твоей семье было хорошо», «приносить пользу семье», «смысл жизни — в семейном счастье», «оставить наследство внукам», «чтобы близкие ни в чем не нуждались».

О самореализации пишет 51,4% школьников: «найти себя в профессии и жизни», «быть хорошим профессионалом», «не останавливаться на том, чего достиг, совершенствоваться».

Познание как смысл бытия упоминается в 37,43% анкет: «познать больше», «понять людей, окружающий тебя мир», «узнать все о себе», «получить новые знания», «получать знания — из книг, от людей, из опыта, познать все стороны жизни», «развивать свои мозги».

21,22% анкет содержат «альтруистические» ценности: «чтобы другим было хорошо», «уметь пожертвовать своими интересами», «уметь отдавать все до последнего», «учитывать интересы других, близких тебе людей».

17,8% анкет экзистенциальны: «ощущать свою свободу», «быть свободным», «жить полной жизнью», «смысл жизни — в жизни после смерти, чтобы тебя помнили», «оставить свой след», «смысл жизни — в любви», «любить и быть любимой», «чтобы самому делать свою судьбу»

Популярность «коммуникативности» очень понятна и ожидаема. Для подростков общение — ведущая деятельность. В этом возрасте они активно социализируются, интегрируются в круг ровесников. И порой слово или мнение друга становится для ребенка весомее родительской позиции.

Что же касается «статусности» и «гедонизма» — сегодня в обществе популярно быть успешным и получать удовольствия. Хорошо это или плохо — проверим через 15–20 лет, когда наши дети вырастут.

Семья пока еще важна подросткам, но при беседе оказывается, что важна родительская семья, а вот собственную ребята планируют создавать годам к 30–35. Или вовсе не планируют.

Дети? В перспективе это один ребенок или ни одного: «дети мешают карьере и жизни».

Если коммуникация значима для всех участников опроса, то статусные, гедонистические ценности в первую очередь выбирают мальчики. Для девочек важнее семья и самореализация.

Сегодня мы сталкиваемся с проблемой **«ноологического взросления»**. **Виктор Франкл** употреблял слово **«ноология»** (**ноо** — «ум», «разум») для обозначения того, что является истинно человеческим свойством или комплексом свойств. Термин «ноологическое взросление» предложен российским психологом Вилем Чудновским и обозначает разумное, осмысленное взросление, сознательное «выстраивание» перспективы собственного будущего с учетом трудностей, которые могут подстерегать на пути.

Какова осмысленность жизни современного подростка? При проведении тестирования были выделены три группы школьников:

- группа с низкой осмысленностью жизни составила 24% от общего количества;
- со средней осмысленностью самая многочисленная — 61,45%;
- с высокой осмысленностью малочисленная — 15% от общего числа выборки. В последней группе, в основном, старшеклассники, то есть с возрастом уровень осмысленности жизни повышается.

Известный факт: девочки взрослеют раньше, в нашем исследовании он подтвердился. Девочки больше задумываются о будущем, строят планы, у них выше уровень самоконтроля. Мальчики больше думают о сегодняшнем дне, ориентированы на насыщенность событий в настоящем.

#### Индивидуальные эскизы

*После анкетирования, обсуждений мы предложили подросткам принять участие в необычном научно-образовательном проекте. Сначала выслушать теоретическое введение — от известных ученых, бизнесменов, представителей творческих профессий, потом потренироваться, закрепить*

полученные знания. И наконец — подготовить и защитить собственный индивидуальный проект. Отметим: индивидуальный проект, даже небольшой, всегда связан со смыслом жизни автора, с его личными ценностями, жизненными целями. Дать возможность подросткам поразмышлять об этих вопросах, отстаивать собственную позицию — вот главная цель нашей затеи.

Но что сделать, чтобы детские проекты не превращались в равнодушное копирование умных мыслей из Интернета? Как избежать набивших оскомину «рефератов»? Ребятам разрешили выбирать любую форму презентации: **рисовать, делать макеты...** Сначала каждый построил «Дом моего будущего». Не простой дом — пространство, наполненное смыслами. Затем ребята собирали «рюкзак»: «Что возьму с собой в жизненный путь?» И наконец, прокладывали маршрут: «Дороги, которые я выбираю». Задачи упражнения «Дом моего будущего» — создание образа собственного будущего, развитие способности рефлексировать, расстановка приоритетов в смыслах. Проекты получились уникальными: дом-корабль, дом-на дереве, дом-пирамида, дом-печь, дом-дворец... Были объемные макеты, дома, выполненные с помощью компьютерной графики, рисунки. Один подросток, студент колледжа, нарисовал только фундамент и одну стену, объяснив: это то, что присутствует сейчас в его жизни — семья и образование. Зато рядом с недостроенным зданием нашлось место для строительных материалов, появилась дорога для подвоза новых «плит и блоков», даже мусор присутствовал: «качества, которые мешают мне развиваться». На защите молодой человек сказал, что подготовка собственного проекта и участие в занятиях заставили его задуматься о своем будущем не на год-два вперед, а на десятилетия, осознать имеющиеся жизненные обстоятельства, направление движения и понять самое главное — от него зависит, каким будет его дом в будущем.

Анализ представленных работ выявил: чаще всего подростки изображают в виде фундамента те смыслы, которые уже присутствуют в их жизненном пространстве, дают им опору сегодня. В 85% ответов — это семья и образование. Стены «домов» чаще всего обозначали то, что сейчас помогает автору выстраивать жизнь: друзья, близкие люди, интересные занятия. Нашлось место и для нравственных, экзистенциальных ценностей — добра, свободы, любви. Подростки продолжали размышлять над вопросами смысла и цели своей жизни даже после защиты проекта. Так, одна девочка сказала: «Представляя проект, я была уверена, что мой дом-корабль должен все время плыть против течения, потому что я должна противостоять судьбе, чужому мнению. Но теперь я думаю немного иначе — тяжело быть против всех. И не факт, что все-все желают тебе зла, советуют плохое. Стоит иногда остановиться, выслушать чужое мнение, и если оно подходит, то можно плыть и по течению. Вот родители — иногда они что-то дельное предлагают».

### **Домашняя работа**

Аналогичные упражнения родители могут выполнить дома, с

собственными детьми, если хотят узнать их получше. Попросите, к примеру, ребенка представить, что он с рюкзаком отправляется не в школу, не в поход — а в свой жизненный путь. И взять с собой он может только один предмет, который символизирует для него самое важное качество, жизненную ценность — то, что пригодится на всю жизнь. Пусть подросток нарисует этот символ, маме с папой тоже неплохо бы изобразить свои «ценности» (художественные достоинства рисунка не имеют значения).

А потом стоит поговорить: что именно обозначает рисунок.

Действительно ли это так важно в жизни?

Может, нужнее что-то другое?

Главное — создать условия, при которых ребенок сможет защищать собственное решение, выбранную позицию. При этом взрослым придется постараться воздержаться от давления, навязывания собственной позиции. Хотя рассказать о том, что считаешь важным для себя, имеет право каждый. В этом упражнении нет правильных и неправильных рисунков, ответов. Лишь бы диалог состоялся.