Подростковый алкоголизм – страшная опасность на пути во взрослую жизнь[[1]](#footnote-1)

Подростки – это уже не совсем дети и совсем еще не взрослые, но очень хотят ими быть. Подростковый возраст — это критический период становления организма человека, а также формирования привычек и морально-нравственных ценностей, с которыми потом этот человек войдет во взрослую жизнь. Это время экспериментов и утверждения своей независимости при переходе во взрослую жизнь. Зачастую, результатом таких экспериментов становится употребление спиртного, причем не только юношами, но и девушками.



Если 30 лет назад случаи потребления спиртных напитков несовершеннолетними носили эпизодический и несистемный характер, то сегодня картина распития алкоголя детьми и подростками становится вполне обыденным явлением.

**Статистика бьет тревогу**

Обратимся к шокирующим цифрам статистики подросткового алкоголизма в России:

1. Около половины учеников старших классов признались, что ежемесячно потребляют алкоголь, причем 1/3 из них подтвердила, что хоть раз хорошо напилась.
2. Двое из трех подростков употребляют алкоголь в количестве 0,5 литра после школы и порядка 5-10 банок алкогольных напитков в неделю.
3. Ежегодно примерно 30 тысячам подростков требуется медицинская помощь после перепоя.
4. Основными причинами смертности среди несовершеннолетних являются автомобильные аварии, убийства и самоубийства. Во всех из них алкоголь является ключевым фактором.
5. Количество подростков, злоупотребляющих алкоголем, увеличивается с возрастом. Если в 12 лет их доля не превышает 2%, то к 16 годам уже достигает 21%, а к 18 – все 55%.



**Причины и особенности подросткового алкоголизма**

Как и любое социальное явление, подростковый алкоголизм обусловлен целым рядом факторов. К ним относятся:

1. Желание быть своим

Это желание проявляется двояко.
Один подросток сам стремится войти в компанию. Ему кажется, что алкоголь станет самым простым способом приобрести новых друзей и отлично провести время.
Другой подросток вынужден потреблять алкоголь, подвергаясь давлению сверстников, чтобы не быть в их глазах «трусом, слабаком, ботаником, маменькиным сынком».

2. Генетическая предрасположенность

Родственники-алкоголики из старших поколений значительно увеличивают риск алкогольной зависимости у подрастающего поколения.

3. Психологические проблемы

Как показывает практика, депрессивные и неуверенные в себе люди, страдающие низкой самооценкой, более склонны стать алкозависимыми. А подростковый возраст как раз и является временем непростых испытаний для формирующегося организма. Стремление быть независимым, безответная любовь, столкновение со взрослой реальностью становятся определяющими факторами для формирования пограничных состояний у несовершеннолетних. В сложившейся ситуации алкоголь дает им иллюзию расслабления, уводя на некоторое время от проблем.

4. Влияние семьи

По статистике более 90% несовершеннолетних, пристрастившихся к выпивке, были выходцами из неблагополучных семей, где родители злоупотребляют алкоголем. Так, отсутствие или недостаток общения в семье, низкий родительский контроль, непоследовательность и перегибы в воспитании создают некомфортную и нездоровую обстановку для формирования неокрепшего подросткового организма.

Но это не всегда так. Бывает, что негативный пример вызывает отторжение у подростка. Ему стыдно за поведение близких, и у него возникает желание жить по-другому.
С другой стороны, во вполне благополучных и обеспеченных семьях случается алкозависимость подростка.



Например, такое может случиться, если родители, как им кажется, знают меру в потреблении спиртных напитков, поскольку уже сама по себе пропаганда «культурного пития» родителей негативно сказывается на их детях. Ребенок видит пример взрослых и начинает ему подражать.

Как правило, алкоголизации подростков не происходит в религиозных семьях, зачастую многодетных. В них помощь и внимание создают атмосферу доверия друг к другу и позволяют вовремя справляться с возникающими проблемами.

5. Пропаганда и реклама алкоголя, а также его доступность

В эпоху бурного роста информационных технологий сценами выпивки изобилуют сюжеты из популярных фильмов с участием известных актеров. Рекламой алкоголя пестрят страницы многих известных изданий.
Несмотря на официальный запрет на продажу алкоголя несовершеннолетним через интернет, подростку не составит особого труда купить выпивку во всемирной сети. Весь вопрос лишь в наличии необходимой суммы денег. Найти и приобрести интересующие алкогольные напитки можно через соответствующие группы в соцсетях или сделать заказ через сайты доставки. Многие продавцы алкоголя используют различные мошеннические схемы. Например, на сайте под услугой доставки завуалирована непосредственная продажа алкоголя, или предлагается покупка товара и получение спиртного в качестве подарка.
Да и что греха таить, ведь даже выпускной вечер для некоторых ребят кажется неполным без спиртного.



Но наиболее опасным среди всего прочего является то, что подросток выпивает спиртное неосознанно, не сознавая и не задумываясь о последствиях для своего здоровья. Результаты многочисленных медицинских исследований констатируют, что потребление алкоголя является крайне разрушительным для неокрепшего детского организма. В условиях формирования различных систем организма, попадание этанола в кровь может иметь критические последствия. В отличие от взрослых, в организме детей еще не образован фермент, расщепляющий спирт, поэтому привыкание к спиртному у ребенка может сформироваться в рекордно короткие сроки.
Нарушение памяти, неспособность учиться, низкий интеллект и слабое мышление – вот далеко не полный перечень отклонений в организме, вызванных перманентной алкогольной интоксикацией.

**Профилактика алкоголизма у подростков**

Профилактика алкоголизма является лучшим методом в борьбе с пьянством. Профилактика подросткового алкоголизма всецело зависит от позиции взрослых, в первую очередь родителей и их умения выстраивать контакт со своим ребенком.
Японская пословица говорит, что до 5 лет ребенок – царь, с 5 до 15 – воспитуемый, после 15 – друг. Задача взрослых как раз и заключается в умении тонко сочетать воспитателя и друга одновременно. Стоит признать, что общение с подростком является одним из наиболее трудных, поскольку большинство ребят не желают прислушиваться к советам старших. Однако родителям стоит действовать именно таким образом.

Самоустраниться от возникшей проблемы, посчитав, что она разрешится сама, будет означать преступную ошибку, поскольку ребенок, как правило, не сможет самостоятельно побороть возникшую зависимость.

Метод запретов и наказаний тоже не даст должного эффекта. Как известно, запретный плод всегда сладок, а это значит, что ребенок будет продолжать выпивать, но теперь будет делать это более искусно и осторожно, дабы не вступать со взрослыми в конфликт.


С ребенком необходимо разговаривать, а не просто угрожать расправой. Родители должны основательно подготовиться к такой беседе, сделав главный акцент на безопасности самого подростка. Именно такой подход будет иметь реальные шансы на успех, дав несовершеннолетнему возможность почувствовать свою значимость, понять, что о нем думают и за него переживают. Именно психологическая поддержка способна стать главным оружием в борьбе против подросткового алкоголизма.

**Советы психологов**

Психологи дают 7 основных советов родителям, как уберечь детей от алкогольной зависимости.

1.Станьте друзьями свои детям

Как правило, дети менее склонны к выпивке, если родители принимают активное участие в их жизни. Родители должны выработать в себе привычку обсуждать с детьми их заботы, проблемы, да и просто быть в курсе их интересов.

2.Будьте последовательным

Нормальный родитель должен быть во многом образцом и примером для своего ребенка. Его позиция в отношении алкоголя должна быть четкой и последовательной. Со стороны родителя будет неправильно говорить о вреде спиртного, давая при этом своему ребенку возможность попробовать алкоголь

3.Необходима правильная реакция, если подросток все-таки выпил

Подросток должен иметь четкую уверенность, что если он напьется, то сможет рассчитывать на помощь своих родителей. Ну а родители смогу оказать ему помощь без утомительных нотаций. Конечно, это не значит, что ребенку все должно сходить с рук. Разбор полетов и обсуждение содеянного обязательно должно иметь место, но позже, когда ребенок будет находиться в адекватном для восприятия состоянии.

4.Бодрствуйте, пока ваш ребенок отсутствует

Если дети будут знать, что их родители не спят, а ждут их дома и беспокоятся, у них будет меньше желания выпить.

5.Не стесняйтесь говорить о своих чувствах и переживаниях

Необходимо достучаться до сознания подростка, рассказать ему о своих страхах и тревогах.

6.Обязательно звоните своим детям

Конечно, подросток, скорее всего, упрекнет вас в излишнем контроле, почувствовав неловкость перед своими сверстниками. Однако все это отговорки. Вы звоните своему ребенку, потому что переживаете за него.

7.Подготовьте план необходимых действий в случае экстренных ситуаций

Как показывает практика, таких случаев может быть немало. Например, в ночном клубе из-за выпитого алкоголя подросткам может угрожать опасность в виде сексуальных домогательств, предложения попробовать наркотики, а также желания прокатиться с друзьями на автомобиле в нетрезвом состоянии.
В случае возникновения таких экстренных ситуаций необходима договоренность с детьми о кодовых фразах. Позвонив вам, ребенок может сказать эту фразу, донеся свою просьбу о помощи.

Так как подростковый алкоголизм не считается проблемой отдельного социального слоя, то и эффективно бороться с пагубной привычкой можно только усилиями всего общества.
Прежде всего, необходимо научить ребенка быть полезным и ответственным, а уже потом успешным. Иначе успешность может оказаться обманом.

Огромную положительную роль в профилактике подросткового алкоголизма должно играть правильное использование потенциала и способностей ребенка. В последние годы государством делается очень много для разностороннего развития молодежи. Открываются научные, спортивные, культурные центры. Проводятся различные фестивали, успешно развивается волонтерское движение. Все это способствует творческому, физическому и интеллектуальному развитию подростка, позволяя раскрыться одаренным и талантливым ребятам.
Но ведь есть и совсем обычные ребята, живущие очень непростой жизнью. Их часто называют трудными. И тут вспоминается проникновенный по силе фильм Динары Асановой «Пацаны». Жаль, что современный кинематограф как-то подзабыл эту тему. А ведь как важен пример сильного, мудрого, честного наставника, которому так хочется подражать и чей авторитет дорогого стоит.
А так как подростки очень восприимчивы ко всему новому и склонны попадать под сильное влияние, то равнодушных к подростковому пьянству быть не должно. И не стоит забывать, что дорогу осилит идущий.



1. <https://trezvo.org/podrostkovyj-alkogolizm-strashnaya-opasnost-na-puti-vo-vzrosluyu-zhizn/> [↑](#footnote-ref-1)