

Автор: *В. Кохановская, заведующий отделом общественного здоровья, ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»*



Одна из самых актуальных и болезненных тем современного общества это употребление алкоголя детьми.

Переходный возраст — один из самых сложных и важных периодов становления личности, и чтобы его было проще «пережить», кто-то изливает душу в творчестве, а кто-то себе в «помощники» выбирает алкоголь.

Подростковый алкоголизм — не просто серьезная проблема из-за того, что это априори пагубная привычка, но и потому, что переходный возраст — критический период в развитии мозга, поэтому воздействие на него алкоголя может нанести непоправимый ущерб.

Если у взрослого алкоголизм формируется в течение нескольких лет, то подростки значительно быстрее адаптируются к изменениям окружающей среды. Поэтому всего за несколько месяцев у пьющего ребенка может развиться сильнейшая алкогольная зависимость. И это касается не только крепких алкогольных напитков. В настоящее время слабоалкогольные коктейли — как раз то, чем в основном «развлекаются» современные подростки.

### **Причины подросткового алкоголизма:**

1. Попытки самоутвердиться среди старших товарищей.
2. Желание подростка уйти от проблем (неприятности в школе, ссоры с родителями и непонимание с их стороны, первая влюбленность и т.д.).

3. Зависимость от улицы, когда в семье нет возможности выплеснуть свои эмоции, выпивки «за компанию».
4. Наличие свободных, неконтролируемых денег, на которые можно купить горячительные напитки.
5. Алкоголизм родителей.

### Как распознать?

Безусловно, особенности и основные признаки зависимости у каждого подростка будут проявляться совершенно по-разному. Тем не менее, есть основные признаки:

- *Поведенческие изменения* (пренебрежение учебной работой, частые прогулы, изменение круга друзей, пассивность или агрессивность, агрессия и нервозность к подозреваемым их в употреблении спиртного).
- *Физические признаки* (остекленевшие глаза, запах перегара, избегание зрительного контакта с собеседником, покраснения на щеках и лице, нарушения в координации движения).
- *Когнитивные признаки* (нарушение концентрации внимания, проблемы с памятью, частая забывчивость).

Это лишь небольшой перечень общих признаков, заставляющих обратить внимание взрослого на то, какую жизнь ведет его ребенок. Другие признаки пристрастия к спиртному зависят от конкретной личности, попавшей в беду.

### Как предупредить развитие алкогольной зависимости у подростка?

Ни для кого не станет новостью, что доверительные отношения в семье — основа основ благополучия ребенка. Как показывают различные исследования, подростки, с которыми родители откровенно говорят на тему алкоголя и наркотиков, реже их употребляют, чем дети в семьях, где эти темы замалчиваются.

Объясните ребенку, что злоупотребление спиртным может привести к непоправимым жизненным последствиям: преступлениям, болезням и т.д.

Помогите понять вашему ребенку, что образ спиртного, распространенный через каналы СМИ и массовой культуры, не такой уж и безобидный, как может показаться на первый взгляд.

Не бойтесь говорить о своих переживаниях. Логически объясните ребенку, почему вы переживаете и чего боитесь. Ваша цель — достучаться до его сознания.

Если же ребенок пришел домой в нетрезвом виде, никогда не показывайте свою бурную реакцию. Достаточно просто спокойно сказать: «Разговор будет завтра». Важно, чтобы ваш ребенок знал, в каком бы состоянии он ни пришел домой, здесь он в безопасности, и у него нет необходимости, оставаться дома у друзей или в малознакомой компании, боясь расправы и криков дома.

Проблеме подросткового алкоголизма нужно уделять особое внимание, не пускать все на самотек. Дети – наше будущее, и если не обратить на это внимание сегодня, завтра, возможно, будет уже поздно! Поэтому профилактика алкоголизма среди подростков должна, активно вестись в семье. Родители обязаны усвоить правило — безопасных спиртных напитков не бывает.