

ПРОБЛЕМА ДЕТСКОГО АЛКОГОЛИЗМА

Введение



Ребенок с бутылкой пива на улице. Зрелище, стремительно и незаметно ставшее обыденным. Попробуйте провести эксперимент: найдите в летнем городе компанию гуляющих подростков без пива. Удалось?! Специалисты-наркологи утверждают: детский алкоголизм как болезнь формируется в организме в течение года, если выпивать три раза в неделю по банке джин-тоника или пива. Вы об этом знали?

Всемирная организация здравоохранения утверждает, что если среднестатистическое употребление алкоголя на каждого жителя больше 8 литров в год – это вредит генофонду нации.

От 1 до 6 литров пива.

От 2 до 5 банок алкогольных коктейлей. Такую дозу алкоголя принимает среднестатистический школьник в России.

Каждый день.

Первое место по количеству больных алкоголизмом детей наша страна устойчиво занимает последние 7 лет. Из трех российских детей в возрасте от 13 до 16 лет - двое регулярно выпивают. Такова статистика.

Надо признать, что детский алкоголизм пришел к нам не так уж давно. Во времена СССР детский алкоголизм просто не существовал, а если где-то и был, то очень быстро пресекался. В старые времена, если на улице видели курящего, или пьющего, то кто-нибудь всегда остановится и выразит свое неодобрение.

Дело в том, что люди не были заняты гонкой за выживание, за деньгами, и у них оставалось достаточно времени и главное внимания заниматься подрастающим поколением. Сейчас взгляды родителей стали более либеральными и детский алкоголизм, как следствие процветания рыночных отношений и гонки за прибылью, процветает.

Сейчас считается нормой, что 100% людей пробовали алкоголь, и если спросить людей, что они думают по этому поводу, то они скажут, что здесь нет ничего плохого.

Вот детский алкоголизм и процветает, ведь дети смотрят и учатся у взрослых. И действительно редкость – встретить человека, который никогда не пробовал алкоголь. Но надо признать, что этот человек будет выглядеть здоровее, чем все остальные, и дела по жизни у него тоже будут идти лучше.

ЧАСТЬ 1.

ДЕТСКИЙ АЛКОГОЛИЗМ

1.1 Особенности алкоголизации детей

Алкоголизм – это хроническое заболевание, выраженное в психической, физической зависимости, приводящее к деградации личности. Психическая зависимость сформирована, если в сознании ребенка доминирует мысль об алкоголе, без него он чувствует себя угнетенно. Физическая зависимость наступает тогда, когда для нормального состояния ребенку необходим алкоголь.

Как правило, детский алкоголизм развивается в 3-15 лет, реже – в более раннем возрасте. Подростки употребляют спиртное в компании сверстников, реже – в компании взрослых.

Детский алкоголизм - это понятие, к сожалению, всё чаще звучит из уст врачей-наркологов, что свидетельствует о масштабности данной проблемы.

Проблема детского алкоголизма гораздо серьезнее таковой у взрослых людей, поскольку в период формирования и становления всех физиологических функций болезнь протекает в злокачественной форме, происходит быстрая деградация личности, развиваются тяжелые сопутствующие заболевания. Основными «мишенями» в детском организме для алкоголя является мозг, печень, кровь. Но наиболее уязвима для действия этанола - еще незрелая центральная нервная система. Именно в пубертатный период, когда происходит образование нейронных связей и их дифференцирование, больше всего страдает личность ребенка: затормаживается общее развитие - логическое и абстрактное мышление, эмоциональная сфера, интеллект, память.



Поскольку физиологические функции организма в возрасте 11-18 лет находятся на стадии формирования, то очень велика опасность алкогольных отравлений, развитие тяжёлых интоксикаций, а зачастую подобные явления приводят к коматозному состоянию. На фоне кратковременного возбуждения происходит повышение артериального давления и температуры тела, снижение в крови уровня глюкозы и количества лейкоцитов, что может вызвать интоксикационный сон, судороги, серьёзные психические нарушения (галлюцинации, бред), возможен летальный исход.

Согласно исследованиям Э.А.Бабаяна и М.Х.Гонопольского (1987 г.) в области детской наркологии выделяют **пять основных этапов развития алкозависимости у детей:**

1. На первом этапе, длительность которого составляет 3-6 мес., происходит привыкание к спиртосодержащим напиткам. При этом немалую роль играет социальная среда, в которой пребывает ребенок.
2. Для второго этапа, составляющего порядка 1 года, характерно регулярное употребление алкоголя, увеличение доз, кратности приема. В этот период происходит изменение поведенческих реакций подростка, однако прекращение приёма алкоголя именно в этот период дает достаточно стабильный положительный терапевтический эффект.
3. Третий этап сопровождается развитием устойчивой психической зависимости. Его длительность составляет от нескольких месяцев до нескольких лет. На протяжении этого периода, подросток теряет контроль над количеством принимаемого алкоголя, его качеством, возрастает в 3-4 раза толерантность к этанолу, что приводит к формированию первой стадии хронического алкоголизма.
4. Четвертый этап характеризуется хронической стадией алкогольной зависимости с достаточно ярко выраженным абстинентным синдромом. Причем в отличие от взрослых, абстиненция у детей наступает при употреблении больших доз алкоголя, а по времени - менее продолжительна.
5. На пятом этапе формируется устойчивая алкозависимость, наступает деменция, дети становятся злобными (особенно, если есть нейрофизиологические предпосылки), асоциальными, интеллектуально деградируют. Очень часто на последнем этапе, на фоне повышенной толерантности к алкоголю, происходит присоединение употребления других дурманных, токсичных веществ - ацетон, клей, наркотики.

К сожалению, детский алкоголизм достаточно сложен в плане лечения, поскольку личность ребенка, как таковая еще не сформирована, а весомых мотиваций, которые действенны для взрослых, у ребенка нет.

1.2 Причины алкоголизации детей

Помимо самого алкоголя существенную роль в **развитии** алкоголизма играют **три группы факторов:** социальные, психологические и биологические. У каждого человека соотношение этих факторов может быть разным.



Социальные факторы. Исследования показывают, что наиболее существенную роль в развитии алкоголизма играет уровень образования, общей культуры, факторы среды (отношение к алкоголю в данном сообществе).

Довольно частой предпосылкой развития алкоголизма является ошибочное представление о целебном и стимулирующем действии алкоголя. Важную роль в развитии алкоголизма играет социальное, семейное окружение, микросреда, в которой формируется данная личность.

Большое значение в формировании алкоголизма придается **психологическим факторам**, и в частности наличию некоторого дефекта личности, затрудняющего социальную адаптацию. Придается значение таким психологическим особенностям, которые свойственны личности алкоголика: робость, трудность в установлении контактов, неуверенность в себе, нетерпеливость, раздражительность, тревожность, повышенная чувствительность.

В других случаях может наблюдаться повышенный уровень притязаний, с недостаточными возможностями достижения своих целей, и алкоголь дает им ощущение внутренней силы, успеха. У некоторых людей могут наблюдаться периоды состояния пониженного настроения и алкоголь, благодаря своему эйфоризирующему действию, позволяет компенсировать эти нарушения. Формируется эмоционально положительное отношение к алкоголю, а затем и зависимость от него, которая ориентирует человека не на обращение к врачу, а на поиск возможности выпить. Алкоголь становится очень удобным и легким способом получения чувства удовольствия, положительных эмоций.

Что касается **биологических факторов** заболевания, то, по всей видимости это результат сложных отношений биологической ранимости организма и влияния факторов окружающей среды. Немаловажную роль играет наследственность. Дети алкоголиков имеют в 4 раза больший риск заболеть алкоголизмом, по сравнению с другими детьми. К развитию заболевания предрасполагают нервно-психические заболевания в детском возрасте.

Еще в древности люди предполагали, что от родителей, страдающих алкоголизмом, могут родиться и дети с различными физическими уродствами, слабоумные и такие, которые впоследствии становятся алкоголиками. По мнению некоторых ученых под воздействием алкоголя изменяется обмен веществ в организме плода, и это затем приводит к особой восприимчивости. Кроме того, большую роль играет среда, окружающая ребенка в семье алкоголиков, формирующая установки посредством подражания. Для алкоголизма характерны нарушения обмена

веществ (особенно нарушен баланс витаминов группы "В", витамина "С"), изменения ферментного обмена, соотношения хлора и натрия в плазме крови.

Несомненную, роль играют и особенности высшей нервной деятельности: темперамент, физиологические характеристики.

Следует сказать и о том, что в организме человека существует некий уровень алкоголя, так называемый эндогенный алкоголь. Содержание этого внутреннего алкоголя сказывается на темпераменте человека, на стиле его поведения. У одних этот уровень высокий (это люди уверенные в себе, активные, с легким подъемом настроения), у других - он низкий. Содержание этого эндогенного алкоголя зависит, во-первых, от врожденных качеств личности, а иногда это последствия алкоголизма родителей. В этом случае ребенок с рождения имеет низкий уровень эндогенного алкоголя. Он вялый, пассивный, медлительный, плохо соображает, подвержен даже слабым стрессовым влияниям, т.к. стресс сам по себе снижает уровень имеющегося внутреннего алкоголя. Организм всегда стремится к возвращению внутреннего алкоголя на прежний привычный уровень. Отсюда - опасность ранних алкоголизаций, как правило, тяжело протекающих, развитие в будущем рано или поздно формирующегося алкоголизма.

Алкоголь в организме расщепляется до углекислого газа и воды, но промежуточные продукты распада (фенолы) отравляют организм. В случаях систематического или частого употребление алкоголя, организм оказывается практически отравленным, что ведет к развитию висцерального (органный) алкоголизма. Попутно ферментативные системы, участвующие в обезвреживании отравляющих продуктов окисления алкоголя, обезвреживают и эндогенный алкоголь, который является не только физиологической гарантией стабильности эмоционального состояния, но и играет существенную роль в обмене веществ.

В результате этого процесса, формируется сначала психическая, а потом и физическая зависимость пьющего от алкоголя: эндогенного (внутреннего) алкоголя, вырабатываемого организмом, уже не хватает и для выравнивания уровня алкоголя в организме используются поступления алкоголя извне. Человек пьет, чтобы чувствовать себя хотя бы неплохо. Отсюда алкогольные депрессии в периоды вынужденного воздержания от алкоголя. Формируется новый алкогольный способ жизни.



Факторов, способствующих развитию алкогольной зависимости у детей и подростков, достаточно много:

- рождение и пребывание детей в семьях с повышенным фактором риска (чаще всего это семьи алкоголиков);
- период формирования ребенка, как личности. В данном случае употребление спиртосодержащих напитков выступает в роли самоутверждения и противостояния семье, школе, проблемам;
- в последние годы немалую роль в развитии алкогольной зависимости у детей сыграли средства массовой информации, а особенно ТВ. Рекламные ролики, пропагандирующие пиво, способствовали снятию

запретов на употребление подростками этого напитка, приводя к быстрому привыканию и формированию так называемой пивной зависимости.

Причины алкоголизации детей

В России детская алкоголизация неотделима от взрослой. Но причины детской алкоголизации абсолютно социальные:

- бесконтрольность молодежи со стороны родителей, государства, общества, школы. Если семья благополучная, то как родители могут не заметить – употреблял их ребенок сегодня алкоголь или нет. Детям до 16 лет вообще нечего делать на улице после 22.00. Кто-то из руководства страны недавно предлагал ввести «комендантский час» для детей. Очень правильное предложение. Молодежь и подростки должны быть под тотальным контролем семьи и государства. Ослаб нынче институт и семьи, и государства. Увы, но американская модель с началом ведения взрослой жизни после окончания школы для России оказалась неподходящей.



- безделье и тусовочное времяпрепровождение. Тусовочный образ жизни насаждается и активно культивируется. Молодежь и подростки должны быть постоянно заняты (в обязательном порядке). И соблюдение демократических свобод граждан здесь не при чем, если речь идет о национальной безопасности государства.

- бесперспективность большинства молодежи. Сегодняшняя общественно— экономическая система поддерживает «дарвиновский» естественный отбор— выживает и выкарабкивается из «дерьма» только сильнейший. У абсолютного большинства молодежи и подростков нет гарантий получения нормального образования, а в перспективе - нормальной работы и жилья, которые необходимы для создания семьи и появления детей.

- безыдейность в государстве и обществе. И в условиях разрушенной старой и не созданной новой системы общественного воспитания в интересах государства, мы наблюдаем мертворожденные политические молодежные движения, созданные политическими партиями. Детям нужна не мифическая свобода, «дебилизирующая» детей и молодежь и создававшая общество потребления в интересах глобализованного бизнеса, а общая государственная идеология.
- безразличие государства к своему будущему. Молодежные проблемы (в том числе: демографические, алкогольные и пр.) сопровождают нас уже 17 лет. За это время выросло 2 поколения молодых людей. Уже лет 5 назад у власти нашей с деньгами все было в порядке. И молодежь пила 5 лет назад как и сегодня. Где была власть? В Гражданскую войну большевики, понимая важность воспитания подрастающего поколения, поручили решить проблему беспризорности одному из очень далеких от этих проблем ведомств – ЧК (хотя практически все беспризорники являлись малолетними преступниками, а в перспективе – преступниками взрослыми).
- «бесцензурность» СМИ и рекламы, формирующих молодежно—тусовочный образ жизни, низкие моральные и нравственные ценности у детей и подростков.



ЧТО НАДО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ О ДЕТСКОМ АЛКОГОЛИЗМЕ

2.1 Информация для будущих родителей

Алкоголизм - это болезненное пристрастие к алкоголю, развивающееся вследствие привычного его употребления и ведущее к утрате человеком социально ценных духовных и физических качеств. Борьба с алкоголизмом в нашей стране и в мире приобретает все большую актуальность. Это связано с тем, что данное заболевание наносит вред не только здоровью пьющего, однако и является комплексной проблемой, включающей ряд аспектов: социальный, экономический, воспитательный, правовой, психологический.

Особую тревогу вызывает проблема семейного алкоголизма. Не случайно среди причин разводов в экономически развитых странах алкоголизм одного из родителей достигает 60-80% случаев. В настоящее время в России половина разводов происходит по инициативе женщин в связи с алкоголизмом мужа.

Хроническая, травмирующая психику ситуация в семье неблагоприятно отражается на здоровье всех ее членов. В таких семьях складывается обстановка, делающая невозможным полноценное воспитание и обучение детей: постоянные скандалы, грубость, насилие со стороны родителей, отсутствие взаимопонимания - все это ведет к умственной ограниченности и психофизическому недоразвитию детей. Изучение детей родителей, злоупотребляющих алкоголем, показало, что пьянство, даже в самой безобидной форме, оказывает отрицательное влияние на физическое и психическое развитие ребенка.

Случаи, когда у злостных алкоголиков рождаются вполне нормальные дети, не доказывает безвредности алкоголизма родителей, а свидетельствует лишь о том, что фактор пьянства действует в совокупности с большим количеством других факторов.

Будущим родителям надо знать, что эпизод употребления алкоголя (к примеру, матерью во время беременности) может сыграть роковую роль в развитии ребенка. Этот случай может оказаться той единственной каплей, которая переполняет сосуд и дает возможность излиться неблагоприятному грузу наследственности или проявиться другим неблагоприятным предпосылкам развития.

Несмотря на большое разнообразие направлений, и характера психического и физического развития детей в условиях семейного алкоголизма, выявляются и его общие закономерности.

Прежде всего, алкоголизм родителей ведет к соматической патологии: преждевременным родам, отставанию в физическом развитии ребенка. Такие дети плохо развиваются, страдают различными заболеваниями. В некоторых случаях алкоголизм одного из родителей ведет к рождению ребенка с различными уродствами. В медицине есть

специальный термин для обозначения нарушений у детей алкоголиков: грубые пороки развития систем организма плода под действием алкоголя называют алкогольной эмбриопатией. Для этого состояния характерны в первую очередь недоразвитие или неправильное развитие отдельных частей тела, врожденные пороки сердца, дефекты в строении верхней и нижней челюсти, глазные аномалии, неправильное развитие суставов.

Обычно дети матерей алкоголичек обращают на себя внимание не по возрасту малым весом и ростом, маленькой головой. Дисфункция со стороны нервной системы проявляется уже с первых дней и месяцев жизни в форме специфической задержки психомоторного развития.

40-60% детей алкоголиков страдают олигофренией и умственной отсталостью. Признаки этого дефекта проявляются во всех сферах психической деятельности ребенка, в том числе в эмоционально-волевой. Дети плохо оценивают ситуацию и не в состоянии изменить свое поведение исходя из ее особенностей. Многие из них не достаточно критичны к своему состоянию, эмоции их поверхностны, дети слишком внушаемы. Несмотря на то, что уровень развития психических функций при олигофрении находится в прямой зависимости от выраженности патологии, возможности социальной адаптации такого ребенка в значительной степени определяются условиями обучения и воспитания.



Нарушение умственного развития детей, родители которых страдают алкоголизмом, могут быть обусловлены не только олигофренией, но и задержками темпов развития центральной нервной системы. В этих случаях дети, хотя и не являются умственно отсталыми, однако по темпу своего психического развития отстают от своих нормально развивающихся сверстников. Эта группа детей в отечественной литературе обозначается как дети с задержкой психического развития (ЗПР), у которых отмечается отставание в развитии таких умственных операций, как анализ, сравнение, синтез.

Усилению или появлению генетических отклонений в поведении у детей способствует неправильное воспитание или отсутствие его как такового. Это случаи, когда дети брошены на произвол судьбы родителями, ведущими аморальный образ жизни, когда ребенок является лишним, отвергнутым и видит постоянные примеры жестокости, конфликтов и фальши со стороны взрослых. Патология порождает патологию, подобно тому, как родители, страдающие алкоголизмом, чем больше изменены характерологически и лишены чувства ответственности за здоровье и воспитание детей, тем больше имеют отклонений в отношениях с ними.

Такая наследственность и социальная ситуация развития ребенка (недостаток заботы и ласки, жизнь в состоянии постоянного страха и непредсказуемость поведения родителей) провоцируют формирование специфических черт характера, обусловленных переживаниями ребенка и его внутренним конфликтом в ответ на действие идущих извне стрессовых факторов психологического порядка.

Внутренний конфликт является результатом столкновения в сознании ребенка противоположных, аффективно окрашенных отношений к близким людям. При семейном алкоголизме подобные переживания возникают очень часто: это может быть двойственное отношение к пьющему отцу или матери, либо сочетание обиды и любви к родителям у детей, воспитывающихся в детских домах и интернатах.

Выделим то общее, что присуще детям алкоголиков в плане становления их характера как сочетания врожденных и внешних влияний. Прежде всего, дети из семей алкоголиков очень впечатлительны. Впечатлительность близко примыкает к эмоциональности как особая разновидность долговременной эмоциональной памяти. Она способствует запоминанию неприятных событий, их фиксации. Ребенок долго помнит обиду, оскорбление, страх, возвращается своими переживаниями в прошлое и не может так легко, как другие, отталкиваться в своих действиях и поступках от настоящего. Почти все дети алкоголиков не могут идентифицировать или выразить свои чувства.

Ребенок попросту изолирован от чувств. С рождения он ощущает диссонанс между поведением родителей и уверениями их, что все в порядке, ничего не произошло. Ребенок учится не замечать, не реагировать на чувства других, свои переживания старается держать в себе. То есть импрессиивность (склонность к внутренней переработке чувств и переживаний) - качество, также присущее большинству детей из алкогольных семей. Особенно тяжело дети переживают обиду, полученную от родителей, которые в состоянии алкогольного опьянения оскорбляют, угрожают побоями или даже убивают их. Но дети ни с родителями, ни в среде сверстников никогда не скажут об этом, о своих страданиях. Ведь вполне естественно для детей гордиться своими родителями, поэтому даже когда они понимают, что их семьи невыгодно отличаются от других, все равно начинают защищать свою семью.

Дети легче переживают все в душе, они убеждены, то, о чем не высказано вслух, того не существует. Сохранение этого большого секрета является более важным, чем рассказать о своих чувствах. Также дети из алкогольных семей обладают внутренней неустойчивостью, обусловленной наличием трудно совместимых, противоположно направленных чувств и переживаний, склонны к беспокойству и волнениям. Последнее качество детерминируется, по мнению Л.И. Захарова повышенной эмоциональной чувствительностью, потрясениями и испугами, заостряющими эмоциональность, или передачей тревоги и беспокойства со стороны родителей, неразрешимостью какой-либо жизненно важной ситуации для ребенка, блокированием его насущных потребностей, интересов и влечений, неспособностью утвердить себя, отсутствием внутреннего единства.

Неразрешимые для детей переживания обусловлены хронической психотравмирующей ситуацией, источником постоянного психического напряжения. На этом фоне дополнительно действующие психические травмы усиливают патогенность жизненной ситуации, поскольку ребенок не может справиться с ними. Вместе с внутренним конфликтом и

неблагоприятным стечением жизненных обстоятельств в целом, это позволяет говорить о появлении неудачного, травмирующего жизненного опыта.

Положение осложняется тем, что дети могут из-за своего ограниченного и уже деформированного опыта, условий воспитания и отношений в семье эмоционально отреагировать на накапливающееся нервно-психическое напряжение.

Все эти нарушения приводят к различным формам неправильного поведения у детей. Ребенок становится грубым, непослушным, стремится все сделать назло. Наряду с активными реакциями протеста могут отличаться пассивные реакции, когда ребенок уходит из дома, боится родителей и не возвращается, затем постепенно начинает избегать общения и со сверстниками. На этом фоне у ребенка легко возникают невротические расстройства: нарушения сна, неустойчивость настроения. Могут наблюдаться тики, заикание, энурез. Более резким проявлением пассивного протеста являются попытки самоубийства, в основе которых лежит чрезмерно выраженное чувство обиды, желание отомстить, напугать. В некоторых случаях эти попытки носят демонстративный характер.

Другой формой нарушения поведения детей при семейном алкоголизме является имитационное поведение. У детей в силу их общей невротизации, повышенной внушаемости, эмоционально-волевой неустойчивости имеется повышенная склонность к возникновению социально отрицательных форм имитационного поведения, как сквернословие, хулиганские поступки, мелкое воровство, бродяжничество. Эти данные убедительно показывают роль окружения в предупреждении нарушений поведения и патологии характера у детей алкоголиков.

В условиях хронически тяжелой семейной обстановки указанные трудности поведения постепенно нарастают и приобретают для ребенка характер привычного поведенческого стереотипа.

Все указанные нарушения могут стать основой для формирования стойких патологических свойств личности, затрудняющих ее социальную адаптацию.

Таким образом, в качестве вывода можно сказать, что алкоголизм является комплексной проблемой, включающей в себя ряд аспектов: социальный, медицинский, воспитательный, психологический. Особую проблему в настоящее время представляет собой семейный алкоголизм, так как пьющие родители наносят вред не только своему здоровью, но и будущему своих детей. Почти все дети из алкогольных семей рождаются с дефектами: от незначительных нарушений до грубых пороков развития и уродства. А если ребенок родился физически здоровым, то неуклонно страдает его психическое развитие, так как воспитывается он в условиях постоянного страха скандалов, неуравновешенного поведения родителей, а часто жестокости и насилия с их стороны.

В итоге дети вырастают нервными, эмоционально неустойчивыми, с заниженной самооценкой, с различными формами патологического поведения. Все эти нарушения значительно затрудняют процесс воспитания и обучения детей, а ограниченный и деформированный жизненный опыт не позволяет детям успешно адаптироваться в социальной среде.

2.2 Ребенок-алкоголик в благополучной семье?

Многие люди думают, что детский алкоголизм распространен только в неблагополучных семьях, где родители часто сами страдают от алкогольной зависимости. Но история показывает, так происходит далеко не всегда и очень часто алкоголиками или наркоманами становятся дети из благополучных семей, где родители не страдают алкоголизмом и в материальном плане полностью обеспечивают своих детей.



В таких семьях родители часто заняты, и не так сильно следят за развитием своего ребенка. Когда подросток начинает вести себя странно, часто вызывающе и дерзко, они оправдывают его поведение переходным возрастом или еще чем-нибудь, и решают все трудности и споры подарками и карманными деньгами, даже не подозревая, что эти деньги продолжают спонсировать детский алкоголизм.

Сирена срывает по-настоящему только тогда, когда ребенок уже не скрывает своего алкоголизма или наркомании. Часто бывает так, что врач-психиатр или врач-нарколог знает о больном подростке больше, чем его родители. А почему врачи знают больше? Потому что подростки более откровенны с врачами, потому чувствуют заинтересованность в своей судьбе, чего они часто не ощущают со стороны своих родителей.

Ведь многие родители даже не знают, с кем общается их ребенок, чем он занимается в свободное время, как, где и с кем он проводит свое время. Родители часто ошибочно считают, что главное в воспитании ребенка, это обеспечить его здоровым питанием, хорошей одеждой и карманными деньгами. Такое воспитание только вредит ребенку, и часто именно такое воспитание становится причиной детского алкоголизма.

Кого винить в детском алкоголизме?

Очередной отрывок из «Книги для пьющего человека» Д.Д.Еникеевой, который абсолютно точно описывает главные особенности детского алкоголизма, родителям стоит прочитать обязательно и прислушаться к словам профессионального психиатра, нарколога, кандидата медицинских наук:

Сами подростки никогда не обращаются к наркологам. Если родители не знают, что ребенок выпивает, то и помочь ему никто не может, а сам он к врачу не пойдет. Вот и получается, что чаще всего подростка привозят в психиатрическую больницу сотрудники милиции, а у него уже 2-я стадия алкоголизма, причем, родители ни о чем даже не подозревали.

Даже эпизодическое употребление алкоголя в таком возрасте – чрезвычайное событие, потому что это сразу сказывается на психике, поведении подростка, учебе в школе и взаимоотношениях с родителями. А алкоголизм у подростков развивается гораздо быстрее, чем у взрослых, и по своим последствиям он гораздо тяжелее.

В психиатрических больницах очень много 14-15-летних подростков с алкоголизмом 2-й и даже 3-й стадии, которые уже никогда не станут полноценными людьми, так как в результате регулярного потребления спиртного у них возникло необратимое токсическое поражение головного мозга, которое называется алкогольной энцефалопатией.



Эти слова настолько точны, что даже не имеет смысла доказывать их правоту, ну какой подросток пойдет к родителям (и уж тем более к врачу-наркологу) жаловаться на свою тягу к алкоголю? Он никогда не скажет о своей боязни стать алкоголиком в своей компании. Вот и получается так, что подростку не к кому обратиться, даже если он чувствует опасность ситуации. И кто в этом виноват? Компания? Родители?

Стоит помнить, что детский алкоголизм – это всегда показатель неблагополучия семьи.

2.3 Диагностика предрасположенности ребенка к алкоголю

20 век внес в нашу жизнь испытание социального характера - тотальный алкоголизм. Человечество перенесло эпидемии чумы, холеры, оспы, тифа, но были люди, находившие спасительное решение. Так общество сохраняло себя для последующего существования. Сегодня мерилом морали в обществе являются деньги. И пока есть спрос на наркотики, алкоголь будет и предложение. И пока есть ПОТРЕБИТЕЛЬ, на котором делают деньги, будет выгодно распространять наркотики и алкоголь. Как известно, легче предупредить, чем лечить. Это становится возможным при своевременной диагностике предрасположенности к алкогольной зависимости у детей и подростков. Есть такая фраза: если не болит, это не значит, что ты здоров.

Как родителям понять, что ребенок начал выпивать?

Наблюдается достаточно быстрое изменение характера ребенка, в котором появляются психопатические признаки, которые выражаются либо повышенной возбудимостью, взрывчатостью, сопровождаемой агрессивностью, либо снижением активности состояния.

Каким образом определяется, болен подросток алкоголизмом, или считается употребляющим алкоголь с вредными последствиями?

В РФ до сих пор нет четких критериев диагностики раннего алкоголизма. По нормативным документам, частым употреблением алкоголя считается его употребление два раза в месяц. Некоторые говорят о стопроцентной алкоголизации подростка, имея при этом в виду знакомство подростка с алкоголем, независимо от частоты его употребления. Другие считают алкоголизацией прием алкоголя раз в неделю и чаще, нередко в группу злоупотребляющих алкоголем включают людей, употребляющих алкоголь чаще одного раза в месяц.

Очень многое зависит от предрасположенности и отношений в семье. Там, где сильны антиалкогольные традиции, соблюдается режим правильного воспитания детей и подростков, там риск заболеть алкоголизмом гораздо меньше. Основная наша задача - проводить профилактическую работу, информировать о последствиях употребления алкоголя не только детей, но и педагогов, работников милиции, врачей педиатрической службы.

2.4 Как помочь ребенку сказать «Нет!» /Руководство для родителей/

Часто родители, столкнувшись с проблемой детского алкоголизма, задают следующие вопросы:

ПРОБЛЕМЫ? ЧТО ЗА ПРОБЛЕМЫ?

Если Вы твердо уверены, что дети в начальной или средней школе обладают достаточной зрелостью для того, чтобы узнать правду об алкоголе или наркотиках, – знайте: Вы не одиноки. Этот вопрос действительно касается детей. Национальная служба общественного мнения США установила, что:



От 25 до 60 процентов школьников сообщают, что подвергаются давлению со стороны сверстников, побуждающих их принимать алкоголь или наркотики.

Более 15% пятиклассников считают, что пьянство является "большой проблемой" для их возрастной группы.

Ваша роль, как родителей, чрезвычайно велика именно в вопросе предупреждения алкоголизма и пристрастия к наркотикам. Почему? Потому, что раннее предупреждение употребления алкоголя и наркотиков более эффективно – и это очень важно. Детство – это время, когда Вы можете доверительно обсуждать с ребенком опасности алкоголя, табака и других веществ, используемых подростками и подготовить его к встрече с ними в будущем (если эта встреча еще не произошла).

ЧТО Я ДОЛЖЕН РАССКАЗЫВАТЬ РЕБЕНКУ ОБ АЛКОГОЛЕ?

В первую очередь, Вы должны выбрать подходящий момент. Возможно, он случится во время отдыха, и Вам удастся провести воспитательную беседу, носящую более живой характер, чем просто "формальное обсуждение". Или подходящим может стать момент, когда по телевизору показывают сцены с употреблением алкоголя или с курением, или когда алкоголь является частью праздничного стола. Исследования показывают, что дети и подростки часто получают информацию об алкоголе или наркотиках через кино и ТВ.

Многие из этих представлений могут быть ошибочными, и у Вас есть возможность разрушить некоторые мифы и скорректировать неправильные суждения Ваших детей. Попробуйте помочь им понять, что:

Средства массовой информации часто создают привлекательные образы людей, которые употребляют алкоголь и курят, но в реальной жизни их не так много и не больше, чем среди непьющих и некурящих.

Алкоголь и наркотики притупляют разум и могут нарушать координацию движений, но они по-настоящему не помогают решить ни одну проблему.

Употребление алкоголя или наркотиков – прерогатива взрослых, но ни алкоголь, ни наркотики не способны превратить ребенка или подростка во взрослого человека. Только время и опыт могут сделать это. Более того, употребление алкоголя несовершеннолетними является нарушением закона, равно как и курение детьми до 14 лет. И Ваши дети должны четко осознавать это.



Отсутствие зависимости от табака, алкоголя или наркотиков в будущем поможет приобрести хороших друзей и занять лучшее положение в обществе. Для того чтобы стать успешным в жизни, дети должны научиться эффективно общаться, уметь действовать в коллективе и выбирать друзей, не имеющих зависимости от алкоголя и наркотиков.

Мифы живучи, но далеко не все люди выпивают, курят и принимают наркотики

КАК Я МОГУ ПОощРЯТЬ РЕБЕНКА К ОТКРОВЕННОСТИ И ОКАЗЫВАТЬ НА НЕГО ВЛИЯНИЕ?

Дети всех возрастов готовы говорить с родителями, которые могут научить их знаниям об алкоголе, табаке и наркотиках. Для этого понадобится определенный вид родительского искусства: умение давать советы и подталкивать к выбору верного решения, а также отвечать на поставленные вопросы, не блокируя доверительного общения. Выслушать – более эффективная тактика, чем запретить высказываться. Но Вам необходимо уметь сосредоточиться и иметь навыки бесед на деликатные темы. Существует 5 приемов, которые помогают родителям лучше понимать собственных детей. Между прочим, опыт их применения может выручить и в общении с другими взрослыми.

Прием №1: Постарайтесь показать Вашему ребенку, что Вы его понимаете. Иногда этот прием называют "отраженным выслушиванием". Он состоит из трех частей:

Демонстрируйте ребенку, что Вы слышите то, что он говорит (например, словами "да", "угу", вопросами "а что потом?", "и что же?" и так далее).

Позволяйте ребенку выражать его собственные чувства.

Докажите ребенку, что правильно поняли его рассказ или сообщение (например, коротко пересказав суть).

Прием №2: Внимательно следите за лицом ребенка и его "языком тела" Часто ребенок уверен, что успешно скрывает свои эмоции (грусть, досаду, нетерпение и прочее). Но дрожащий подбородок или блеск глаз скажут Вам иное. Когда слова не соответствуют "языку тела", всегда полагайтесь на "язык тела".

Прием №3: Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами. Это могут быть Ваши улыбка, похлопывание по плечу, кивок головой, взгляд в глаза, прикосновение к детской руке.

Прием №4: Выбирайте правильный тон для ваших ответов. Помните, что тон голоса связан со смыслом Ваших слов. Выбирайте верный тон и не отвечайте безапелляционно или саркастично – дети могут расценивать это как пренебрежение к своей личности.

Прием №5: Используйте одобрительные фразы для поддержания разговора и показывайте Вашу заинтересованность в нем. Для этого подойдут короткие фразы, показывающие Ваше эмоциональное отношение к обсуждаемой теме, например: "Вот это да!", "Да ну, не верю!" и тому подобное.

КАК ПОВЫСИТЬ САМОУВАЖЕНИЕ РЕБЕНКА И ПОМОЧЬ ЕМУ СКАЗАТЬ "НЕТ!" АЛКОГОЛЮ?

Как ни странно, предрасположенность к употреблению алкоголя непосредственно связана с уровнем самоуважения. Исследования психологов свидетельствуют, что страдающие алкоголизмом или злоупотребляющие наркотиками обычно имеют низкое самоуважение. Дети, имеющие высокий уровень самоуважения, чаще говорят "нет", когда им

предлагают алкоголь и наркотики. Точно так же, как существует 5 приемов умения слушать, мы можем предложить родителям 5 принципов формирования самоуважения ребенка.

Принцип №1: Одобряйте, хвалите ребенка за небольшие успехи и достижения. Поощряйте даже маленькие достижения и делайте это чаще. Его упорство и попытки сделать что-либо важнее полученных результатов.

Принцип №2: Помогайте Вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

Принцип №3: Исправляйте и оценивайте поступок или действие, а не личность самого ребенка. Например, лучше сказать: "Лазить по заборам опасно, ты можешь ногу сломать", чем: "Ты не должен лазить по заборам – это глупо (или: "так делают только дураки)".

Принцип №4: Дайте Вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу. Ребенок, который имеет постоянное поручение по домашним делам, ощущает себя частью команды, и, достигая результатов в исполнении своих обязанностей, получает чувство удовлетворения.

Принцип №5: Показывайте ребенку, как Вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему. Объятия, улыбка и слова: "Я люблю тебя" помогут ребенку ощущать Ваше хорошее отношение к нему.

Когда дети становятся старше, они сообщают, что эти действия имели для них большую ценность. Вопреки распространенному мнению, неполные семьи могут дать ребенку основу для самоуважения, так же, как и полные; в них могут существовать такие же крепкие и продолжительные связи между родителями и детьми. В то же время научные исследования свидетельствуют, что психологические проблемы детей разведенных родителей схожи с проблемами детей пьющих родителей.

МОГУТ ЛИ СЕМЕЙНЫЕ ИДЕАЛЫ И ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕННОСТИ, ПРИВЫТЫЕ В РАННЕМ ДЕТСТВЕ, ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ СКАЗАТЬ "НЕТ" ПРИ ВСТРЕЧЕ С АЛКОГОЛЕМ?

Каждый из родителей имеет различные ценности и не один способ их применения в вопросах предупреждения потребления алкоголя и наркотиков. Вероятнее всего, что Ваш ребенок будет перенимать Вашу точку зрения и суждения, наблюдая, как семейные ценности влияют на Ваше поведение. Вот несколько принципов, которые могут помочь предотвращению приобщения ребенка к употреблению алкоголя и наркотиков.

Принцип №1: Рассказывайте о своих личных или религиозных установках и убеждениях, касающихся предупреждения пьянства и потребления наркотиков.

Принцип №2: Имейте собственные оригинальные суждения, принимайте решения самостоятельно, а не потому, что "так делают все".

Принцип №3: Относитесь с уважением к сохранению своего здоровья и ведите здоровый образ жизни.

Принцип №4: Выработайте у себя убеждения и привычки, – и это очень важно! – которые помогли бы Вам контролировать свое поведение в отношении алкоголя и наркотиков.

Несомненно, что Ваши жизненные принципы являются ключом к здоровью Ваших детей. Ваш ребенок сможет руководствоваться полученными в детстве, важными и предпочтительными с его точки зрения стандартами, когда окажется в принуждающей его к употреблению алкоголя или наркотиков ситуации.

КАК МОЯ СОБСТВЕННАЯ ТОЧКА ЗРЕНИЯ НА УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВЛИЯЕТ НА МОЕГО РЕБЕНКА?

Научные исследования показывают, что взгляды большинства взрослых людей на употребление алкоголя сходны со взглядами их родителей. Ваше отношение к вредным привычкам для Ваших детей характеризует количество выпитого ими. Ваше поведение показывает им, как Вы пьете или курите, когда Вы пьете или курите и принимаете ли Вы спиртное, когда управляете машиной, катаетесь на лодке, купаетесь или заняты любой другой деятельностью, опасной для выпившего человека.

Исследования свидетельствуют, что дети курящих или употребляющих алкоголь родителей чаще становятся злостными курильщиками. Особенно опасно бравировать этими привычками перед детьми. А вот если родители воздерживаются от выпивки, это является положительным примером.

Иногда непьющие и некурящие родители ошибочно считают излишним или неважным разъяснение своих принципов детям. Этим родителям следует помнить, что они воспитывают детей не только примером своего поведения.

Используя некоторые приемы, Вы сможете дать хорошие модели поведения на вечеринке или семейном празднике. Не фиксируйте внимание собравшихся на алкогольных напитках и их употреблении, предлагайте гостям безалкогольные напитки, не принуждайте их принимать спиртное и следите за тем, чтобы не выпивали те, кто за рулем.

Если один из родителей – алкоголик, то эксперименты детей с алкоголем предупредить труднее, чем в семье с обоими непьющими родителями; если оба страдают алкоголизмом, то нередко прививают детям патологические стереотипы поведения. Однако есть несколько принципов, помогающих уменьшить вредное влияние семейного алкоголизма:

Принцип №1: Не пытайтесь скрывать или "смягчать" правду. Дети могут справиться со своими проблемами лучше, если знают, что Ваш супруг (супруга) страдает алкоголизмом.

Принцип №2: Необходимо объяснить ребенку, что алкоголизм – это болезнь, подобно раку или диабету. И они могут ненавидеть болезнь, но любить больного родителя.

Принцип №3: Помогите вашим детям осознать, что они не виноваты в алкоголизме своих родителей и не несут ответственности за него.

Принцип №4: Обучите детей рассудительности в принятии решений и поступках, привейте им позитивные традиции, принятые в Вашей семье и объясните, что они могут и должны отвечать за посильные для них домашние обязанности.

КАК НАУЧИТЬ ДЕТЕЙ СОПРОТИВЛЯТЬСЯ ПРЕДЛОЖЕНИЯМ “ПОПРОБОВАТЬ АЛКОГОЛЬ” СО СТОРОНЫ СВЕРСТНИКОВ



Существуют технические приемы или последовательности действий, которые используются родителями, чтобы удержать своих детей от употребления табака и других наркотиков. 5 из них перечислены ниже.

Прием №1: Учите вашего ребенка иметь свою индивидуальность. Расскажите ему, что делает человека особенным и уникальным. Поговорите с ним о людях, которых он уважает, спросите, что на его взгляд делает их особенными, заслуживающими уважения. Попросите Вашего ребенка рассказать о его собственных индивидуальных качествах, не забудьте напомнить ему те положительные и прекрасные качества, которые он может упустить.

Прием №2: Изучите с Вашим ребенком значение слова “дружба”. Попросите его составить список понятий, которыми он охарактеризовал бы друга, и другой список – о недруге. Пока Ваш ребенок составляет эти списки, напишите свои собственные. Сравните, чей список более полный.

Прием №3: Объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом. Многие родители учат своих детей быть всегда вежливыми, почтительными и покладистыми. Несмотря на то, что в большинстве жизненных ситуаций такие черты характера являются позитивными, они не позволяют ребенку быть самим собой и развивать свою индивидуальность. Часто дети нуждаются в родительском разрешении, чтобы сказать “нет”, когда на них оказывают давление. Объясните Вашему ребенку, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказать свое собственное мнение. Например, когда ровесники оказывают на него давление с целью заставить курить, принимать алкоголь или наркотики.

Прием №4: Изучайте особенности употребления алкоголя и наркотиков в молодежной среде. Существуют ситуации, в которых подростками считается необходимым употребление алкоголя или наркотиков. Вы можете помочь Вашему ребенку избежать этих неприятных ситуаций. Не разрешайте Вашим детям ходить в гости к своим друзьям, когда их родителей нет дома, не допускайте, чтобы он становился членом “скрытых” компаний.

Прием №5: Используйте пример сверстников. Существует множество ситуаций, когда позитивный пример ровесников оказывает существенное влияние на ребенка. Например, в некоторых школах и подростковых группах спонсорами программ профилактики являются подростки, и в этом случае дети поддерживают друг у друга положительные ценности. Может быть, у Вас появится желание побольше узнать о такой программе в школе, где учится Ваш ребенок.

КАК Я МОГУ ПРЕДОСТЕРЕЧЬ СВОЕГО РЕБЕНКА ОТ ПРИЕМА АЛКОГОЛЯ И ДРУГИХ НАРКОТИКОВ ИЗ-ЗА СКУКИ И ПРАЗДНОГО ЛЮБОпытства?

Есть два способа поддерживать здоровый образ жизни и творческую активность. Первый – стимулируйте участие Вашего ребенка в школьной или общественной деятельности, в спорте или музыке, не заставляя его быть лучшим или всегда побеждать. Специальные меры обычно не нужны, когда ребенок имеет позитивные увлечения. У него менее вероятно появление интереса к табаку, алкоголю или наркотикам, и его, вероятнее всего, не будет привлекать что-либо подобное.

Другой способ поддержать здоровый образ жизни и творческую активность – делать все вместе со своим ребенком. Этот способ позволяет достичь тесной духовной близости. Опыт свидетельствует, что дети чрезвычайно ценят время, проведенное со своими родителями, и те дела, которые сделали вместе.



ПОЧЕМУ ВАЖНА СЕМЕЙНАЯ ПОЛИТИКА ОТНОСИТЕЛЬНО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АЛКОГОЛЯ?

Семейная политика в отношении алкоголя очень важна. Опыт свидетельствует, что вопреки распространенному заблуждению, дети хотят планировать свою жизнь и строить свое счастье. Поступки детей более ответственны, когда родители также следуют определенным ограничениям и нормам. Родители могут помочь, рассказывая о возможных последствиях употребления алкоголя и наркотиков и обсуждая с ребенком, какое поведение они от него ожидают. Он должен знать, как ему следует себя вести, что нужно, а что нельзя делать.

Добейтесь от ребенка обещания, что он ни при каких обстоятельствах не собирается принимать алкоголь или другие наркотики. Разъясните ему серьезные последствия, которые это может вызвать. Расскажите или даже составьте в

письменном виде семейные правила, которые помогут Вашему ребенку воспитать в себе ответственность и отказаться от алкоголя или других наркотиков. Семейные традиции дают Вашему ребенку самый простой способ сказать ровесникам “НЕТ!” в ответ на приглашение покурить, выпить или принять наркотики.

ЧТО ЕЩЕ ДОЛЖНЫ ДЕЛАТЬ РОДИТЕЛИ ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ ПОДРОСТКАМИ?

Существует простая и понятная закономерность: чем больше подростков, окружающих Вашего ребенка, употребляют алкоголь или наркотики, тем с большей вероятностью он начнет поступать так же. Поэтому, чтобы предохранить Ваших сына или дочь от нежелательного знакомства с этими веществами, разумно было бы попытаться уменьшить количество принимающих их в среде Ваших детей.

Все больше родителей создают группы для объединения своих усилий. Они считают, что вместе они могут лучше проводить профилактику в своих семьях. Вы тоже можете объединиться в группу, организовав своих соседей [или родителей одноклассников Вашего ребенка]. Ваша группа может начать распространять знания о профилактике наркомании среди других родителей – в дружеских беседах, на родительских собраниях, на специальных вечерах или лекциях, через средства массовой информации, имеющиеся в том месте, где Вы живете. Вы даже можете начать выпуск изданий об алкоголизме и наркомании, подобно изданиям других общественных организаций.

Вы можете использовать силу общественного мнения и повлиять на администрацию школы или местные власти по проблемам профилактики употребления алкоголя и наркотиков среди детей; можете добиться введения антиалкогольной (антинаркотической) программы как части школьной программы ОБЖ или валеологии; оказывать давление на местные власти с целью создания мест досуга для подростков и т.д.

Вам необходимо найти других родителей, играющих активную роль в профилактике, и объединить свои усилия в этой полезнейшей и необходимой работе.

ЧТО, ЕСЛИ, НЕСМОТЯ НА ВСЕ УСИЛИЯ, МОЙ РЕБЕНОК ПРОДОЛЖАЕТ ВЫПИВАТЬ?

Большинство детей трудно вызвать на откровенность, когда они принимают алкоголь или другие наркотики. Но даже если Ваш ребенок не проявляет внешние признаки употребления алкоголя или наркотиков, Ваши холодильник или бар могут многое поведать Вам. Отсутствие сигарет, пива или другого спиртного может насторожить Вас.

Если Вы подозреваете, что Ваш ребенок экспериментирует с алкоголем или сигаретами, Вам лучше немедленно избавиться от имеющегося домашнего запаса [к несчастью в современной России дети могут достать алкоголь и сигареты не только из родительских запасов – часто недобросовестные торговцы продают их детям даже в магазинах. Но это значит, что Вы можете заметить у ребенка необычно возросшую потребность в деньгах или обнаружить другие признаки.

Если Вы уверены в том, что он употребляет алкоголь или наркотики, Вам необходимо поговорить с ним, однако обвинять его в обнаруженном исчезновении выпивки или сигарет или “неправильном” поведении – не лучшая идея. Если Вы будете обвинять ребенка, он начнет защищаться, и при обсуждении аспектов применения психоактивных веществ сможет сфокусировать внимание лишь на Вашем гневе. Поэтому говорите с ним спокойно, сделайте акцент на вредных воздействиях алкоголя, наркотиков и никотина на развивающийся организм и об опасностях, подстерегающих пьющих, курящих или принимающих наркотики.

С другой стороны, если Ваш ребенок связывает злоупотребление с другими проблемами, следует обсудить с ним, как избежать их в будущем.

Признаки употребления алкоголя или наркотиков наряду с другими включают сонливость, снижение успеваемости, частые колебания настроения, необоснованное использование глазных капель и средств освежения запаха изо рта.



Если Ваш ребенок регулярно пьет или употребляет другие наркотики – это свидетельствует о наличии у него проблем. Когда он прекращает принимать их, его потребность в Вашей помощи не исчезает, а увеличивается.

Дети могут применять психоактивные вещества для облегчения душевного дискомфорта, вызванного различными причинами (возможно, связанными и с Вашим поведением), и не исключено, что это – безмолвный призыв о помощи. В такой ситуации Ваш доктор, священник, работник социального обеспечения, школьный психолог или другой специалист могут порекомендовать, куда лучше обратиться за помощью.