



Беседа для подростков

АЛКОГОЛЬ И АЛКОГОЛЬНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ



«Проклятие мира»

- Алкоголизм сегодня может быть назван «проклятием мира», число жертв многовековой войны человечества с алкоголем постоянно нарастает.
- Если сравнительно недавно известный физиолог Макс Рубнер говорил, что в пиве и вине тонет гораздо больше людей, чем в воде, то сегодня количество явных и косвенных жертв алкоголизма вполне может поспорить с числом жертв самых опасных заболеваний.

АЛКОГОЛИЗМ –
тяжелая
хроническая
болезнь, в
большинстве своем
трудноизлечимая.



Алкоголь – причина смерти

- Средняя продолжительность жизни человека пьющего на 10-20 лет (по разным статистическим данным) короче жизни трезвенника. Алкоголь нередко называют третьей причиной смертности у мужчин (после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний);
- 65% смертных случаев от травм и всевозможных происшествий связаны с потреблением алкоголя.

Каждое третье дорожно-транспортное происшествие совершается людьми в состоянии опьянения.



По нашему законодательству, уже сам факт пьянства водителя автотранспорта влечет уголовное наказание. Ведь в руках пьяницы автомобиль становится орудием преступления.

Но разве не источник повышенной опасности пьяный пешеход, неожиданно появляющийся перед быстро идущим транспортом, который уже невозможно остановить, не вызвав катастрофы.

Только факты:

- Два спиртосодержащих коктейля могут ухудшить остроту зрения настолько, что эффект будет такой же, как при вождении машины в тёмных очках.
- Несколько рюмок спиртного резко ухудшают реакцию человека.
- На избавление от похмельных синдромов каждый год уходит больше денег, чем на средства от простуды. Даже если пьяница вышел на работу, производительность его труда резко падает.
- В выходные и праздники в каждом втором несчастном случае со смертельным исходом жертвой оказывается пьяный человек.

Средняя продолжительность жизни
алкоголика не превышает обычно
55 лет.

Из 100 самоубийц – половина
алкоголики.



Алкоголь – причина болезней

- Потребление спиртных напитков создает благоприятный фон для возникновения и развития многих болезней: каждый третий случай кардиологического и каждый четвертый случай онкологического заболевания у мужчин связаны с алкоголем; кроме того, в прямой зависимости от потребления спиртных напитков находятся такие заболевания, как цирроз печени, язва желудка, нарушения психики...

Алкоголь, попадая в организм ребенка, быстро разносится кровью и концентрируется в мозгу.



Для алкоголика характерно
огрубение личности, лживость,
падение авторитета в семье и
рабочем коллективе,
психофизиологические изменения.



ОТ ПАВЛИНА К СВИНЬЕ

- Вино сообщает каждому, кто пьет его, четыре качества. Вначале человек становится похожим на **павлина** — он пыжится, его движения плавны и величавы. Затем он приобретает характер **обезьяны** и начинает со всеми шутить и заигрывать. Потом он уподобляется **льву** и становится самонадеянным, гордым, уверенным в своей силе. Но в заключение он превращается в **свинью** и, подобно ей, валяется в грязи.

Абу-ль-Фарадж

ЛЮБИТЕЛЯМ ПИВА

Помните, что пиво вовсе не так безобидно, как порой кажется.

- **Во-первых**, общее количество алкоголя после огромных порций пива достаточно велико: 0,5 литра пива соответствует 60-80 граммам водки.
- **Во-вторых**, не забывайте, что это очень калорийный напиток. Постоянные потребители пива быстро толстеют, стенки желудка от пива растягиваются.
- **И в-третьих**, обратите внимание на наблюдение немецкого психотерапевта Э. Крепелина: 45% его пациентов стали алкоголиками в результате того, что регулярно и много пили пиво.

Алкоголизм развивается по такой схеме:

- **начальная фаза**: опьянение с выпадением памяти, «затмение». Человек постоянно думает о спиртном, ему кажется, что выпил недостаточно, он пьет «впрок», у него развивается жадность к алкоголю. Однако он сохраняет **сознание своей вины**, избегает разговоров о своей тяге к вину.
- **критическая фаза**: утрата контроля над собой после первого же глотка водки, стремление найти **оправдание** своему **пьянству**, сопротивление всем попыткам предотвратить желание выпить. У человека развивается высокомерие, **агрессивность**. Он обвиняет окружающих в своих бедах. У него начинаются **запой**, его друзьями становятся случайные собутыльники. Он вынужден уйти с постоянной работы, утрачивает интерес ко всему, что не имеет отношения к вину и водке.
- **хроническая фаза**: ежедневное похмелье. **Распад личности**. Помутнение рассудка. Сбивчивость памяти. Человек пьет **суррогаты алкоголя**, технические жидкости, одеколон. У него развиваются безосновательные страхи, белая горячка, другие алкогольные **психозы**.

Алкоголь – похититель рассудка



Белая горячка – наиболее часто встречающийся алкогольный психоз.

**Друг мой, друг мой,
Я очень и очень болен.
Сам не знаю, откуда взялась
эта боль.**

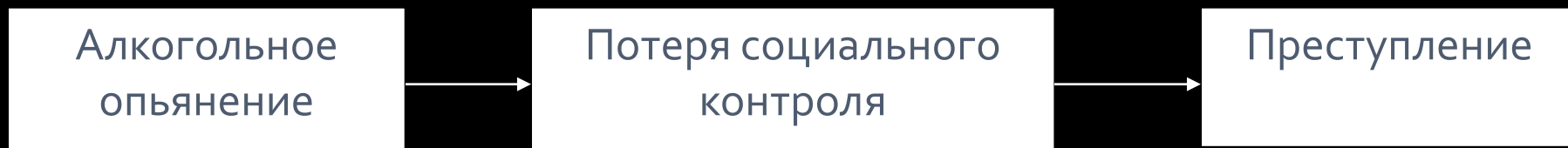
**То ли ветер свистит
Над пустым и безлюдным
полем,
То ль, как рошу в сентябрь,
Осыпает мозги алкоголь.**

*Сергей Есенин,
поэма «Черный человек»*

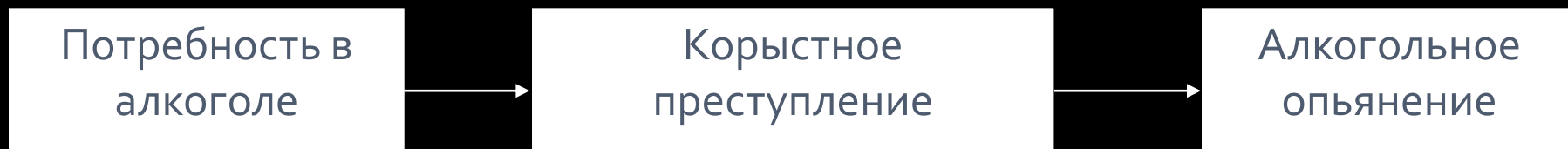
Повышенная устойчивость к водке –
первый признак начинающегося
алкоголизма.



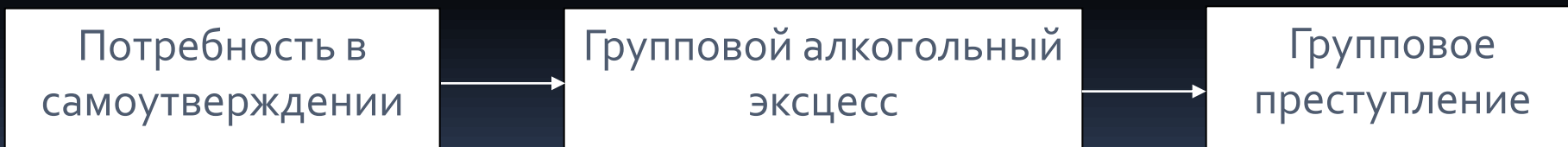
Алкоголизм – путь к преступлению



Именно эта формула и находит свое отражение в уголовной статистике. Вместе с тем 35% корыстных преступлений совершаются подростками в трезвом состоянии, но для добычи средств для приобретения алкоголя.



Например, потребность во взрослом самоутверждении побуждает к участию в групповых алкогольных эксцессах, которые могут заканчиваться преступлением.



По этой формуле совершается свыше 40% всех насильственных преступлений, актов вандализма.

Человек должен отвечать за свои поступки, даже если он пьян.



Установлено, что пьяными совершается 55% всех краж, 79% грабежей, 69% нападений. Преступления среди несовершеннолетних в большинстве своем также результат пьянства. Более 80% хулиганских действий приходится на подростков в нетрезвом виде. Российское законодательство определяет, что лицо, совершившее преступление в состоянии опьянения не освобождается от уголовной ответственности.

Пьяному море по колению,
а лужа по уши.



Что вы знаете и что вы не знаете об алкоголе?

Проставьте на листе по вертикали числа от 1 до 10. Если ты считаешь утверждение истинным, то рядом с его порядковым номером пиши букву «в», если ложным – «н».

1. Алкоголь является наркотическим веществом.
2. Если выпил не больше двух рюмок, вести машину – безопасно.
3. Можно стать алкоголиком, употребляя только одно пиво.
4. Черный кофе и холодный душ - нейтрализуют действие алкоголя.
5. Чрезмерное употребление алкоголя повышает риск заболевания раком.
6. Алкоголики пьют ежедневно.
7. Если родители не пьют, их дети тоже не будут пить.
8. Алкоголь повышает температуру тела и может согреть.
9. Несколько рюмок спиртного сильно ухудшают реакцию человека.
10. Небольшое количество алкоголя полезно для здоровья.



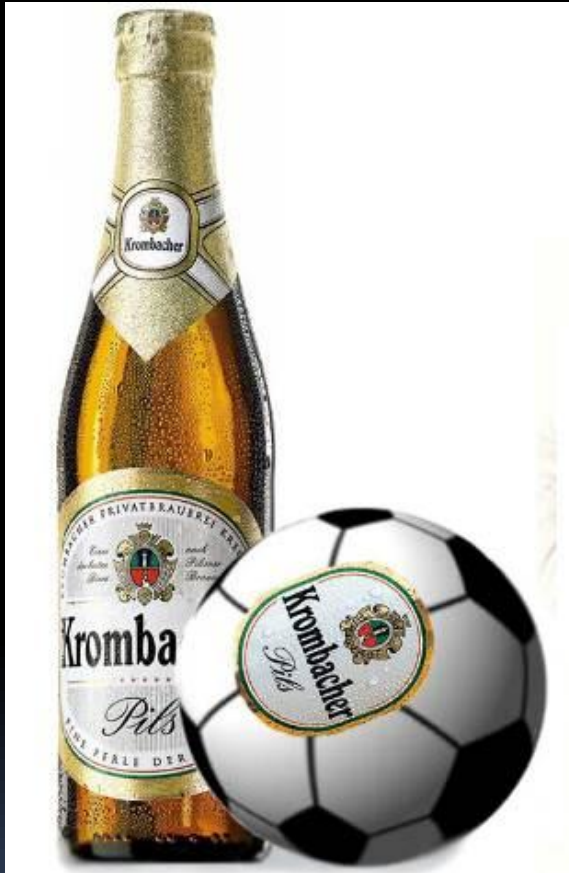
А теперь сравните ваши ответы с
правильными:

1. В
 2. Н
 3. В
 4. Н
 5. В
 6. Н
 7. Н
 8. Н
 9. В
 10. Н
- 

Алкоголизм не наследуется, и борьба с ним зависит от воли и поведения пьющего человека.



Спорт и спирт несовместимы!



- Известен случай, когда сильнейшая восьмерка гребцов английского клуба намного опередила своих соперников, выйдя в финал. В честь этого спортсмены позволили себе выпить по бокалу шампанского на приеме у мэра. Но на следующий день они неожиданно резко сдали свои позиции и едва удержались на третьем месте, хотя по всем показателям могли претендовать на лидерство.
- Известный футболист А. Старостин пишет в своих воспоминаниях: «Кружка пива — ведро пота. Так принято говорить среди футболистов. Это значит: чтобы устранить вред от выпитой кружки пива, надо на тренировках пролить ведро пота. Потерять форму можно в один день. Чтобы приобрести форму, нужно затратить месяц».



«Хмельное всегда протягивает нам руку,
когда мы терпим неудачу,
когда мы слабеем, когда мы утомлены,
и указывает чрезвычайно легкий выход из
создавшегося положения. Но обещания эти
ложны: обманчив душевный подъем,
физическая сила, которую оно обещает,
призрачна; под влиянием хмельного мы
теряем истинное представление о ценности
вещей»

Джек Лондон



Для пьянства есть такие поводы:
Поминки, праздник, встреча, проводы,
Крестины, свадьбы и развод,
Мороз, охота, Новый год,
Выздоровление, новоселье,
Печаль, раскаянье, веселье,
Успех, награда, новый чин,
И просто пьянство — без причин.

Праздник с алкоголем – дикий обычай!

Средь традиций самых разных
Есть нелегкая одна.
Если встреча, если праздник,
Значит, пей и пей до дна!
Пей одну, и пей другую,
И седьмую, и восьмую,—
Просят, дают, жмут «Друзья»!
Ну, а если не хочу я,
Ну, а если мне нельзя?
Ну, а если есть причина
Завтра утром в форме быть?
Значит, я уж не мужчина?
Хоть давись, но должен пить!

Владимир Котов

А ты сможешь сказать «нет»?

Тест «Сможете ли вы устоять?»

Выберите один из двух ответов. Отвечать нужно честно, иначе вы ничего о себе не узнаете:

1. Можно ли считать, что телевизор является Вашим развлечением? Да. Нет.
2. Если бы у Вас была возможность смотреть «мультки» больше 3 часов ежедневно, то делали бы Вы это? Да. Нет.
3. Хотели бы Вы попробовать закурить сигарету? Да. Нет.
4. Можете ли Вы утром проваляться в постели, даже если Вам необходимо вставать и что-либо делать? Да. Нет.
5. Пытались ли Вы попробовать алкогольные напитки? Да. Нет.
6. Любите ли Вы уроки физкультуры? Да. Нет.
7. Приходилось ли Вам принимать предложения друзей пропустить некоторые уроки или целые учебные дни? Да. Нет.
8. Умеете ли Вы не повторять своих ошибок? Да. Нет.
9. Если бы подвыпивший человек предложил Вам прямо на улице коробку конфет, взяли бы Вы её? Да. Нет.
10. Сумели бы Вы отказаться от предложения поиграть в компьютерную игру из-за того, что не сделаны уроки? Да. Нет.

Теперь подсчитайте баллы с учетом таблицы

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
да	5	5	5	5	5	0	5	0	5	0
нет	0	0	0	0	0	5	0	5	0	5

Пожалуйста, просуммируйте полученные баллы и
задумайтесь над своими результатами.

Результаты:

- **0-15 баллов**

Вы умеете управлять своими желаниями. Вы любите получать удовольствия. Но в нужный момент Вы в состоянии понять, что удовольствие ради удовольствия может принести вред, помешать Вашим планам, Вашим отношениям с родителями, учителями. У Вас впереди интересная жизнь, полная настоящих удовольствий.

- **20- 40 баллов**

Ваша «зона удовольствий» нередко Вас подводит. Вы, быть может, и хотели бы лучше управлять своими желаниями, но это не всегда получается. Не хватает силы воли. Вы много времени теряете зря. Вы стремитесь к сиюминутным удовольствиям. Из-за этого Вы можете потерять много приятного в будущем. Рекомендуем быть настороже – слишком дорогой может оказаться цена сомнительного удовольствия.

- **45 и более баллов**

ВНИМАНИЕ! Вы буквально заражены на получение всяческих удовольствий. Вы не в состоянии правильно оценивать свои действия.