

***Будь-яка шкідлива звичка – це не недолік виховання,  
це – сигнал, на який батьки повинні адекватно відреагувати.  
Зрозумійте причину і приймайте рішення.***

Як розпізнати й запобігти шкідливим звичкам

Проблема пияцтва й алкоголізму в підлітковому віці останнім часом стала дуже актуальною. Це викликано, по-перше, екстраординарністю споживання спиртного в уразливому віці, а по-друге, тим, що такий ранній алкоголізм супроводжують виражені психічні розлади.

За статистичними даними, до 80%дорослих, хворих на алкоголізм, почали зловживати алкоголем саме в підлітковому віці.

Збираючись у групі (як правило, такі групи організуються за територіальною ознакою – живуть в одному подвір'ї, в одному районі, вчаться в одній школі), підлітки не можуть придумати собі цікаве заняття. Вони сидять у подвір'ї, брязкаючи на гітарі або слухаючи музику, катаються на мотоциклах, якщо вони в них є, або безцільно бродять вулицями шукаючи «пригод», що урізноманітнять їхнє життя.

Рано або пізно така підліткова група, якій нічим зайнятися «для настрою» або «для сміливості» починає вживати спиртне. Як правило, ініціатором буває підліток, який має досвід вживання алкоголю.

Він пропонує випити іншим, і ті, як правило, не відмовляються. Одні – з цікавості, інші – щоб прилучитися до «дорослого життя», треті, щоб не відставати від інших членів групи.

Якщо хтось відмовляється піти з усіма, він стає предметом глузувань з боку приятелів – його називають «слабаком», «боягузом», вигадують йому образливе прізвисько.

Причому вони бояться не тільки того, що їх поб'ють інші питущі однолітки(такі випадки також бувають), як глузувань своїх товаришів. У цьому віці підлітки ще не впевнені в собі, своїх силах, глузування й образливе прізвисько їх дуже травмують.

Підлітки найчастіше фізично слабкі. Навіть банки пива або 100 грамів вина досить, аби підліток, який раніше не куштував спиртного, сп'янів. Деякі п'яніють і від меншої кількості алкоголю.

Від регулярного споживання алкоголю, втрати бувають рефлексу й звикання спиртного починає формуватися потяг до алкоголю

Потяг алкоголю виявляється в тому, що підлітку починає подобатися стан сп'яніння – як веселий стан, пов'язаний із цікавими «пригодами». Підлітки рідко сидять і напиваються, як дорослі алкоголіки.

Випивши, вони стають активними, їх «тягне на подвиги», і саме це їх особливо захоплює.

Практично в усіх випадках раннього зловживання алкоголем виникають виражені порушення поведінки. Підлітки починають прогулювати школу, брутально поводитися з учителями й батьками, зачіпати слабших за себе. Знають, що за їхньою спиною вся група, й відчують себе дужчими й непереможними, починають шукати всіляких способів для добування грошей на спиртне.

Оскільки легальним підлітки можуть заробити не завжди, в хід ідуть будь-які інші способи. Рано чи пізно вони вчиняють кримінальні дії, а скоївши злочин, залишився безкарним, ще більше сміливішають і знову чинять проти правні дії.

У підлітків дуже швидко відбувається психічна деградація. Вони «тупішають», їхній інтелектуальний розвиток не відповідає вікові, вони нездатні концентрувати увагу, засвоювати новий матеріал, страждають на порушення пам'яті, стають апатичними, до всього байдужими, крім випивки.

Настрій їх вкрай нестійкий – від брутальності й злості до плаксивості. Вони відстають від однокласників у загальному фізичному розвитку і зрості, худнуть, шкіра стає сірувато-блідого кольору, можуть з'явитися передчасні ознаки старіння, деякі з цих підлітків – як маленькі дідки. В більшості з них розвиваються недокрів'я, гастрит, різноманітні ендокринні порушення й захворювання внутрішніх органів.

Профілактика (обов'язкова співпраця педагогів і батьків):

Учнів треба ознайомити з деяким мінімумом соціально – психологічних знань загартовування волі з орієнтацією на гідні приклади; слід формувати в них правильну самооцінку;

Групу, що орієнтується на вжиток алкоголю, слід роз'єднати ;

Засоби покарання мають бути обґрунтованими і справедливими.