

5. Кошкина, Е.А., Киржанова, В.В., Паронян, И.Д. Организация наркологической помощи детям и подросткам на современном этапе. Информационно-методические материалы. М., 2005

6. Макаров, В.В. Первичная профилактика наркологических заболеваний у подростков. Вопросы наркологии, 1991, № 3

7. Сирота, Н.А., Чистова, Е.А., Суховерхова, З.И., Васильченко, О.Ю. Профилактика наркомании и алкоголизма в подростково-молодежной среде. Методическое пособие. Москва, 2000

8. Цетлин, М.Г., Кошкина, Е.А., Шамота, А.З., Надеждин, А.В. Состояние наркологической помощи несовершеннолетним в Российской Федерации и предложения по ее совершенствованию. Вопросы наркологии, 1997, №4

ФОРМИРОВАНИЕ ОТРИЦАТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ У ШКОЛЬНИКОВ К УПОТРЕБЛЕНИЮ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ

И.П. Ильинская, И.П. Ильинский

Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича, вместе взятые: голод, чума и войны.

У. Гладстон

Одним из разделов нравственного воспитания, направленного на формирование физически и психически здоровой личности, является антиалкогольное воспитание. Систематическая антиалкогольная работа в школе должна проводиться по медико-биологическому, морально-нравственному, социально-экономическому и правовому направлениям. Особое внимание следует уделять пропаганде здорового образа жизни. Задача педагога раскрыть влияние алкоголя на организм человека, прежде всего, на организмы подростков и юношей, на организм будущей матери, на потомство, разъяснить, почему вредно употребление, даже в малых дозах, алкоголя (так называемого культурного потребления).

В настоящее время в нашей стране злоупотребление алкоголем стало не только медицинской, но и очень серьезной социальной проблемой. Неумеренное потребление спиртных напитков приводит к тому, что под их воздействием совершается большое количество разного рода преступлений, происходят несчастные случаи на производстве и в быту. Именно под воздействием алкоголя человек теряет способность правильно оценивать ситуацию и принимать разумное решение, игнорирует этические и нравственные нормы. Появление психологических алкогольных установок происходит уже в детском возрасте, поэтому антиалкогольное воспитание необходимо начинать уже в начальной школе.

Успех воспитания во многом зависит от совместной работы школы и семьи, так как питательные традиции подросток усваивает чаще всего в семье. Этому же способствует всевозможная реклама в средствах массовой информации. Антиалкогольной тематике необходимо посвящать различные воспитательные мероприятия: диспуты, читательские конференции, круглые столы, вечера вопросов и ответов, организацию просмотра научно-популярных фильмов, в которых показано вредное влияние алкоголя на организм человека, а также видеофильмов, подготовленных социальными работниками в целях профилактики алкогольной зависимости у несовершеннолетних. С подростками, чьё поведение вызывает тревогу, необходимо проводить индивидуальные беседы. Бравата подростков сменяется чувством отвращения и безразличия по отношению к сильно пьющим людям, когда педагог совместно с органами правопорядка, медицинскими и социальными работниками смогут показать глубину падения человека, степень разрушения личности алкоголем, черту, за которой уже возврата нет. Медики, приглашённые на обсуждение таких проблем, могут познакомить подростков с механизмом воздействия алкоголя, как наркотического вещества, на организм. Алкоголь поражает в первую очередь центральную нервную систему. Через слизистые оболочки желудка и тонкого кишечника он быстро всасывается в кровь. Если алкоголь принят на пустой желудок, максимальная концентрация его в крови устанавливается через 20-30 мин, а при обильной мясной или жирной закуске – через 1-1,5 ч.

Алкоголь неравномерно распределяется в тканях тела. Особенно много поглощает его головной мозг, так как в нервных клетках мозга содержится значительное количество жироподобных веществ – липидов, в которых алкоголь растворяется лучше, чем в крови. Поэтому в головном мозге человека содержание алкоголя на 60-70% выше, чем в крови. Более высокая, чем в крови, концентрация алкоголя в печени, меньше в мышцах. Опьянение протекает тем тяжелее, чем моложе человек, так как молодой организм обладает значительно меньшей устойчивостью и сопротивляемостью к алкоголю, чем организм взрослого человека. Клетки мозга в период созревания тем более чувствительны, чем меньше подростку лет.

Алкоголиком может стать каждый. Однако исследования показали, что для детей алкоголиков риск обрести алкоголическую зависимость в 4-6 раз выше, чем для детей неалкоголиков. Изучение употребления алкоголя среди молодёжи в России во многом опирается на опыт подобных исследований за границей, которые в конце 19-начале 20 века широко проводились в различных направлениях в Западной Европе и Северной Америке:

- изучались распространённость и характер употребления алкоголя учащимися;
- исследовалось влияние алкоголя на детский и подростковый организм;
- определялась взаимосвязь между успеваемостью и употреблением алкоголя;
- разрабатывались и апробировались программы антиалкогольного обучения.

Существенное место среди исследований этого периода занимали работы, иллюстрирующие распространённость и характер питейных обычаев, когда детям давались спиртные напитки для «укрепления здоровья», «аппетита», «улучшения роста», «облегчения прорезывания зубов», «согревания», «удаления голода», «успокоения».

Бытовавшая в 19 и на рубеже 20 столетия твердая уверенность в укрепляющем действии алкоголя часто имела последствием прямую алкоголизацию ребенка. Среди исследований влияния алкоголя на детский организм, прежде всего, выделяется работа И.В. Сажина «Влияние алкоголя на нервную систему и особенности развивающегося организма» (1902). В ней содержатся многочисленные, порой уникальные опыты и наблюдения о влиянии алкоголя на нервную систему ребенка; убедительными примерами доказывалось, что уже небольшие дозы алкоголя губительно влияют на формирующийся мозг и особенности растущего организма.

Современный период изучения ранней алкоголизации отмечен многочисленными попытками более глубоко раскрыть причины злоупотребления спиртными напитками. Сравнивая влияние сверстников, алкогольных обычаев, семьи и пола подростков на потребление ими спиртных напитков, Forslung (1970) выяснил, что алкогольное поведение матери оказывает существенное воздействие, прежде всего, на дочерей. Алкогольное поведение отца обуславливает таковое его дочери и имеет наибольшее влияние на алкоголизацию сыновей. Влияние сверстников было взаимосвязано с тем, будет или не будет пить подросток в отсутствие родительского контроля.

Согласно оценкам, две трети алкоголиков составляют мужчины. Исследования случаев алкоголизма показывают, что алкоголизм зачастую является частью общей картины депрессивного заболевания. Многие алкоголики страдают эмоциональными проблемами, приобретёнными с детства, часто связанными с потерей, отсутствием или неадекватностью одного или обоих родителей.

Ученые выделяют несколько стадий алкоголизма. Самая легкая из них, бытовое пьянство, может вести к алкоголизму, так как пьющий человек начинает обращаться к алкоголю ради облегчения стресса (симптоматическое пьянство), либо потому, что оно настолько сильно, что начальные стадии зависимости остаются незамеченными (запущенное пьянство). Ранний алкоголизм отмечен проявлениями провалов в памяти. Алкоголизация подрастающего поколения большинством исследователей рассматривается, как существенный индикатор неблагополучия микросоциальной среды. Этим и определяется постоянный интерес к изучению проблемы распространенности и характера ранней алкоголизации. К ранней алкоголизации относится знакомство с опьяняющими дозами алкоголя в возрасте до 16 лет. О раннем подростковом алкоголизме следует говорить при появлении его первых признаков в возрасте до 18 лет. При анализе алкоголизации несовершеннолетних мы исходили из важного в методологическом плане положения о том, что употребление спиртных

напитков подростками необходимо рассматривать как одну из форм нарушения поведения. Это требует более широкого и глубокого подхода к рассматриваемой проблеме, не ограничивающегося рамками социальной и клинической наркологии.

Мальчики чаще девочек употребляют различные виды спиртных напитков. Причем с возрастанием их крепости эта разница становится существенной. Среди городских школьников распространено употребление слабых алкогольных напитков: пива, вина, многие учащиеся сельских школ знакомы со вкусами крепких спиртных напитков, даже самогона. С возрастом увеличивается частота употребления водки. Практически во всех социолого-гигиенических и клинко-социальных исследованиях алкоголизации молодежи использовался метод опроса в различных модификациях – от заочной анкеты до интервью по телефону и клинического интервью. Наиболее трудно сопоставимы между собой данные о распространенности и частоте употребления алкогольных напитков среди молодежи, так как авторы использовали качественно отличные друг от друга методы выявления употребляющих и не употребляющих алкоголь, различные классификации по возрасту и т.д. Несмотря на разноплановость критериев выявления злоупотребляющих алкоголем и больных алкоголизмом в подростково-юношеском возрасте, данные различных авторов все-таки позволяют судить о том, что их число достаточно велико. Анализ материалов свидетельствует, что за последние 100 лет, независимо от уровня употребления и злоупотребления спиртными напитками, показатели распространения собственно алкоголизма у молодежи сохраняются на достаточно стабильном уровне, не превышающем 5% больных до 20 лет и 8-10% больных до 25 лет. Этот факт имеет принципиальное значение, так как свидетельствует о динамике возникновения и развития ранних форм алкоголизма в целостной структуре алкогольной заболеваемости. Пьянство исподтишка и острая потребность в первой рюмке указывают на растущую зависимость. Пьющий испытывает чувство вины, но не может обсудить свою проблему с другими.

Базовый алкоголизм – пьющий не может остановиться, пока не достигает стадии отравления. Он подбадривает себя самооправданиями и напыщенными обещаниями, но все его обещания и намерения остаются не исполненными. Он начинает избегать семьи, друзей, пренебрегать едой, былыми интересами, работой и деньгами. Наступает физическое ухудшение здоровья. Уменьшается стойкость к алкоголю.

Для детей смертельная доза чистого алкоголя около 3 грамм на 1 кг веса, для подростков – 4-5 грамм на 1 кг веса, т.е. ребенок весом 15 кг может погибнуть от 45 грамм алкоголя (около 100 грамм водки), а подросток весом 40-45 кг от 100-200 грамм алкоголя.

Во время алкогольного опьянения, в первую очередь, страдает тормозной процесс, т.е. исчезает охрана коры головного мозга и клетки быстро истощаются. Алкоголь действует и на процесс раздражения, в результате резко угнетает всю высшую нервную деятельность. Отсюда понятно, почему незначительный повод, на который трезвый не обратил бы внимание, вызывает у пьяного бурную

реакцию. То, что трезвый никогда не позволяет себе, легко делает пьяный. При больших дозах алкоголь значительно расстраивает согласованную деятельность коры и низлежащих центров (подкорку). Алкоголь, действуя на различные участки мозга, лишает их кислорода, необходимого для нормального функционирования клеток. У пьяного человека в мозгу возникает большое число мелких кровоизлияний, значительное количество сосудов закупоривается, поскольку только в коре больших полушарий мозга содержится около 14 миллиардов клеток, разрушение даже нескольких тысяч из них не приводит к внешне заметным изменениям. Но, если человек пьёт годами, он теряет миллионы клеток мозга. Установлено, что при тяжёлой форме опьянения гибнет 20 тысяч клеток мозга. Постепенное увеличение этих потерь проявляется в замедленной реакции человека и снижении его интеллектуальных способностей. Когда пьющий человек умирает, вскрытие показывает громадное число атрофированных участков мозга. То есть, когда человек выпивает, пусть нерегулярно, время от времени, в его мозгу происходит необратимые изменения. Разница между алкоголиками и умеренно пьющими – лишь в степени разрушения клеток мозга.

Алкоголь сгорает и выводится из организма очень медленно. За час сгорает 6-10 граммов алкоголя, продукты его метаболизма (химических реакций в живых клетках) выделяются из организма в течение 15 дней. Отсюда можно легко представить степень наркотического действия на организм у систематически пьющего человека.

Под влиянием алкоголя происходят секундные расстройства сознания. Такие расстройства особенно опасны для водителей транспорта, летчика, рабочего, обслуживающего сложные станки или агрегаты, или оператора электронной техники. Интеллектуальные и воспринимающе-приказывающие функции мозга ослабевают даже после малых доз спиртного. Причем человек даже не замечает этого. Наоборот, ему кажется, что работа идет быстрее и лучше. Дело в том, что потребление алкоголя вызывает переоценку своих сил и возможностей.

Чаще всего прибегает к алкоголю и другим наркотическим веществам люди, для которых характерна независимость потребностей, в отсутствие устойчивых интересов. Они легко подчиняются постороннему влиянию, живут сегодняшним днем, безответственны, склонны к примитивным удовольствиям, немедленному удовлетворению своих желаний, нетерпеливы в их удовлетворении, несдержанны. Лень, скука порождают ощущение, что чего-то в жизни не хватает. Чаще всего такая неудовлетворённость погашается с помощью алкоголя. Алкоголь отрицательно действует не только на центральную нервную систему, но и на другие системы и органы. Научкой доказана прямая связь между злоупотреблением алкоголем и тяжёлыми заболеваниями сердца и сосудов. Уже в молодом возрасте пьяницы испытывают неприятные ощущения: сжимающие боли в области сердца, одышку при физическом напряжении или приступах стенокардии (грудной жабы) из-за спазма сосудов сердца. У принявших большую дозу алкоголя они часто наступают на второй день после выпивки.

В дальнейшем развивается алкогольное поражение сердца, известное под названием алкогольной кардиопатии, а затем прогрессирующая сердечная слабость. Сердце увеличивается в размерах и покрывается слоем жира. Ожиревшее сердце находится как бы в мешке, который давит, теснит его, мешает работать. Оно становится дряблым и слабым. Возраст человека определяется не количеством прожитых лет, а состоянием его кровеносных сосудов. Фактором, способствующим сужению сосудов и сокращению сроков жизни является алкоголь, особенно крепкие спиртные напитки. Систематическое потребление алкоголя ведет к ускорению биологического старения. Продолжительность жизни алкоголика на 15 лет меньше среднестатистической.

Алкоголь способствует развитию атеросклероза, сужению артерий, по которым кровь идет от сердца к различным органам. Причем у молодых людей, злоупотребляющих алкоголем, атеросклероз развивается столь же часто, как и в пожилом возрасте. При атеросклерозе сосуды твердеют, на их стенках изнутри и снаружи откладываются жиры, находящиеся в крови. Они сужают внутренний диаметр артерий и препятствуют кровообращению. Атеросклероз поражает наиболее важные в жизненном отношении сосудистые области сердца. Алкоголь может вызвать стойкие нарушения кровоснабжения конечностей с последующим омертвлением пальцев стопы, что приводит к ампутации конечностей. Алкоголь раздражающе действует на слизистую оболочку пищеварительного тракта: полости рта, глотки, пищевода и желудка. Систематическое употребление спиртных напитков вызывает гастрит, сопровождающийся изжогой, отрыжкой, тошнотой, иногда болями в животе. Установлено, что злоупотребление алкоголем и курением предрасполагает к заболеванию раком.

В беседе с медиками подростки узнают, какой особый вред спиртные напитки наносят печени. Одна из основных функций печени — образование желчи. По специальным протокам желчь попадает в кишечник и участвует в переваривании пищи. Люди, злоупотребляющие алкоголем, практически не следят за своим питанием. А длительное неполноценное питание при наличии алкогольной интоксикации предрасполагает к развитию хронических заболеваний печени. В конце концов возникает тяжелое заболевание — цирроз печени. Каждая капля алкоголя — это удар по клеткам печени. Длительное и частое употребление алкоголя вызывает раздражение тканей почек и их заболевание. Алкоголь отрицательно влияет на органы дыхания, поджелудочную железу, способствует быстрому развитию туберкулеза. Опьянение усиливает половое влечение, притупляет чувство стыда, осторожность, брезгливость, толкает молодежь на легкомысленные поступки, случайные половые связи.

У детей и подростков быстро возникает привыкание к алкоголю. Зарегистрированы случаи острых алкогольных психозов у детей в возрасте 8-10 лет. Употребление спиртных напитков подростками затрудняет выравнивание у них физиологических диспропорций развития сердечно-сосудистой системы. Особенно пагубно действует алкоголь на организм

подростков-девочек. Это связано с тем, что они развиваются быстрее, и формирование физиологических систем у них может быть ещё дисгармоничнее, чем у мальчиков. Кроме того, женский организм чувствительнее к различным воздействиям. Не допускать формирования вредной привычки – значит не только сохранить здоровье девочки, но и обеспечить здоровье будущих поколений. Поводом для употребления спиртных напитков может явиться стремление подростка показать себя «взрослым», чтобы не отстать от компании, поддержать знакомство.

Алкоголь ведет к деформации личности. Превращаясь постепенно из человека в животное, пьяница калечит и убивает других людей: садясь в пьяном виде за руль автомобиля, он может убить ни в чем не повинного человека только потому, что он встретился ему на пути; он может пойти на воровство, обман, лишь бы было на что купить бутылку водки. Трудно придумать преступление, на которое не был бы способен пьяница. Поэтому пьяница не может не вызывать нашего презрения. Воспитание презрения к пьянству – одна из важнейших задач антиалкогольного воспитания.

Необходимо как можно раньше приучать детей к здоровому образу жизни и первейший из шагов на этом пути - утрення зарядка. Выдающийся советский врач-педиатр академик Г.Н.Сперанский говорил, когда ему было 94 года: «Девяносто лет назад я сделал свою первую утреннюю гимнастику. И с тех пор каждое утро начинается для меня с гимнастики и обтирания... Почти сто лет я прожил на свете и ни разу не болел». Ещё Аристотель утверждал: «Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие». Японские врачи считают, что для нормальной жизнедеятельности человек должен делать 10 000 шагов в день со скоростью 2 шага в секунду. Такой точки зрения придерживаются и наши врачи.

Глубоко ошибаются те, кто видит в физкультуре и спорте лишь сумму физических упражнений, но, занимаясь ими, люди развиваются не только физически, но и духовно. Физические занятия не совместимы с курением и тем более с алкоголем, они требуют волевых усилий, настойчивости в осуществлении поставленной цели, умения с достоинством переносить неудачи, радоваться своим успехам и успехам товарищей.

Необходимо возрождать и укреплять семейные традиции проведения выходных дней на природе: путешествия на велосипедах, лыжах по родному краю, совместные рыбалки, сбор грибов и ягод; коллективное участие всех членов семьи в художественной самодеятельности, спортивных мероприятиях. Большую помощь в этом вопросе могут оказать учреждения дополнительного образования (комнаты школьника, Дворцы творчества и т.д.) Посещение технических, спортивных кружков, краеведческая работа заполняют досуг подростка интересными делами, отвлекут его от негативных воздействий.

Большая роль в работе по этому направлению, конечно же, отводится школе. В лекториях для родителей должны быть предусмотрены темы по антиалкогольному воспитанию: «Алкоголь и дети», «Алкоголь и семья»,

«Алкоголь и преступность», «Новые обряды и новые традиции», «Свободное время и его рациональное использование». Необходимо предлагать детям темы сочинений и творческих работ: «В чем я обвиняю алкоголь?», «Высмеивание пьянства и пьяниц в устном народном творчестве», «Вино мстит пьянице», «Алкоголизм – порождение варварства» и т.д. Антиалкогольное воспитание следует вести целеустремленно и постоянно, не допуская эпизодичности и формализма. Сообщение знаний о вреде, который наносит алкоголь личности человека и его здоровью, должно сочетаться с развитием у подростков интереса к жизни, разного рода полезной и общественной деятельности.

ОПЫТ ПРОФИЛАКТИКИ ПРЕСТУПЛЕНИЙ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В МОУ «ЛИЦЕЙ № 10 г. БЕЛГОРОДА»

Е.И.Кириллова

Сегодня перед школой стоит многоаспектная проблема: как воспитать творческую личность, способную решать нестандартные задачи, в нестандартных ситуациях находить варианты решения этих задач, отвечать за свои дела. Как противостоять захлестывающим страну наркомании, алкоголизму, курению, преступлениям.

Эту трудные задачи должны решать в содружестве семья, школа, общественные. На наш взгляд, решающая роль в предупреждении отрицательных влияний среды на личность принадлежит школе.

Школа с трудом, но предупреждает и минимизирует отрицательные влияния среды на ребенка. Она преодолевает сугубо просветительский подход к наркотической и другим темам, «замалчивание» острых проблем, перекладывание ответственности на милицию, комиссии по делам несовершеннолетних, прекрасно понимая, что все эти меры малоэффективны.

В соответствии с Законом «Об образовании» администрация образовательного учреждения несёт ответственность за жизнь, здоровье и воспитание школьников.

Основной целью воспитательной работы в лицее № 10 является формирование личности школьника с устойчивыми социально позитивными установками.

Эта цель может быть достигнута за счет эффективного функционирования созданной в лицее воспитательной системы, разработки и реализации комплекса мероприятий, предусматривающих включение каждого ребенка в различные виды деятельности; реализации деятельностного подхода в воспитании и обучении, при обязательном стимулировании деятельности - поощрения участников воспитательного процесса; индивидуального подхода к каждому ученику; обеспечения эмоционально насыщенного учебного и производительного труда школьников.