

Алкоголизм – это болезнь, очень серьезная, связанная с тягой к алкоголю, которая проявляется в виде физической и психологической зависимости. С проблемами алкоголизма сталкиваются не только в России, но и в других странах мира, однако лишь в России алкоголизм является настолько масштабной проблемой, что сравним с национальным бедствием. Есть ли способы для излечения алкоголизма каждого человека в отдельности и нации в целом? Есть.

Необходимо проводить профилактику данного заболевания. Нужно проводить беседы с людьми и на тему алкогольной зависимости. Профилактика алкоголизма нужна людям в любом возрасте, потому что зависимыми люди становятся по различным жизненным причинам: кого-то толкает банальный интерес – это чаще в подростковом возрасте, кого-то семейные проблемы – у людей молодого и среднего возраста, а некоторые борются с возрастной депрессией, видя в выход из всех жизненных неурядиц. Профилактика алкоголизма является очень важной и необходимой, ведь легче предупредить и предотвратить, чем бороться с последствиями, да и лечение протекает тяжело и не всегда бывает успешным. Многие алкоголики после курса терапии чувствуют облегчение, но после некоторого времени вновь возвращаются к этой губительной привычке – пить алкоголь.

Профилактика алкогольной зависимости бывает: 1. Первичная. 2. Вторичная. 3. Третичная. Первичную профилактику от алкоголизма проводят в виде беседы, она предупреждает возникновение алкогольной зависимости. Это беседы, просмотр различных видеороликов и прослушивание курса интервью с людьми, употребляющими пагубные напитки. Люди, ведущие борьбу с данным заболеванием, выходят в места массового скопления людей и пропагандируют здоровый образ жизни. Беседы нужно проводить со школьниками и студентами, на биржах занятости и с молодежью. Вторичная профилактика представляет собой беседы и встречи с людьми, которые лечатся на данный момент от привычки пить этиловый спирт. Профилактика пьянства и алкоголизма заключается со встречами с семьей больного, чтобы ее члены всячески поддерживали и помогали в излечении от привычки. Да и самим членам семьи нужна психологическая помощь по борьбе с проблемой пьянства, ведь их родной человек меняется – сначала из примерного семьянина он превращается в пьяницу и алкоголика, который перестает ценить свою семью, а потом, наоборот, он старается превратиться опять в порядочного человека. Иногда поверить в возможность чуда гораздо сложнее, чем в то, что чудо уже произошло, и близкий человек перестал быть зависимым. Третичная профилактика – это общество анонимных алкоголиков. Чтобы снова не удариться в пьянство, нужно говорить о своих проблемах. Но очень сложно найти человека, который бы выслушал и не осудил, помог справиться с возникшей проблемой и поделился собственным опытом. Для этих целей все чаще создаются общества анонимных алкоголиков, где люди беседуют друг с другом, делятся своими проблемами и переживаниями, рассказывают, как они боролись с болезнью. С ними работает психолог и помогает им понять себя. Такие общества необходимы каждому городу России, тогда станет меньше людей, страдающих алкоголизмом. Профилактика алкоголизма среди школьников Сейчас все чаще от подростков можно услышать, что

они пили в выходные или отрывались на дискотеках со спиртным. Это является поводом, чтобы начать бить тревогу.

Программа профилактики алкоголизма среди школьников должна быть рассчитана на две возрастные группы: 1. Младшие школьники. 2. Среднее и старшее звено. Программа по профилактике должна быть в каждом учебном заведении, рассчитана на конкретный контингент детей и родителей, обновления и корректировки нужно вносить ежегодно. Понятно, что дети в возрасте до 11 лет не станут употреблять алкоголь, но это могут делать их родители. Именно работа с родителями становится ключевым звеном данной программы. На плечи классного руководителя ложится задача распознать родителей, страдающих алкогольной зависимостью. Как правильно сделать это? Проводить родительские собрания не реже 1 раза в месяц. Ясно, что школьным учителям хватает и своих проблем по работе и в личной жизни, но если вовремя не распознать, что у ребенка в семье существуют проблемы с алкоголем, его родители пьют, а сам ребенок страдает, то в будущем он и сам станет потенциальным алкоголиком. Его успеваемость низкая, он предоставлен сам себе, а поведение оставляет желать лучшего. Такие дети пытаются привлечь к себе внимание взрослых, в данном случае учителей, именно плохим поведением, потому что иначе они не умеют. Или усвоили, что на плохой поступок быстрее обратят внимание, чем на хороший. Проведение родительских собраний позволит оценить картину в целом. Если родители исправно посещают собрания, активно участвуют в жизни своих детей, то в семье все в порядке. Но если родители не выходят на контакт с классным руководителем, не являются на собрания, ссылаясь на работу, то стоит задуматься о причастности данной семьи к алкогольной зависимости. Индивидуальная беседа с родителями. Если родители не явились на школьное собрание, то стоит попытаться встретиться с ними лично, назначить удобное для них время и побеседовать о школьных проблемах детей, их успеваемости и классных задачах.

Профилактика алкоголизма среди старших школьников и студентов Довольно сложной задачей в школах и других учебных заведениях является необходимость проводить профилактику пьянства. В среднем по России дети начинают употреблять алкоголь с 14 лет. Подтолкнуть их к этому может не только ситуация в семье, но и окружающая среда, отношение между сверстниками, тяга к популярности. Многие подростки ошибочно полагают, что употребление спиртных напитков поможет сделать их более популярными и раскованными, завести множество друзей среди противоположного пола и наладить свою личную жизнь. Если с детьми просто беседовать и показывать им видеоролики о вреде алкоголя и влиянии на молодой организм, то в данном случае польза от этого будет минимальная. Подростки редко задумываются о собственном здоровье и здоровье своих будущих детей. Предупреждение пьянства среди подростков должно сводиться к следующему: оставить детям как можно меньше свободного времени. Вовлекать их во всевозможные школьные дела и мероприятия: оформление школьных уголков и стендов, работа в группах над проектами по какому-либо предмету,

но так, чтобы она осуществлялась на территории школы или школьного двора, а не в домашних условиях, когда родители на работе, а дети имеют возможность приобрести алкоголь в магазине. Школам и другим учебным заведениям необходимо проводить как можно больше спортивно-развлекательных мероприятий, явка на которые будет обязательной. Спорт и активный образ жизни – это и есть меры профилактики алкоголизма и пропаганда здорового образа жизни. Если каждому ребенку в обязательном порядке придется посещать спортивную секцию при учебном заведении, то времени на употребление спиртных напитков не останется!