

Механизмы, лежащие в основе поведения человека, напрямую связаны с его личностными качествами. Это правило не имеет исключений и в равной степени относится к людям, страдающим алкогольной зависимостью. Вне меньшей степени поведение алкоголика обусловлено его эмоциональной незрелостью. Данные статистических исследований свидетельствуют о том, что агрессивное и антисоциальное поведение в детстве часто становится причиной развития алкоголизма в зрелом возрасте.

Эмоционально незрелые люди сами создают себе бесконечное количество текущих проблем, которые потом сами и должны решать. Часто их ошибочное мнение о том, что в этом способен помочь алкоголь, приводит к поиску «подпорки» такого рода. Действительно, на начальном этапе алкоголь приносит облегчение, но происходит это путём одурманивания сознания и торможения его созревания, то есть прекращения процесса формирования личности. Именно потому среди алкоголиков так часто встречаются вполне взрослые люди с детскими эмоциями.

Многие учёные считают, что алкоголь для предрасположенных к зависимости людей является средством, помогающим им существовать, функционировать и сглаживать чрезмерную остроту жизненных переживаний. Доверяя алкоголю свой эмоциональный комфорт, постепенно такие люди попадают в пространство «замкнутого круга», выхода из которого они не видят.

По мнению специалистов, предпосылками для развития алкогольной зависимости являются:

- неадекватная самооценка (как

завышенная, так и заниженная);

- закомплексованность в общении;
- общая психологическая закомплексованность;
- неумения обуздывать свои чувства;
- постоянное внутреннее напряжение, сопровождаемое стрессами;
- повышенная склонность к прохождению рискованных ситуаций.

На психологическом уровне алкогольная зависимость сопровождается:

- тоннельным видением – когда все мысли прямо или косвенно сориентированы на потребление;
- избирательностью памяти – все хорошее помнится отчетливо, плохое – забывается;
- крайне нестабильным эмоциональным состоянием, частыми переходами от полнейшей бесчувственности к эмоциональным взрывам;
- навязчивым желанием употребления;
- периодическими провалами и общим ухудшением памяти;
- душевными страданиями при отсутствии порции алкоголя (наркотика);
- полным отрицанием факта своей зависимости от пагубной привычки, как впрочем, и существования самой болезни;
- сбоев в адекватном понимании причинно – следственных связей и объектов окружающей реальности;
- привычкой безудержно и вдохновенно лгать даже в самых безобидных ситуациях.

**Алкоголь** - (этиловый или винный спирт) относится к наркотическим веществам. Рассматривая механизм действия алкоголя, особое внимание следует обратить на его наркотическое действие, которое вызывает кратковременное снижение уровня жизнедеятельности клеток.

Особенно губительно алкоголь действует на детей и подростков. Установлено, что у детей обычно быстро происходит отравление алкоголем, возникают различные опасные заболевания, нарушается умственная деятельность, наступает полная деградация личности. Как показывает статистика, именно на почве пьянства подростки совершают большинство преступлений. «Пьяному гуляке недалеко до драки» - гласит русская пословица.

И действительно, действие алкоголя коварно: выпившему человеку кажется, что он силен, храбр, решителен – все ему нипочем! Опьянение снимает тормозящие, сдерживающие механизмы, человек допускает такие поступки, которые, будучи трезвым, вряд ли совершил бы. Судебная практика свидетельствует: со злоупотреблением алкоголя связаны половина несчастных случаев со смертельными исходами на транспорте и половина всех убийств: до 90% процентов лиц, привлекающихся к ответственности за хулиганство, совершили преступления, будучи нетрезвыми.

У выпившего человека значительно ослабевает внимание, удлиняется время ответной реакции. Вдумайтесь в такие цифры: небольшая доза алкоголя снижает у водителя скорость реакции на 0,3 секунды. При торможении на скорости 60 км/час это дает лишних пять метров хода машины.

В народе говорят: хмель шумит, ум молчит. На очень серьезные размышления наводит факт рождения детей, страдающих умственно-психической неполноценностью у родителей, употребляющих алкоголь. «Пьяное зачатие», опасное даже при малейшей степени опьянения, служит распространенной причиной рождения детей с врожденными пороками. Пьянство создает напряженную обстановку в семье, из-за чего страдают дети.

### **Почему алкоголизм молодеет?**

К сожалению, мы сталкиваемся с алкоголем повсюду: на рекламных щитах, экранах телевизоров, прилавках магазинов и ларьков. Обычной также стала картина, когда юноши и девушки проводят время с пивом и более крепкими напитками. Это что – веяние времени или незнание пагубных последствий алкоголя?

Вот поэтому мы хотим дать несколько советов, которые, надеемся, помогут вам взглянуть на проблему алкогольной зависимости по-новому.

**ПЕРВОЕ** - твой организм еще не окреп, и алкоголь, даже в небольших дозах, принесет непоправимый вред здоровью.

**ВТОРОЕ** - займись любым видом спорта. От этого **ДВОЙНАЯ ПОЛЬЗА**:

- польза для здоровья;
- у тебя будет, чем занять свободное время.

**ТРЕТЬЕ** - если тебя спросят, почему ты не подключаешься к алкогольной компании, заранее подумай об ответе. Ты можешь сказать:

- мне не нравится вкус алкоголя;
- мне не нравится, как я себя чувствую после алкоголя;
- не хочу рисковать здоровьем;
- я просто не желаю.

Будьте бдительны и относитесь с вниманием к своему организму - ведь кто, если не вы в первую очередь позаботитесь о вашем здоровье?

Такие признаки алкоголизма, как влечение к алкоголю, потеря защитного рефлекса организма при приеме чрезмерных доз, увеличение переносимости спиртного, утрата контроля за мерой выпитого и другие признаки

являются первым сигналом, который послужит поводом задуматься о своих пристрастиях к выпивке и потенциальной зависимости.

Это болезнь, которой не стоит стесняться, ее нужно лечить, и мы знаем как вам помочь в этом.

Если же симптомы алкоголизма очень явны, стоит обратиться за помощью профессионалов. Ведь нет ничего постыдного в записи на прием к врачу при воспалении легких.



**Наш адрес:**

г. Когалым

ул. Дружбы Народов, д. 12 кв. 36

**Контактный телефон:**

8 (34667) 2-92-91

**Сайт учреждения:**

[www.kson86.ru](http://www.kson86.ru)

*Бюджетное учреждение Ханты – Мансийского автономного округа – Югры  
«Когалымский комплексный центр социального обслуживания населения»*

**ОТДЕЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ  
ПОМОЩИ ГРАЖДАНАМ**

**«Алкоголь приносит боль.  
Советы подростку»**



г. Когалым