

Профилактика вредных зависимостей у подростков

Последствия употребления алкоголя

Причины употребления алкоголя

Причины употребления	Причины не употребления
<ul style="list-style-type: none">■ Медицинские■ Стрессовые ситуации■ Социальные обычаи■ За компанию■ др.	<ul style="list-style-type: none">■ Вредит здоровью■ Занятия спортом■ Семейные традиции■ Стыдно покупать■ Не нравится вкус

Мифы алкоголизма

- **Алкоголь помогает забыть жизненные проблемы, конфликты**

Да, но на очень короткое время, пока человек пьян. Сколько не выпей – проблемы всё равно останутся, а из-за пьянки к ним добавятся новые.

- **Алкоголь полезен**

Да, но в исключительных случаях и в небольших дозах, под наблюдением врача. Алкоголь нарушает работу всех систем организма, большая доза может привести к отравлению и смерти.

- **Алкоголь поднимает настроение и помогает развеселиться**

Да, если человек знает норму, превышение которой ведет к потере контроля над собой. Но под действием алкоголя происходят ссоры, драки, необдуманные поступки, о которых будешь жалеть. Уметь радоваться жизни без алкоголя – признак здоровой личности!

Последствия злоупотребления алкоголем

- **Проблемы со здоровьем**

Похмелье, тошнота, язва желудка и гастрит, отравления, травмы, цирроз печени, гепатит, болезни сердца, рак пищевода, желудка, психозы, провалы в памяти, белая горячка.

■ Юридические проблемы

Нарушение общественного порядка, уголовные преступления (причинение материального ущерба, нападения, убийства) хулиганства, вождение машины в пьяном виде, самоубийства.

■ Социальные проблемы

Семейные проблемы, ссоры с друзьями, агрессивность по отношению к другим, насилие в семье, низкая работоспособность, прогулы на работе и учебе, несчастные случаи.

- Уитни Хьюстон была цветущей и привлекательной, пока...



- ...плотно не подседа на кокаин, марихуану и алкоголь



- Популярная поп-дива - объект зависти девочек-подростков всего мира.
Бритни Спирс

- На данный момент ее остается только пожалеть потому как в наркологических клиниках и обществах анонимных алкоголиков она уже приобрела статус завсегдатая



Причины употребления алкоголя подростками

- Желание быть таким, как все
- Показать свою независимость, взрослость
- Интерес к возникающим при этом ощущениям
- Желание походить на старших
- Чувство неудобства от отказа в компании
- Надежда получить облегчение в горе, от обиды
- Мода, реклама определенных напитков

Они тоже когда-то учились в школе...



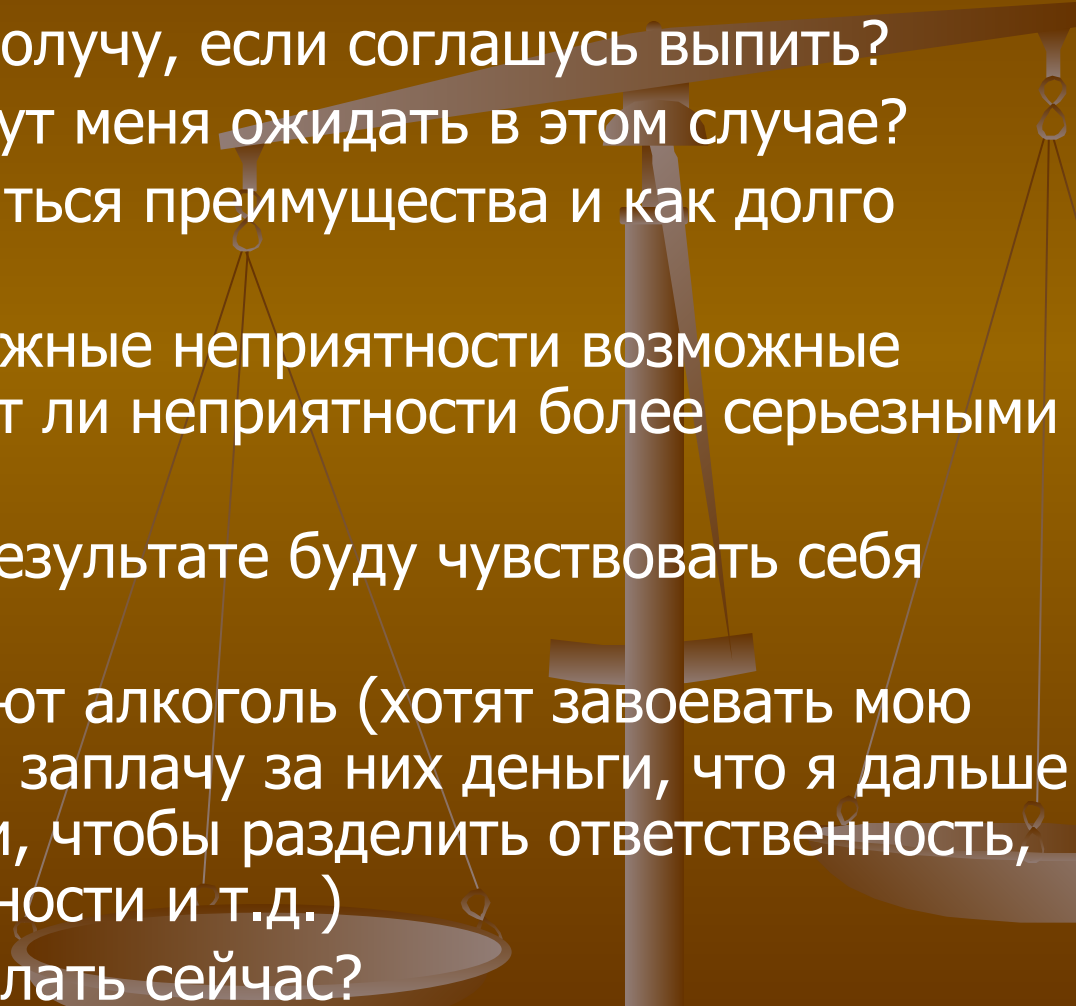
Они почти ваши ровесники



Такими они могли бы стать,
если бы пили



Вопросы, которые помогут определить свою позицию по отношению к алкоголю

- Какими свойствами обладает продукт?
 - С кем я буду пить?
 - Какие преимущества я получу, если соглашусь выпить?
 - Какие неприятности могут меня ожидать в этом случае?
 - Как долго могут сохраниться преимущества и как долго неприятности?
 - Не превышают ли возможные неприятности возможные преимущества. Не станут ли неприятности более серьезными с течением времени?
 - Так ли я уверен, что в результате буду чувствовать себя хорошо?
 - Чего ради мне предлагают алкоголь (хотят завоевать мою дружбу, надеются, что я заплачу за них деньги, что я дальше буду употреблять с ними, чтобы разделить ответственность, если возникнут неприятности и т.д.)
 - Что мне необходимо сделать сейчас?
- 

Последствия употребления пива



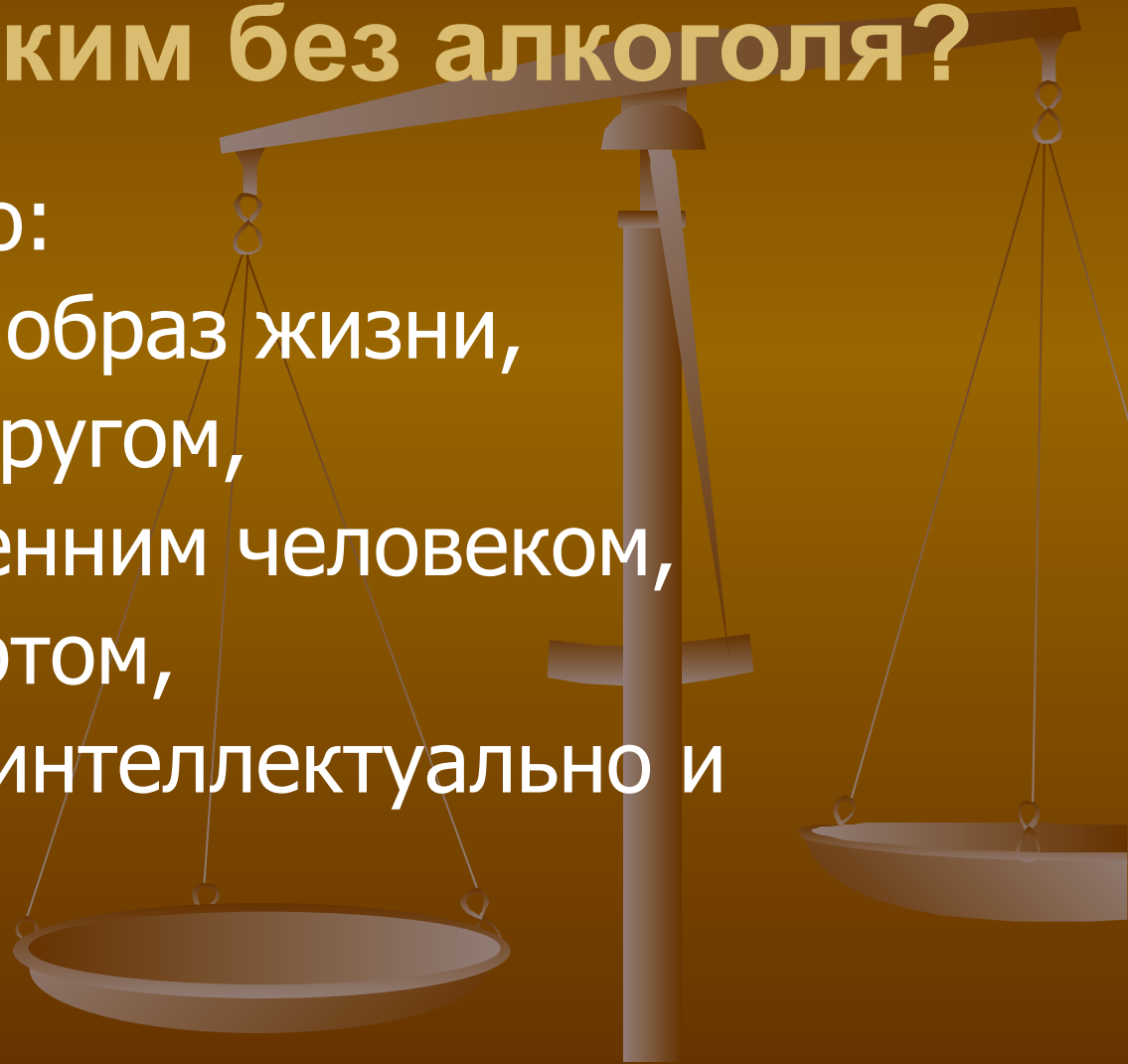
Ролевая игра

1. Вашему другу нравится девочка из параллельного класса. Она красивая, хорошо танцует, со вкусом одевается. Друзья посоветовали ему выпить для храбрости и подойти познакомиться на дискотеке.
2. В отсутствие родителей ребята собрались встречать Новый год, накрыли на стол. Двое ребят уже пробовали алкоголь. Они предложили выпить. Двое еще не употребляли. Один хочет попробовать, а другой относится отрицательно. Ребята думают, что родители не догадаются о случившемся.
3. Алина и Марина пошли на дискотеку. Там их друзья и подруги предлагают выпить для веселья (в туалете, на улице и т.д.) Алина раньше уже пробовала, но ей не понравилось. Сейчас ей не хочется выглядеть в глазах друзей трусливой или смешной, но, с другой стороны, не хочется и пить. Марина раньше не пила и ей интересно, какие от этого ощущения.

Можно ли радоваться жизни, иметь хороших друзей и не быть одиноким без алкоголя?

Для этого нужно:

- ❖ вести здоровый образ жизни,
- ❖ быть хорошим другом,
- ❖ честным и искренним человеком,
- ❖ заниматься спортом,
- ❖ развивать себя интеллектуально и духовно.



ОНИ СЧАСТЛИВЫ И БЕЗ АПРОТА



Быть здоровым - здорово!

