

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Центр детского творчества «Радуга» муниципального района
Бирский район Республики Башкортостан

Профилактическая беседа
«Подросток и алкоголь»

г. Бирск, 2019 г.

Цель беседы: Помочь обучающимся глубже осмыслить и значительно расширить их знания о вредном влиянии алкоголя на психическое и нравственное формирование человека, разъяснить какой вред наносит пьянство и алкоголизм обществу, указать возможные пути борьбы с ним.

Ход беседы

Педагог: Порой, употребляя алкоголь, ребята хотят казаться взрослыми, но взрослым открыто признаться бояться. Возникает вопрос, для кого вы хотите показать свою взрослость?

Обучающиеся: Отвечают на поставленный вопрос.

Педагог: Часто пьяный бывает опасен для себя и окружающих, т.к. совершает поступки, на которые в трезвом состоянии никогда не решился бы. В ряде случаев пьяные склонны к немотивированным импульсивным поступкам, наносят себе и окружающим телесные повреждения. Бывает и так, что в опьянении извращается характер: спокойные и сдержанные становятся раздражительными, склонными к пьяным дебошам. С нарастанием опьянения речь становится бессвязной и непонятной, теряется способность к разумному суждению. Внимание и память резко ослабевают, опьяневшие путают людей, предметы, заговаривают сами с собой и с неодушевленными предметами. Порой молодые люди выпивают, перед тем как пойти на вечеринку или дискотеку, чтобы повеселиться. Бывали у вас такие случаи? Видели таких людей на вечеринках, охарактеризуйте их поведение как сторонний наблюдатель.

Обучающиеся: Делятся впечатлениями, воспоминаниями.

Педагог: При легкой степени опьянения возникает выраженная в нерезкой форме эйфория – приподнятое настроение, что ведет к переоценке своих сил, способности и возможностей. Опьяневшие делаются веселыми, беззаботными, завязывают разговоры и дружеские отношения с незнакомыми людьми. Они громко говорят, рассуждают, поют, навязываются с разговорами к окружающим. В состоянии опьянения обычно заостряются характерные особенности опьяневших. Такие лица могут быть несдержанны, бестактны, придиричивы, назойливы, бесцеремонны, нередко они теряют стыд, чувство такта, человеческого достоинства. У некоторых после изрядной выпивки сразу наступает оупение, они мало контактируют с окружающими, фаза приподнятого настроения у них отсутствует. Знаете ли вы, почему так происходит?

Обучающиеся: Высказывают свои предположения.

Педагог: Во время алкогольного опьянения в первую очередь страдает тормозной процесс, т.е. исчезает охрана коры головного мозга, и клетки быстро истощаются. Алкоголь действует на процесс раздражения, в результате резко угнетает высшую нервную деятельность. Отсюда становится понятно, почему незначительный повод, на который трезвый не обратил бы внимания, вызывает у пьяного бурную реакцию (ослабление тормозного процесса). При больших дозах алкоголь значительно расстраивает согласованную деятельность коры и низлежащих центров (подкорку), иногда парализуя передачу возбуждения с одной

клетки на другую. В этом и заключается физиологический механизм поведения пьяного человека. 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 число в сосудах закупоривается. Постепенное увеличение потерь клеток головного мозга проявляется в замедленной реакции человека и снижении его интеллектуальных способностей. Когда пьющий человек умирает, вскрытие показывает громадное число атрофированных участков мозга. Т.е., когда человек выпивает пусть нерегулярно время от времени, в его мозгу происходят необратимые изменения. На какие органы еще влияет алкоголь?

Обучающиеся: Рассказывают о болезнях, вызываемых спиртными напитками.

Педагог: Но вы не назвали еще один фактор. Общество несет по вине пьющих неисчислимый урон – во много раз больший, нежели доход от продажи спиртного. И в ряду социальных зол алкоголизм занимает далеко не последнее место. Это распавшиеся семьи, быстрая потеря квалификации еще вчера хорошим специалистом, труженик, превратившийся в тунеядца, полезный член общества, скатившийся к преступлению. Установлено, что даже самые маленькие дозы алкоголя снижают производительность труда у разных людей на 5-10%. Даже у умеренно пьющего человека отмечается снижение производительности труда на 4-5%, в то время как у алкоголика в состоянии похмелья трудоспособность может снижаться на 50%. Следует помнить, что убыточность производства только по одной этой причине тем выше, чем выше профессиональная квалификация работающего пьяницы и алкоголика. У тех, кто выпивает по воскресеньям, производительность труда в понедельник снижается на 10-13%. А после больших праздников норма выработки снижается на 25-30%. Приведите, пожалуйста, примеры из вашего опыта, когда алкоголь изменил судьбу человека или повлиял на нее.

Обучающиеся: Описывают примеры, с которыми сталкивались.

Педагог: Хорошо, мы достаточно много узнали, но скажите, как бороться с пьянством?

Обучающиеся: Высказывают варианты лечения, профилактики.

Педагог: Привыкание к алкоголю у подростков может наступить через 1-1,5 года, т.е. значительно быстрее, чем у взрослого. Вот почему для обучающихся недопустимы даже небольшие дозы алкоголя. Предупредить алкоголизм легче, чем лечить его. Вот, например, вам иногда кажется: стоит закурить или выпить водки – и ты уже «Настоящий мужчина». В твоём объединении есть, наверное, такие ребята. После занятий они собираются курят, сплевывая, через слово ругаются. Когда ты был поменьше и поглупее, ты немножко завидовал их развязности и тоже хотел стать «мужчиной». А может, уже присоединился к ним. Что ж, нет ничего проще. Можно и закурить. Сначала будет кружиться голова, а потом привыкнешь. Но

зачем? Сила человека заключается совсем не в том, чтобы делать запретное. Это только кажется силой, а в действительности это слабость.

Один из хороших способов укрепить волю – не поддаваться дурным соблазнам. Стань выше тех, кто смеется над тобой, когда ты отказываешься закурить. Скажи самому себе: «Водку не пью».

Ты сам себе запретил это – значит, у тебя есть воля.

Заключение и выводы:

Педагог: Надеюсь, теперь вы измените взгляд на алкоголь. Примеры, которые были приведены, показывают, что пьянство – это красивая обертка горя и зла.

Запомните, физическая культура, спорт, занятие в кружках, правильная организация свободного времени предупреждают развитие вредных привычек, в том числе и привычки к употреблению спиртных напитков.