

Справка
о проведении индивидуальной беседы
Тема: «Профилактика пьянства и алкоголизма»

Цель: Помочь учащимся 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:

Порой, употребляя алкоголь, ребята хотят казаться взрослыми, но взрослым открыто признаться бояться. 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. 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, придирчивы, назойливы, бесцеремонны, нередко они теряют стыд, чувство такта, человеческого достоинства. У некоторых после изрядной выпивки сразу наступает отупение, они мало контактируют с окружающими.

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. 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

потерю клеток головного мозга проявляется в замедленной реакцией 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.

Привыкание к алкоголю у подростков может наступить через 1-1,5 года, т.е. значительно быстрее, чем у взрослого.

Вот почему для учащихся 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 твоей группе есть, наверное, такие ребята. На переменках они собираются в уборной, курят, сплевывая на пол, 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».

Конечно, может случиться так, что при этом ты потеряешь кое-кого из своих дружков, а то и врагов наживешь. Быть «не как все» немножко опасно. Но зато ты выиграешь в глазах настоящих людей. И в своих собственных. Дело ведь не в том, что кто-то запретил тебе курить, пить, играть на деньги. Ты сам себе запретил это – значит, у тебя есть воля.

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.

Дата _____

Социальный педагог _____ Ефременко Л.А.

Подпись _____