

Советы от психолога «Водка – детям не игрушка!»

Как распознать что подросток начал употреблять алкоголь.

Необходимо обратить внимание на резкое изменение в поведении ребенка.

Если появились такие черты как грубость, агрессия, раздражительность.

Ребенок стал замкнутым, скрытным.

В доме пропадают деньги, вещи.

У ребенка резко снизилась успеваемость.

Приходит поздно домой с запахом алкоголя.



Что делать если подросток пришел домой пьяным

С подростком необходимо поговорить. Но разговор лучше отложить до утра, в состоянии алкогольного опьянения подросток не станет слушать никакие доводы.

В разговоре с подростком необходимо выяснить причины, по которым он решил попробовать алкоголь и найти способ достигнуть тех же целей, но без спиртного. Научить подростка отстаивать свое мнение, говорить «Нет». Это поможет подростку завоевать авторитет среди сверстников, без выпивки.

Если ребенок всерьез интересуется спиртным, необходимо обратиться за помощью к врачу или психологу, специалисты дадут соответствующие рекомендации и при необходимости проведут анонимное лечение алкоголизма.

Подростки из благополучных семей и алкоголизм.

Многие люди думают, что детский алкоголизм распространен только в неблагополучных семьях, где родители часто сами страдают от алкогольной зависимости. Часто алкоголиками становятся дети из благополучных семей, где родители не страдают алкоголизмом и в материальном плане полностью обеспечивают своих детей.

В таких семьях родители часто заняты, и не всегда следят за развитием своего ребенка. Часто родители не знают, с кем общается их ребенок, чем он занимается в свободное время, как, где и с кем он проводит свое время. Родители часто считают, что главное в воспитании ребенка, это обеспечить его здоровым питанием, хорошей одеждой и карманными деньгами.

Когда подросток начинает вести себя странно, часто вызывающе и дерзко, они оправдывают его поведение переходным возрастом или еще чем-нибудь, и решают все трудности и споры подарками и карманными деньгами, даже не подозревая, что эти деньги продолжают спонсировать детский алкоголизм.

Как уберечь детей и подростков от алкоголизма.

Подросток должен чувствовать себя комфортно в своей семье, чувствовать, что его понимают. Воспринимать своих родителей в качестве самых умных наставников в жизненных вопросах.

Проявляйте уважение к подростку. Не манипулируйте своим опытом и возрастом. Не показывайте свое превосходство.



Найдите общее увлечение. Оно позволит с большим удовольствием проводить совместно свободное время.

Помогите подростку стать личностью, достойным взрослым человеком.

Будьте всегда авторитетны, а для этого всегда ведите себе достойно в любых ситуациях.

Первичная профилактика алкоголизма.

Специалисты разделяют профилактику алкоголизма на три стадии: первичная, вторичная и третичная. Нас же будет интересовать главным образом первичная профилактика алкоголизма.

Признаки алкогольной зависимости

Поведенческие признаки

потеря интереса к прежним увлечениям, резкое снижение успеваемости;
повышенная агрессия, частые конфликты в семье и школе;
частая смена настроения;
ярко выраженная апатия;
пренебрежение своей внешностью, гигиеной;
резкое изменение круга общения;
повышенная скрытность, агрессия;
необщительность, скрытность, частые уходы из дома;
проблемы с памятью, вниманием, пунктуальностью;
проблемы со сном и аппетитом.

Физические признаки

запах перегара, в том числе, от одежды;
невнятная речь;
резкое изменение веса — увеличение или потеря;
замедленные рефлексы;
проблемы с координацией и походкой;
остекленевший, затуманенный взгляд;
покраснения на лице;
заметное ухудшение состояния кожи и волос;
постоянные жалобы на плохое самочувствие, головную боль, усталость.

