

Ток-шоу по проблеме алкоголизма «ДАВАЙТЕ ЗАДУМАЕМСЯ!»

Участники: учащиеся 10–11 классов, социальный педагог, школьный врач, психолог.

Цели: предоставление информации для формирования у учащихся навыков здорового образа жизни, негативного отношения к алкоголю; развитие познавательной активности; выработка собственной позиции по отношению к данной проблеме.

Оформление: плакат «Пьянство есть упражнение в безумии» (*Пифагор*); рисунки детей по означенной теме.

Подготовка к ток-шоу.

1. Заранее составляется круг вопросов для обсуждения, ответы на которые учащиеся ищут самостоятельно.
2. Опрос учащихся и их родителей «Причины употребления алкоголя».
3. Подборка высказываний, материалов для ток-шоу, подготовка плакатов с высказываниями о вреде алкоголя, слайдов для сопровождения.

Ход мероприятия

Ведущий. У известного сатирика Аркадия Аверченко есть один фантастический рассказ, написанный в начале XX века. Сюжет его предельно прост: уносясь на несколько десятилетий вперед, автор пытается представить беседу внука с дедом о том, зачем же люди пили. Внук никак не может понять, почему же пьющие травили себя, ведь водка и противная, и невкусная, и самочувствие после нее ухудшается. И дед, сам в молодости любивший выпить, затрудняется дать какое-либо объяснение этому. Беседа между ними проходит якобы в эпоху сплошной трезвости. Аверченко предполагал, что наступит она уже к 1954 году. К сожалению, он ошибся: зло оказалось куда более живучим. Почему?

Психолог (на экране высвечиваются ответы). Вот причины, которые назвали при анонимном анкетировании опрошенные взрослые и подростки.

Ответы детей:

- для повышения настроения – 50 %;
- для того чтобы вести себя раскрепощенно – 40 %;
- «за компанию» – 10 %;
- для согревания организма;
- для предупреждения и лечения болезней;
- для повышения аппетита;
- как энергетически ценный продукт;
- для того чтобы заглушить голос совести.

Как показало проводимое нами исследование, из 100 опрошенных подростков 15–17 лет хотя бы один раз попробовали алкогольные напитки 85 человек. 50 из них употребляли легкие спиртные напитки (пиво, джин-тоник, «отвертка») неоднократно. 24 подростка пьют пиво систематически.

Ведущий. С убийственным сарказмом перечисляет поводы для пьянства английский поэт Роберт Бернс. Его слова остаются актуальными и в наши дни.

Для пьянства есть такие поводы:
Поминки, праздник, встреча, проводы;
Крестины, свадьба и развод;
Мороз, охота, Новый год,
Выздоровленье, новоселье,
Печаль, раскаянье, веселье,
Успех, награда, новый чин,
И просто пьянство – без причин!

Перевод С. Я. Маршака

– Когда впервые люди узнали об опьяняющих свойствах спиртных напитков?

Ученик. Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не позже чем за 8 тысяч лет до нашей эры – с появлением керамической посуды, давшей возможность изготовления алкогольных напитков из меда и различных плодов, в первую очередь дикорастущего винограда. Возможно, виноделие возникло еще до

начала культурного земледелия. Так, известный путешественник Н. Н. Миклухо-Маклай наблюдал папуасов Новой Гвинеи, не умевших еще добывать огонь, но уже знавших приемы приготовления хмельных напитков.

Ведущий. Каков механизм получения алкоголя?

Ученик. Если оставить на какое-то время в теплом месте виноградный, фруктовый, ягодный сок, то он скоро забродит. Это происходит потому, что находящиеся в соке дрожжевые грибки начинают усиленно размножаться. В процессе своей жизнедеятельности они превращают сахар, а также крахмал, содержащийся, например, в картофеле, свекле, зерне, в винный, или этиловый, спирт.

Всякий, кто изучал химию, знает, что молекула сахара (глюкоза) состоит из 6 атомов углерода, 12 атомов водорода и 6 атомов кислорода. Ферменты дрожжей как бы рубят эту сложную молекулу на отдельные куски, соединяя затем их в новые молекулы. Обычно из одной молекулы глюкозы образуется 2 молекулы углекислого газа (это его пузырьки мы видим в бродящей жидкости), а оставшиеся атомы соединяются в 2 молекулы спирта. С истощением запаса сахара прекращается и брожение. Таков упрощенный механизм превращения сахаров и крахмала в алкоголь.

Ведущий. Что люди пьют?

Ученик. *Водку.* При ее изготовлении используется этиловый спирт. А исходным продуктом для получения этилового спирта служат злаки, картофель, свекла, а также сульфитный щелок – отброс бумажного производства, и древесина, осаждаемая химическим путем – действием кислот при высокой температуре и давлении. Сырой этиловый спирт (сырец) содержит много примесей, в том числе и ядовитых сивушных масел. В последующем спирт очищают путем перегонки в особых аппаратах. Но и в полученном таким путем спирте-ректификате все же сохраняется часть вредных для организма веществ.

Пиво составляет особую категорию слабых алкогольных напитков. Бытует мнение, что это – ценный продукт. Этот напиток иногда называют даже «жидким хлебом». Но немногие знают, что в пиве присутствуют различные вещества, повышающие чувствительность организма к алкоголю, усиливающие его всасывание. Поэтому смешение пива и водки, как правило, приводит к быстрому и сильному опьянению.

Суррогаты алкоголя. Их употребляют, или ошибочно принимая за этиловый спирт, или намеренно пренебрегая опасностями, как это иногда делают заядлые пьяницы. Подобно обычному спирту, эти жидкости способны вызвать опьянение, но через 10–12 часов после их употребления появляются признаки тяжелого отравления: головная боль, тошнота, рвота, шаткая походка, слабость, затмение или даже потеря сознания. Смерть наступает от мозговых расстройств (через 1–2 суток) или поражения почек (через 1–2 недели).

Информация к размышлению...

Что надо, чтобы из крысы-трезвенника сделать крысу-алкоголика?

Способ спаивания животных очень прост: в воду для питья ежедневно добавляют все возрастающие дозы спирта. Через месяц-другой в клетку рядом с поилкой, откуда исходит запах спирта, ставят поилку со свежей водой.

И что же вы думаете? Крыса пробует воду и презрительно крутит мордочкой, зато хмельную воду пьет с удовольствием. При отсутствии алкогольного напитка животные ведут себя подобно настоящим алкоголикам: мечутся по клетке, злобно кусают друг друга, жадно выглядывают в ячейки сетки, поводя ноздрями в предвкушении спиртного запаха. Некоторые крысы после периода возбуждения безвольно растягиваются на полу клетки – точь-в-точь как пьяница в состоянии похмелья.

Ведущий. Еще до первого знакомства со вкусом алкоголя у многих подростков образуется определенное представление об этом продукте, о его приятном возбуждающем действии. Но первое знакомство с алкоголем неожиданно оказывается совершенно не таким, каким представлялось: горький вкус, жжение во рту, головокружение, тошнота, в ряде случаев рвота. После такого неприятного знакомства большинство подростков некоторое время избегают алкоголя.

– С чего начинается пьянство?

Психолог. В 13–16 лет в связи с какими-либо событиями соблазн выпить вино возобновляется, причем постепенно он начинает приобретать новое содержание: от простого любопытства – к тем мотивам, которые формируют пьянство как тип поведения. В число этих мотивов входит стремление избавиться от скуки. В психологии скукой называют особое психическое состояние личности, связанное с эмоциональным голодом. У подростков этой категории утрачен или ослаблен интерес к познавательной деятельности. Подростки, потребляющие спиртное, почти не занимаются какой-либо полезной деятельностью. Существенные изменения наблюдаются у них и в сфере досуга: они ничем не увлекаются, не читают, не ходят в театры, не интересуются

музыкой, живописью, поэтому алкоголь для них становится своеобразным средством самоутверждения в уличной группе товарищей. Беда в том, что такая форма самоутверждения ведет к пагубным последствиям.

Информация к размышлению...

Курьезная трагедия. Молодой парень, напившись с товарищами, решил отправиться купаться. Но дойти до реки он не смог по той причине, что на пути к ней оказалась большая лужа. Приняв ее за берег реки, пьяный разделся и с разбегу бросился в воду. Естественно, получил основательные травмы, в том числе сотрясение мозга. Утром его обнаружили односельчане. На спине потерявшего сознание сидели лягушки и громко квакали. Вот уж воистину: «Пьяному море по колено, а лужа по уши».

Ведущий. Каковы последствия употребления алкоголя?

История знает печальные случаи, когда великолепные художники, писатели или ученые становились алкоголиками. Систематическое злоупотребление спиртными напитками приводит к снижению умственных функций, ухудшению внимания, утрате способности к творчеству. Сильно заблуждаются те, кто считает, что алкоголь способствует творческой деятельности.

Ученик. Вот письмо в редакцию одной из газет: «Я думаю, что конец моей карьере видного специалиста, конец моей человеческой карьере наступил тогда, когда я, не имея уже денег на водку, отнес в букинистический магазин первую книгу из своей библиотеки. Постепенно я продал все книги, в связи с чем отпала нужда в книжных полках, которые я тоже продал за бесценок, лишь бы купить спиртное. Противиться обуревающей меня страсти не было сил. Я оживлялся лишь при виде бутылки, жил как в полусне. Мною овладела глубокая апатия. Все больше сужался круг интересов, пока не дошел до размеров бутылочного горлышка. Бывали вспышки, какие-то проблески, но все реже и реже. Я опустил, стал завсегдатаем «забегаловок». Позади остались профессиональный рост, прекрасная семья, заманчивые перспективы. Когда-то невероятно брезгливый, теперь я мог пить из замызанного стакана, пристроиться спать в подворотне, у мусорной свалки, а то и в уличном туалете. Падать всегда легче, чем подниматься. И я падал».

Ведущий. Что такое алкоголизм и каковы его основные последствия?

– Чем отличается пьянство от алкоголизма?

Врач-нарколог. Различие между ними состоит только в степени заболевания: пьянство – начальная стадия алкоголизма.

Алкоголизм – тяжелая хроническая болезнь, в большинстве своем трудноизлечимая. Она развивается на основе регулярного и длительного употребления алкоголя и характеризуется особым патологическим состоянием организма: неудержимым влечением к спиртному, изменением степени его переносимости и деградацией личности.

Для алкоголизма опьянение представляется лучшим психическим состоянием.

СХЕМА РАЗВИТИЯ АЛКОГОЛИЗМА

1. Начальная фаза.

Опьянение с выпадением памяти, «затмение». Человек постоянно думает о спиртном, ему кажется, что выпил недостаточно, он пьет «впрок», у него развивается жадность к алкоголю. Однако он сохраняет сознание своей вины, избегает разговоров о своей тяге к спиртному.

2. Критическая фаза.

Утрата контроля над собой после первого же глотка спиртного. Стремление найти оправдание своему пьянству, сопротивление всем попыткам предотвратить его желание выпить. У человека развивается высокомерие, агрессивность. Он обвиняет окружающих в своих бедах. У него начинаются запои, его друзьями становятся случайные собутыльники. Он вынужден уйти с постоянной работы. Утрачивает интерес ко всему, что не имеет отношения к спиртному.

3. Хроническая фаза.

Ежедневное похмелье. Распад личности. Помутнение рассудка. Сбивчивость мысли. Человек пьет суррогаты алкоголя, технические жидкости, одеколон. У него развиваются бессознательные страхи, белая горячка, другие алкогольные психозы.

Ведущий. Передается ли алкоголизм по наследству?

Психолог. Статистически доказано, что сам алкоголизм не передается генетически, передается только склонность к нему, вытекающая из особенностей характера, полученного от родителей. А быть человеку алкоголиком или нет – этот вопрос решается конкретной жизненной ситуацией, то есть условиями внешней среды. В развитии пьянства у детей алкоголиков решающую роль играют дурной пример родителей, обстановка пьянства в доме, в семье.

Ведущий. Джек Лондон писал: «Хмельное толкает людей на преступление. Мне сотни раз приходилось наблюдать, что люди делают во хмелю то, чего они никогда бы не сделали в трезвом состоянии. Затем преступление влекло за собой обычные последствия, и человек окончательно погибал. Мне иногда случалось посещать товарищей в тюрьме до их отправления на каторгу, и я не раз слышал обычную для них фразу: «Если бы я не был пьян, я никогда бы этого не сделал». А делались под влиянием хмельного подчас такие ужасные вещи, что при всей моей толстокожести даже мне приходилось содрогаться».

– Взаимосвязаны ли пьянство и преступность?

Ученик. Жизнь показывает, что в состоянии опьянения действительно устраняются сдерживающие факторы: именно пьяными совершается подавляющее большинство особо жестоких и безобразных преступлений.

Инспектор ПДН РОВД. Установлено, что пьяными совершается 55 % всех краж, 79 % грабежей, 69 % нападений. Преступления среди несовершеннолетних в большинстве своем – также результат пьянства. Более 80 % хулиганских действий приходится на подростков, пребывавших в нетрезвом виде.

Ведущий. Что вы знаете о борьбе с пьянством?

Ученик. Уже в древности люди осознали вред злоупотребления вином. Так, в Древней Греции пить не разведенное водой вино (крепость его не превышала 10 градусов) считалось недостойным свободного гражданина. Правитель Спарты легендарный Ликург запретил пить вино высшей знати, но поощрял спаивание рабов, чтобы держать их в повиновении.

В Афинах правитель Солон ввел закон, согласно которому архонты (должностные лица) наказывались за пьянство: первый раз крупным штрафом, а при повторении – смертью.

Древнеримский историк Плиний Старший писал о том, что персы и мидяне были побеждены греками под предводительством Александра Македонского потому, что у них было развито пьянство и другие, связанные с ним пороки. Учитывая влияние вина на боеспособность войск, римский император Домициан с целью сокращения производства вина даже приказал вырубить половину насаждений виноградной лозы и запретил ее дальнейшие посадки.

В Древней Индии употребление спиртных напитков представителями высшей касты было категорически запрещено. Служителей культа – браминов, избалованных в пьянстве, заставляли пить кипящее вино до тех пор, пока не наступала смерть. Если же в пьянстве уличали женщину высшей касты, то ей на лбу выжигали клеймо в виде сосуда для вина, изгоняли из дома и никто не имел права приютить ее.

В некоторых, прежде всего мусульманских, странах были введены и религиозные запреты на употребление алкоголя.

Одно время и в России пьянство преследовалось государством. При Петре I пьяницам, попавшим в тюрьму, вешали на шею тяжелую чугунную медаль с надписью «За пьянство». Когда же пьянство начало угрожать производству, правящие классы стали применять другие, более решительные меры.

В 20-х годах XX века в США был введен «сухой закон», запрещающий производство и употребление спиртных напитков. Но полный запрет был заранее обречен на провал. Уже через несколько лет «черный рынок» США наводнился богатым набором спиртных напитков. Нелегальное производство алкоголя стало самым прибыльным занятием, и в 1933 году «сухой закон» был отменен.

Ведущий. Сейчас в ряде стран метод убеждения сочетается с более или менее энергичными административными мерами. Выглядят справедливыми суровые наказания, имеющие место в некоторых странах для лиц, систематически пьянствующих и имеющих малолетних детей.

Давайте задумаемся! Почему люди идут в театры, на стадионы, в кино, на дискотеки? Чтобы отдохнуть, получить удовольствие, ответите вы. А что такое удовольствие? Все, что нравится, что вызывает положительные эмоции. Однако ради удовольствия выпить вина некоторые люди готовы пожертвовать здоровьем, учебой, работой, дружбой, семьей, своим счастьем. Подумайте, стоит ли это «удовольствие» вашего счастья, а порой и всей жизни?

В трудные минуты жизни вспомните слова Джека Лондона:

«Хмельное всегда протягивает нам руку, когда мы терпим неудачу, когда мы слабеем, когда мы утомлены, и указывает чрезвычайно легкий выход из создавшегося положения. Но обещания эти всегда ложны: обманчив душевный подъем, физическая сила, которую оно обещает, призрачна. Под влиянием хмельного мы теряем истинные представления о ценности вещей.

Помните, что здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках».