

# **БЕСЕДА**

**в 6-9 классах**

**на тему: «Давайте задумаемся!»**

**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.

Для пьянства есть такие поводы:

Поминки, праздник, встреча, проводы;

Крестины, свадьба и развод;

Мороз, охота, Новый год,

Выздоровление, новоселье,

Печаль, раскаянье, веселье,

Успех, награда, новый чин,

И просто пьянство - без причин!

— Когда впервые люди узнали об опьяняющих свойствах спиртных напитков?

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.

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.

**Что люди пьют?**

*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, осахаренная 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 тяжкого 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.

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?

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.

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 обуевающей 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 замызганного стакана, пристроиться спать в подворотне, у мусорной свалки, а то и в уличном туалете. Падать всегда легче, чем подниматься. И я падал».

### **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.

## **- Взаимосвязаны ли пьянство и преступность?**

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

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.

## **Что вы знаете о борьбе с пьянством?**

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.

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?

## **ИТОГ**