

Karta – 1

# Alkohol i młodzież. Przyczyny i skutki alkoholizmu wśród młodzieży.

Najnowsze badania wskazują, że młodzież szkolna coraz częściej sięga po alkohol – prawie połowa biorących udział w badaniu uczniów upiła się przynajmniej raz w miesiącu! **Skutki picia alkoholu przez młodzież** przekładają się na dalsze dorosłe życie, a **alkoholizm nastolatków** jest poważnym problemem społecznym, który dotyka wiele rodzin – niezależnie od sytuacji materialnej czy wykształcenia rodziców. Jakie są **przyczyny picia alkoholu przez młodzież** oraz czym może skutkować nadużywanie alkoholu w tym wieku?

## Alkoholizm u młodzieży – podstawowe fakty

Ogólnopolskie badania w ramach Europejskiego Programu Badań Ankiетowych w Szkołach na Temat Używania Alkohol i Narkotyków (ESPAD) ujawniły, że to właśnie alkohol jest substancją psychoaktywną, po którą nastolatki sięgają najczęściej.

Ponad 90% nastoletnich dzieci pije alkohol, a ponad 65% siedemnastolatków upiło się co najmniej raz. Niestety, blisko co czwarty rodzic (21% kobiet i 26% mężczyzn) wyraziłoby zgodę na to, by dziecko spróbowało alkoholu przed osiągnięciem pełnoletności. Społeczne przyzwolenie na takie „eksperymenty” prowadzi do tego, że po alkohol sięgają coraz młodszy.

O ile samo picie nie oznacza jeszcze uzależnienia, to jednak zdecydowanie jest ono ryzykowne i może nieść poważne skutki dla młodego organizmu. Dlaczego młodzież sięga po piwo i inne napoje wysokokowe?

## Przyczyny picia alkoholu przez młodzież

Przyczyn nadużywania alkoholu przez młodzież może być wiele, począwszy od presji otoczenia po poważne trudności rodzinne.

**Problem alkoholowy u dzieci i młodzieży może pojawić się przede wszystkim w rodzinach, w których panuje alkohol** – rodzice pijący alkohol stają się dla dziecka wzorem do naśladowania. Badania wskazują, że alkoholizm wśród młodzieży wychowującej się w rodzinach alkoholowych pojawia się nawet cztery razy częściej w porównaniu do rodzin, w których rodzice nie nadużywają alkoholu. Dziecko obserwujące pijanych rodziców przyzwyczajają się do widoku napojów wysokoprocentowych w życiu rodziny – alkohol jest dla nich czymś zupełnie naturalnym. Do podobnych wniosków może dojść także podczas obserwacji imprez rodzinnych, na których wszyscy członkowie rodziny nie stronią od alkoholu lub wręcz pozwalają na to, by nastolatek spożywał go wraz z nimi. Warto zwrócić także uwagę na to, że w rodzinach z problemem alkoholowym podstawowe potrzeby dziecka – zarówno te fizyczne, jak i psychiczne – często nie są zaspokajane.

**Uzależnienie od alkoholu wśród młodzieży bywa niekiedy skutkiem buntu okresu dorastania.** Nastolatek na przekór rodzicom chce wkroczyć w dorosłe życie i przekonać się, jak smakuje alkohol i czasem zaczyna traktować go jako sposób na radzenie sobie z problemami w szkole lub domu rodzinnym.

**Alkoholizm młodzieży może być także spowodowany presją ze strony grupy rówieśniczej.** Inicjacja alkoholowa często następuje na imprezach, a łatwy dostęp do alkoholu

sprawia, że osoby nieletnie bez problemu mogą eksperymentować z różnego rodzaju trunkami. Alkohol kojarzony jest z dobrą zabawą i przyjemnym sposobem na spędzanie wolnego czasu, stał się także nieodłącznym elementem imprez. Młodzi ludzie sięgają po alkohol, by dodać sobie odwagi i pewności siebie.

## Skutki picia alkoholu przez młodzież

Alkohol czyni duże **szkody w organizmie młodego człowieka, bo dotyczą one zarówno ciała, jak i psychiki**. Alkoholizm u młodzieży może powodować upośledzenie procesów logicznego myślenia i zapamiętywania, ograniczenie możliwości uczenia się, osłabienie wzroku i słuchu, a nawet zaburzenia akcji serca. Alkohol wpływa również na odporność organizmu oraz wywołuje stany zapalne, a także upośledza przyswajanie witamin i składników odżywczych – tak ważnych w okresie dorastania.

Negatywne **skutki alkoholizmu wśród dzieci i młodzieży** to między innymi:

- zaburzenia koncentracji pamięci,
- męczliwość,
- drażliwość,
- agresja,
- obniżenie aktywności psychicznej,
- problemy w nauce,
- niezdyscyplinowanie,
- brak sprawności intelektualnej.

**Alkoholizm u młodzieży przekłada się także na uzależnienie w życiu dorosłym;** warto przy tym pamiętać, że młody organizm ma mniejszą tolerancję na alkohol, dlatego proces uzależnienia następuje o wiele szybciej – szczególnie, że trudno mówić w tym wypadku o konsekwencjach takich jak utrata pracy czy rozpad życia rodzinnego. Często to właśnie alkohol sprawia, że młody człowiek zyskuje wyższą pozycję w grupie rówieśniczej, dlatego wydaje mu się, że picie alkoholu przynosi same korzyści. Trudności w nauce, wczesne inicjacje seksualne, ryzyko zarażenia chorobami zakaźnymi... to tylko część możliwych skutków ryzykownego picia alkoholu w młodym wieku, a ich konsekwencje bezpośrednio przekładają się na dalsze dorosłe życie.

## Co mogą zrobić rodzice?

- Przede wszystkim powinni budować właściwy obraz picia alkoholu: nie upijać się w obecności dziecka, kontrolować swoje picie, nie podejmować zachowań ryzykownych, takich jak np. prowadzenie samochodu po alkoholu.
- Dziecko musi mieć także świadomość, że zakaz picia wynika z troski o nie i jego przyszłość.
- Warto pracować również nad budowaniem u dziecka przekonania o własnej wartości, by namowy rówieśników nie spowodowały u niego sięgania po alkohol. Młody człowiek z niską samooceną chętniej sięgnie po alkohol za namową rówieśników, by zyskać pozorną akceptację i uznanie w grupie.
- Zauważenie pierwszych niepokojących objawów, takich jak powroty po alkoholu z imprez czy wagarowanie powinno wiązać się z konsekwencjami, jednak od kary ważniejsza jest w tym wypadku edukacja na temat szkodliwości spożywania alkoholu dla zdrowia i życia dziecka.

- Warto również zwrócić się po pomoc do specjalisty, by nie dopuścić do rozwoju uzależnienia.