

Однозначное зло.

Психотерапевт Машков – о роковом влиянии алкоголя на детей

Подростковый алкоголизм развивается гораздо быстрее, чем взрослый. И лечится сложнее. Так что лучше до этого не доводить и не знакомить детей с алкоголем. В том числе своим примером. Об этом мы говорим с врачом-психотерапевтом Детской городской клинической больницы № 9 Екатеринбурга Антоном Машковым.

- Антон Витальевич, словосочетание «алкоголь и дети» звучит по меньшей мере противоестественно...

- Тем не менее такая проблема существует. Дети употребляют алкоголь и совершают под его воздействием неблагоприятные деяния. Но самое печальное, что зачастую это происходит не без помощи взрослых. Обратите внимание, как у алкомаркетов «дежурят» подростки и просят взрослых купить им, например, пиво, и некоторые взрослые на это идут.

Между тем токсическое влияние алкоголя на несформировавшийся мозг ребёнка однозначно приводит к печальным последствиям. Реакции могут выражаться в веселье, агрессии или депрессии. Результаты будут разными, но в любом случае плачевными. Веселье, как правило, зашкаливает, и подросток перестаёт себя контролировать. Раз он весёлый, он смелый, раз смелый, то ему море по колено, и он совершает «подвиги». Пример – руферы, которые бегают по крышам или заскакивают на капот проезжающего автомобиля. К чему это приведёт? Как минимум к тяжёлым травмам, а зачастую и к гибели. В состоянии агрессии, понятно, подросток начинает нападать на окружающих – он же самый «крутой». В этом случае могут пострадать люди, в том числе он сам. А депрессивная реакция нередко приводит к самоубийствам. В любом случае последствия употребления алкоголя ребёнком печальные.

- Мы понимаем, что патологическое опьянение у взрослых вызывает превышение условно допустимой дозы алкоголя. А у детей?

- Это может быть любая доза, но, безусловно, имеет значение крепость алкогольного напитка, индивидуальные особенности организма, его толерантность к алкоголю, возраст ребёнка и так далее. К слову, самый распространённый возраст первого приёма алкоголя – 13–14 лет. Это возраст любопытства, познания мира, познания того, что нельзя, – запретный плод сладок. Ну и опять же взрослые подают пример. Раз они употребляют алкоголь, значит, это правильно, допустимо, хорошо, значит, это «вкусняшка», которую «нам почему-то запрещают». Причём «вкусняшка», которая делает их раскрепощёнными. Последнее для подростков очень важно, поскольку им свойственен повышенный уровень тревожности, который накладывает определённые ограничения и запреты. Алкоголь же в их понимании снимает тревожность и отменяет запреты. И если во время или после употребления алкоголя не произошло ничего, за что потом стало стыдно, подросток и дальше будет прибегать к такому методу снятия тревожности для достижения мнимого ощущения раскрепощённости.

- Вы сторонник того, чтобы при детях вообще не употреблять алкоголь или всё-таки можно с определёнными оговорками?

- Любые оговорки – от лукавого. При детях лучше вообще не употреблять алкоголь.

С другой стороны, есть такое понятие, как культура употребления алкоголя, – определённые напитки присутствуют в гастрономических культурах некоторых народов. И если мы не можем бороться с системой (а мы пока, к сожалению, не можем), необходимо прививать детям, да не покажется это странным, культуру питания. Иными словами, ребёнок должен понимать, что есть определённый напиток, сопутствующий определённому обряду, дате, событию, который в очень ограниченных количествах может себе позволить взрослый человек. Но одними разговорами здесь не обойдёшься, крайне важно, чтобы взрослый человек, являющийся авторитетом для ребёнка, показывал своим примером эту самую культуру питания и, конечно, не демонстрировал бы эти практики ежедневно.

Совершенно неприемлемо, если ребёнок во время какого-то праздника видит употребление определённого напитка «по правилам», а между праздниками обнаруживает, что у взрослых то и дело или вообще регулярно появляются другие напитки. О каком доверии и авторитете тут может идти речь?

- Знаю, что некоторые родители считают – пусть лучше подросток впервые попробует алкоголь дома, чем в компании ровесников. Как вы к этому относитесь?

- Если из двух зол выбирать меньшее, то, конечно, лучше пусть дома, под присмотром взрослых. Но в минимальной дозе, в старшем подростковом возрасте и до того, как он попробует алкоголь самостоятельно. Но, повторюсь, это выбор из двух зол. Идеальный вариант – вообще не допускать приём алкоголя ребёнком и не пить самим взрослым. Тем более что исключение алкогольных напитков из рациона не меняет качество жизни в худшую сторону, напротив, существенно повышает это качество.

- Ситуация: подросток впервые пришёл домой в состоянии опьянения. Как действовать родителям?

- Прежде всего, уложить его спать. В таком состоянии бесполезно вести какие-то разговоры. Побеседовать лучше всего на следующий день, и не с раннего утра, а ближе к полудню, когда он уже придёт в чувство. Универсального совета, как строить беседу, здесь быть не может. Многое зависит от отношений в семье, от степени доверия ребёнка к родителям, от его психоэмоциональных особенностей и так далее. Но в любом случае не стоит занимать позицию нападения. Лучше начать разговор с себя, со своих чувств, эмоций: «Увидев вчера тебя в таком состоянии, мне стало так плохо...»

- Детский алкоголизм – это реальность?

- Да, неспроста же существуют детские, подростковые наркологи. Причём у подростков алкоголизм развивается гораздо быстрее, чем у взрослых, потому что детский мозг находится в стадии развития и

интенсивно впитывает в себя все токсины. В плане формирования алкоголизма у детей речь идёт не о годах, как у взрослых, а о месяцах.

- Когда родителям пора бить тревогу? В чём проявляется подростковый алкоголизм?

- Точно так же, как у взрослых – в неискоренимой тяге к алкоголю. Тревожный звоночек, свидетельствующий о том, что одними беседами проблему уже не решить, – регулярность употребления алкоголя. То есть не раз в год ребёнок попробовал алкоголь «за компанию», а употребляет его как минимум раз в месяц, раз в две недели. И тут уже надо не просто задуматься о том, что пора обращаться к специалисту, а бегом к нему бежать! Подростковый алкоголизм лечится сложнее, чем взрослый, но всё же лечится, так что шанс есть. Но всё же лучше до этого не доводить.