**Подростковый алкоголизм** – это одна из разновидностей интоксикации. Её характеризует пристрастие к алкогольным напиткам. Она может развиться у пациентов разных возрастных категорий, независимо от пола и социального положения. Это заболевание обладает способностью вызывать зависимость у людей с не устоявшейся психикой – например, у подростков.

**Подростковый алкоголизм** Статистика алкоголизма среди подростков оказалась важной во всем мире. В швейцарском институте борьбы с алкоголизмом проведено большое количество исследований, коснувшееся практически всех стран Европы. Они пытались установить причины, по которым у несовершеннолетних юных особей возникает употребление алкоголя. Ответы показали:

**61% из всех - потому что нравится, доставляет определенное удовольствие;**

**23% - чтобы выглядеть, как и другие пьющие в компании;**

**16% - в целях расслабиться, дать мускулатуре напряжение.**

**Профилактика подросткового алкоголизма**

Профилактика подросткового алкоголизма во многом связана с психологией. Наступает возрастной период, когда формируется личность человека, а также – его организм, здоровье и др. В этом время нежелательно употреблять вредные вещества, способные привести к интоксикации. К профилактике этого заболевания надо приступать с раннего возраста, начиная с психологического подхода. Базой для нее служат меры, которые помогают сформировать правильное представление о данной опасности.

**СЕМЬ ЛИНИЙ ОБОРОНЫ НА ПУТИ К ВРЕДНОЙ ПРИВЫЧКЕ**

Профилактика алкоголизма среди подростков. Многолетний опыт наблюдения за поведением алкоголиков помог специалистам выработать правила, соблюдение которых подскажет приближение к вредной привычке:

1.Знать максимально больше о проблеме подросткового алкоголизма.

2.Воздержаться от первой рюмки алкоголя, в т.ч. и пива, до достижения возраста физической зрелости, т.е. до 21-летия.

3.Заняться любым видом спорта, в т.ч. спортивными танцами или другими увлечениями, которые заполнили бы свободное время и принесли пользу физическому здоровью или моральное удовлетворение.

4.Для утоления жажды никогда не используйте алкогольные напитки, лучше выпейте какие-либо безалкогольные, даже, если это обойдется дороже. Помните, алкогольные напитки не утоляют жажду.

5.Умейте выбирать друзей: настоящий друг никогда не станет заставлять употреблять алкоголь, потому что всегда будет уважать выбор товарища.

6.Не стоит тратить деньги на алкогольные напитки, лучше купите на них цветы любимой девушке, красивую одежду, понравившуюся игру или просто потратьте их на дискотеку и найдите там новых друзей.

7.Не стоит думать, что все стремятся к рюмке, чтобы напиться: желающих отказаться от нее много, но они тоже могут стесняться сказать о своих внутренних колебаниях и способны принять решение не в пользу алкоголя.

Психолог Павлодарского областного Центра психического здоровья отделение Медико-психологической помощи Небельцова А.А.