

Профилактика алкоголизма



Профилактика алкоголизма складывается из двух стратегий

1. Снижение факторов риска приводящих к алкоголизму;
2. Усиление факторов, которые понижают восприимчивость к алкоголизму.

Обстоятельства способствующие употреблению алкоголя – называются факторами риска. А обстоятельства снижающие употребление алкоголя – называются факторами защиты.

Факторы риска:

1. Проблемы с психическим или физическим здоровьем индивида;
2. Дети, рожденные и воспитанные родителями алкоголиками;
3. Общение с людьми, регулярно употребляющими алкоголь и отсутствие устойчивости к давлению сверстников;
4. Личностные качества (низкий интеллект, низкая самооценка, переменчивость настроения, неуверенность в себе, нежелание придерживаться социальных норм, ценностей и поведения и т. д.);
5. Раннее начало половой жизни;
6. Частые конфликты в семье, низкий уровень доходов в семье;
7. Плохая успеваемость в школе, нежелание учиться;
8. Проблемы при общении с родственниками, сверстниками.

Факторы защиты:

1. Благополучие в семье, сплоченность членов семьи, хорошее воспитание, отсутствие конфликтов в семье;
2. Высокий уровень интеллекта, физическое и психическое здоровье, устойчивость к стрессам;
3. Хороший уровень достатка, обеспеченность жильем;
4. Регулярное медицинское наблюдение;
5. Низкий уровень криминализации в населенном пункте;
6. Высокая самооценка, способность эффективно решать возникшие проблемы, устойчивость к давлению, умение контролировать эмоции и свое поведение;
7. Соблюдение общественных норм.

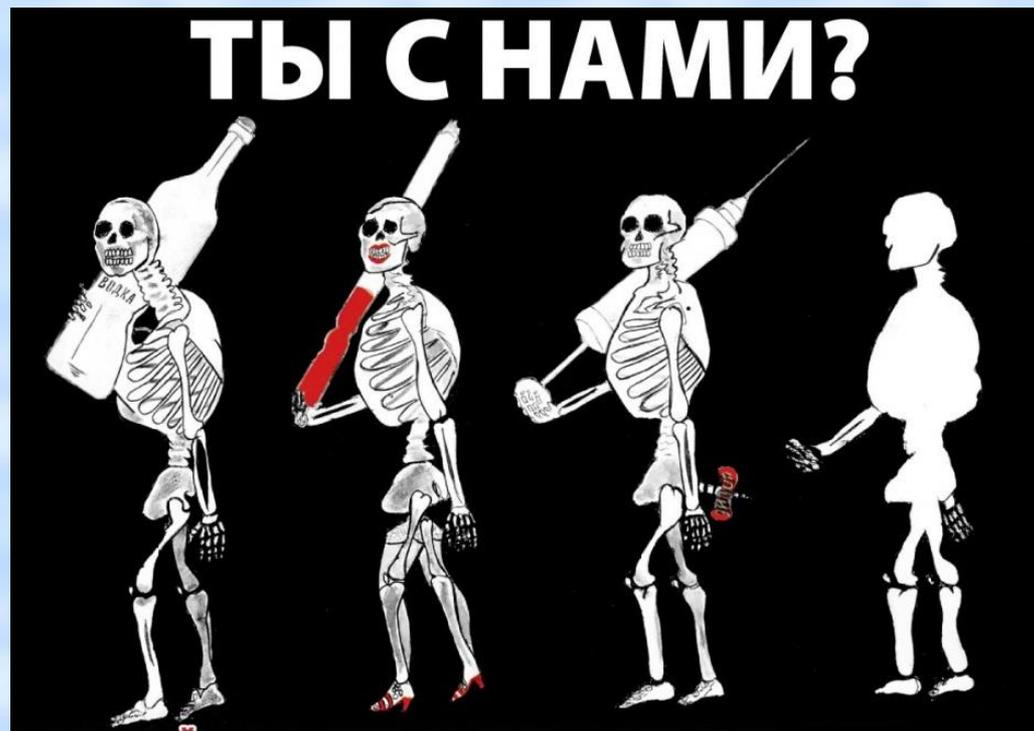
Профилактика алкоголизма подразделяется:

1. Первичная профилактика алкоголизма;
2. Вторичная профилактика алкоголизма;
3. Третичная профилактика алкоголизма.

Подходы в профилактике алкоголизма

1. Распространение информации об алкоголизме

- a) Факты влияния алкоголя на организм
- b) Запугивание
- c) Изменение личности пьющего



2. Эмоциональное обучение

Подход, основанный на эмоциональном обучении. В рамках этого подхода повышается самооценка, определяются значимые личностные цели, развиваются навыки выражения своих чувств и эмоций, развиваются навыки принятия решений, развиваются навыки успешной борьбы со стрессами.

3. Роль социальных факторов



Was last night really worth it?
It's not the drinking It's how we're drinking



0800 787 797 HADENOUGH.ORG.NZ

4. Формирование жизненных НАВЫКОВ



5. Альтернативная потреблению алкоголя деятельность



6. Укрепление здоровья



7. Комбинированный подход

В профилактике алкоголизма обычно используются все выше перечисленные подходы.

Технологии и методы профилактики алкоголизма

1. Формирование мотивации на здоровый образ жизни.
2. Формирование мотивации на поддержку.
3. Развитие защитных факторов здорового и социально-эффективного поведения.
4. Предоставление знаний и навыков в области противодействия употреблению алкоголя.
5. Настрой на здоровый образ жизни уже принимающих алкоголь людей.
6. Поощрение человека делающего первые шаги бросить пить.
7. Разработка альтернативных программ досуга людей.

Спасибо за внимание

