

Кураторский час: «Аксиомы алкоголя»

С первым бокалом человек пьет вино, со вторым - вино пьет вино, с третьим - вино пьет человека.

Японская пословица

Деды пропивают печень внуков.

Французская пословица

Цели: расширить представление студентов о вреде алкоголя; формировать негативное отношение к потреблению алкогольных напитков, умение критически оценивать алкогольную рекламу; побуждать студентов к здоровому образу жизни, к самопознанию саморазвитию, к поиску положительных путей для самореализации.

Форма проведения: час общения.

Подготовительная работа: распределить тексты информационного блока между ведущими (10 студентов).

Оформление: написать на доске тему кураторского часа, эпиграф, аксиомы академика Ф.Г. Углова:

- Всякая пропаганда полезности спиртного основана на лжи.
- Всякая польза от алкоголя во много раз меньше вреда, наносимого алкоголем.
- Все положительные качества в человеке алкоголь разрушает, а все отрицательные - усиливает.
- Чем больше алкоголя на душу населения, тем больше смертей от алкогольных отравлений.
- Культурно потреблять алкоголь невозможно, так же как и любой наркотик.

План кураторского часа

I. Мозговой штурм «Очевидное и вероятное».

II. Интерактивная беседа по теме «Аксиомы академика Углова».

III. Информационный блок.

1. Алкогольная статистика.

2. Пропившие свой талант.

3. Долой потомков!

4. Механизм самоуничтожения.

5. Полезного пива не бывает.

IV. Дискуссия.

V. Заключительное слово.

VI. Подведение итогов (рефлексия).

Ход кураторского часа

I. Мозговой штурм «Очевидное и вероятное»

Куратор. Сегодня мы будем говорить об алкоголизме. Многие из вас уже знают об алкоголе достаточно. Можно даже сказать, что в сознании каждого уже сложились какие-то аксиомы об алкоголе. Напомню, что аксиома - это мысль, которая не требует доказательства в силу своей очевидности. Какие

факты и представления об алкоголе являются для вас аксиомами? Примерные ответы:

- Алкоголь - это яд, он разрушает печень, действует на сердце, мозг, почки.
- Алкоголь - это наркотик, он вызывает зависимость.
- Алкоголь - это причина многих преступлений.
- Алкоголь разрушает семьи.
- Алкоголь - это причина травматизма. И т. п.

II. Интерактивная беседа по теме «Аксиомы академика Углова»

Куратор. А теперь предлагаю послушать и обсудить еще 5 аксиом об алкоголе. Эти аксиомы вывел выдающийся русский хирург академик Федор Григорьевич Углов*.

Первая и главная аксиома академика Углова гласит: «Всякая пропаганда полезности спиртного основана на лжи». Кому и зачем нужно лгать о полезности алкоголя? (Производителям, продавцам.)

Вторая аксиома: «Всякая польза от алкоголя во много раз меньше вреда, наносимого алкоголем».

Какая же может быть польза от алкоголя? (Он оказывает расслабляющее действие, пьют, чтобы снять стресс.)

Третья аксиома: «Все положительные качества в человеке алкоголь разрушает, а все отрицательные - усиливает». Какие положительные качества алкоголь разрушает? Какие отрицательные усиливает? (Чувство долга, честность, верность, трудолюбие, обязательность. Лживость, лень, грубость, развязность и т. п.)

Четвертая аксиома: «Чем больше потребляется алкоголя на душу населения, тем больше людей гибнет от алкогольных отравлений». Как можно объяснить такую зависимость? (Пьют самогон, некачественную водку, попадают в зависимость, становятся алкоголиками, погибают)

Пятая аксиома: «Культурно потреблять алкоголь невозможно так же, как и любой наркотик». Можете ли вы объяснить, почему? (Потому что алкоголь и наркотики разрушают кору головного мозга, а именно там сосредоточены центры, управляющие нравственностью и культурой.)

Академик Углов родился в 1904 г. В 2004 г. он отметил свое 100-летие. Он попал в Книгу рекордов Гиннеса как «Самый пожилой оперирующий хирург мира». Причина его здоровья, бодрости и долголетия была в полном отказе от алкоголя. Скончался Федор Григорьевич совсем недавно, в июне 2008 г., в возрасте 103 лет.

III. Информационный блок

Куратор. Чтобы обобщить и пополнить знания о вреде алкоголя, предлагаем вам небольшое досье, подготовленное нашей творческой группой. Авторы досье вывели свои аксиомы об алкоголе.

1. Алкогольная статистика

Студент1. Ни один человек, глядя на алкоголика, не хочет повторить его путь, не хочет стать таким. Он думает, что с ним такого не случится. Но страшная статистика говорит об обратном. Начиная с 1992 г. количество алкоголиков в России выросло вдвое. И сейчас, по оценке Всемирной

организации здравоохранения число алкоголиков составляет почти треть населения! Социальный ущерб от алкоголизма огромен: распадаются семьи, растет преступность, сокращается продолжительность жизни, снижается интеллектуальный уровень общества. Если в советское время были распространены такие семьи, где муж пьянствует, а жена везет на себе все хозяйство, то теперь нормой становятся семьи, где оба супруга алкоголики, а дети предоставлены самим себе. В последнее время наркологи все чаще говорят о новой разновидности - подростковом алкоголизме.

Студент 2. По международной шкале, употребление 8 л спирта в год на душу населения обозначает физическую деградацию. А в России это количество уже превышено в 2 раза.

- Число больных алкоголизмом составляет несколько миллионов человек.
 - За последние 30 лет доля женского алкоголизма возросла вдвое.
 - Подростки стали приобщаться к алкоголю уже с 14 лет.
 - Каждая 3-я смерть у нас в стране так или иначе связана с алкоголем*.
 - Каждое 5-е преступление совершается на почве пьянства.
 - Алкоголь усугубляет проблему социального сиротства. Ежегодно более 600 тыс. детей остаются без одного из родителей, 60 тыс. детей уходят из дома и бродяжничают.
 - 90% воспитанников детских домов - это дети пьющих родителей**.
- На основании приведенных фактов можно вывести еще одну аксиому: алкоголь ведет Россию к вырождению.

2. Пропившие свой талант

Студент 3. Одним из распространенных мифов об алкоголе является миф о том, что алкоголь способствует творчеству, повышает творческую активность человека. Мы утверждаем обратное. «Пропившие свой талант» - так мы назвали подборку фактов, которые показывают убийственное действие алкоголя на творческие способности человека. Великий философ и врач Авиценна (Ибн Сина), тысячу лет назад утверждал, что «немного вина - лекарство, много - смертельный яд». И все свои сочинения и трактаты он писал, выпивая большой кувшин вина. Именно от вина он и погиб в 58 лет. Врачи поставили диагноз: «Алкоголь прожег толстый кишечник».

Студент 4. Многие великие умы, яркие таланты были алкоголиками: Юлий Цезарь, Петр Первый, Сократ, Декарт, Сенека, Гегель, Рабле, Джек Лондон, Эрнест Хемингуэй, Тарас Шевченко, Сергей Есенин, Владимир Высоцкий, Бетховен, Рембрандт, Гендель, Мусоргский. А сколько было алкоголиков в спорте! Все начинали пить понемногу, но потом уже не могли остановиться. Аксиома: знаменитые и великие люди очень часто становились алкоголиками, ни один из алкоголиков не стал еще знаменитым и великим.

3. Долой потомков?

Студент 5. Наша подборка называется «Долой потомков?». Мы приведем факты пагубного воздействия алкоголя на наследственность. Пагубное влияние алкоголя на потомство было замечено еще в Древней Греции: всем известен миф о богине Юноне, которая родила от пьяного Юпитера хромого сына. Стремясь защитить свой народ от вырождения, мудрый правитель

Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков под угрозой тяжкого наказания. А великий врач Гиппократ указывал, что причиной идиотизма, эпилепсии и других нервно психических заболеваний являются родители, которые пили вино в день зачатия.

Студент 6. В Древнем Риме было время, когда девушкам и женщинам запрещено было принимать алкогольные напитки. А в Древней Индии всегда категорически запрещалось пить вино всем женщинам. Нарушительницам грозило страшное наказание - раскаленным металлом им выжигали на лбу преступную бутылку.

Студент 5. О том, что пьянство ведет к вырождению рода, говорил и известный итальянский психиатр и криминалист XIX в. Чезаре Ломброзо. В одной из своих книг он приводит такие факты*: «От одного родоначальника пьяницы Макса Юке произошли в течение 75 лет 200 человек воров и убийц, 280 несчастных, страдавших слепотой, идиотизмом, чахоткой, 90 проституток и 300 детей, преждевременно умерших, так что вся эта семья стоила государству, считая убытки и расходы, более миллиона долларов».

Студент 6. Еще факт из той же книги. Ломброзо пишет об одном пьянице, у которого было 7 детей. Один из них сошел с ума в возрасте 22 лет, другой был идиот, двое умерли в детстве, пятый был чудаком и мизантропом, шестая - истеричная, седьмой - хороший работник, но страдал расстройством нервов. Из 16 детей другого пьяницы 15 умерли в детстве, а последний, оставшийся в живых, был эпилептик.

Студент 5. И наши предки заметили, что употребление вина может приводить к рождению неполноценных детей. Не случайно на Руси запрещалось жениху и невесте на свадьбе пить спиртное. Родители старались не выдавать замуж дочь за молодого человека, отец которого пьет. Считалось, что сын станет алкоголиком по примеру своего родителя. Но современные, образованные жених и невеста пьют на свадьбе, пьют в период вероятного зачатия. Некоторые женщины во время беременности употребляют вино или пиво, не заботясь о здоровье ребенка.

Студент 6. У большинства людей, больных алкоголизмом, более трети родственников по отцу тоже были пьяницами. И еще: специалисты доказали, если первое поколение алкоголиков спивается за 10-25 лет, то второе и третье - примерно за 3-5. Причем дети алкоголиков в 7 раз чаще склонны к алкоголизму, чем дети не-алкоголиков. Нам кажется, что это аксиома: алкоголь ведет к вырождению.

4. Механизм самоуничтожения

Студент 7. Наукой установлено, что алкоголь является клеточным ядом нервно-паралитического и нервно-токсического действия. Он поражает клетки различных органов. Но когда поражены клетки печени, сердца, это может быть и не заметно окружающим, а вот действие алкоголя на клетки мозга и на половые клетки скрыть невозможно. Мы расскажем о том, как проявляется этот механизм самоуничтожения.

Студент 8. Ученые экспериментально доказали, что алкоголь вызывает необратимые изменения в коре головного мозга. Признаками этого

становятся рассеянность, забывчивость, раздражительность, внезапные приступы гнева. Постоянное употребление пива, вина, водки, шампанского, других алкогольных напитков даже самого большого интеллектуала превращают в примитивное существо, способное выполнять лишь самые простые функции. Механизм его действия заключается в том, что алкоголь перекрывает кислород для клеток мозга, и они отмирают. Человек начинает терять контроль над своим поведением: нарушается память, координация движений, нравственный центр. После каждой попойки в мозгу остаются рубцы и шрамы. А у алкоголиков мозг вообще похож на выеденный молью войлок. Так что можно добавить новую аксиому: любая доза алкоголя приводит к поражению клеток мозга.

Студент 7. А теперь о влиянии алкоголя на половые клетки. Алкоголь поражает зародышевые клетки, из которых развивается плод. Опасным может быть даже однократный прием небольшой дозы алкоголя. А разрушительное воздействие спиртного на зародышевые клетки длится около 2 недель с момента его употребления родителями!

Студент 8. Причем пить нельзя ни матери, ни отцу! Потому что на здоровье ребенка влияют клетки обоих родителей. И спиртное становится причиной многих отклонений и пороков развития.

Неполноценность ребенка - это настоящая трагедия для родителей. О том, что эта трагедия уже пришла во многие семьи, говорит рост количества интернатов для умственно-отсталых детей.

Студент 7. Медицинская наука доказала: дети, зачатые пьяными родителями, страдают неотвратно! А вот степень повреждения и формы его проявления могут быть разными: от очень грубых физических недостатков, явной дебильности до тонких нарушений психики, интеллекта или, скажем, обмена веществ.

Студент 8. За этими словами искалеченная, безрадостная жизнь. Отсюда вытекает еще одна аксиома: преступно будущим родителям употреблять спиртное!

5. Полезного пива не бывает

Студент 9. Реклама внушает, что пиво - это нечто очень вкусное, душевное, престижное, эдакая стильная штучка, без которой нельзя существовать в современном мире. И безвредная. Выпьешь - станешь сильным, смелым, крутым парнем (или клевой девчонкой). Подростки начинают регулярно пить пиво в возрасте 12-13 лет, а к 14 годам многие становятся хроническими алкоголиками. Ученые выяснили, что нет существенных отличий в протекании пивного и водочного опьянения, а также в похмельном синдроме. И алкоголизм развивается в любом случае.

Студент 10. Когда начинать бить тревогу?

- Если человек выпивает больше 1 л пива в день.
- Часто собирается с друзьями, чтобы расслабиться в компании янтарного напитка.
- Раздражается и злится, если не выпьет.
- Жалуется на здоровье.

- Становится обладателем «пивного животика».
- Не может расслабиться, уснуть без допинга - пива.
- Пьет пиво утром, чтобы опохмелиться.

Студент 9. Если вы видите эти признаки у кого-то из своих друзей, попробуйте ему помочь. Вот несколько простых советов.

- Не молчи! Расскажи ему о вреде пива. Постарайся узнать причину, по которой пиво стало его лучшим другом. Если у него какие-то проблемы, предложи свою помощь.

- Отвлекай! Постарайся занять друга чем-нибудь интересным, чтобы ему некогда было думать о выпивке.

- Хитри! Постарайся увести своего друга из компании друзей, с которыми он привык употреблять этот янтарный напиток.

- Рискни! Попробуй поставить ультиматум - либо ты, либо она (бутылка).

- Уговори! Самый надежный, но и самый сложный способ - это убедить, что нужно обратиться к специалисту - наркологу или психологу*.

Наша аксиома: пиво вызывает такую же алкогольную зависимость, как и водка.

IV. Дискуссия

Куратор. Вы познакомились с фактами, мнениями об алкоголизме, которые в силу их очевидности, называли аксиомами. Предлагаю обсудить эти факты. Начинаем нашу дискуссию.

(Куратор задает вопросы, студенты отвечают.)

Об алкоголиках часто говорят, что они совесть пропили. Согласны ли вы с этим?

На доске записана японская пословица об алкоголе (читает). Как перевести эту восточную мудрость на русский язык?

А теперь еще одна пословица (читает). Эта пословица не случайно родилась во Франции, которая славится своим виноделием. Как могла появиться такая пословица? И как объяснить такую странную метафору? Прямо из фильма ужасов.

Как вы относитесь к предложениям типа: «Пить до дна», «"штрафную" для опоздавших», «За твоё здоровье!», «Ты меня уважаешь»?

(студенты высказываются.)

С древних времен люди поняли, какую опасность несет алкоголь. Боролись с этим злом по-разному.

- В Древнем Китае людей, схваченных во время попойки, приговаривали к смертной казни.

- А в Древней Индии представителей знати, уличенных в пьянстве, заставляли пить из раскаленного металлического сосуда горячее вино, кипятки, коровью мочу или кипящее молоко до наступления смерти.

- Каждый римлянин имел право убить свою жену, если заставлял ее пьяной.

- В Афинах при Солоне за пьянство первый раз штрафовали, потом казнили. В Ливерпуле уже в XIX в. пробовали публиковать в газетах имена и адреса алкоголиков.

Какой способ борьбы с пьянством кажется вам наиболее справедливым?

(Ответы студентов.)

В наше время предлагаются более гуманные методы борьбы с пьянством. Пропагандировать культуру застолья или насаждать абсолютную трезвость - какой путь кажется вам наиболее эффективным?

Некоторые защитники трезвости предлагают даже ввести «сухой закон» - запрет на производство и продажу алкоголя. Как вы относитесь к этому предложению?

(Студенты высказываются.)

Наше обсуждение подошло к концу. Мы услышали самые разные мнения о том, как противостоять пьянству. Единственное, что было для всех очевидно - то, что алкоголь - это большая проблема для России, и проблему эту нужно решать. Это и будет последней аксиомой алкоголя, которую мы узнали сегодня.

V. Заключительное слово

Куратор. Вредное влияние алкоголя - это аксиома. Но, тем не менее, многие предпочитают испытывать крепость своего здоровья. Каждый делает свой выбор. Разумное и бережное отношение к своему организму может продлить активную полноценную жизнь на 15-20 лет. Наплевательское и халатное - укорачивает ее на 15-20 лет. Как было бы хорошо, если бы и эту истину люди усвоили как аксиому.

VI. Подведение итогов (рефлексия)

Куратор. Мы говорили сегодня об очевидных истинах, касающихся алкоголя. Так ли очевидны были для вас эти истины? Или осталось желание экспериментировать с алкоголем?