

# Alkohol zgubny wpływ na życie



Nawet niewielkie ilości **alkoholu**, niegroźne dla dorosłych, zaburzają procesy rozwojowe dzieci i młodzieży. Dotyczy to nie tylko rozwoju biologicznego, ale także rozwoju emocjonalnego, intelektualnego, duchowego oraz społecznego.

## **Jak alkohol wpływa na rozwój emocjonalny?**

W okresie dorastania alkohol zaburza rozwój **dojrzałości** emocjonalnej, gdyż kojarzysz przyjemne stany emocjonalne z alkoholem, a nie z prawdziwymi wydarzeniami życiowymi czy więziami międzyludzkimi, w ten sposób zaczynasz tracić kontakt z rzeczywistością. Zamiast odkrywać prawdę o sobie i o **życiu** w naturalnych i autentycznych doświadczeniach osobistych, uczysz się manipulować własnymi uczuciami. Wzbudzanie różnych uczuć za pomocą alkoholu czy innych środków pobudzających, uszkadza naturalne zdolności do reagowania uczuciowego. Według J. Mellibrudy:

„sztuczne pobudzanie się lub **uspakajanie** utrudnia radzenie sobie z prawdziwymi przyczynami naszych trudności osobistych. Chemiczne uśmierzanie przykrych uczuć tworzy uzależnienie i obniża odporność na cierpienie. Człowiek uczy się, że można przy pomocy alkoholu cierpienie przekształcać w specyficzny rodzaj stanu przyjemnej ulgi.

Dlatego dolegliwości fizyczne i psychiczne zamiast odstręczać go od alkoholu, skłaniają go do dalszego **picia**”.

### **Jak alkohol wpływa na rozwój intelektualny?**

Alkohol zaburza rozwój intelektualny w wieku dorastania, a także ma wpływ na procesy związane z uczeniem się i zapamiętywaniem. Przykładem błędnego myślenia jest przekonanie niektórych **młodych**, że sięgają po alkohol tylko po to, aby potwierdzić własną dorosłość i niezależność. Gdy pojawiają się szkody alkoholowe w realnym życiu, w umyśle niemal automatycznie występują zniekształcenia, które likwidują informację o **szkodliwości** picia przy zachowaniu pozorów wolności i logicznego myślenia. Utrudnia to racjonalne myślenie i dostrzeganie szkód powodowanych przez alkohol oraz uniemożliwia skuteczne powstrzymanie się od picia.

Alkohol zaburza również rozwój sfery duchowej młodego człowieka. To właśnie duchowość określa w głównej mierze postawę wobec samego siebie oraz wobec świata osób i rzeczy. Bez bogactwa sfery duchowej życie młodego człowieka staje się dramatycznie **bolesne** i bezsensowne.

### **Jak alkohol wpływa na zachowanie?**

Osoby młode pod wpływem alkoholu zmieniają swoje **zachowanie**, stają się bardziej rozluźnione, smutne – stają się przez jakiś czas weselsze, nieśmiałe– zmieniają się w odważne itd. Ponieważ alkohol uśmierza przykre przeżycia pojawiające się przy okazji niepowodzeń, osoby młode pijące alkohol są mniej motywowane do uczenia się umiejętności potrzebnych w życiu, służących podejmowaniu odpowiedzialnych decyzji czy radzenia sobie z trudnościami. Rezygnują z życia w rzeczywistości i coraz bardziej wchodzą w świat iluzji.

### **Jakie moralne skutki może mieć picie alkoholu?**

Oprócz skutków **psychofizycznych**, sięganie po alkohol w wieku dorastania powoduje także negatywne skutki moralne, skutki społeczne oraz zaburzone więzi z samym sobą i z innymi ludźmi.

Negatywne skutki moralne to przede wszystkim: poczucie winy, niepokój moralny, łamanie zasad **moralnych** także w innych sferach życia, osłabienie siły woli, wrażliwości sumienia, zdolności do panowania nad sobą i do wewnętrznej dyscypliny.

Nadużywanie alkoholu i uzależnienie alkoholowe powodują między innymi następujące skutki społeczne:

- trudności w zdobyciu umiejętności szkolnych i zawodowych, w podejmowaniu funkcji społecznych, we współpracy i respektowaniu norm współżycia w **środowisku** rodzinnym oraz sąsiedzkim itd.;
- kształtowanie się negatywnych postaw społecznych, takich jak cynizm, znieczulica społeczna, nierzetelność, nieodpowiedzialność, wulgaryzacja języka, brutalizacja i prymitywizacja życia, zanik zainteresowań wartościami wyższymi.

Alkohol, po który sięgają młodzi, niszczy kontakt człowieka z sobą. Wyraża się to przez: żal do siebie, lęk, agresję, oszukiwanie samego siebie, krzywdzenie siebie, bunt aż do stanów **samobójczych**. Zaburzone zostają więzi z innymi **ludźmi**, co prowadzi do osamotnienia i izolacji w wieku, w którym jest potrzebna przyjaźń i wsparcie innych. Unika się więzi opartych na prawdzie i miłości, a preferuje więzi oparte na manipulowaniu drugim człowiekiem, na uzależnieniu go od siebie czy na posługiwaniu się nim dla własnych celów. W konsekwencji prowadzi to do wchodzenia w kręgi rówieśnicze o charakterze patologicznym. W takim środowisku są nawiązywane relacje chore i destrukcyjne dla wszystkich.

K.Cieślewicz