**Трезвый выбор**

Каждый из нас имеет друзей, родственников и знакомых, погибших от алкоголя. Тем не менее многие уверены, что спиваются только слабые, а сильные люди никогда не впадут в зависимость. Именно они и пополняют год за годом армию зависимых. Наше общество заражено убеждением в безвредности, безопасности и допустимости регулярного употребления алкоголя.

Состояние трезвости как нормы или не вполне очевидно, или попросту отрицается. Удобно считать, что «алкоголизация — это надуманная проблема», «запретами на алкоголь ничего не добьешься». Конечно, нельзя запретить людям совершать глупости и плохие поступки, но это не значит, что общество не должно, например, реагировать на преступления или заниматься профилактикой преступности. Алкоголь усугубляет преступную ситуацию в обществе. Нужно воспитывать личную ответственность, в том числе и за употребление алкоголя. Если алкоголь убивает россиян на дорогах и за рулем автомобилей, то совершенно правильные меры — запрет продажи алкоголя на автозаправках, на остановках и так далее. От каждого из нас зависит, чтобы алкоголь перестал быть сакральным символом русской силы духа, а веселый пьяница-дурачок — национальным героем.

 В нашей стране подростки достаточно рано начинают пробовать алкоголь. Они используют его как социальный адаптоген, который позволяет налаживать взаимоотношения. Этот опыт они несут потом во взрослую жизнь. Одни пьют, потому что не знают, как знакомиться, проводить время, общаться с друзьями на трезвую голову. Другие боятся делиться своими переживаниями, чтобы не показаться слабыми. Чтобы справляться с постоянными стрессами, поддерживать себя на плаву, развиваться творчески или материально, нужны психологические силы, поэтому многие используют алкоголь как костыль. То есть пьют потому, что хотят быть счастливыми, но не понимают, что для этого нужно, поэтому неправильно используют и расходуют ресурсы своего организма, неправильно относятся к своему здоровью. Никто не хочет страдать, быть несчастным, просто по дороге «к счастью» пьющий человек приобретает еще больше проблем, чем было до того, как он откупорил бутылку.

Однако сейчас в обществе наметилась новая тенденция —появился большой интерес к популяризации трезвого образа жизни.

Идея Дня трезвости, который мы празднуем 11 сентября, в том, чтобы всем вместе попробовать дать переоценку сакрализации, романтизации алкоголя и сделать так, чтобы у наших детей были другие ценности. Творчество, вера, дружба, саморазвитие, любовь, создание семьи— хотелось бы, чтобы все это стало чертами нашей новой русской мечты, чтобы мы стремились быть лучше, стремились быть трезвыми, а не пьяными Ваньками-дурачками.

Врач-нарколог : Овчинникова М.Н.