

1. א. בפסקה ד בטקסט נאמר: "השפעת האלכוהול מטעה..." מדוע היא מטעה? לוו את תשובתכם בדוגמה מן הטקסט.
 ב. לקטו ארבע דוגמאות מפסקה ה לביטויי התנהגות בהתאם לריכוז שונה של אלכוהול בדם. תנו כותרות לריכוזים השונים.
1. א. השפעת האלכוהול מטעה, כיוון שיש לה השפעה מעוררת לזמן קצר, והיא מדכאת את הגורמים המרסנים את אישיותו של השותה. התוצאה היא שהשותה רגוע ובעל ביטחון עצמי, אבל, בעצם, יכולת השיפוט שלו לוקה, והריכוז והמחשבה הבהירה שלו מתערערים.
 לפי הדוגמה שבטקסט, תחת השפעת האלכוהול האדם עלול לפתוח בקטטה, ולא להימנע ממנה (מאחר שהאלכוהול מדכא את הגורם המרסן).
 ב. ביטויי התנהגות:
ריכוז אלכוהול נמוך - עליזים, משעשעים, חופשיים מדאגות, רגועים, בעלי ביטחון עצמי.
ריכוז אלכוהול גבוה - בלבול, ליקויי זיכרון, ירידה בתיאום שרירים, כישלון באיזון הגוף, נמנום.
2. ציינו למי/למה הכוונה באזכורים המודגשים בקו.
 א. "עוד נטען כי ליחס זה..." (פסקה ב) זה - הכוונה ליחס החברה לאלכוהול כאל משקה.
 ב. "היא יכולה לגרום למשתמש..." (פסקה ג) היא - הכוונה לצריכת האלכוהול.
 ג. "... ייתכן שהלה יחוש צורך להכותו". (פסקה ד) "אדם מכעיס מישהו" = האדם המוכעס (זה שהכעיסו אותו)
3. האלכוהול מקובל בחברה כמשקה, אבל הולמת אותו גם התוויית "סם". (על פי פסקה א) הסבירו משפט זה על פי המאמר. בנו את תשובתכם במבנה של השוואה.
3. האלכוהול כמו מים או מיץ תפוזים מוכר כמשקה אלפי שנים ומותר לשימוש על פי חוק בחברות רבות. מצד אחר אם ייעשה בו שימוש לרעה הוא מסוגל לשנות את המבנה ואת הפעילות של רקמות הגוף או את מצבו הנפשי של האדם ואת התנהגותו, ובכך הוא מתפקד / משמש כסם.
4. א. מהי מטרת הטקסט? העתיקו למחברתכם את התשובה הנכונה.
 (1) להציג את ההבדלים בין סמים לבין אלכוהול.
 (2) לתאר את השפעותיו של האלכוהול על תפקודי המוח.
 (3) לבקר את החברה שמתנגדת להגביל את השימוש במשקאות אלכוהוליים בחקיקה.
 (4) למסור מידע על הסכנות הגלומות בשימוש לרעה באלכוהול כחלק מקבוצת סמים.
 ב. בססו את תשובתכם על הכתוב במאמר.
4. ב. מבחר משפטים אפשריים:
 • כל פסקה ג (למעט המשפט הראשון).
 • דיכוי החלקים במוח המפקחים על ההתנהגות והמבקרים אותה, גורם לליקוי בחשיבה ובהתנהגות. (פסקה ד)
 • ברמות אלה (כאשר מצויות בדם רמות נמוכות של אלכוהול) אופיו המדכא של האלכוהול בא לידי ביטוי בהקטנת הביקורת העצמית ובהאטת הפעילות השכלית. יכולת השיפוט הנכון לוקה, והריכוז והמחשבה הבהירה מתערערים. (ה)

ב. (1) לפניכם חלק ממסמך שהוגש לוועדה בכנסת. קראו אותו וענו על שתי השאלות שאחריו.

צריכת אלכוהול בקרב ילדים ובני נוער ויישום התוכנית הלאומית לצמצום הצריכה המופרזת של אלכוהול

אלכוהול הוא חומר חוקי שנצרך בטקסים דתיים וחברתיים. עם זאת הוא גם סם שעלול לגרום להתמכרות. שתייה מופרזת של אלכוהול בילדות ובגיל ההתבגרות עלולה לשבש את ההתפתחות הקוגניטיבית והרגשית התקינה. במחקרים התגלה כי השתיינים הצעירים מאבדים שליטה על פעולותיהם: האלכוהול עלול לגרום למעורבות של נהג שיכור בתאונה קטלנית (עד פי 17 משל נהג אחר), להגביר בריונות של קטינים כלפי קטינים אחרים, לפגוע בכושר השיפוט, ובמקרים קיצוניים להביא לאלימות קשה. עוד נמצא כי קיים קשר בין שתיית אלכוהול לבין אובדנות של קטינים.

נכתב על ידי מריה רבינוביץ'. מתוך מסמך של מרכז המחקר והמידע של הכנסת שהוגש לוועדה לזכויות הילד, 23 יולי 2012

תשובות לשאלות על מסמך שהוגש לוועדה בכנסת.

ב. (1) I. לאיזו פסקה / פסקות במאמר קשור המידע המופיע במסגרת?

II. במה תורם המידע שבמסמך למאמר שקראתם?

III. בטקסט נכתב: "עד פי 17 משל נהג אחר". כתבו את המספר במילים ונמקו את תשובתכם.

ב. I. המידע קשור לסוף פסקה ה.

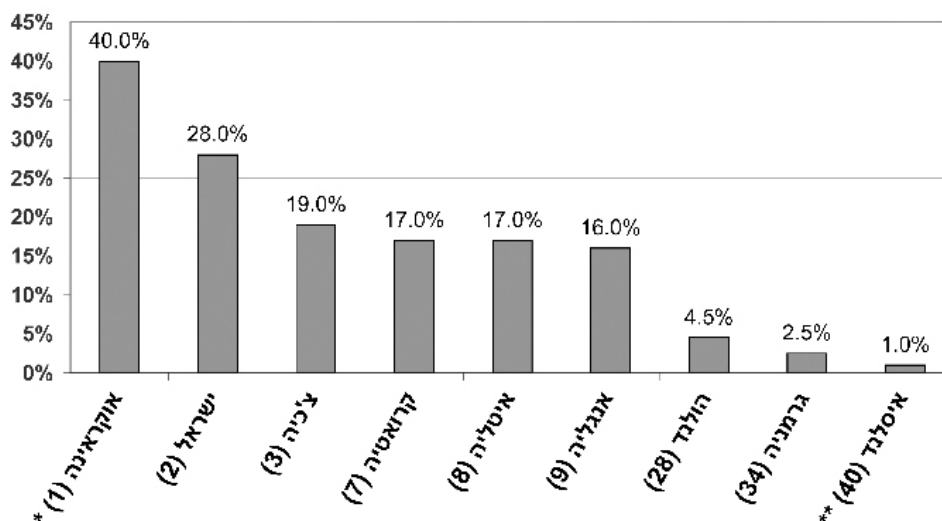
II. המסמך מספק חיזוק נוסף להיבטים השליליים הקשורים בשתיית אלכוהול ובסכנות הכרוכות בה ומדגיש את ההשפעה על צעירים.

III. פי שבעה עשר. אחרי "פי" יבוא המספר בזכר.

ג. (1) תרשים

עיינו בתרשים שיעור תלמידי כיתה ו (בנים) במדינות שונות השותים אלכוהול פעם בחודש וענו על השאלות שאחריו.

שיעור תלמידי כיתה ו (בנים) במדינות שונות השותים אלכוהול פעם בחודש



על פי תרשים שפורסם בעיתונות, 2007

* המספר בסוגריים ליד המדינה מציין את מיקומה ביחס לשאר המדינות.

** המדינה הנמצאת במקום האחרון בתרשים על פי תוצאות המחקר.

- I. מה אפשר ללמוד מן התרשים באשר לתרבות השתייה בקרב בני נוער בישראל? נסחו את דבריכם במשפטים שלמים ומקושרים על סמך הכותרת והתרשים. הביעו דעתכם על הנתונים העולים מן התרשים בתבנית של הסקנת מסקנה.
- II. נהוג לכנות תרשים מסוג זה "תרשים שלילי". מדוע לדעתכם התרשים המוצג כאן מתאים להגדרה זו? (היעזרו בתוצאות של תחרויות בתחומים שונים: ספורט, מכוניות ועוד)

- ג. I. ישראל נמצאת במקום השני מבין 40 מדינות שנבדקו במחקר באשר לתרבות השתייה בקרב בני נוער בכיתה ו. על פי תוצאות המחקר, 28% מבני הנוער בכיתה ו בישראל שותים אלכוהול פעם בחודש. אין ספק, כי נתונים אלו מדאיגים, וכי יש לפעול למיגור התופעה.
- II. בדרך כלל מקום שני מורה על תוצאה חיובית גבוהה (מקום שני בליגה, באלופות), ואילו כאן התוצאה היא שלילית (מקום שני בממדי השתייה). בתרשים כזה רצוי להיות דווקא במקום האחרון, ולא במקום הראשון.

דרך נוח ומאמלצת לביצוע מטלת הכתיבה הממשלת

כדי להקל עליכם את מלאכת הכתיבה מוצגים באתר תחת לשונית "חוברת תרגול" כל הטקסטים המופיעים בספר בנושא "כתיבה ממזגת" בקובצי PDF.

- בשעת העבודה אין צורך להעתיק מתוך המאמרים את המידע הנדרש בכתב יד למחברת או לדף.
- אפשר לסמן בתוך קובצי ה-PDF את המידע המתאים לסקירה באמצעות כלי העבודה של ה-PDF.
- אפשר להוסיף למאמרים הערות.
- לצורך כתיבת הסקירה התיאורטית אפשר להעתיק את המידע הרלוונטי לקובץ וורד, ובו לכתוב ולערוך את הסקירה.

בעמודים הבאים מוצגת הצעה דידקטית מורחבת
לניתוח הטקסטים על פי התבחינים המופיעים במטלת הסיכום הממשל
ולדרך עבודה על הכתיבה הממשלית.

בסוף היחידה מוצגת הסקירה התואורטית (הספרותית).

אלכוהול כסם מדכא

א המילה "משקה" הצמודה לאלכוהול, יכולה להקנות לו מעמד שווה לזה של מים או של מיץ תפוזים. האלכוהול עשוי להיחשב כמזון כי בתהליך חמצונו הוא מספק קלוריות. הוא גם יכול להיחשב כתרופה לטיפול בחוליים שונים, אבל ⁽¹⁾ הולמת אותו גם התווית "סם". בעוד שהקונוטציה של המונח "סם" היא גלולה או זריקה, את האלכוהול צורכים כמשקה אלכוהולי. זו אולי אחת הסיבות שאין מתייחסים אליו כאל סם.

ב יש הגורסים, שאילו היו המשקאות האלכוהוליים מתגלים רק באחרונה, הייתה החברה המודרנית מתנגדת להפצתם. אבל מאחר ש ⁽¹⁾ האלכוהול מוכר כבר אלפי שנים, הוא מקובל בחברה כמשקה, ובחברות רבות הוא מותר לשימוש על פי חוק. עוד נטען, כי ליחס זה תורמת הופעת המשקה האלכוהולי בבקבוקים מהודרים ובמכלים צבעוניים. צורת האריזה המושכת היא אחת השיטות להחדרת המשקאות האלכוהוליים לשוק. התעשייה האדירה המשווקת את האלכוהול משתמשת בפרסומת רבת היקף ומתנגדת לניסיון כלשהו להגביל את השימוש במשקאות אלכוהוליים באמצעות חקיקה.

ג ⁽¹⁾ התווית "סם" הולמת את האלכוהול המכונה גם "הסם הרטוב". אם ייעשה באלכוהול שימוש לרעה, הוא מסוגל לשנות את המבנה ואת הפעילות של רקמות הגוף או את מצבו הנפשי של האדם ואת התנהגותו. כשצריכתו מגיעה לכמויות גדולות, האלכוהול נעשה חומר מדכא המאט את פעילות מערכת העצבים המרכזית, וכתוצאה מכך הוא מאט גם את פעולת אברי הגוף הנשלטים על ידיה. ⁽²⁾ צריכת המשקאות האלכוהוליים בכמויות גדולות ובתדירות גבוהה גורמת למשתמש בהם נזקים בריאותיים או חברתיים, והיא יכולה לגרום למשתמש בהם גם לתלות גופנית ממכרת עד כדי צורך בגמילה. לכן יש המשייכים את האלכוהול לקבוצת הסמים ה"קשים".

ד האדם בחברה המודרנית לומד לפקח על התנהגותו. קיימים אצלו מעצורים, והוא נמנע מלעשות דברים המקובלים כבלתי נכונים או כבלתי הולמים מצבים מסוימים. השכבה העליונה במוח (המרכז הגבוה המפקח על ההתנהגות, על תהליכי חשיבה ולמידה ועל שיפוט ועכבות) היא הראשונה המושפעת מן האלכוהול (כבר בריכוזים נמוכים שלו בדם). השפעת האלכוהול מטעה, ⁽²⁾ מאחר שהיא מעוררת את השותה לזמן קצר על ידי דיכוי הגורמים המרסנים את אישיותו. דיכוי החלקים במוח המפקחים על ההתנהגות והמבקרים אותה, גורם לליקוי בחשיבה ובהתנהגות. לדוגמה, אם במהלך דיון אדם מכעיס מישהו, ייתכן שהלה יחוש צורך להכותו, אבל הוא יבליג, הואיל והוא למד שאין זו הדרך ליישב סכסוך. אולם תחת השפעת האלכוהול הוא עלול להתחיל בקטטה. הקטטה לא תהיה תוצאת השפעתו המעוררת של האלכוהול שבעקבותיה הפך לנועז, אלא משום שהאלכוהול דיכא במוחו גורם מרסן באישיותו והביא לאיבוד עִפְבָּה.

ה ה לעתים השפעת האלכוהול על הגורמים המרסנים במוח באה לידי ביטוי בצורות התנהגות אחרות. ⁽²⁾ יש מי שנעשים עליזים, משעשעים, פטפטיניים, רעשניים ⁽²⁾ וחופשיים מדאגות. כאשר מצויות בדם רמות נמוכות של אלכוהול, ההשפעה המעוררת והאופוריה (תחושת ה"high") עלולות להטעות. ברמות אלה אופיו המדכא של האלכוהול בא לידי ביטוי בהקטנת הביקורת העצמית ובהאטת הפעילות השכלית. יכולת השיפוט הנכון לוקה, והריכוז והמחשבה הבהירה מתערערים. עם זאת אדם יכול לחוש עצמו רגוע ובעל ביטחון עצמי וכן בעל יכולת. ⁽²⁾ ככל שעולה ריכוז האלכוהול בדם, ניכרת יותר ויותר השפעתו המדכאת והמרדמה המתועלת מן השכבות העליונות של המוח לשאר חלקיו. לאחר ההשפעה הראשונית נוצרים בלבול, ליקויי זיכרון, הפרעות בחושים, ירידה בתיאום שרירים, כישלון באיזון הגוף ובכושר הדיבור (המתבטאים למשל בהילוך כושל ובדיבור עילג), נמנום, האטה בזמן התגובה לגירויים, אבדן הכרה ואפילו מוות.

ו האלכוהול בדומה לסם הרואין יכול להביא לידי התמכרות ומכאן לתלות נפשית ולתלות גופנית על כל מאפייניהן. לפיכך אפשר לכוונת אדם התלוי נפשית וגופנית במשקה האלכוהולי, "מתמכר לאלכוהול", כשם שמכנים אדם התלוי נפשית וגופנית בהרואין, "מתמכר להרואין". התלות הגופנית תזוהה אצל המשתמשים בהרואין כבר לאחר כמה שבועות, ואילו אצל המשתמשים לרעה באלכוהול היא תורגש לאט יותר, לעתים לאחר חודשים ושנים.⁽²⁾ הגמילה מאלכוהול עלולה להיות מסוכנת יותר מזו הנובעת מהפסקת השימוש בהרואין משום שיש בה סכנת מוות. סימני ההיכר שלה הם דיכאון, מתיחות, חוסר יכולת לישון, הזעה, הקאות, שלשולים, רעד, עוויתות, הזיות ובמקרים חמורים פרכוסים חזקים, אבדן הכרה ומוות.

ז יש הסבורים שדווקא התהליך האטי שבו מתבצעת ההתמכרות לאלכוהול והתלות הגופנית בו (בניגוד לסמים אחרים שבהם התהליך מהיר יותר), הוא הגורם לתפוצתו הגדולה בקרב הציבור. כל מי שמכיר בסכנה הטמונה בהרואין "סם המוות הלבן", חייב להיות מודע לעובדה שגם האלכוהול הוא סם מסוכן אף יותר מסמים אחרים בשל השימוש החוקי בו.

מעובד על פי מאמר שפורסם בספר "אלכוהול ושכרות" כחלק מתכנית מנע חינוכית בין-תחומית של משרד החינוך והתרבות, של אוניברסיטת חיפה ושל האגודה למניעת אלכוהוליזם בישראל, 1997.

מסמך שהוגש לוועדה בכנסת

צריכת אלכוהול בקרב ילדים ובני נוער ויישום התוכנית הלאומית לצמצום הצריכה המופרזת של אלכוהול

אלכוהול הוא חומר חוקי שנצרך בטקסים דתיים וחברתיים. עם זאת הוא גם סם שעלול לגרום להתמכרות.⁽²⁾ שתייה מופרזת של אלכוהול בילדות ובגיל ההתבגרות עלולה לשבש את ההתפתחות הקוגניטיבית והרגשית התקינה. במחקרים התגלה כי השתיינים הצעירים מאבדים שליטה על פעולותיהם: האלכוהול עלול לגרום למעורבות של נהג שיכור בתאונה קטלנית (עד פי 17 משל נהג אחר), להגביר בריונות של קטינים כלפי קטינים אחרים, לפגוע בכושר השיפוט, ובמקרים קיצוניים להביא לאלימות קשה. עוד נמצא כי קיים קשר בין שתיית אלכוהול לבין אובדנות של קטינים.

מטלה מדורגת לכתיבה ממצגת

א. מטלת הכתיבה - סיכום המאמר - עמוד 125

בעקבות מקרי האלימות ההולכים וגוברים בקרב בני נוער עקב שתיית אלכוהול, משרד החינוך מעודד את בתי הספר לעסוק בנושא זה. מנהל בית הספר החליט לערוך יום עיון בנושא ולהזמין פסיכולוג כדי שיצא בפניכם על הסכנות שבשתיית אלכוהול. הפסיכולוג מביא עמו נער אשר יספר על הסיבות להתמכרותו ועל תהליך הגמילה. הכנה ליום העיון נתבקשתם להכין כתבה בנושא, שהיא סיכום המאמר "אלכוהול כסם מדכא". בסיכומכם הגדירו את המילה "אלכוהול", כפי שהיא מופיעה במאמר וציינו את הסכנות הטמונות בהתמכרות לאלכוהול ואת השפעותיו.

התבחינים:

(1) הגדירו את המילה "אלכוהול".... וציינו את (2) הסכנות הטמונות בהתמכרות שבשתיית אלכוהול.

ניתוח המאמר על פי התבחינים - ראו קווים ומספרים במאמר לבראש היחידה.

א. סקירת המאמר - עמ' 125

(1) האלכוהול, השפעותיו והסכנות הטמונות בו מתוארים במאמר "אלכוהול כסם מדכא" (1997). * האלכוהול מקובל בחברה כמשקה, אך הוא יכול להיחשב גם כסם. הוא חומר המסוגל (אם ייעשה בו שימוש לרעה) לשנות את המבנה ואת הפעילות של רקמות הגוף או את מצבו הנפשי של האדם ואת התנהגותו. (2) דפוסי צריכה של משקאות אלכוהוליים בכמויות גדולות ובתדירות גבוהה גורמים למשתמש בהם נזקים בריאותיים או חברתיים. כמו כן הם עלולים להוביל לתלות גופנית ולתסמונת גמילה. האלכוהול הוא חומר מדכא המאט את פעילות מערכת העצבים המרכזית. בעקבות זאת מואטת גם פעולת איברי הגוף הנשלטים על ידיה. האלכוהול עשוי לעורר את השותה לזמן קצר. האדם נראה עליז וחופשי, כיוון שהאלכוהול מדכא את מנגנוני הפיקוח והעיכוב וגורם לליקוי בסדר ומפר את משטר ההתנהגות. ככל שעולה ריכוז האלכוהול בדם, ניכרת יותר השפעתו המרדומת והמדכאת. הגמילה מאלכוהול לעומת גמילה מסמים מסוכנת יותר משום שיש בה סכנת מוות. הנטייה להקנות לאלכוהול מעמד של משקה "רגיל", השימוש החוקי בו והתהליך האטי שבו מתבצעת ההתמכרות אליו, הם אשר הופכים אותו למשקה מסוכן.

* בסיום זה ציון שם המאמר הראשי משום שכותרת המאמר אינו מצוין.
(המאמר נכתב על ידי צוות משוב של משרד החינוך והתרבות, של אוניברסיטת איפה ושל האגודה למניעת אלכוהוליזם בישראל)

הערה:

• בסיכום זה המשפט האחרון מרכז את שלוש הסיבות מדוע האלכוהול מסוכן, שלוש סיבות אלה מופיעות לאורך כל המאמר בפסקות א, ב, ג-ז.

ביבליוגרפיה:

"אלכוהול כסם מדכא" (1997), אלכוהול ושכרות, משרד החינוך והתרבות, אוניברסיטת חיפה והאגודה למניעת אלכוהוליזם בישראל.

ב. (2) כתיבה ממוזגת / סקירה תיאורטית של המאמר והמידע מתוך המסמך

כתבו סקירה של המאמר ושל מסמך הכנסת. (על פי המטלה שבסעיף א).

בסקירתכם התייחסו גם למידע הנוסף העולה מן המסמך.

במשימה זו אין עליכם לכתוב סקירה חדשה, אלא לשלב בסקירה שכתבתם בסעיף א את המידע מהמסמך.

בסקירתכם הקפידו על דרכי מסירה מקובלות ועל אזכור מקורות המידע בגוף הסקירה ובסופה (ביבליוגרפיה).

הסקירה התיאורטית

א- המאמר, ב- מסמך הכנסת

(1) האלכוהול, השפעותיו והסכנות הטמונות בו מתוארים במאמר "אלכוהול כסם מדכא" (1997). (א1) האלכוהול מקובל בחברה כמשקה, אך הוא יכול להיחשב גם כסם. הוא חומר המסוגל (אם ייעשה בו שימוש לרעה) לשנות את המבנה ואת הפעילות של רקמות הגוף או את מצבו הנפשי של האדם ואת התנהגותו. (א2) דפוסי צריכה של משקאות אלכוהוליים בכמויות גדולות ובתדירות גבוהה גורמים למשתמש בהם נזקים בריאותיים או חברתיים. כמו כן הם עלולים להוביל לתלות גופנית ולתסמונת גמילה. האלכוהול הוא חומר מדכא המאט את פעילות מערכת העצבים המרכזית. בעקבות זאת מואטת גם פעולת איברי הגוף הנשלטים על ידיה. האלכוהול עשוי לעורר את השותה לזמן קצר. האדם נראה עליז וחופשי, כיוון שהאלכוהול מדכא את מנגנוני הפיקוח והעיכוב וגורם לליקוי בסדר ומפר את משטר ההתנהגות. ככל שעולה ריכוז האלכוהול בדם, ניכרת יותר השפעתו המרדמית והמדכאת.

(ב2) **מסמך הכנסת (2012) מוסיף***, כי שתייה מופרזת של אלכוהול בילדות ובגיל ההתבגרות עלולה לשבש את ההתפתחות הקוגניטיבית והרגשית התקינה. במחקרים התגלה כי השתיינים הצעירים מאבדים שליטה על פעולותיהם**. (א2) **המאמר (1997) מציג פן נוסף בנושא הסכנות ומציין**, כי הגמילה מאלכוהול לעומת גמילה מסמים מסוכנת יותר משום שיש בה סכנת מוות. הנטייה להקנות לאלכוהול מעמד של משקה "רגיל", השימוש החוקי בו והתהליך האטי שבו מתבצעת ההתמכרות אליו, הם אשר הופכים אותו למשקה מסוכן.

* המידע שבמסמך נלקח את הנאמר באמריקה.

** בסיכום יש להשתמש בביטויים מכליליים, לכן אין צורך בפירוט של "השליטה על פעולותיהם".

ביבליוגרפיה:

"אלכוהול כסם מדכא" (1997), אלכוהול ושכרות, משרד החינוך והתרבות, אוניברסיטת חיפה והאגודה למניעת אלכוהוליזם בישראל. רבינוביץ, מ', (2012), מסמך של מרכז המחקר והמידע של הכנסת, הוגש לוועדה לזכויות הילד.

ג. (2) סקירה ממוזגת של המאמר, המסמך והתרשים

א- המאמר, ב- מסמך הכנסת, ג- התרשים

(1) האלכוהול, השפעותיו והסכנות הטמונות בו מתוארים במאמר "אלכוהול כסם מדכא" (1997). (א1) האלכוהול מקובל בחברה כמשקה, אך הוא יכול להיחשב גם כסם. הוא חומר המסוגל (אם ייעשה בו שימוש לרעה) לשנות את המבנה ואת הפעילות של רקמות הגוף או את מצבו הנפשי של האדם ואת התנהגותו. (א2) דפוסי צריכה של משקאות אלכוהוליים בכמויות גדולות ובתדירות גבוהה גורמים למשתמש בהם נזקים בריאותיים או חברתיים. כמו כן הם עלולים להוביל לתלות גופנית ולתסמונת גמילה. האלכוהול הוא חומר מדכא המאט את פעילות מערכת העצבים המרכזית. בעקבות זאת מואטת גם פעולת איברי הגוף הנשלטים על ידיה. האלכוהול עשוי לעורר את השותה לזמן קצר. האדם נראה עליז וחופשי, כיוון שהאלכוהול מדכא את מנגנוני הפיקוח והעיכוב וגורם לליקוי בסדר ומפר את משטר ההתנהגות. ככל שעולה ריכוז האלכוהול בדם, ניכרת יותר השפעתו המרדמית והמדכאת.

(ב2) **מסמך הכנסת** (2012) **מוסיף, כי** שתייה מופרזת של אלכוהול בילדות ובגיל ההתבגרות עלולה לשבש את ההתפתחות הקוגניטיבית והרגשית התקינה. במחקרים התגלה כי השתיינים הצעירים מאבדים שליטה על פעולותיהם. (ג2) ממחקר שנערך בקרב בני נוער ושתוצאותיו מוצגות **בתרשים** (2008), **עולים נתונים מדאיגים המראים, כי** ישראל נמצאת במקום השני מבין 40 מדינות שנבדקו במחקר באשר לתרבות השתייה בקרב בני נוער בכיתה ו. על פי תוצאות המחקר, 28% מבני הנוער בכיתה ו בישראל שותים אלכוהול פעם בחודש. (א2) **המאמר** (1997) **מציג פן נוסף בנושא הסכנות ומציין, כי** הגמילה מאלכוהול לעומת גמילה מסמים מסוכנת יותר משום שיש בה סכנת מוות. הנטייה להקנות לאלכוהול מעמד של משקה "רגיל", השימוש החוקי בו והתהליך האיטי שבו מתבצעת ההתמכרות אליו, הם אשר הופכים אותו למשקה מסוכן.

ביבליוגרפיה:

"אלכוהול כסם מדכא" (1997), **אלכוהול ושכרות**, משרד החינוך והתרבות, אוניברסיטת חיפה והאגודה למניעת אלכוהוליזם בישראל. פישמן, י' (2008), **צריכת אלכוהול בקרב בני נוער**, ועדת החינוך והתרבות. רבינוביץ, מ' (2012), **מסמך של מרכז המחקר והמידע של הכנסת**, הוגש לוועדה לזכויות הילד.

הסקירה הספרותית ("נקייה" כפי שצריך להגיש)

האלכוהול, השפעותיו והסכנות הטמונות בו מתוארים במאמר "אלכוהול כסם מדכא" (1997). האלכוהול מקובל בחברה כמשקה, אך הוא יכול להיחשב גם כסם. הוא חומר המסוגל (אם ייעשה בו שימוש לרעה) לשנות את המבנה ואת הפעילות של רקמות הגוף או את מצבו הנפשי של האדם ואת התנהגותו. דפוסי צריכה של משקאות אלכוהוליים בכמויות גדולות ובתדירות גבוהה גורמים למשתמש בהם נזקים בריאותיים או חברתיים. כמו כן הם עלולים להוביל לתלות גופנית ולתסמונת גמילה. האלכוהול הוא חומר מדכא המאט את פעילות מערכת העצבים המרכזית. בעקבות זאת מואטת גם פעולת איברי הגוף הנשלטים על ידיה. האלכוהול עשוי לעורר את השותה לזמן קצר. האדם נראה עליו וחופשי, כיוון שהאלכוהול מדכא את מנגנוני הפיקוח והעיכוב וגורם לליקוי בסדר ומפר את משטר ההתנהגות. ככל שעולה ריכוז האלכוהול בדם, ניכרת יותר השפעתו המרדמה והמדכאת.

מסמך הכנסת (2012) מוסיף, כי שתייה מופרזת של אלכוהול בילדות ובגיל ההתבגרות עלולה לשבש את ההתפתחות הקוגניטיבית והרגשית התקינה. במחקרים התגלה כי השתייה הצעירים מאבדים שליטה על פעולותיהם. ממחקר שנערך בקרב בני נוער ושתוצאותיו מוצגות בתרשים (2008), עולים נתונים מדאיגים המראים, כי ישראל נמצאת במקום השני מבין 40 מדינות שנבדקו במחקר באשר לתרבות השתייה בקרב בני נוער בכיתה ו. על פי תוצאות המחקר, 28% מבני הנוער בכיתה ו בישראל שותים אלכוהול פעם בחודש. המאמר (1997) מציג פן נוסף בנושא הסכנות ומציין, כי הגמילה מאלכוהול לעומת גמילה מסמים מסוכנת יותר משום שיש בה סכנת מוות. הנטייה להקנות לאלכוהול מעמד של משקה "רגיל", השימוש החוקי בו והתהליך האיטי שבו מתבצעת ההתמכרות אליו, הם אשר הופכים אותו למשקה מסוכן.

ביבליוגרפיה:

- "אלכוהול כסם מדכא" (1997), אלכוהול ושכרות, אוניברסיטת חיפה והאגודה למניעת אלכוהוליזם בישראל.
פישמן, י' (2008), צריכת אלכוהול בקרב בני נוער, ועדת החינוך והתרבות.
רבינוביץ, מ' (2012), מסמך של מרכז המחקר והמידע של הכנסת, הוגש לוועדה לזכויות הילד.