**Проблемы роста вредных привычек среди молодёжи: методы работы и профилактика**

По данным Всемирной организации здравоохранения, проблемы, связанные с употреблением алкоголя, никотина, наркотиков, перестали быть сегодня медицинскими или моральными проблемами только отдельных лиц, они затрагивают здоровье, благополучие и безопасность всего населения, более того, влияют на национальное развитие.

В последнее десятилетие в нашей стране резко обострились вес вышеперечисленные проблемы. И несмотря на активную пропаганду здорового образа жизни в СМИ, выпуск многочисленных книг, журналов, плакатов, буклетов под лозунгами “нет – наркомании!”, “жизнь без иглы” и т.д., а также широкомасштабные акций по борьбе с “вредными привычками”, заболеваемость, инвалидность, смертность, в том числе детская, в России достигли катастрофического уровня.

Проблема “вредных привычек” является, по нашему мнению, одной из наиболее актуальных проблем нашего времени. Она определила специфику предмета проведённого нами исследования: причины возникновения вредных привычек в молодёжной среде и эффективные способы профилактики их. Необходимая профилактика “вредных привычек” - это, в первую очередь, информация о их губительном воздействии на человеческий организм, особенно на организм подрастающего человека. И чем раньше мы начнем профилактику “вредных привычек” среди молодого поколения, тем быстрее удастся избежать печальных последствий (тяжелых заболеваний, инвалидности, разрушенных семей, самоубийств и т.д.), повысить процент рождаемости, сохранить численность нашей нации.

Приступая к исследованию, мы поставили перед собой следующую задачу – выявить состояние этой проблемы в среде студентов нашего колледжа. Материал для анализа собирался при помощи социологического опроса, который мы провели среди студентов колледжа. Опрошено 30 человек (20 юношей и 10 девушек) разных студенческих групп и разных специальностей.

Вопросы анкеты были следующими:

1. *Употребляете ли вы алкоголь?*

а) да

б) нет

1. *С какой целью вы употребляете спиртные напитки? (возможны несколько вариантов ответов)*

а) чтобы снять напряжение (стресс)

б) чтобы повысить своё настроение

в) чтобы поддержать компанию

г) ваш вариант ответа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. *Всегда ли Вы можете отказаться от предложения выпить?*

а) да

б) нет

1. *Как часто Вы употребляете спиртные напитки?*

а) ежедневно

б) не более трех раз в неделю

в) не более двух раз в месяц

*1. Курите ли Вы?*

а) да

б) нет

*2. Количество выкуриваемых Вами сигарет?*

а) 1-10 сигарет в день

б) 10-20 сигарет в день

в) более пачки в день

*3. Вследствие чего Вы начали курить? (возможны несколько вариантов ответов)*

а) желание повзрослеть

б) влияние компании

в) хотел попробовать

г) свой ответ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*4. С какого возраста Вы начали курить?*

а) с 8-12 лет

б) с 12-16 лет

в) с 16 –20 лет

г) после 20 лет

*1. Употребляли ли Вы когда-нибудь пусть даже слабый наркотик?*

а) да

б) нет

*2. Если да, то с какой целью?*

а) желание новых ощущений

б) под воздействием других людей

в) ваш вариант ответа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*По вашему какие негативные последствия несут в себе эти пороки?*

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*3. Ваш пол:* а) мужской б) женский

*Вывод по исследованию*

Анализируя результаты нашего исследования, мы пришли к следующим выводам:

- рабочая гипотеза сделанная в начале, что данные вредные привычки глубоко укоренились среди молодёжи, оказалось верной. Большинство юношей подвержены данным вредным привычкам, в частности: алкоголю подвержены 100% юношей и 80% девушек, курению подвержены 75% юношей и 30% девушек.

Что касается наркотиков, то среди наших респондентов наркоманов не выявлено, но большинство хотя бы один раз пробовали наркотик (80% мужчин, 30% женщин).

Основной целью потребления спиртных напитков, наркотиков является повышение настроения.

Наша первоначальное предположение, согласно которому основной причиной употребления в первый раз сигареты, алкоголя, наркотика является желание попробовать, выявить ощущения, не подтвердились. Этой причиной, по данным нашего опроса, является влияние компании.

Степень зависимости опрошенных студентов от алкоголя и сигарет характеризуется следующими показателями:

от алкоголя – ежедневно употребляют спиртные напитки 0% юношей и девушек;

* не более трёх раз в неделю – 80% юношей и 30% девушек;
* не более трёх раз в месяц – 20% юношей и 70% девушек.

от сигарет - ежедневно выкуривается 1-10 сигарет 20% юношей и 66.7% девушек.

* ежедневно выкуривается 10-20 сигарет 73.3% юношей и 33.3% девушек.
* ежедневно выкуривается более пачки в день 6.7% юношей и 0% девушек (см. приложение №1).

Как и предполагалось ранее, большинство респондентов высказали мысль о том, что основным негативным последствием этих привычек является вред здоровью.

Ни для кого не секрет, что алкоголизм, токсикомания и наркомания губят не только здоровье отдельных людей, но и нарушают нормальный ритм жизни общества. Прогулы, несчастные случаи, многочисленные аварии, преступления, допускаемые людьми, употребляющими наркотические вещества, затрудняют нормальный рабочий ритм многих производств, транспорта, создают опасность для имущества граждан, разрушают семьи, здоровье и жизнь граждан, с которыми сталкиваются эти люди.

В наше время к числу наиболее уязвимых социальных групп относится молодежь, чье физическое, духовное и социальное благополучие находится под серьезной угрозой. Это признано и комиссией по международным и гуманитарным вопросам ООН. Свидетельством этому служит и проявление все большей склонности, особенно у подростковой части молодежи, к потреблению наркотических веществ и алкоголя как средству ухода от суровой действительности, которая все чаще приводит к разрушению человеческой души.

Только за один год от наркотиков и алкоголя в России умерло около 150 тысяч человек. Эта цифра настораживает нашу общественность и, в первую очередь, наших медиков. По всей России, в том числе и в нашем районе проводится работа среди подрастающего поколения в сфере профилактики наркологических заболеваний. Учителя, врачи, родители, средства массовой информации стараются не только ярко и убедительно раскрывать вред подобных привычек, но и показывать их несовместимость с подлинной красотой и культурой человека, физическим совершенством и нравственной чистотой.

Из всего вышеизложенного следует, что пьянство, табакокурение, наркомания – это проблемы государственного масштаба. Последствия употребления этих вредных веществ, безусловно, плачевные. Разрушается здоровье, страдают окружающие, человек становится непригоден для социальной жизни. Понятно, что основной причиной употребления этих вредных веществ являются социально-экономические факторы. Самой страшной является безработица. Но о своем здоровье нужно думать каждому индивидуально, ведь разрушив бездумно здоровье, порой его очень трудно восстановить. Для этого опять же нужны материальные средства. А для того, чтобы в нашем обществе меньше было наркоманов, алкоголиков и курящих, необходимо улучшить материальное положение каждой семьи, на более высокий уровень поставить воспитание подростков в школе, семье.

Больше понимать подростков, внимательнее относиться к их проблемам. В средствах массовой информации убрать всю рекламу алкогольных напитков и табака. Дать каждому человеку возможность найти свое место в жизни.