**Профилактика вредных привычек подростков:**

**курение, алкоголь, наркотики.**

В связи со сложной ситуацией в стране, когда несовершеннолетние подвержены различным негативным влияниям не только с внешней стороны, но и порой даже и в семье, обществу нужны коренные перемены в области профилактической работы. Умение самостоятельно мыслить и принимать решения, не перекладывая собственной ответственности на других, в современной жизни необходимо каждому. Умение делать выбор – большое искусство, которому учатся годами. Очень часто выбор делается без участия человека, за него и совсем не в его интересах.

Здоровье человека - основной собственный ресурс каждого из нас. К сожалению, оно занимает у человека далеко и не всегда первое место. Традиционно к вредным привычкам относят: неумеренное потребление алкоголя (пьянство) и курение. В последние десятилетия в число и попала наркомания. Но, к сожалению, ценность здоровья большинством людей осознается тогда, когда оно под серьезной угрозой или в определенной степени утрачено. Только тогда и возникает мотивация — вылечить болезнь, избавиться от вредных привычек‚ стать здоровым.

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Сейчас потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами. От этого страдает все общество, но в первую очередь под угрозу ставится подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей. Ведь алкоголь особенно активно влияет на несформировавшийся организм, постепенно разрушая его. Вред алкоголя очевиден. Алкоголизм опасен для здоровья человека, но он излечим, как и многие другие болезни. Особого внимания заслуживает проблема пьянства среди подростков. Основными принципами побуждающими их к первому знакомству с алкоголем являются желание "быть как все" в компании друзей и просто любопытство. Большое значение в воспитании у подростка правильного отношения к алкоголю имеет семья. Пример родителей убеждает лучше всяких слов.

Курение является тоже социальной проблемой общества, как для его курящей, так и для некурящей части. Для первой – проблемой является бросить курить, для второй – избежать влияния курящего общества и не «заразиться» их привычкой, а также – сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества входящие в выдыхаемый курильщиками дым, не на много безопаснее того, если бы человек курил сам. Что касается курения среди подростков‚ то в данной ситуации притягательным фактором является желание выглядеть взрослым‚ т.е. имеет место подражание‚ лишь затем привычка укореняется и вступают в действие факторы зависимости.

Злоупотребление наркотическими средствами и незаконная торговля ими в последнее время во многих странах мира приняли катастрофические размеры. Hаpкомания захватила во многих странах даже подростков. Особенностью подростковой наркомании в нашей стране стала токсикомания – изменение состояния психики при помощи бытовых химических средств. Hаpяду с уже всемирно известными наркотическими препаратами, за последние 10 лет увеличилось число наркоманов, употребляющих так называемые психотропные наpкотики – спайсы.

В основу профилактики вредных привычек подростков положен возрастной принцип, с подростками необходимо проводить беседы о вреде курения, алкоголизма, наркотиков. Со старшими детьми необходимы беседы о свойствах наркотиков их влиянии на организм. В беседах с младшими детьми должна быть ориентировка на здоровый образ жизни. В работе с подростками необходимо сформировать у учащихся четкие представления о наркомании как о тяжелом, порой неизлечимом заболевании, быстро приводящем к смерти. Подросток в силу психологических особенностей лучше воспринимает наглядные способы пропаганды. Любые откровенно назидательные формы, поучения он встречает скептически, как посягательство на свободу, попытку «влезть в душу».

Поэтому хочется сказать, что здоровье – это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими, дорогими людьми, поздравлениях с торжественными датами мы желаем им доброго и крепкого здоровья, т.к. это залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает выполнить нам наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь в обществе. Берегите свое здоровье и здоровье своих детей!

Н.В.Якутович, ответственный секретарь

Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.