

за собственные действия, содействие учащимся в приобретении ими компетенций, способствующих ориентировке в реальных жизненных ситуациях, саморазвитию с перспективой на гармонизацию взаимоотношений не только с социальным, но и природным миром.

М. Шлимаков

ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК У ПОДРОСТКОВ

Понятие «преодоление вредных привычек» в широком смысле подразумевает предварительные меры для недопущения чего-либо и работу по прекращению уже имеющихся вредных привычек. Следовательно, преодоление вредных привычек – это создание условий для недопущения курения и употребления алкоголя и наркосодержащих веществ.

Подростковый возрастной этап является самым сложным, с точки зрения родителей детей – ребенок стоит на границе, позади его детство, а впереди юность. Однозначно можно сказать лишь то, что подростковый возраст очень противоречив. В этом возрасте люди нуждаются в одобрении поступков и постоянной поддержке. Если они не получают этого, то ищут единомышленников, что часто приводит к вредным привычкам. Подростки думают, что так они уходят от проблем, вырабатывая копинг-механизмы, в последующем укореняющиеся в личность индивида. Хотя на самом деле лишь создают дополнительные. Зачастую контекст вредных привычек ассоциируется с курением, приемом слабоалкогольных напитков и легкими наркотиками. Вредность от их употребления субъективна, по мнению некоторых подростков.

На данный момент число курящих людей в мире почти достигло миллиарда. По исследованиям Всемирной организации здравоохранения в 2018 г. средний возраст начинающего курильщика составил 13 лет. В период окончания средней школы курят 53 % мальчиков и 28 % девушек. В учреждениях высшего образования курят 75 % юношей и 64 % девушек. Важной проблемой остается никотиновая зависимость у подростков. Официально в Республике Беларусь курят 40 % подростков, некоторые дети приобщаются к сигаретам уже в начальной школе. Установлено, что люди, начавшие курить до 15-летнего возраста, умирают чаще, чем те, которые начали курить после 25 лет. Необходимо отметить, что подростки более подвержены любым формам наркотической зависимости, в том числе и никотиновой.

Проанализировав статистические данные по республике, приходим к выводу, что тема данного исследования не только актуальна, но и социально значима, ведь пути преодоления вредных привычек – это важный шаг на пути к оздоровлению молодежи, а следовательно, и будущего нашей страны.