

ЗОЖ как профилактика наркомании

Пропаганда приоритетов здорового образа жизни как профилактика наркомании.

Одной из основных задач, стоящих сегодня перед обществом, является решение проблемы формирования принципов здорового образа жизни. Положение нашей страны в современном мире во многом зависит от морального, духовного, физического и социального здоровья будущих поколений россиян. Молодежь, являясь самой прогрессивной и перспективной частью населения, в то же время оказывается самой незащищенной перед реальными угрозами современности, главной из которых является наркомания.

Главное для сегодняшней молодежи — научиться быть независимыми, понимающими свою собственную ценность, выработать стойкий иммунитет к порочным зависимостям современного мира.

В последние годы отмечается тенденция возрастания численности состоящих на учете наркопотребителей (включая больных). В то же время, важными показателями является наблюдаемое вопреки общему росту снижение наркопораженности населения в молодежной возрастной группе.

На сегодняшний день одна из проблем связана с потреблением (в том числе в групповых формах) очень опасного для жизни синтетического наркотика «дезоморфин». Его изготавливают из лекарственных кодеиносодержащих препаратов и других доступных компонентов. Потребление дезоморфина имеет тенденцию к быстрому росту (а это связано, в основном, с его низкой ценой по сравнению с другими наркотиками) — за последние 5 лет более чем в 50 раз увеличилось число наркоманов, «подсевших» на дезоморфин, их численность достигла 2,7 тыс. человек. К сожалению, сегодня из-за добровольного характера постановки, на наркологическом учёте состоит не более четверти выявленных правоохранительными органами потребителей дезоморфина.

Следует отметить, что в официальную статистику также не попадают молодые люди, пострадавшие от последствий потребления новых видов психоактивных веществ, получивших широкое распространение в среде подростков и молодежи. Последние два года в медицинские учреждения все чаще поступают молодые люди в состоянии крайне тяжелого отравления, вызванного потреблением курительных смесей (спайсов) и порошкообразного препарата, содержащего мефедрон. Вышедшие в 2010 году постановления Правительства Российской Федерации запретили оборот 26 видов курительных миксов и мефедрона, вызывающих сильнейший психоз, нарушение деятельности головного мозга и даже формирование слабоумия.

Однако на наркорынок выводятся новые виды психоактивных веществ, еще не вошедших в списки запрещенных, с теми же характеристиками, но с несколько другой формулой. Они активно рекламируются и реализуются через Интернет в качестве легальных заменителей курительных смесей, а также предлагаются под видом солей для ванн, минеральный удобрений, средств для уничтожения насекомых.

Более достоверной картина распространенности наркомании может стать при проведении добровольного тестирования школьников и студентов.

По результатам социологических исследований причин аддиктивного поведения, в том числе, такого как наркопотребление среди первых трех всегда отмечается не занятость личного времени человека, другими словами не организованность досуга. Избыток свободы зачастую становится причиной появления асоциальных интересов, особенно когда речь идет о молодежи и подростках. С учетом этого эффективная профилактическая антинаркотическая работа включает в себя наряду с различными формами информационно-просветительской работы, также вовлечение молодежной аудитории в различные виды социально-полезной деятельности и здорового досуга.

Альтернативой наркомании должны стать насыщенный полезными мероприятиями досуг, твердая убежденность в приоритетах выбора в пользу здоровья. Во многом это зависит от грамотной постановки профилактической работы, настойчивого формирования мотивационных установок и выработки навыков здорового образа жизни. Первостепенной задачей антинаркотического воспитания детей и подростков является работа по оздоровлению микросоциальной среды — ближайшего и постоянного окружения, с которыми дети и подростки непосредственно контактируют.

Привлечение к современным, здоровым формам активного отдыха, развитие новых интересов и увлечений, способствующих личностному развитию и росту молодежи, является, наряду с информационной антинаркотической пропагандой, обязательной составляющей эффективной профилактики наркотизма. Недостаточная благоустроенность спортивных и культурно-досуговых мест массового пользования, низкая осведомленность подростков о формах и способах организации свободного от учебы времени, на фоне остающегося на высоком уровне злоупотребления наркотиками является одним из немаловажных препятствий при проведении мероприятий по реализации государственной антинаркотической политики.

Профилактическая работа, проводимая включает различные способы активной пропаганды здорового образа жизни и развития социальных интересов у молодежи.

Важное место занимает такое направление антинаркотической работы, как организация в период школьных каникул досуга подростков, в первую очередь группы социального риска, развитие у них интересов здорового образа жизни, а также формирование навыков и качеств здоровой социально ответственной гармоничной личности. Профилактическая ценность профильных лагерей заключается в проведении мероприятий антинаркотического характера системными методами на основе военно-патриотического воспитания и занятий по физической подготовке, включающих систему занятий, лекций и бесед, игр и состязаний, идей формирования высокого нравственного сознания, готовности подростков к службе в рядах вооруженных сил, что позволяет сформировать качества гражданина-патриота, любящего свою Родину, уважающего традиции и историю, способного брать на себя ответственность и подчинять личные интересы общественным.

Привлечение подростков и молодежи к социально-значимой деятельности через участие в добровольческих проектах является одним из действенных механизмов решения задачи развития духовно-нравственной культуры и гражданской активности.

Опыт проведения профилактических мероприятий показывает, что одной из наиболее оптимальных и эффективных форм профилактического воздействия являются мероприятия не только актуальные для молодых людей по содержанию, но и те, в которых предусмотрено непосредственное активное участие самих подростков.

Важным направлением профилактики наркомании является вовлечение родителей в процесс противодействия наркотизации молодого поколения, оказание помощи в вопросах профилактики наркозависимости, информирование родителей о необходимости раннего выявления фактов немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ детьми, подростками и молодежью.

Задача средств массовой информации — формирование имиджа непопулярности наркомании и наркомана.