

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Историко-филологический
факультет

Кафедра «Всеобщая история и
обществознание»

Направление подготовки
Профиль подготовки

44.03.05 Педагогическое образование
История. Обществознание

ВЫПУСКНАЯ БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему:

Проблема никотиновой зависимости и пути её решения

Студент

(подпись, дата)

Мордовин
Юрий
Николаевич

Руководитель

(подпись, дата)

Ефрешкин А.М.

Нормоконтролёр

(подпись, дата)

Федосеева Л.Ю.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 15.06.23 № 14)

Заведующий кафедрой

(подпись, дата)

Белоусов С.В.

Работа защищена с отметкой хор. (протокол заседания ГЭК от 05.07.23 № 30)

Секретарь ГЭК

(подпись, дата)

Семина Н.В.

Пенза 2023

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
Педагогический институт имени В.Г. Белинского

Историко-филологический факультет

*Кафедра «Всеобщая история и
обществознание»*

Направление подготовки:
44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)
профиль: История. Обществознание

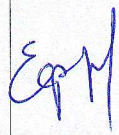
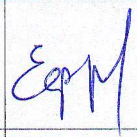
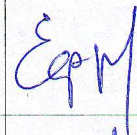
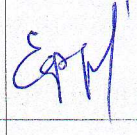
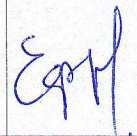
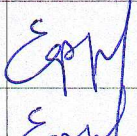
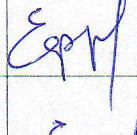
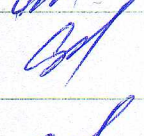
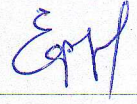
УТВЕРЖДАЮ:
Зав. кафедрой ВИиО
«31» октября 2023 г.

ЗАДАНИЕ
ПО ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ

Мордовина Юрия Николаевича

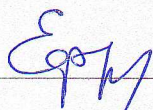
1. Срок сдачи студентом законченной работы «01» июня 2023 г.
2. Тема выпускной квалификационной работы:
Проблема никотиновой зависимости и пути её решения.
3. Руководитель к.и.н.; доцент А.М. Ефрешкин
4. Перечень подлежащих разработке вопросов:
 1. Рассмотреть проблему никотиновой зависимости в современном мире.
 2. Проанализировать основные методы борьбы с никотиновой зависимостью в современной России.
 3. Составить методическую разработку, используя материал данного исследования.

5. График выполнения выпускной квалификационной работы

№ п/п	Вид деятельности	Срок выполнения раздела	Подпись рук.	Подпись зав. кафедрой
1	Написание заявления на выбор темы выпускной квалификационной работы; составление плана выпускной квалификационной работы; подборка библиографического списка по теме выпускной квалификационной работы (не менее 30 источников)	16.09.2022-15.11.2022		
2	Сдача на проверку 1 главы выпускной квалификационной работы	01.03.2023		
3	Сдача на проверку 2 главы выпускной квалификационной работы	02.04.2023		
4	Подготовка выступления на ежегодной научно-практической конференции	01.03.2023-20.04.2023		
5	Написание не менее одной статьи по теме выпускной квалификационной работы и публикация	01.03.2023-20.04.2023		
6	Прохождение предзащиты, получение допуска к защите	20.04.2023-30.05.2023		
7	Представление завершенной работы	01.06.2023		
8	Проверка на оригинальность в системе «Антиплагиат.ВУЗ»	13.06.2023-26.06.2023		

6. Дата выдачи задания «08» ноября 2022 г.

Руководитель



А.М. Ефрекин

Задание принял к исполнению студент



Ю.Н. Мордовин

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	4
Глава 1. Проблема распространения никотиновой зависимости в современном обществе.....	9
1.1. Понятие и сущность никотиновой зависимости	9
1.2. Причины, приводящие к формированию никотиновой зависимости	12
1.3. Вред никотиновой зависимости для личности и общества.....	16
1.4. Проявление никотиновой зависимости на современном этапе	21
Глава 2. Борьба с никотиновой зависимостью в современной России	25
2.1. Методы борьбы с никотиновой зависимостью в современной России .	25
2.2. Особенности профилактики табакокурения среди несовершеннолетних в образовательных учреждениях.....	32
Глава 3. Методическая разработка факультативного курса «Девиантное поведение – опасность для общества!»	41
3.1. Аннотация факультативного курса «Девиантное поведение – опасность для общества!»	41
3.2. Учебно-тематическое планирование и содержание факультативного курса «Девиантное поведение – опасность для общества!»	44
3.3. Конспект занятия «Отклоняющееся поведение – его виды и формы» ..	47
Заключение	51
Список использованных источников и литературы.....	54
Приложения	

Введение

Актуальность темы выпускной квалификационной работы.

Несмотря на кажущуюся разработанность проблемы никотиновой зависимости, история ее изучения относительно небольшая. Вызвано это тем, что еще на рубеже веков курение не рассматривалось как серьезное расстройство. Сегодня тоже можно проследить тенденции недооценки опасности курения по причине его колоссальной распространенности до такой степени, что курение в повседневной практике принято рассматривать как социальную норму, нежели отклонение от неё. Подобные тенденции несут в себе опасные последствия, это доказывают статистические данные – по данным ВОЗ именно от потребления табака умирает каждый десятый взрослый человек в мире. Распространенность табакокурения среди взрослого населения России составляет около 40%, среди них мужчин – 60%, женщин – 21%. Проблема табакокурения в настоящее время приобретает особую остроту в связи с введением новых средств курения, в частности электронных сигарет, которые увеличивают потребление никотина в несколько раз.

В современном мире никотиновая зависимость является одной из острых проблем общества. Зависимость табакокурения формируется так же быстро, как и зависимость употребления психоактивных веществ. При этом пристрастие к никотину формируется быстро и надолго. При никотиновой зависимости вред здоровью очевиден не только для самого курильщика, но и для окружающих. Пассивное курение может вызвать интоксикацию организма, которая в разы сильнее, чем у того кто курил. В то же время никотин является седативным средством, поэтому у людей появляется никотиновая зависимость, от которой они крайне редко желают избавиться.

Важной проблемой является распространение курения среди подростков. В нашей стране пик приобщения к курению у мальчинов – это 12–14 лет, у девочек – 14–16. Поэтому необходимость изучения особенностей проявления, развития никотиновой зависимости обусловлена потребностью в разработке эффективных профилактических, психокоррекционных и

психотерапевтических программ, направленных на преодоление зависимости от курения.

Объект исследования – особенности распространения и последствия формирования никотиновой зависимости в современном обществе.

Предметом исследования стала профилактическая работа и разнообразные методы борьбы с никотиновой зависимостью, используемые в российском обществе на современном этапе.

Степень изученности проблемы. Проблема никотиновой зависимости является темой многих исследований отечественных и зарубежных ученых.

Начало исследования никотиновой зависимости как одной из форм девиантного поведения положили зарубежные социологи – Э. Дюркгейм¹, Р. Мертон², Т. Парсонс³. Они рассматривали зависимость от табакокурения как результат несогласованности, существенных социальных перемен.

Изучению проблемы формирования никотиновой зависимости у молодежи были посвящены работы многих отечественных ученых, особенно интерес к ней возрос в постсоветской России. Отдельные аспекты данной формы девиантного поведения рассматривали в своих работах А.А. Баимбетов⁴, Е.Л. Омельченко⁵, Е.И. Пронина⁶.

Цель исследования – изучить особенности проблемы никотиновой зависимости в современной России и пути её решения.

В соответствии с поставленной целью, были определены следующие **задачи:**

- изучить существующую теоретическую базу по теме исследования, и на основе этого сформулировать понятие и основные признаки никотиновой зависимости;
- сформулировать основные причины, приводящие к формированию

¹ Дюркгейм Э. Социология. Ее предмет, метод, предназначение. / М., 1995. 352 с.

² Мертон Р. К. Социальная структура и аномия : Социология преступности. / М., 1996. С. 299-313.

³ Парсонс Т. Система современных обществ. / М., 1998. 270 с.

⁴Баимбетов А.А Социальная профилактика отклоняющегося поведения // Вестник Уфимского юридического института МВД России. № 3. 2021. С. 18-22.

⁵ Омельченко Е.О. Молодежные культуры и субкультуры. / М., 2000. С. 74-79.

⁶ Пронина Е.И. Виды девиаций в современной подростковой среде. / М., 2007. С.118-127.

зависимости от табакокурения;

- описать особенности и тенденции развития никотиновой зависимости на современном этапе;
- охарактеризовать методическую базу, используемую для борьбы с никотиновой зависимостью;
- описать особенности и эффективность профилактической работы в образовательных учреждениях у несовершеннолетних.

Источниковую базу исследования стоит разделить на 2 группы источников: 1 группа – международное законодательство, 2 группа – внутренние нормативно-правовые акты России.

К первой группе источников, использованных в ходе исследования, следует отнести: Доклад Всемирной организации здравоохранения «О глобальной табачной эпидемии»¹, рамочную Конвенцию ВОЗ по борьбе против табака².

Во вторую группу источников входят – Конституция РФ³, Федеральный закон от 13.03.2011 № 38-ФЗ «О рекламе»⁴, Федеральный закон от 23.02.2013 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотиносодержащей продукции»⁵, Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 303-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу охраны здоровья граждан от последствий потребления никотинсодержащей продукции»⁶, Концепция осуществления государственной

¹ Доклад ВОЗ О глобальной табачной эпидемии, Основные положения. 2021 г/ [Электронный ресурс]. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/344222/9789240032927-rus.pdf?isAllowed=y&sequence=17> (дата обращения: 20.12.2022).

² Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака (Женева, 21 мая 2003 г.) / [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/2565668/> (дата обращения: 26.12.2022).

³ Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) [Электронный ресурс]: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202210060013/> (дата обращения: 11.12.2022).

⁴ Федеральный закон от 13.03.2011 № 38-ФЗ «О рекламе» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58968/ (дата обращения: 14.12.2022).

⁵ Федеральный закон от 23.02.2013 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотиносодержащей продукции» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_142515/ (дата обращения: 14.12.2022).

⁶ Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 303-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу охраны здоровья граждан от последствий потребления никотинсодержащей

политики противодействия потреблению табака и иной никотинсодержащей продукции в Российской Федерации на период до 2035 года и дальнейшую перспективу¹.

Методологическая основа исследования – в ходе написания работы были применены общенаучные и специально-научные методы исследования. Среди общенаучных стоит выделить анализ и синтез. Аналитический метод был использован при выявлении признаков никотиновой зависимости, причин её появления у личности. Синтез был использован для формулирования общих тенденций и характеристик никотиновой зависимости в современном обществе.

Среди специальных методов исследования были использованы, во-первых, историко-сравнительный метод – был проведен небольшой ретроспективный анализ отношения к табакокурению в мире и России; во-вторых, формально-логический метод – при оценке проблем профилактической работы в образовательных учреждениях; в-третьих, сравнительно-правовой метод – использован при исследовании антитабачного законодательства в РФ и за рубежом.

Научная новизна состоит в том, что определены основные признаки никотиновой зависимости, комплексно сформированы причины её появления и распространения у личности, дана оценка современной профилактической работе по её преодолению и установлены рекомендации по коррективке, сформирована современная общественная оценка рассматриваемой проблемы.

Практическая значимость – материалы и основные выводы исследования могут быть использованы при чтении лекционных курсов по правовым дисциплинам, разработке программ факультативных занятий по обществознанию.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа состоит из трех глав, две из которых поделены на параграфы, в третьей главе представлена

продукции» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58867/ (дата обращения: 13.03.2023).

¹ Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака и иной никотинсодержащей продукции в Российской Федерации на период до 2035 года и дальнейшую перспективу [Электронный ресурс]: <http://government.ru/docs/all/124703/> (дата обращения: 17.03.2023).

методическая разработка, также введения, заключения, списка использованной литературы.

Апробация. Работа была апробирована в ходе выступления на XXIV научно-практической конференции «Лебедевские чтения».

Глава 1. Проблема распространения никотиновой зависимости в современном обществе

1.1. Понятие и сущность никотиновой зависимости

В 2020 году Всемирная организация здравоохранения (далее - ВОЗ) назвала никотиновую зависимость - одной из наиболее угрожающих человечеству эпидемий. По данным ВОЗ на 2022 год около 1,3 млрд. человек в мире подвержены табакокурению. В России по статистике 2020 года курение табака и сигарет распространено на 40 процентов населения. Курение занимает 3-е место среди факторов, приводящих к преждевременной смертности. Распространенность табакокурения среди взрослого населения России составляет около 40 %, среди мужчин — 60 %, среди женщин - 21 %. 55 % мужчин курят ежедневно и 5 % - от случая к случаю. Среди женщин 16 % курят ежедневно, 5 % - периодически¹.

Данные говорят сами за себя, никотиновая зависимость является одной из важных социальных проблем современного мира, поэтому необходимо подробно разобраться в её сущности.

Е.В. Змановская определяет никотиновую зависимость как одну из форм отклоняющегося поведения². Однако, табакокурение не так часто рассматривается в качестве модели аддиктивного поведения, как, например, наркомания или токсикомания. Мы полагаем, это происходит потому, что курение, во-первых, имеет более растянутые во времени последствия для организма, во-вторых, оценивается самим обществом более лояльно, как модель осуждаемого, но, допустимого поведения, а до недавнего времени вообще оценивалось как абсолютно нормальное. Поэтому курение редко рассматривают в научном сообществе именно как форму аддиктивного поведения.

В.П. Мусина определяет никотиновую зависимость как патологическое влечение к постоянному приёму никотина (в некоторых случаях — в

¹ Лопаткин Л. Г. Табакокурение // ГлавВрач. 2019. № 2. С. 66.

² Змановская Е. В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения. М., 2015. С. 47.

возрастающих количествах) вследствие стойкой физической и психологической зависимости от него с развитием абстинентного синдрома в случае прекращения приема¹.

В медицине под никотиновой зависимостью понимается физиологическое расстройство поведения, связанное с употреблением психоактивных веществ, в частности, табака².

Таким образом, мы можем сформулировать следующие признаки никотиновой зависимости:

1. В основе зависимости лежит активное действующее вещество - никотин;
2. Это состояние патологического влечения к никотину;
3. Вызывает негативные для организма последствия;
4. Отказ от приема никотина влечет возникновения абстинентного синдрома.

Зависимость от табакокурения называют никотиновой именно потому, что несмотря на наличие множества других веществ в табаке, основой выступает никотин. Никотин – это токсичный алкалоид, который содержится в листьях и стеблях некоторых растений семейства пасленовых – табаке, махорке, в меньших количествах – в томатах, картофеле, баклажанах, зелёном перце. Поступление никотина в кровь вызывает выработку серотонина – «гормона счастья», отвечает за положительные эмоции, борьбу со стрессом. Выброс этого вещества в организм приводит к кратковременному состоянию спокойствия и умиротворения³. После употребления никотина наблюдается повышенная работоспособность, учащенное сердцебиение, повышение скорости мыслительных процессов, что создает у человека, принимающего никотин, ощущение приподнятого настроения. Это делает употребление

¹ Мусина В.П. Психология личности с никотиновой зависимостью. Методы изучения и помощи. М., 2017. С. 134.

² Международная классификация болезней 10-го пересмотра (МКБ-10) – [Электронный ресурс]: URL: <https://mkb-10.com/> (Дата обращения: 07.01.2023).

³ Гундаров И. А. Новые подходы к изучению и укреплению здоровья курильщиков // Главный врач. 2019. № 2. С. 36.

никотина очень привлекательным.

Вторым признаком зависимости является патологическое стремление к употреблению никотина. Патологическое влечение или расстройство влечений – это осознанная потребность в выполнении каких-либо действий или приеме веществ, которые нерациональны и мнимы, от их приема или выполнения не зависит жизнедеятельность человека как биологического организма¹.

Рассмотрим как формируется патологическое влечение к никотиновой зависимости. Первая стадия – прием табака или никотина носит периодический характер, количество выкуренных сигарет в течение дня постоянно прибавляется. Очередная доза приема никотина сопровождается состоянием, описанным выше – приподнятости и легкой эйфории. Но, ярко выраженное расстройство влечений пока отсутствует. Человек спокойно может несколько дней обойтись без никотина. Этот этап продолжается несколько лет.

Эпизодический прием приводит к закреплению никотиновой зависимости. Наступает второй этап, когда тяга к табаку присутствует постоянно. Количество выкуренных сигарет увеличивается до рекордного числа – 30 штук в день, причем в течение дня толерантность к никотину растет – к вечеру закурить хочется всё чаще². Тяга к табаку присутствует постоянно – при любой умственной или физической нагрузке, даже малейшем нервном напряжении. Перерыв в приеме табаку вызывает возникновение абстинентного синдрома, так называемой “ломки”. На данном этапе появляются неприятные последствия никотиновой зависимости для организма – кашель, колебания артериального давления, одышка, дискомфортные ощущения в грудной клетке. Продолжительность второго этапа зависимости от 6 до 15 лет.

На третьей стадии курение становится автоматическим, уже отсутствует чувство комфорта после употребления очередной сигареты. Начинают отчетливо проявляться заболевания сердечно-сосудистой, дыхательной систем,

¹ Ларин А. И. Противодействие потреблению табака как эффективный инструмент охраны здоровья населения Российской Федерации // Медицинская статистика и оргметодрабota в учреждениях здравоохранения. 2020. № 2. С. 11.

² Медик В. А. Общественное здоровье и здравоохранение : учеб. для мед. вузов / - М., 2016 – С. 165.

желудочно-кишечного тракта¹.

На второй стадии приема никотина появляются негативные последствия для организма и продолжают усугубляться на третьей стадии. К основным негативным последствиям табакокурения относят: кардиологические заболевания, патологии дыхательных путей, расстройство пищеварительной системы, возможны новообразования различных органов, также появляются проблемы со сном, ухудшение когнитивных процессов и многие другие, с ними мы подробнее разберемся в третьем параграфе главы.

Последним признаком никотиновой зависимости, который мы выделили – это формирование абстинентного синдрома. Синдром никотиновой отмены – это патологическое состояние, которое развивается при отказе от сигарет.

1.2. Причины, приводящие к формированию никотиновой зависимости

Как показывает статистика, совсем небольшой процент зависимых начинает курить уже в зрелом возрасте. В нашей стране пик приобщения к курению у мальчинов – это 12–14 лет, у девочек – 14–16². Из этого можно сделать вывод, что решение начать курить принимается в том возрасте, когда психика еще недостаточно сформировалась, поэтому склонить подростка к курению не слишком и трудно. Рассмотрим причины (факторы), оказывающие влияние на то, что человек начинает зависеть от никотина.

По исследованиям, самое большое влияние на курение у несовершеннолетних оказывает не дружеское окружение, а именно члены их семей. Статистика показывает, что число курящих подростков закономерно связано с количеством зависимых родственников – в семьях, где курят 1 или 0 человек, пробовали закурить 50% мальчиков и 28% девочек, а там, где 2–3 и более членов семьи занимаются регулярным табакокурением – эти цифры

¹ Левшин В. Н. Курительный анамнез лиц, получающих инвалидность // Врач. - 2018 - № 11 - С. 74.

² Бойко О.Е. Профилактика никотиновой зависимости. Краснодар, 2020. С.43.

будут 85 и 37,5%¹.

С раннего возраста ребенок, видя, как курит взрослый, фиксирует эту привычку в своем подсознании. Он начинает связывать эмоциональное состояние взрослого с только что выкуренной сигаретой. В сознании фиксируется не только образ курящего родителя или родственника, но и запоминаются ощущения от обонятельного анализатора. Ребенок узнает места, динамику, способ курения и процесс выглядит самоподдерживающимся – ребенок курит, потому что курили родители, родители начали курить еще детьми.

Следующей по значимости причиной формирования никотиновой зависимости является окружение человека. С переходом человека в подростковый возраст (12–14 лет) определяющим в его жизни становятся уже не родственные связи, а социальное окружение. Границы собственного психологического и физического пространства ребенок начинает отстаивать разными способами, позволяющими ему показать взрослость. Одним из таких способов может стать начало курения. Это может ассоциироваться с атрибутом поведения взрослого человека, а может стать результатом стремления быть похожим на референтную группу, в которой общается подросток². Для него становится архиважным, чтобы он был принят сверстниками, а высшим уровнем является принятие более взрослыми молодыми людьми, которые зачастую уже подвержены первой стадии никотинозависимости. С другой стороны, если подросток попал в среду некурящих сверстников, то вероятность формирования у него зависимости крайне мала.

Также, к формированию никотиновой зависимости может привести влияние рекламы и кинофильмов. В статьях 5 и 7 Федерального закона «О рекламе»³ в России запрещена любая реклама табака, табачной продукции или изделий, никотинсодержащей продукции, кальянов, устройств для потребления

¹ Александрова Д.С., Овчинников Ю.Д. Научные подходы к избавлению от никотиновой зависимости// The scientific heritage. 2021. № 79. С. 83.

² Левшин В.Ф. Табакизм: патогенез, диагностика и лечение. М., 2017. С. 128.

³ Федеральный закон от 13.03.2011 № 38-ФЗ «О рекламе» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58968/ (дата обращения: 14.12.2022).

никотинсодержащей продукции и курительных принадлежностей, включая трубки и зажигалки. Также, запрещена демонстрация процесса табакокурения. В 2013 году начал действовать закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции»¹. Он запретил демонстрацию сцен табакокурения во всех СМИ, создаваемых после 2013 года – фильмах, рекламе, сериалах, театральных постановках и проч. Показывать курящих людей стало можно только в сценах, иллюстрирующих вред табакокурения. Все фильмы, снятые до 2013 года стали содержать пометку о вреде курения. Несмотря на многочисленные запреты, продавцы табачной продукции находят варианты их обхода. Табачная промышленность до сих пор является одним из главных спонсоров спортивных соревнований и масштабных мероприятий, чтобы курение ассоциировалось у людей со здоровым образом жизни.

Кроме этого, мотивом, стимулирующим начало табакокурения, является простое любопытство. По данным различных соцопросов, 25% детей в возрасте от 8 до 12 лет пробует курить именно по этой причине². Многие пробуют для того, чтобы самоутвердиться, мода тоже оказывает влияние.

Во взрослом возрасте совсем небольшой процент становится подверженным никотиновой зависимости. Среди причин можно назвать также окружение на работе или студенческой среде. Но, главным мотивом становится ассоциация курения с чувством спокойствия. Взрослые люди начинают расценивать курение как способ борьбы со стрессом, а потом сами не замечают, как курение в исключительных ситуациях перерастает в регулярный акт.

Сравнивая причины начала табакокурения у мужчин и женщин, можно проследить заметную разницу. Основными мотивами начала курения у мужского населения является подражание взрослым или сращивание образа курильщика с образом взрослого и самостоятельного человека, желание

¹ Федеральный закон от 23.02.2013 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_142515/ (дата обращения: 14.12.2022).

² Гундаров И. А. Новые подходы к изучению и укреплению здоровья курильщиков // Главный врач. 2019. № 2. С. 38.

заручиться авторитетом в новой компании, то у девушек начало курения связано со следованием моде, стремление казаться оригинальной, привлекательной в определенных кругах¹.

Помимо влияния семьи и референтной группы на формирования никотиновой зависимости могут оказать влияние и личные психологические особенности начинающего курильщика. Неадекватная и неустойчивая самооценка может повлиять на инициативу к табакокурению².

Неуверенность в себе у человека может быть связана с неоправданием ожиданий курящих людей, исправлять эту ситуацию человек начинает с пристрастия к никотину.

Несомненно, на распространение никотиновой зависимости среди населения мира повлияли еще и культурные традиции, например, у традиционных народов Северной Америки – индейцев – среди обрядов была так называемая «трубка мира», по историческим справкам многие колонизаторы этого континента так же пристрастились к употреблению табака вслед за аборигенами. В России же его распространение началось с навязывания его употребления Петром I. Сначала курение было популярно среди аристократии, причем как мужчин, так и женщин, затем уже ближе к XX веку стало распространяться и среди средних и бедных слоев населения.

Таким образом, причины, способствующие формированию никотиновой зависимости можно условно разделить на две группы: биологические и социальные. Среди первых – генетическая предрасположенность и курение среди членов семьи, неустойчивость нервной системы. Среди социальных следует выделить: подражание сверстникам, желание стать частью новой компании, реклама и распространенность образа курильщика в СМИ и кинематографе. Рассмотрение проблемы табакокурения происходит на нескольких уровнях – макросоциальном (политика государства, СМИ),

¹ Большакова П. Н. Стандартизация и изучение факторов, влияющих на приверженность табакокурению девушек в студенческой среде медицинского вуза // Проблемы стандартизации в здравоохранении. 2019. № 5-6. С. 50.

² Решетченко С.А. Анализ социально-психологических исследований по проблеме табакокурения// Знание, понимание, умение. 2016. №4. С. 56.

микросоциальном (семья, референтная группа, социальное окружение), внутриспсихологическом (особенности психики курильщика). Главным мотивом начать курить для каждой личности будет своё, но самые распространенные причины – семья и социальное окружение.

1.3. Вред никотиновой зависимости для личности и общества

Многочисленные исследования по данной теме доказывают то, что никотин – это сильное психоактивное вещество. Большие дозы приема никотина могут привести к отравлению организма и в исключительных случаях даже к смерти.

Табак, провоцирующий никотиновую зависимость, в отличие от других растений семейства Пасленовых, содержит в составе множество ядовитых веществ, среди которых – никотин, следы пиридина, синильной кислоты, аммиака, окиси углерода, эфирных масел, табачного дегтя и т.д. По современным данным, табачный дым содержит около 200 ядовитых компонентов¹. Эти канцерогены представлены в виде мелких частичек – смола, никотин, бензпирен и т.д., газов – оксид углерода, аммоний, цианид водорода и т.д.

Никотиновая зависимость развивается в основном из-за воздействия никотина на мозг, в то время как большинство болезней развиваются именно из-за смол – они вызывают образование раковых клеток, снижают иммунитет, вызывают заболевания легких.

Никотиновая зависимость сокращает жизнь человека (от 3 до 8 лет). Курение вызывает увеличение риска возникновения инфаркта, инсульта, заболеваний сосудов, артерий сердечной мышцы и мозга. Очень часты у курильщиков заболевания дыхательной системы – хронический бронхит, эмфизема и т.д.

Рассмотрим самые тяжелые заболевания, связанные с никотиновой

¹ Лопаткин, Л. Г. Табакокурение // ГлавВрач. 2019. № 2. С.70.

зависимостью.

Рак легких и иные заболевания дыхательной системы – 90% всех установленных случаев рака легких возникли именно у курильщиков. Причиной возникновения этого заболевания является табачная смола или деготь – попадая в дыхательные пути, они вызывают злокачественный рост тканей. Также, рак легких у курильщиков может быть вызван наличием в составе сигарет канцерогенного вещества – полония. По статистике на начало XX века рак легких был на одном из самых последних опухолевых болезней среди мужчин, а в начале следующего XXI века занял уже 2-е место после рака желудка¹. Курящие люди заболевают этим видом опухоли в 20 раз чаще, чем некурящие. У людей с никотиновой зависимостью страдают от опухолей и другие органы и системы: полость рта, гортань, пищевод, желудок и поджелудочная железа, печень и почки.

Хронический бронхит, эмфизема легких, бронхиальная астма – те болезни, которые могут возникнуть от никотиновой зависимости. Курение снижает инфекционную сопротивляемость органов дыхания, поэтому более частые ОРЗ, простуды и иные инфекционные заболевания можно отнести к негативным последствиям курения. Кроме этого, курильщики более подвержены туберкулезу – из 100 заболевших, 95 – уже курили².

Заболевания сердечно-сосудистой системы. У курильщика возможность умереть от заболеваний сердца намного выше – инфаркт миокарда, инсульт, гипертония, стенокардия – самые распространенные заболевания курильщика. Если проследить изменение пульса курящего человека, то можно заметить, что при первой затяжке его пульс ускоряется, при последующих – учащается, происходит увеличение артериального давления. Кроме этого, вещество, содержащееся в никотине – оксид углерода – приводит к увеличению количества холестерина в крови, это может вызвать развитие многих болезней,

¹ Заридзе, Д. Г. Влияние курения на прогноз заболевания у онкологических больных // Вопросы онкологии. 2019. № 3. С. 326.

² Ларин, А. И. Противодействие потреблению табака как эффективный инструмент охраны здоровья населения Российской Федерации // Медицинская статистика и оргметодработа в учреждениях здравоохранения. 2020. № 2. С. 10.

атеросклероза, сахарного диабета, нарушение работы артерий ног и т.д., препятствует переносу кислорода из крови в ткани.

Курение неблагоприятно сказывается на работе сердца – вероятность развития инфаркта миокарда вдвое увеличивается у лиц с никотиновой зависимостью. Гипертония наблюдается у большинства лиц, систематически принимающих никотин. Поступление этого вещества в кровь приводит к постоянному сужению сосудов. Самым страшным последствием этого процесса может стать инсульт с параличом тканей и органов, замедленное поступление кислорода в кровь снижает скорость их восстановления.

Нарушение функционирования сосудов может привести к хроническому спазму сосудов нижних конечностей, это может привести к хромоте и омертвению конечностей, гангрене. В народе гангрену ног иногда называют «ноги курильщика»¹. Как утверждают многие хирурги, именно никотин становится основной причиной онемения нижних конечностей, за отсутствием других причин. Из-за замедления поступления кислорода, начинается облитерация просвета артерии, нарушается питание тканей и их омертвление. Лечение этой болезни без прекращения курения не дает никакого эффекта.

Нарушение работы желудочно-кишечного тракта. После выкуренной сигареты появляются симптомы гастрита – снижается, а в некоторых случаях увеличивается активность работы желудка, снижается скорость выработки желудочного сока, поэтому существует миф, что курение снижает чувство голода и это эффективный способ снизить вес. Из-за замедления выработки желудочного сока, пища в нем задерживается дольше положенного, возникает нарушение обмена веществ, тошнота, боль в животе. Сужение кровеносных сосудов создает благоприятные условия для развития язвы желудка. При борьбе с ней, курение вызывает задержку рубцевания язв². От канцерогенов, поступающих в организм вместе с сигаретным дымом, страдает и печень, желчный пузырь, нередко появляются злокачественные опухоли.

¹ Лопаткин, Л. Г. Табакокурение // ГлавВрач. 2019. № 2. С. 79.

² Гундаров, И. А. Новые подходы к изучению и укреплению здоровья курильщиков // Главный врач. 2019. № 2. С. 38.

Курение негативно влияет и на репродуктивную функцию организма и женщин, и мужчин. У женщин с никотиновой зависимостью часто наблюдаются проблемы с зачатием и вынашиванием, возрастает риск рождения ребенка с патологиями. У мужчин снижается репродуктивная способность сперматозоидов из-за низкого поступления кислорода в организм.

Многочисленны различные патологии кожи у лиц с никотиновой зависимостью. Табачный дым приводит к ускоренному развитию морщин, медленному заживлению прыщей и угрей, но больше всего страдают слизистые оболочки губ и носа¹. Они первыми сталкиваются с отравляющими веществами, раздражаются горячим дымом и это приводит к появлению язв на губах и в носу, развитие ороговения их эпителия.

Известно еще огромное количество болезней, развитие которых напрямую зависит от принятия никотина – псориаз, увеличиваются риски развития опухолей всех внутренних органов, курение подавляет иммунитет, поэтому риск развития СПИДа растет у ВИЧ-инфицированных.

Если говорить о последствиях приема никотина подростками, то последствиями будут являться нарушение физического развития ребенка и нарушение деятельности нервной системы. Курящие дети становятся вялыми и раздражительными, снижается концентрация внимания, слух и обоняние. Среди внешних последствий никотиновой зависимости у этой категории будет заметно снижение мышечной массы, потеря в весе, физической активности, замедленный рост организма, землистый цвет лица. Курящие дети часто болеют, снижается иммунитет.

Пассивное курение (вдыхание вместе с воздухом табачного дыма) тоже может нести вредные последствия для здоровья некурящего человека. Его опасность в том, что вдыхая табачный дым, человек вдыхает неотфильтрованный канцероген и это является сильным раздражителем для легких. Исследования показали, что дети, выросшие в домах курящих, чаще имеют заболевания сердца, страдают астмой. У пассивных курильщиков

¹ Бойко О.Е. Профилактика никотиновой зависимости. Краснодар, 2020. С.71.

увеличивается шанс заболеть раком легких.

Помимо пагубного влияния на здоровье каждой отдельной личности, никотиновая зависимость негативно сказывается и на экономическом развитии государства. После того, как в 1993 году Правительство России разрешило приватизацию заводов, фабрик и предприятий, табачная промышленность в России на 90% оказалась в руках иностранных компаний и инвесторов. Американские, британские и японские фирмы вошли на российский рынок и большинство из них до сих пор поставляет сигаретную продукцию внутрь страны. С начала 1995 года более 2,5 млрд. долларов США было проинвестировано иностранными компаниями в табачную отрасль России. В настоящее время примерно 60% табачной индустрии находятся под контролем транснациональных корпораций, таких как, Winston, Philip Morris International, Rothmans, British American Tobacco и другие. Их ежегодные доходы от табачной индустрии в России достигают нескольких миллиардов, из которых в национальный бюджет уходит около 5–6%¹. Несмотря на то, что государство всячески пытается бороться с распространением табачной продукции в стране, деятельность этих компаний продолжает наносить ущерб национальной экономике и здоровью граждан.

Также, к общегосударственным последствиям развития у граждан никотиновой зависимости является снижение различных показателей уровня жизни населения – рост преждевременной смертности, онкологические заболевания, снижение рождаемости, увеличение ВИЧ-инфицированных, рост правонарушений и отклоняющегося поведения среди подростков и многое другое.

Таким образом, никотиновая зависимость оказывает пагубное влияние на здоровье человека. Регулярный и длительный прием табака приводит к ухудшению функционирования многих жизненно-важных органов и систем – дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, увеличивает риск развития рака и гонгрену ног. Существование многочисленных табачных

¹ Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей // Питер. 2017. №11. С.96.

компаний не соответствует национальным интересам страны, развитие никотиновой зависимости негативно сказывается на многих показателях народонаселения.

Также, курение оказывает пагубное воздействие на социальные отношения между курящими и некурящими – конфликты в семье, на работе, в общественном транспорте, в общественных местах – всё это приводит к общественным противоречиям и вредит общественным отношениям. Зачастую происходят конфликтные ситуации в трудовых организациях по поводу постоянных перерывов на курение у зависимых работников – следствием этого становится ухудшение отношений между работником и работодателем, может стать причиной снижения трудовой мобильности работника.

1.4. Проявление никотиновой зависимости на современном этапе

В 1987 году Всемирная организация здравоохранения признала 31 мая Всемирным Днем без табака, тем самым привлекла внимание всего мира к этой проблеме и её негативным последствиям.

По данным ВОЗ именно от потребления табака умирает каждый десятый взрослый человек в мире. В одном из своих информационных бюллетеней ВОЗ приводит следующую ужасающую статистику: «ежегодно табак приводит почти к 6 миллионам случаев смерти, из которых более 5 миллионов случаев происходит среди потребителей и бывших потребителей табака, и более 600 000 – среди некурящих людей, подвергающихся воздействию вторичного табачного дыма. Если не будут приняты срочные меры, число ежегодных случаев смерти к 2030 году может превысить восемь миллионов». ¹ А в 2021 году ВОЗ назвала курение табачной эпидемией – одной из серьезных угроз человечества². В этом же докладе были опубликованы результаты действия рамочной концепции по борьбе с табакокурением MPOWER.

¹ Всемирная организация здравоохранения. Табак // Информационный бюллетень. Май 2018. № 339 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/ru/> (дата обращения: 20.12.2022).

² Доклад ВОЗ О глобальной табачной эпидемии, Основные положения. 2021 г/ [Электронный ресурс]. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/344222/9789240032927-rus.pdf?isAllowed=y&sequence=17> (дата обращения: 20.12.2022).

Основными составляющими этой концепции стали рекомендации странам как бороться с никотиновой зависимостью. Среди мер были названы: Запрет на законодательном уровне курения в закрытых помещениях, в местах скопления людей, в заведениях общепита, создание эффективных служб медицинской и психологической помощи для тех, кто решил отказаться от курения, распространение знаний об опасностях табакокурения, в том числе на упаковках табачных изделий, запрет рекламы табака на всех видах носителей и максимальное повышение налоговых ставок. Россия и еще 181 страна присоединилась к реализации данной концепции в 2008 году.

В настоящее время число стран, охваченных пакетом MPOWER, продолжает расти. В 2008 году число стран, где рекомендации ВОЗ осуществляются на высоком уровне было 46, на данный момент – 84. Это говорит о повышенном внимании общественности к этой проблеме.

Действие рамочной концепции MPOWER в России привело к ощутимым изменениям – по статистике на 2021 год около 30% россиян подвержены никотиновой зависимости, в то время как в 2013 году эта цифра равнялась 41%. Судя по данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (далее – ВЦИОМ) в настоящее время в России не курят около 70% от населения, из них 57% утверждают, что курение не является для них привычкой. По результатам всероссийского опроса (объем выборки 1600 человек), проводимого ВЦИОМ 21–22 мая 2021 года, более четверти курильщиков (28%) отметили, что за последний год они снизили объемы потребления сигарет, преимущественно это люди пенсионного возраста (41%). Наоборот, больше стали курить 16% (в 2014 г. – 10 %). Выше эта доля среди жителей Москвы и Санкт-Петербурга (21%). Более половины (54%) не изменили своих привычек, и курят так же, как раньше¹.

Таким образом, первой особенностью проявления никотиновой зависимости на современном этапе стало то, что эта проблема приобрела

¹ Курить или не курить: мониторинг [Электронный ресурс]: Всероссийский центр изучения общественного мнения // Пресс-выпуск № 3116 от 31 мая 2021 г. [Электронный ресурс]. URL: <http://wciom.ru/index.php?id=236&uid=115711> (Дата обращения: 21.12.2022).

глобальный характер, борьба с ней осуществляется в большинстве государств мира. Благодаря активной деятельности Всемирной организации здравоохранения по ее решению наблюдается значительное снижение количества лиц, подверженных никотиновой зависимости.

Ещё одной особенностью никотиновой зависимости современности является то, что сейчас подростки и молодежь вместо классических сигарет, все чаще делают выбор в пользу электронных сигарет или вейпов, что нельзя назвать более полезным. Простые в использовании электронные испарители стали невероятно модным и, к сожалению, вызывающим привыкание гаджетом.

Электронные сигареты содержат высокий уровень никотина, за счет него формируется привыкание, подростки более восприимчивы к нему, чем взрослые, поэтому привыкание формируется довольно быстро. Многие последствия курения вейпов совпадают с последствиями курения табака - вейпинг действительно вызывает раздражение тканей легких, подобное тому, которое наблюдается у курильщиков и людей с заболеваниями легких, и вызывает повреждение жизненно важных клеток иммунной системы, увеличивает частоту сердечных сокращений и повышает кровяное давление.

Большая опасность электронных сигарет в том, что их дым не оставляет запаха, поэтому проконтролировать употребление их подростком становится труднее. Несмотря на многочисленные запреты, существующие в нашей стране для приобретения несовершеннолетними табакосодержащей продукции, многим подростками удается их обходить известными способами – при помощи более старших товарищей, поэтому распространение электронных сигарет в наши дни среди молодежи обгоняет обычные сигареты.

Это можно объяснить многими причинами: привлекательный внешний вид, разнообразие вкусов, заманчивые рекламные лозунги, используемые производителями: «содержит 5% никотина», «не содержит никотина». Многие подростки, и взрослые склонны считать, что вейпинг отличается от обычного курения и является более безопасным для здоровья, но это тоже форма никотиновой зависимости, которая может быть серьезнее классического

курения сигарет, потому что многие её последствия науке еще до конца неизвестны.

В настоящее время растет популярность здорового образа жизни, всё большее количество людей стараются воздержаться от употребления сигарет, стараются отказаться от них. Наблюдается заметная динамика снижения процента курящих на постоянной основе. Курить стало не модно, об этом нам постоянно напоминают средства массовой информации, что тоже оказывает влияние на отказ человека от начала курения. Но, несмотря на заметные положительные изменения, никотиновая зависимость остается одной из главных глобальных проблем в сфере здоровья населения планеты, подростки и взрослые продолжают страдать от её негативных последствий.

Глава 2. Борьба с никотиновой зависимостью в современной России

2.1. Методы борьбы с никотиновой зависимостью в современной России

Никотиновая зависимость вызывает множество различных заболеваний, с которыми борются миллионы людей по всему миру. Как выяснили исследователи, более 70 процентов курильщиков хотят и пытаются бросить курить, но только у 5 процентов из них попытки становятся успешными¹. В соответствии с этим важной задачей национальной системы здравоохранения является борьба с никотиновой зависимостью.

В нашей стране весьма распространенным является мнение о том, что бороться с никотиновой зависимостью бессмысленно, либо малоэффективно. При этом в мировой практике борьбы с зависимостью есть достаточно разработанная методология её преодоления. Статистические данные говорят о том, что в мире постоянно снижается процент курящих, это значит, что есть рабочие и эффективные методы борьбы с никотиновой зависимостью.

Самым популярным способом борьбы является никотинзаместительная терапия (далее – НЗТ). Её главная идея состоит в употреблении веществ, которые в малых, постоянно снижающихся дозах, поставляют никотин в кровь, вплоть до полного его отсутствия. Есть огромное количество способов НЗТ – таблетки, пластыри, спреи, ингаляторы и т.д. Первым таким препаратом стала жевательная резинка с никотином фирмы «Никоретте», изготовленная в Швеции в 1971 году². Применение подобной терапии помогло еще 3 процентам курильщиков избавиться от зависимости. Но, несмотря на её успешность, все же у большинства попытки бросить курить заканчиваются неудачей – на это оказывает влияние множество факторов – признаки синдрома отмены, приносящие курильщику дискомфорт, психологическая неготовность, отсутствие сильной мотивации и комплексного подхода избавления от зависимости. Он предполагает помимо медикаментов и препаратов НЗТ

¹Холостова Е.И. О вреде курения: методические материалы в помощь лектору. М., 2017, С. 23.

² Лисняк М.А. Синдром зависимости от никотина как аддиктивное поведение, его клиника, профилактика и психогигиена // Наука. 2018. №10. С.81.

преодоление психологической зависимости – это работа с психологом, формирование и поддержка мотивации – желания бросить курить, помощь и одобрение со стороны окружающих, благоприятная жизненная ситуация и социально-экономические условия жизни – только при совокупности этих факторов создастся благоприятная обстановка для избавления от зависимости. Следует помнить, что в любом случае все рекомендуемые средства дают эффект лишь при твёрдом намерении бросить курить и требуют настойчивой последовательности и терпения от бывшего курильщика. Без этого их приём приведёт в лучшем случае к уменьшению числа выкуренных сигарет.

Государство так же заинтересовано в снижении количества курящего населения, это является одной из важных задач в сфере охраны здоровья граждан. В настоящее время есть множество методов, которые применяются в обществе для борьбы с этой проблемой, один из них – законодательные запреты и ограничения.

Развитие антитабачного законодательства в России началось с 2001 года, когда был принят Федеральный закон «Об ограничении курения табака». Данный закон регулировал деятельность по производству табачной продукции, оптовую и розничную торговлю, запрет на продажу её лицам, не достигшим 18 летнего возраста, регламентировал рекламу табачных изделий, запретил табакокурение на рабочем месте, в общественном транспорте, в закрытых спортивных площадках, учреждениях культуры и т.д. Соответствующие положения данного закона привели и к дополнению КоАП статьями за их нарушение.

Следующим этапом развития законодательства против табакокурения стало присоединение России к Конвенции ВОЗ по борьбе против табака. Для исполнения требований конвенции в 2013 году был принят закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий

потребления табака»¹.

Закон запретил рекламу табачной продукции, спонсорство табака, была введена административная ответственность за нарушение правил продажи табачных изделий, курение в общественных местах, вовлечение несовершеннолетних в процесс табакокурения.

После принятия этого закона возросла стоимость табачной продукции за счет роста акцизных сборов, была установлена минимальная розничная цена для её продажи. Статья 19 рассматриваемого закона определила места для продажи табака – это магазины и павильоны. В других точках розничной торговли – в ларьках, на рынке – торговля запрещалась. Также, закон запретил выкладку табачной продукции, информирование о стоимости и ассортименте должно осуществляться напрямую продавцом покупателю.

Производителям фильмов запретили показывать сцены табакокурения, а фильмы, сюжет которых без них невозможен, обязали предупреждать о подобных сценах в начале картины. Без каких-либо дополнительных ограничений демонстрация табачных изделий и процесса потребления табака может осуществляться лишь при информировании населения о вреде потребления табака и вредном воздействии окружающего табачного дыма в средствах массовой информации при проведении информационных кампаний. Статьи КоАП так же были дополнены санкциями за нарушение перечисленных выше запретов.

Таким образом, развитие антитабачного законодательства в России привело к положительным изменениям – так, в 2005 году в продаже было реализовано 395, 5 млрд. сигарет, в 2015 году – 319,9 млрд. Министерство здравоохранения России предполагает, что благодаря антитабачным мерам к 2035 году доля курильщиков среди взрослого населения составит 21%². Но стоит заметить, что борьбу с никотиновой зависимостью необходимо вести не

¹ Федеральный закон от 23.02.2013 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотиносодержащей продукции» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_142515/ (дата обращения: 24.02.2023).

² Минздрав отказался от цели снизить число курильщиков до 5% к 2035 году. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.rbc.ru/business/18/07/2019/5d2f290c9a794706e9daacea> (дата обращения: 24.02.2023).

только на законодательном уровне, но и развивая социальную работу, медицину и пропаганду здорового образа жизни.

Разберем следующее направление борьбы с никотиновой зависимостью – профилактика. Существует огромное количество организаций, которые занимаются пропагандой здорового образа жизни, но, к сожалению, очень мал процент тех, кто вознамерился бросить курить, благодаря их доводам. В большинстве случаев решающими становятся проблемы со здоровьем, неодобрение со стороны начальства, давление со стороны близких. Особенность разбираемой зависимости в том, что у курильщика формируются и условные рефлексы, без разрушения которых, отказаться от зависимости невозможно. Поэтому профилактика рецидивов предполагает осознание причины курения и замещение потребности, которая лежит в основе потребности курить.

Существуют основные направления профилактики, воздействующие на борьбу с никотиновой зависимостью, одним из них является психогигиеническое направление¹. Суть направления заключается в коррекции неправильного воспитания и ранних аномалий развития личности. Здесь важна индивидуальная психологическая работа с детьми с девиантным отклоняющимся поведением. Полноценная адаптация личности определяется как способность к постоянному развитию и обогащению за счет повышения самостоятельности и ответственности в межличностных отношениях, зрелого и адекватного восприятия действительности, умения оптимально соотнести собственные интересы с интересами группы². В формировании девиантного отклоняющегося поведения подавляющее влияние оказывает социальная среда, в которой формируется неокрепшая психика. Таким образом, основным принципом психогигиенического направления является такая организация, которая создает оптимальные условия для своевременного и гармоничного развития личности и препятствует возникновению психического

¹ Драгунова Т.В. Подросток. – М., 2020. С. 171.

² Жмуров В.А. Психические нарушения. – М., 2018. С. 361.

перенапряжения и эмоциональных конфликтов.

Как было выяснено выше, в основном пристрастие к никотину формируется у человека в подростковом возрасте, отсюда, хочется сделать вывод о том, что основная работа по адаптации подростка должна проводиться в образовательных учреждениях и организациях дополнительного образования. Среди направлений работы в этой области можно выделить: налаживание режима труда и отдыха, психологическая коррекция поведения, улучшение психологической обстановки в семье, перестройка ролевых отношений в подростковом коллективе, помощь в поиске доступного и качественного способа самоутверждения подростка.

Следующее направление по преодолению никотиновой зависимости в обществе – это поэтапное антиаддиктивное воспитание в школе. Цели подобной работы в школе:

- создание условий для развития у подрастающего поколения антинаркотической устойчивости;
- демонстрация и разъяснение вреда употребления никотина, выработка антинаркотических установок;
- разъяснение причин возникновения влечения к никотину;
- повышение ответственности за собственное здоровье.

На уровне школы должны проводиться не только мероприятия, рассказывающие о вреде курения, но и проводиться наглядные демонстрации последствий курения. И, проводя профилактические мероприятия в школе, необходимо помнить, что профилактика полезна только в том случае, если она предполагает обучение реальным способам решения жизненных проблем, повышает коммуникативные способности, умение бороться со стрессом, вырабатывает психологическую устойчивость к неблагоприятным факторам окружающей среды. В общем виде цель профилактической педагогической работы в школе можно сформулировать следующим образом: формировать у обучающихся навыки влиять на свою жизнь и умение преодолевать жизненные трудности.

Следующее направление – это санитарно-гигиеническое¹. Работа по его развитию заключается в формировании у населения санитарной грамотности и культуры. Гигиеническое воспитание и образование в нашей стране имеют право проводить организации, которые имеют официальную лицензию на медицинскую деятельность – больницы, медицинские пункты, фельдшерские пункты и т.д. Распространение ими знаний о вреде никотиновой зависимости осуществляется при помощи плакатов, санбюллетеней, которые располагаются непосредственно в этих учреждениях. Они содержат наглядную и корректную информацию о вреде курения для здоровья. Также, гигиенические и медицинские организации выпускают санбюллетени и альбомы – это средства наглядности, иллюстрированные издания, посвященные конкретной медико-гигиенической теме и имеющее вполне определенного адресата – группу риска². Массовая оздоровительная компания – проводится к медицинским датам, например, Международный день борьбы с курением – 31 мая, с целью привлечения внимания к конкретной проблеме. Предполагает участие большого количества человек с привлечением специалистов общего и узкого профиля. Также, для развития гигиенической и санитарной грамотности эффективно организовывать в местах скопления подростков и молодежи информационные уголки.

Таким образом, основными направлениями гигиенического образования и воспитания населения являются:

1. пропаганда здорового образа жизни;
2. разработка, реализация и оценка эффективности программ гигиенического обучения и воспитания для различных групп населения;
3. координация деятельности различных государственных органов, учреждений, общественных организаций, средств массовой информации, самого населения, направленной на поддержку политики укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни.

¹ Дутов С.Ю. К проблеме курения среди подростков. // Состояние биосферы и здоровье людей: сборник статей IX Междунар. науч.-практ. конф. Пенза, 2019. С. 57.

² Тиганова А.С. Руководство по психиатрии. - М., 2021. - Т.1. С. 211.

Опыт многих стран выделяет в качестве эффективного способа бросить курить – развитие массовых популяризационных программ. Они обращают внимание всей общественности на проблему никотиновой зависимости, сближали граждан с общим недугом, вовлекали такое количество равнодушных, какое невозможно включить в решение никакими индивидуальными способами. Данный подход предполагает партнерство со СМИ образовательных и медицинских учреждений.

Антинаркотическая пропаганда в специальных учреждениях будет достигать больших успехов, если она будет воздействовать точно на целевые группы населения. Это предполагает соответствие содержания программы специфическим задачам и использование методик, условий и вида просвещения, наилучшим образом соответствующих особенностям данной группы. Средствам массовой информации при этом отводится важнейшая роль. Необходимо освещать не только отрицательное воздействие наркотических веществ на организм человека, но и позитивные моменты, перспективы, цели и мотивы, ради которых необходимо подвергнуть себя ограничению и сказать «НЕТ». Иными словами, наглядно показывая, почему употреблять наркотики плохо, антинаркотическая пропаганда крайне невнятно и неубедительно говорит о том, почему хорошо не употреблять наркотики, почему трезвый образ жизни во всех отношениях превосходит образ жизни злоупотребляющих наркотиками людей.

Следующее направление работы по преодолению никотиновой зависимости – это медико-социальное. Предполагает оздоровление социальной среды путем различных медицинских и педагогических мероприятий¹.

Таким образом, никотиновая зависимость является одной из глобальных проблем человечества и борьба с ней ведется по всему миру. Каждая из стран имеет свой опыт, в том числе и Россия. Среди методов: присоединение к рамочной конвенции Всемирной организации здравоохранения, принятие

¹ Османов Э.М., Дутов С.Ю. К вопросу о формировании здорового образа жизни // Современные проблемы физической культуры и спорта молодежи в вузах России, 2018. С. 158.

федерального законодательства, антитабачная пропаганда, работа по профилактике в педагогических и медицинских учреждениях. Благодаря этим методам, наметились положительные сдвиги в оздоровлении нации, результаты мы сможем увидеть в течение ближайших 5 лет. Но, тем не менее, остается много вопросов, разрешить которые только предстоит решить: снижение приверженности к курению среди подростков, замена обычной сигареты электронной, при употреблении которой очень сложно подсчитать и проконтролировать количество никотина, попавшего в организм, качество профилактической работы, приучение населения с самых малых лет к здоровому образу жизни.

2.2. Особенности профилактики табакокурения среди несовершеннолетних в образовательных учреждениях

Как было выяснено выше, в большинстве случаев человек принимает решение начать курить в подростковом возрасте. Здоровье молодого поколения страны определяет здоровье всей нации в дальнейшем, поэтому стратегически важной задачей для государства в сфере охраны здоровья является снижение уровня подросткового курения. Для этого необходимо проведение мер первичной профилактики молодого поколения, которые должны быть направлены на устранение стремления начинать курить с ранних лет.

Начинать первичную профилактику необходимо в самом раннем возрасте, когда стереотипы мышления и поведенческие факторы только начинают формироваться¹. В этом возрасте главное влияние на ребенка оказывают школа и семья, которые в свою очередь должны прививать подрастающему поколению основы здорового образа жизни, негативное отношение к всевозможным вредным зависимостям. Не стоит забывать и о вторичной профилактике, которая уже направлена на прекращение курения среди молодых людей. Необходимо разрабатывать методы защиты от

¹ Личко А.Е. Подростковая психиатрия. – С.-Петербург. 2022. – С.112.

оказываемого давления авторитетных сверстников, проведение групповых тренингов, бесед о вреде курения с психологом, культурно-развлекательных праздников, дней здоровья, спортивных соревнований.

Профилактические мероприятия должны проводиться на регулярной основе. Проактивные и последовательные действия на многочисленных уровнях воздействия являются ключом к эффективной борьбе с табаком, которая должна начинаться с детства. Нельзя забывать о важности мероприятий по пропаганде борьбы с курением с привлечением средств массовой информации, о разработке программ, побуждающих некурящих людей продолжать бросать курить, о необходимости сокращения пассивного курения среди некурящих людей, а также о необходимости психологической поддержки и помощи всем тем, кто решил бросить курить.

Министерство образования и науки Российской Федерации и Управление Федеральной службы России по контролю за оборотом наркотиков утвердило положение о проведении ежегодной антитабачной акции «Россия без табака»¹. Их цель – привлечь внимание общественности к различным проблемам, возникающим в связи с употреблением табака, и способствовать формированию у граждан позитивного антитабачного отношения.

Существуют и антитабачные праздники, которые тоже направлены на борьбу с табаком, так 31 мая – Всемирный день борьбы с курением, который был введен для привлечения внимания общества к проблеме курения по инициативе ВОЗ в 1988 году. 17 ноября – Всемирный день борьбы с хронической обструктивной болезнью легких (ХОБЛ), который отмечается с 2003 года, с целью призвать курящее население сохранить свое здоровье и жизнь, не допустив развития такого серьезного последствия курения, как ХОБЛ. Третий четверг ноября – Международный день отказа от курения, введенный Американским онкологическим обществом в 1977 году, в ходе которого в странах мира проводятся лекции и митинги по борьбе с курением.

¹Всероссийская акция «Освободим Россию от табачного дыма!» [Электронный ресурс]. URL: https://gnicpm.ru/meropriyatiya_2022/vserossijskaya-akcziya-osvobodim-rossiyu-ot-tabachnogo-dyma-2022.html (дата обращения: 24.03.2023).

Регулярные физические упражнения являются наиболее эффективным средством борьбы с никотиновой зависимостью для отказа от табачной привычки. Самые эффективные упражнения для отказа от курения – это бег, фитнес, танцы, пилатес и йога.

Спорт необходим не только для физического и спортивного совершенствования, но и для нравственного, эстетического, интеллектуального и трудового воспитания. Всем известно, что занятия спортом являются источником положительных эмоций, помогают стабилизировать психическое состояние и снять умственную усталость. Во время тренировок выделяются эндорфины и серотонин – гормоны радости и счастья, которые помогают снять стресс и устранить то, что является основной причиной курения у многих людей: стрессовые реакции, синдром хронической усталости, снижение умственной и творческой активности. Чем больше мы занимаемся спортом, тем быстрее мы убеждаемся в том, что курение – вредно¹.

Борьба с повсеместным распространением этой привычки – это борьба за хорошее здоровье, высокую работоспособность и долголетие. Осознание негативных последствий курения требует продолжать заниматься профилактикой и использовать соответствующие альтернативы табаку. Поощрять употребление табака в больших количествах и осознанно, отказаться от курения табака как единственного средства защиты здоровья отдельного человека и нации в целом, является отказ от курения.

Исходя из анализа профилактических воспитательных программ различных школ, стоит в общем виде сформировать цель и задачи подобной работы. Цель программ профилактики курения в школах: создание такой внутренней среды в образовательной организации, чтобы она была благоприятной для развития личности и активное формирование ценностей и установок на здоровый образ жизни.

Задачи школьной программы профилактики курения:

- полное уважение прав некурящих в образовательном процессе;

¹ Иванов Н.А. Социальная работа с несовершеннолетними // Работа с детьми группы риска. – №2. 2021. С.91.

- соблюдение прав некурящих и посетителей школы в образовательном процессе в соответствии с закона «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»;
- уделять внимание проблемам курения среди детей и привлекать к этому учащихся и их семьи;
- разработать и реализовать систему мер, направленных на: образование и просвещение по вопросам табачной зависимости, о том, как бросить курить;
- способствовать увеличению числа учащихся, участвующих в программе отказа от курения;
- физическая активность и спорт, создание общественных спортивных клубов и объединений на территории образовательных учреждений;
- создать единый источник актуальной информации по вопросам курения, который будет содержать актуальные информационные материалы по вопросам табакокурения и отказа от курения для различных возрастных групп учащихся и их семей.
- создание системы консультационной помощи курильщикам, для поддержки обучающихся и сотрудников, желающих бросить курить.

Данная цель и задачи соответствуют мысли о том, что профилактика табакокурения может быть эффективной только в том случае, если подросток выступает не как пассивный слушатель, а как активно действующий и вовлеченный в процесс субъект. Участие в вовлекающих мероприятиях (социальные акции, конкурсы, групповые формы работы и др.) позволяют подросткам получить важный социальный опыт, обрести ценные качества в процессе практической деятельности и опыт общения со сверстниками и взрослыми. В реализации этих форматов работы для организации школьников должен помочь педагогический коллектив школы.

В современной психолого-педагогической практике существует огромное количество разработанных программ, направленных на снижение никотиновой зависимости среди подрастающего поколения, из них стоит выделить программу факультета «Педагогики и психологии» МПГУ «Соревнование

классов, свободных от курения». Она на протяжении более десятка лет успешно реализуется в школах Москвы и Санкт-Петербурга¹.

Программа включает следующие направления работы:

1. Профилактическая работа с родителями (за контакт с ними должны взять ответственность: директор, завуч по воспитательной работе, психолог, социальный педагог, классный руководитель). Среди методов работы можно выделить: повышение компетенции родителей в области воспитания детей и подростков: организация и проведение тематических семинаров по методам взаимодействия ребенка и родителя; организация активного семейного досуга с пользой для здоровья – разнообразные дни здоровья, семейные соревнования и т.д.; консультирования родителей по поводу личностного развития их детей.

2. Воспитательно-педагогическая работа с подростками (ответственные: завуч по воспитательной работе, психолог, социальный педагог, педагоги учителя ОБЖ, физической культуры). Методы работы: тренинги, спортивные программы, направленные на содействие формированию ценностей здорового образа жизни, создавать и реализовывать сценарии для общешкольных «антитабачных» мероприятий: тематических круглых столов, дебатов, конференций, ролевых дискуссии, групповых игр т.д.; организовать волонтерские группы из числа молодежи для оказания поддержки сверстникам.

3. Организационно-методическая профилактическая работа по предупреждению табакокурения в образовательном учреждении (ответственные: заместитель директора по воспитательной работе, психолог, социальный педагог). Методы: методическое обеспечение и образование педагогического коллектива. По профилактике табакокурения; школьные консультации для родителей по следующим вопросам профилактики зависимости от психоактивных веществ (табак, алкоголь и т.д.); проведение внутришкольных консультаций по вопросам табака и алкоголя в виде обучающих семинаров; организация внутришкольных и внешкольных учебных

¹ Макаров А.В, Доронина А.О. Профилактика никотиновой зависимости как одной из форм аддиктивного поведения подростков // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. 2019. С. 197.

семинаров и обучающих программ для специалистов образовательных учреждений по методам и средствам профилактики курения;

4. Организовать взаимодействие с родителями, образовательными учреждениями, организациями по профориентации родителей и социальными службами; создавать микросреду для воспитания, образования и развития молодежи; организовать регулярный мониторинг и систематический анализ школьной среды и принимать проактивные меры по предотвращению распространения болезней и заболеваний среди учащихся начальной, средней и старшей школы.

Одна из главных задач данной программы – формирование полноценной личности: физически, нравственно, психологически устойчивого молодого человека. Перед школой и родителями стоит стратегически-важная задача по реализации этой цели¹.

Одной из составляющих здорового образа жизни является отказ от разрушителей здоровья: курения, употребления алкогольных напитков и наркотических веществ. Если говорить о школе, то действия учителя должны быть направлены не на то, чтобы школьник бросил курить, употреблять спиртные напитки и наркотические вещества, а на то, чтобы школьник не начал этого делать. Иначе говоря, главное – профилактика.

Мотивация к прекращению курения по мнению ученых имеет ряд стадий:

Первая стадия – переобдумывание – человек ещё не вполне осознает, что у него существует проблема зависимости от никотина и не планирует изменить ситуацию в ближайшем будущем. Решение бросить курить на этой стадии принять практически невозможно, меры внешнего воздействия практически никак не влияют на отношение к зависимости. На этой стадии, как правило, видны положительные стороны курения. Работа с человеком, находящимся на этой стадии, может заключаться в регулярном посещении психолога, на которых можно выяснить, меняется ли его отношение. На данной стадии

¹ Васильева Т.П. Семейные факторы в приобщении к курению несовершеннолетних // Бюллетень Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н. А. Семашко. 2021. С. 91.

находятся около 20% курильщиков.

Вторая стадия – обдумывание – человек начинает видеть в употреблении никотина проблему, формируется осознание и негативного воздействия зависимости на организм и жизнь, происходит рассмотрение всех «за» и «против», но пока не сформировалось отчетливое желание установить ату, когда он бросит курить. Таких примерно 40%.

Только на третьей стадии – активного действия – курильщик начинает изучать и пробует следовать рекомендациям, чтобы бросить, интересуется вопросами преодоления «синдрома отмены». Таких, по данным статистики, от 30 до 40%¹.

Целью четвертой стадии – поддержания – является преодоление желания снова начать курить. Без правильной помощи на этом этапе 70% бросивших курить возвращаются к вредной привычке в течение трех месяцев.

Для решения перечисленных проблем можно использовать следующие подходы:

- распространении информации о вреде курения табака – наиболее широко базируется на предоставлении информации о табаке, вредности и негативных последствиях табакокурения;

- психологическое обучение и поддержка – зависимость от табака чаще развивается у подростков, имеющих низкую самооценку, слабо развитые навыки принятия решений, зависимость от мнения других, проблемы в семье и со сверстниками;

- регулирование микро и макро-социальной среды подростка – базируется на теории социального научения². Сущность этого подхода в правильной обратной связи со стороны окружения, которую будет получать человек, решивший избавиться от никотиновой зависимости;

- формирование универсальных жизненных навыков – использует методы

¹ Бачинин И.В. Опыт реализации педагогических технологий предупреждения негативных зависимостей у детей и подростков // Педагогическое образование в России. №4. 2014. С. 95.

² Ищенко Т.Н. Социальное проектирование как средство развития личности обучающихся в образовательном процессе вуза // Мир науки, культуры, образования . №12. 2018. С. 67.

формирования поведенческих навыков, психической устойчивости, умение решать проблемы и нести ответственность за свои поступки;

- развитие вариантов для альтернативной табакокурению деятельности – базируется на предположении, что снижению количества подростков, зависимых от табака, способствует значимая альтернативная деятельность (специально организованные путешествия, занятия спортом, интеллектуальная активность и т.п.).

- укрепление здоровья – формирование активной жизненной позиции подростка, развитие личности, которая осознает полезность и вред определенных видов деятельности для своего развития.

Таким образом, проблема табакокурения среди несовершеннолетних имеет комплексный характер. Её решение может иметь прогрессивный характер только при условии, что действия по её преодолению будут совершать не только школьные учителя, классные руководители или социальные педагоги, но и родители, родственники и ближайшее окружение самого никотинозависимого подростка.

Готовность педагогов к проведению профилактики табакокурения несомненна. С этой целью созданы многочисленные мероприятия, направленные на формирование ценности здорового образа жизни у подростков, проводится активная информационная поддержка профильными организациями и учреждениями, ответственными за формирование грамотной знаниевой базы. Для наиболее полного решения рассматриваемой нами проблемы в сфере профилактики табакокурения среди подростков еще предстоит сделать: вовлечь в процесс не только учеников и педагогический коллектив, но и родителей, лидеров общественного мнения, сотрудников медицинских организаций, внедрять в профилактическую работу методы, носящие более развлекательный и интерактивный характер, понятный подросткам – игры, дебаты, квесты, веревочные курсы и т.д., оказывать влияние на отказ от курения не только на негативных ассоциациях с этим процессом, а, наоборот, делать акцент на положительных сторонах здорового

образа жизни, развивать альтернативные формы досуга для подростков, повышать эффективность работы психологической помощи и реагирования.

Глава 3. Методическая разработка факультативного курса «Девиянтное поведение – опасность для общества!»

3.1. Аннотация факультативного курса «Девиянтное поведение – опасность для общества!»

Психологическое здоровье подрастающего поколения становится всё более актуальной проблемой в современном воспитательном процессе.

Эффективная профилактика табакокурения и других форм отклоняющегося поведения делает необходимым информировать подростков о сути термина «девиантное поведение», его типов, факторов, влияющих на его формирование, последствий для жизни молодого поколения. Понятие «отклоняющееся поведение» предполагает нарушение принятых в обществе социальных правил, вызывающих осуждение и негативную реакцию со стороны окружающих.

Подобный вариант поведения формируется у детей и подростков в разном возрасте, всё зависит от влияния факторов, но наиболее часто начинает проявляться именно в подростковом возрасте – 10–16 лет. Это связано с тем, что в этот период происходит формирование физиологии и психики ребенка, происходят мощные сдвиги во всех системах жизнедеятельности, мировоззрении и образе жизни. В это непростое, жизнеобразующее время очень важно, чтобы подросток был в правильной среде, чтобы его окружала здоровая эмоциональная атмосфера. Кроме этого, эффективное информирование подготовит подростка к превратностям и соблазнам взрослой жизни, поможем осознанно вступить в мир «взрослых» зависимостей.

Данная программа направлена на профилактику асоциальных явлений, предполагает комплекс занятий, которые всесторонне объясняют личности о сути, причинах, проявлениях и последствиях девиантного поведения. Занятия предполагают различные формы работы, чтобы в нескучной форме обучающиеся смогли сформировать в себе предпосылки к здоровому образу жизни, понимание способов борьбы с никотиновой и иными формами

отклоняющегося поведения.

Целевая аудитория – обучающиеся 8–9 классов (подростки в возрасте 13–15 лет).

Цель факультативного курса – профилактика отклоняющегося поведения среди подростков.

Задачи:

- проинформировать в интерактивной форме об особенностях отклоняющегося поведения;
- предложить способы решения проблемы подростковых девиаций;
- способствовать развитию психологической готовности подростков к развитию навыков принятия собственных осознанных решений;
- исследовать причины формирования отклоняющегося поведения, способов их преодоления.

Методы работы: диагностика, сюжетно-ролевые игры, лекционные занятия, беседы с элементами тренинга.

Методы и формы реализации курса. В основе содержания курса реализуются **методы:** проблемно-поисковый, исследовательский, метод обобщения, которые оптимизируют процесс познания основных аспектов программы курса. Особое место занимает метод исследования, благодаря которому школьники учатся самостоятельно мыслить, осуществлять поиск, творчески работать. Занятия проводятся в следующих **формах:** изучение и обобщение материала, а также комбинированное занятие с элементами практической работы, исследование, поиск, беседы, игрового моделирования, опросы. Изучаются методы самодиагностики, обработки полученных данных. В личностно-психологическом плане занятия направлены на совершенствование общения, регуляцию настроения, и т.д.

Длительность курса: 10 занятий.

Режим занятий: 1 час в 2 недели.

Ожидаемые результаты:

- развитие способности критически мыслить, принимать осознанные и

взвешенные решения;

- сформированная уверенность в социальной защищенности, знания о правах, свободах, способах и механизмах их защиты;

- способность к определению своей позиции и ответственному поведению в современном обществе;

- способность применять понятийный аппарат по теме «Отклоняющееся (девиантное) поведение» в реальной жизни;

- расширение общественного кругозора школьника.

3.2. Учебно-тематическое планирование и содержание факультативного курса «Девиантное поведение – опасность для общества!»

№	Наименование темы	Количество часов	Форма занятий
1	«Отклоняющееся поведение – его виды и формы»	2	Лекция с элементами беседы Семинарское занятие
2	«Мои права и права других людей»	2	Лекция с элементами беседы Дискуссия
3	«Незнание закона не освобождает от ответственности»	2	Работа с нормативно-правовыми актами Практическое занятие
4	«Курить или не курить – вот в чем вопрос»	1	Интерактивная игра
5	«Я в глазах других людей»	2	Беседа с элементами тренинга
6	Итоговое занятие	1	Беседа. Рефлексия.
Итого часов: 10.			

Содержание программы факультативного курса:

1 тема – «Отклоняющееся поведение – его виды и формы»

Количество часов на изучение темы: 2.

Содержание занятий: лекция учителя о сущности, признаках, видах девиантного поведения, разбор кейсов-рассказов детей, подверженных девиантному поведению для выяснения причин их появления.

Домашнее задание: составление в мини-группах (4–5 человек) докладов о способах преодоления отклонений, о роли различных факторов в формировании асоциальных поступков.

2 тема – «Мои права и права других людей»

Количество часов на изучение темы: 2.

Содержание занятий: изучение групп прав человека и гражданина по Конституции РФ на основе работы с законами и международными конвенциями, разбор особенных прав ребенка, анализ современных способов защиты прав детей. Работа в группах по созданию буклета «Как защитить права ребенка».

Домашнее задание: изучить государственные механизмы по защите прав ребенка и создать памятку с инстанциями, телефонами, куда может обратиться несовершеннолетний.

3 тема – «Незнание закона не освобождает от ответственности»

Количество часов на изучение темы: 2.

Содержание занятий: анализ одного из видов отклоняющегося поведения – делинквентного, разбор видов ответственности по законам РФ, работа со статистическими данными – выявление наиболее распространенных правонарушений, совершаемых несовершеннолетними, работа с отечественными НПА – Кодексом об административных правонарушениях, Уголовным кодексом, Гражданским кодексом РФ и т.д. – выяснение наказаний, применяемых к правонарушителям в возрасте до 18 лет.

Домашнее задание: составление «портрета» несовершеннолетнего правонарушителя.

4 тема – «Курить или не курить – вот в чем вопрос»

Количество часов на изучение темы: 1.

Содержание занятий: профилактическая квест-игра для участников факультативного курса. В игровой форме объяснит подросткам об одной из форм отклоняющегося поведения – никотиновой зависимости.

5 тема – «Я в глазах других людей»

Количество часов на изучение темы: 2.

Содержание занятий: занятие тренинг с участием школьного психолога – направлено на формирование устойчивой самооценки, знание своих достоинств.

Домашнее задание: выполнить психологические тесты, предоставленные психологом.

6 тема – итоговое занятие.

Содержание: рефлексия, беседа с обучающимися на предмет изменения отношения к девиантному поведению, социальным нормам, пользе их соблюдения.

Количество часов на изучение темы: 1.

3.3. Конспект занятия «Отклоняющееся поведение – его виды и формы»

Форма занятия: урок открытия новых знаний.

Цель: сформировать у подростков четкое понимание понятия «девиантное поведение», убежденность в его негативных социальных и личных последствий.

Задачи:

Образовательная – 1) раскрыть современное понятие темы урока; 2) выделить основные причины появления отклоняющегося поведения; 3) раскрыть типы данного явления на актуальных современным реалиям примерах; 4) разобрать последствия формирования этого типа социального поведения.

Развивающая – 1) способствовать развитию навыка анализировать реальные жизненные ситуации; 2) умению формировать положительную модель социального поведения.

Воспитательная – 1) продолжить формировать негативное отношения к вредным привычкам, в том числе и никотиновой зависимости; 2) понимание важности здорового образа жизни; 3) формировать уважение к правам, свободам и интересам других людей; 4) формировать активную гражданскую позицию.

Формируемые УУД:

Регулятивные – ставить перед собой цели занятия и учебные задачи, соотносить с ними полученные результаты, выбирать способы и методы действий для решения поставленных учителем задач.

Познавательные – формулировать термины, выделять признаки, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические высказывания, формулировать цепочку выводов.

Коммуникативные – организовывать совместную поисковую деятельности с учениками и учителем, распределять роли в учебном коллективе, корректно аргументировать свою точку зрения.

Личностные – индивидуальная мотивация избегать отклоняющегося

поведения и вредных привычек.

Оборудование: Обществознание. 8 класс: учебник для общеобразоват. организаций / Л. Н. Боголюбов, Н. И. Городецкая, Л. Ф. Иванова и др., под ред. Л. Н. Боголюбова. – М.: «Просвещение», 2022; проектор, компьютер, мультимедийная презентация, карточки с заданиями, значки для рефлексии.

План урока:

1. Организационный момент и актуализация знаний
2. Постановка учебных целей и задач
3. Изучение материала
4. Рефлексия и поведение итогов.

Ход урока:

Организационный момент: Ребята, всех приветствую на первом вводном занятии нашего курса «Девиантное поведение – опасность для общества!». Сегодня мы определим самые главные термины и понятия, без которых дальнейшая работа будет затруднительна. С собой в нашем путешествии вам понадобятся внимательность и смекалка. Готовы начинать? *(дети отвечают)*.

Актуализация: давайте вспомним какие в обществе существуют правила, регулирующие наше поведение ? *(дети называют – религия, мораль, традиции и обычаи, этикет, нормы права и т.д.)*, каким общим термином мы их обозначаем? *(социальные нормы)*. Какой механизм помогает нам соблюдать их? *(социальный контроль)*. Как вы считаете, бывают ли в жизни ситуации, когда человек может отступить от принятых в обществе норм и правил? *(дети высказывают предположения с места)*.

Постановка учебных целей: таким образом, мы выяснили, что отступать от норм и правил возможно, но во всех ли ситуациях это уместно? *(ответ детей)*

На основе сказанного, давайте сформулируем, что же такое отклоняющееся поведение? *(дети отвечают, на экране выводится определение понятия)*

Из многообразия его форм ученые-социологи выделяют следующие: схема выводится на экран (Приложение 1).

Давайте рассмотрим несколько жизненных ситуаций (*учащимся раздаются карточки*), как вы считаете какие из них являются примерами негативного отклоняющегося поведения? (карточки – Приложение 2).

Вывод: в ситуациях под номерами 1-3 поведение людей не приводит к опасным для общества последствиям, а примеры 4-6 – нежелательны как варианты поведения.

Социологи выделяют несколько самых опасных форм девиантного поведения. Как вы считаете, какие это формы? (*дети называют: преступления, алкоголизм, наркоманию и т.д.*)

Вы абсолютно правы! Давайте разберемся в этих формах подробнее, чтобы точно осознать, что они вредны для общества. Для этого нам нужно разделить на 2 группы (*учитель делит, дети рассаживаются*), получают карточки с заданиями, дополнительные материалы (Приложение 3).

Про негативные последствия самых ужасных форм отклоняющегося поведения мы поговорили, теперь настало время узнать о его причинах. Не секрет, что человек, рождаясь, только начинает формировать свой характер, ценности и мировоззрение, так и отношение к социальным нормам формируется с годами. Перед вами лежит чистый лист бумаги (каким и является человек от рождения), давайте напомним на него факторы, воздействующие на то, что человек станет нарушителем социальных норм, для этого вам нужно изучить материал в учебнике на стр. 136–137 (*дети читают, наносят на лист бумаги факторы*), потом учитель выводит на экран схему со всеми причинами (Приложение 4).

Поэтому государство принимает меры, чтобы бороться с появлением подобных отклонений.

Рефлексия: а теперь давайте вспомним всё, о чем мы говорили на уроке. Перед вами лежат три карточки: «лайк, дизлайк, вопрос», я буду говорить утверждения, а вы будете поднимать подходящую вам карточку (Приложение 5).

Домашнее задание: отгадать кроссворд «Девиантное поведение –

опасность для общества!» *(раздается на карточках ученикам)* – Приложение 6.

Заключение

В ходе проведенной нами работы была реализована поставленная цель исследования. В соответствии с поставленными задачами по теме выпускной квалификационной работы можно сделать следующие **выводы**:

1. В медицине под никотиновой зависимостью понимается физиологическое расстройство поведения, связанное с употреблением психоактивных веществ, в частности, табака.

Мы можем сформулировать следующие признаки никотиновой зависимости:

5. В основе зависимости лежит активное действующее вещество - никотин;

6. Это состояние патологического влечения к никотину;

7. Вызывает негативные для организма последствия;

8. Отказ от приема никотина влечет возникновения абстинентного синдрома.

2. Нами был рассмотрен комплекс причин, способствующих формированию никотиновой зависимости. Их можно условно разделить на две группы: биологические и социальные. Среди первых – генетическая предрасположенность и курение среди членов семьи, неустойчивость нервной системы. Среди социальных следует выделить: подражание сверстникам, желание стать частью новой компании, реклама и распространенность образа курильщика в СМИ и кинематографе. Рассмотрение проблемы табакокурения происходит на нескольких уровнях – макросоциальном (политика государства, СМИ), микросоциальном (семья, референтная группа, социальное окружение), внутриспсихологическом (особенности психики курильщика). Главным мотивом начать курить для каждой личности будет своё, но самые распространенные причины – семья и социальное окружение.

3. Никотиновая зависимость оказывает пагубное влияние на здоровье человека.

Регулярный и длительный прием табака приводит к ухудшению

функционирования многих жизненно-важных органов и систем – дыхательной, сердечнососудистой, пищеварительной, увеличивает риск развития рака и гангрены ног. Существование многочисленных табачных компаний не соответствует национальным интересам нашей страны, негативно сказывается на многих показателе народонаселения. Также, курение оказывает пагубное воздействие на социальные отношения между курящими и некурящими – конфликты в семье, на работе, в общественном транспорте, в общественных местах – всё это приводит к общественным противоречиям и вредит общественным отношениям.

4. Никотиновая зависимость является одной из глобальных проблем человечества и борьба с ней ведется по всему миру.

Каждая из стран имеет свой опыт, в том числе и Россия. Среди методов: присоединение к рамочной конвенции Всемирной организации здравоохранения, принятие федерального законодательства, антеникотинная пропаганда, работа по профилактике в педагогических и медицинских учреждениях. Благодаря этим методам, наметились положительные сдвиги в оздоровлении нации, результаты мы сможем увидеть в течение ближайших 5 лет. Но, тем не менее, остается много вопросов, разрешить которые только предстоит решить: снижение приверженности к курению среди подростков, замена обычной сигареты электронной, при употреблении которой очень сложно подсчитать и проконтролировать количество никотина, попавшего в организм, качество профилактической работы, приучение населения с самых малых лет к здоровому образу жизни.

5. Проблема табакокурения среди несовершеннолетних имеет комплексный характер.

Её решение может иметь прогрессивный характер только при условии, что действия по её преодолению будут совершать не только школьные учителя, классные руководители или социальные педагоги, но и родители, родственники и ближайшее окружение самого никотинозависимого подростка.

Готовность педагогов к проведению профилактики табакокурения –

несомненна. С этой целью созданы многочисленные мероприятия, направленные на формирование ценности здорового образа жизни у подростков, проводится активная информационная поддержка профильными организациями и учреждениями, ответственными за формирование грамотной знаниевой базы. Для наиболее полного решения рассматриваемой нами проблемы в сфере профилактики табакокурения среди подростков еще предстоит сделать: вовлечь в процесс не только учеников и педагогический коллектив, но и родителей, лидеров общественного мнения, сотрудников медицинских организаций, внедрять в профилактическую работу методы, носящие более развлекательный и интерактивный характер, понятный подросткам – игры, дебаты, квесты, веревочные курсы и т.д., оказывать влияние на отказ от курения не только на негативных ассоциациях с этим процессом, а, наоборот, делать акцент на положительных сторонах здорового образа жизни, развивать альтернативные формы досуга для подростков, повышать эффективность работы психологической помощи и реагирования.

Нами был разработан элективный курс «Девиянтное поведение – опасность для общества!», в рамках 1 из занятий курса обучающимся будет предложено занятие «Отклоняющееся поведение – его виды и формы». (методическая разработка прилагается).

Список использованных источников и литературы

I. Нормативно-правовые акты

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) [Электронный ресурс]: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202210060013/> (дата обращения: 11.12.2022).
2. Доклад ВОЗ О глобальной табачной эпидемии, Основные положения. 2021 г. [Электронный ресурс]. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/344222/9789240032927-rus.pdf?isAllowed=y&sequence=17> (дата обращения: 20.12.2022).
3. Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака (Женева, 21 мая 2003 г.) / [Электронный ресурс]. URL: <https://base.garant.ru/2565668/> (дата обращения: 26.12.2022).
4. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) [Электронный ресурс]: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202210060013/> (дата обращения: 11.12.2022).
5. Всеобщая декларация прав человека (принята Генеральной Ассамблеей ООН 10.12.1948) – [Электронный ресурс]: URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_120805/ (дата обращения: 20.04.2023).
6. Федеральный закон от 30.03.1998 № 54-ФЗ О ратификации Конвенции о защите прав человека и основных свобод и Протоколов к ней. – [Электронный ресурс]: URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_18263/ (дата обращения: 20.04.2023).
7. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 № 195-ФЗ (ред. от 24.04.2020). – [Электронный ресурс]: URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_34661/ (дата обращения: 14.03.2023).

8. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) [Электронный ресурс]: URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 18.03.2023).

9. Федеральный закон от 13.03.2011 № 38-ФЗ «О рекламе» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58968/ (дата обращения: 14.12.2022).

10. Федеральный закон от 23.02.2013 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотиносодержащей продукции» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_142515/ (дата обращения: 14.12.2022).

11. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 303-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу охраны здоровья граждан от последствий потребления никотинсодержащей продукции» [Электронный ресурс]: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_58867/ (дата обращения: 13.03.2023).

12. Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака и иной никотинсодержащей продукции в Российской Федерации на период до 2035 года и дальнейшую перспективу [Электронный ресурс]: <http://government.ru/docs/all/124703/> (дата обращения: 17.03.2023).

II. Монографии и статьи по теме исследования

13. Аглиуллина, С. Т., Наумов, А. С., Валиев, Р. И., Каримов, Л. А. Эпидемиология: Анализ распространенности курения среди молодежи // ФГБОУ ВО «Казанский государственный медицинский университет». – 2018. – С. 123–125.

14. Александрова, Д.С., Овчинников, Ю.Д. Научные подходы к избавлению от никотиновой зависимости / Д.С. Александрова // The scientific heritage. – 2021. – № 79. – С. 83-88.
15. Бачинин, И.В. Опыт реализации педагогических технологий предупреждения негативных зависимостей у детей и подростков / И.В. Бачинин // Педагогическое образование в России. – №4. 2014. – С. 90-95.
16. Бойко, О.Е. Профилактика никотиновой зависимости. / О.Е. Бойко. – Краснодар, 2020. – 301 с.
17. Большакова, П. Н. Стандартизация и изучение факторов, влияющих на приверженность табакокурению девушек в студенческой среде медицинского вуза / П.Н. Большакова // Проблемы стандартизации в здравоохранении. – 2019. – № 5-6. – С. 50-56.
18. Васильева, Т.П. Семейные факторы в приобщении к курению несовершеннолетних / Т.П. Васильева // Бюллетень Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н. А. Семашко. – 2021. – С. 91-96.
19. Герасименко, Н. Ф., Демин, А. К. Формирование политики в отношении табака в России и роль гражданского общества / Н.Ф. Герасименко. – М.:Издание Российской ассоциации общественного здоровья, – 2021. – С.311-314.
20. Гилинский, Я. И. Социология девиантного поведения и социального контроля / Я.И. Гилинский // Социология в России. – 2016. – № 2. – С. 587–609.
21. Голубова, Т.Н., Махгамова, З.Р., Рубанова А.Р. Обзор международного опыта по борьбе с табакокурением / Т.Н. Голубова // Таврический медико-биологический вестник. – 2020. – №11. – С.88-95.
22. Гундаров, И. А. Новые подходы к изучению и укреплению здоровья курильщиков/ И.А. Гундаров // Главный врач. – 2019. – № 2. – С. 30-36.
23. Драгунова, Т.В. Подросток / Т.В. Драгунова. – М.: Просвещение, 2020. – 199 с.

24. Дутов, С.Ю. К проблеме курения среди подростков/ С.Ю. Дутов // Состояние биосферы и здоровье людей: сборник статей IX Междунар. науч.-практ. конф. Пенза, 2019. – С. 57-61.
25. Жмуров, В.А. Психические нарушения / В.А. Жмуров. – М.: Контур, 2018. – 571 с.
26. Жукова, Т. В., Астафьев, Д. А. Педагогическое обеспечение работы с молодежью / Т.В. Жукова. – Оренбург. : Издательский центр ОГАУ, 2021. – 268 с.
27. Заридзе, Д. Г. Влияние курения на прогноз заболевания у онкологических больных / Д.Г.Заридзе // Вопросы онкологии. – 2019. – № 3. – С. 326- 330.
28. Змановская, Е. В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения/ Е.В. Змановская. – М., 2015. – 411 с.
29. Иванов, Н.А. Социальная работа с несовершеннолетними / Н.А. Иванов // Работа с детьми группы риска. – №2. – 2021. – С.91-97.
30. Ищенко, Т.Н. Социальное проектирование как средство развития личности обучающихся в образовательном процессе вуза / Т.Н.Ищенко // Мир науки, культуры, образования. – №12. – 2018. – С. 67-71.
31. Карепова, С. Г., Безвербный, В. А., Сорокин, В. А. Теоретикометодологические подходы к изучению факторов девиации и антисоциального поведения в современной России / С.Г. Карепова // Экономические и гуманитарные исследования регионов. – 2020. – № 1. – С. 39–47.
32. Ларин, А. И. Противодействие потреблению табака как эффективный инструмент охраны здоровья населения Российской Федерации/ А.И. Ларин // Медицинская статистика и оргметодработа в учреждениях здравоохранения. – 2020. – № 2. – С. 9-11.
33. Левшин, В. Н. Курительный анамнез лиц, получающих инвалидность / В.Н. Левшин // Врач. – 2018 – № 11 – С. 74-80.

34. Левшин, В.Ф. Табакизм: патогенез, диагностика и лечение / В.Ф. Левшин. – М.: Ю-райт, 2017. – 421 с.
35. Лисняк, М.А. Синдром зависимости от никотина как аддиктивное поведение, его клиника, профилактика и психогигиена / М.А. Лисняк // Наука. – 2018. – №10. – С.81-87.
36. Личко, А.Е. Подростковая психиатрия / А.Е. Личко. – С.-Петербург, 2022. – 312 с.
37. Лопатин, С.А. Здоровьесберегающие технологии - эффективные меры по сохранению и укреплению здоровья студентов вузов / С.А. Лопатин // Научный журнал НИУ ИТМО. Серия «Экономика и экологический менеджмент». – №3. – С. 121-125.
38. Лопаткин, Л. Г. Табакокурение/ Л.Г. Лопаткин // ГлавВрач. – 2019. – № 2. – С. 50-66.
39. Макаров, А.В, Доронина, А.О. Профилактика никотиновой зависимости как одной из форм аддиктивного поведения подростков / А.В. Макаров // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. – 2019. – С. 197- 205.
40. Медик, В. А. Общественное здоровье и здравоохранение : учеб. для мед. Вузов / В.А. Медик. М.: Научное слово, 2016 – 287 с.
41. Мусина, В.П. Психология личности с никотиновой зависимостью. Методы изучения и помощи / В.П. Мусина. – М., 2017. – 277 с.
42. Новоселова, Е.Н. Борьба с курением как фактор формирования здорового образа жизни / Е.Н. Новоселова // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. – 2022. – С.112-116.
43. Османов, Э.М., Дутов, С.Ю. К вопросу о формировании здорового образа жизни / Э.М. Османов // Современные проблемы физической культуры и спорта молодежи в вузах России, 2018. – С. 158-165.
44. Решетченко, С.А. Анализ социально-психологических исследований по проблеме табакокурения / С.А. Решетченко // Знание, понимание, умение. – 2016. – №4. – С. 47-56.

45. Старшенбаум, Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г.В. Старшенбайм // Питер. – 2017. – №11. – С.91-96.

46. Тиганова, А.С. Руководство по психиатрии / А.С. Тиганова. – М.: Научное слово, 2021. – Т.1. – 438 с.

47. Тяпкина, Г. В. Антитабачное законодательство и его социальная значимость / Г. В. Тяпкина, Н. В. Наруцкая. — Текст : непосредственный // Юридические науки: проблемы и перспективы : материалы V Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2016 г.). – Казань : Бук, 2016. – С. 28-30. – URL: <https://moluch.ru/conf/law/archive/223/11033/> (дата обращения: 14.05.2023).

48. Умархаджиева, С. Р. Социальные технологии по профилактике и коррекции девиантного поведения / С.Р. Умархаджиева // Педагогика высшей школы. – 2016. – № 1. – С. 105–107.

49. Холостова, Е.И. О вреде курения: методические материалы в помощь лектору / Е.И. Холостова. – М.: Наука, 2017. – 341 с.

50. Шакалова, В. Г., Золотенко, Е. А. Девиантное поведение как предпосылка и фактор правонарушений в подростковой и молодежной среде / В.Г. Шакалова // Молодой ученый. – 2019. – № 48. – С. 442–445.

III. Интернет – ресурсы

51. Международная классификация болезней 10-го пересмотра (МКБ-10) – [Электронный ресурс]: URL: <https://mkb-10.com/> (Дата обращения: 07.01.2023).

52. Всемирная организация здравоохранения. Табак // Информационный бюллетень. Май 2018. № 339 [Электронный ресурс]. URL: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/ru/> (дата обращения: 20.12.2022).

53. Курить или не курить: мониторинг [Электронный ресурс]: Всероссийский центр изучения общественного мнения // Пресс-выпуск № 3116 от 31 мая 2021 г. [Электронный ресурс]. URL: <http://wciom.ru/index.php?id=236&uid=115711> (Дата обращения: 21.12.2022).

54. Минздрав отказался от цели снизить число курильщиков до 5% к 2035 году. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.rbc.ru/business/18/07/2019/5d2f290c9a794706e9daacea> (дата обращения: 24.02.2023).

55. Всероссийская акция «Освободим Россию от табачного дыма!» [Электронный ресурс]. URL: https://gnicpm.ru/meropriyatiya_2022/vserossijskaya-akczija-osvobodim-rossiyu-ot-tabachnogo-dyma-2022.html (дата обращения: 24.03.2023).