

**Пропаганда здорового образа жизни как средство формирования
антинаркотического мировоззрения среди студенческой молодежи**

Шошина Анастасия Александровна

Студент

*Нижегородский государственный гуманитарный университет, Гуманитарный
факультет, Нижегородск, Россия*

E-mail: anastasiya_shoshina@bk.ru

Здоровый образ жизни – это жизни, который основан на принципах нравственности и рационально организован. Такой образ жизни активный, трудовой, закаляющий, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды. Он позволяет до самой старости сохранять физическое нравственное, и психическое здоровье. В исследовательской литературе вопросу пропаганды здорового образа жизни среди молодежи посвящен ряд трудов философов, психологов, политологов, социологов, врачей, общественных деятелей.

Целью работы является анализ вопроса о пропаганде здорового образа жизни, как средства формирования антинаркотического мировоззрения среди студенческой молодежи.

Для достижения цели были определены следующие задачи:

- проанализировать способы и особенности профилактики здорового образа жизни среди студенческой молодежи;

- определить недостатки в профилактике здорового образа жизни среди студенческой молодежи для выработки более эффективных способов.

Повышенного внимания к проблеме формирования здорового образа жизни заслуживает студенческая молодежь. Студенты являются главным источником пополнения трудовых ресурсов общества и ее активной частью. Студенческая молодёжь – это молодёжь, обучающаяся в высших учебных заведениях. Студент – учащийся высшего, в некоторых странах и среднего учебного заведения [1]. Процессы, которые происходят в современном обществе, повысили проблемы сохранения, развития здоровья человека и формирования здорового образа жизни среди студентов.

Профилактика – это комплекс мероприятий, которые направлены на укрепление и сохранение здоровья. Включают в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения или распространения заболеваний, их раннее выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития. Такие мероприятия также направлены на устранение вредного влияния факторов среды обитания человека на его здоровье [2]. Преимущество профилактики в сфере охраны здоровья обеспечивается посредством разработки и осуществления различных программ, которые направлены на формирование здорового образа жизни, а так же на снижение потребления алкоголя и табака, предупреждение и борьбу с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ. Разрабатываются программы, направленные на осуществление профилактических мероприятий, осуществление мероприятий по предупреждению и проявлению заболеваний, в том числе предупреждению социально значимых заболеваний и борьбе с ними; проведение профилактических и медицинских

осмотров, диспансеризации, диспансерного наблюдения в соответствии с законодательством Российской Федерации, а так же реализация данных мероприятий. Профилактика наркомании должна стать органичной с частью просвещения. Для этого в учебных заведениях проводятся лекции и занятия по профилактике наркомании, демонстрируются художественные и документальные фильмы. Эффективная профилактическая работа среди подростков дает положительные результаты. Такая работа должна вестись постоянно и в огромных масштабах. Правильно проведенные профилактические мероприятия среди молодежи должны стать сдерживающим фактором и тогда «присевших» на наркотики молодых людей значительно уменьшится. Глобальной мировой проблемой и национальной бедой большинства стран мира является наркомания. ООН заявляет, употребляющих наркотики во всем мире продолжает расти. По данным организации, около 200 миллионов человек или 5% всего населения мира в возрасте от 15 до 64 лет хотя бы раз в год употребляют наркотики [3]. Профилактика обеспечивается общими усилиями педагогов, психологов, социальных работников, врачей, сотрудников правоохранительных органов и строится на комплексной основе. Именно профилактика является наиболее легкоуязвимым местом. Фактически вся лечебно-профилактическая и восстанавливающая работа в области наркологии касается явных, запущенных случаев наркомании, алкоголизма и токсикоманий. В настоящее время во всем мире в образовательной среде борьба с наркоманией проводится посредством использования различных профилактических моделей. Их структура зависит от конкретных условий отдельных регионов и стран. Анализируя ситуацию в области профилактики наркомании в России, можно сказать, что первичной профилактикой наркомании занимается система образования, а именно образовательные учреждения среднего звена - школы, профессиональные училища, менее активно - колледжи, лицеи и ВУЗы. Введены новые учебные программы такие как: «Основы безопасности жизнедеятельности», «Валеология». Такие предметы косвенным образом ориентированы на профилактику наркомании. Единой государственной программы нет. Существующие профилактические мероприятия фактически соответствуют образовательной и медицинской моделям профилактики. Система профилактики в нашей стране должна строиться на трех основных сферах жизнедеятельности детей и молодежи - это семья, образовательное учреждение, досуг, социальное окружение.

Таким образом, формирование здорового образа жизни, которое способствует укреплению здоровья студенческой молодежи, осуществляют на трёх уровнях: личностном - система ценностных ориентиров человека, стандартизация бытового уклада жизни; социальном - пропаганда, информационная работа; инфраструктурном - конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности (наличие времени, материальных средств), профилактические учреждения;

Важные способы профилактики это обучение здоровому поведению: осознание, развитие и тренировка определённых умений справляться с требованиями социальной среды, управлять своим поведением. К основным способам также относится оказание детям и подросткам психологической и социальной поддержки. Вовлечение молодёжи в процесс профилактики является важной особенностью проведения профилактической активности.

Пропаганда здорового образа жизни включает мероприятия, направленные на его популяризацию, среди которых основными являются просветительские и выездные про-

граммы, реклама в СМИ (радио, телевидение, интернет).

Применение традиционных и поиск новых, более эффективных способов профилактики наркомании в рамках популяризации здорового образа жизни, еще больше обязывает современные ВУЗы обратить на этот вопрос особое внимание. Формирование и пропаганда ЗОЖ способны занять и увлечь студентов от тлетворного влияния наркомании в современном мире.

Литература

1. Иконникова, С.Н. Социология молодежи./ С.Н. Иконникова//Л.: Знание-1985 с.28
2. Федеральный закон Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
3. Интернет-Портал «Uucys.ru» [Электронный ресурс]. – Режим доступа:<http://uucys.ru/stati>