

Первая выкуренная сигарета, как правило, приходится на ранний подростковый возраст. Подростки – наиболее уязвимая часть общества, подверженная этой пагубной привычке. Среди заядлых курильщиков, пытавшихся отказаться от употребления табака, более половины составляют те, кто начал курить в подростковом и юношеском возрасте.

На сегодняшний день курение является одной из самых распространенных вредных привычек в современной России. По данным ВЦИОМ ежедневно выкуривает хотя бы одну сигарету больше половины мужчин и около трети женщин.

Курение и молодежь – очень серьезная проблема, и проблема не только медицинская, но и социальная. В то время как в Европе и в Америке все больше и больше распространяется приверженность здоровому образу жизни, у нас заметна совершенно противоположная тенденция, хотя государство прилагает большие усилия и тратит значительные суммы на профилактику и помощь в борьбе с табакокурением.

Табачную проблему часто называют эпидемией. И масштабы человеческих потерь от табачной эпидемии в настоящее время действительно превышают потери от большинства инфекций (по данным ВОЗ ежегодно в мире от вызванных табаком болезней умирает 5 миллионов человек).

В её распространении заинтересована вполне конкретная корпоративная группа - табачная индустрия. Она теряет своих клиентов ежедневно: кто-то бросает курить, кто-то погибает из-за болезней, вызванных курением. Поэтому, если наши дети не будут становиться курильщиками, табачная индустрия через некоторое время перестанет существовать.

Именно поэтому она внушает родителям, педагогам, самим подросткам те представления о курении, которые удобны табачной индустрии, используя разные способы и методы (скрытая реклама через СМИ, художественные фильмы, мультфильмы, изготовление вещей с символикой марок сигарет и т.д.).

В чем сущность представлений о курении, которые удобны табачной индустрии?

Международный опыт показывает, что неэффективные подходы к профилактике курения базируются на следующих основных представлениях:

- подчеркивается важность именно проблемы курения подростков (а не курения взрослых, которые зачастую служат примером);

- началу курения подростками (потому что это явление, на которое трудно повлиять) уделяется гораздо больше внимания, чем прекращению курения (поскольку считается, что у подростков еще нет зависимости, и они могут с легкостью отказаться от курения);

- обращается особое внимание на вред курения для здоровья (хотя следует заметить, что эти акценты делает не табачная индустрия, которой не выгодно подчеркивать вред курения для здоровья, этим больше занимаются медики и педагоги, занимающиеся профилактикой), но для подростков в силу их возрастных особенностей этот вред не актуален, подросткам свойственно рисковать, чтобы стать взрослыми и бунтовать против взрослых;

- табачной индустрии также чрезвычайно выгодно поддерживать миф о том, что курение является результатом свободного выбора человека (и, следовательно, что решать проблему «курить - не курить» нужно на индивидуальном уровне), а потому все проблемы, связанные с курением, являются следствием собственного неразумного поведения курильщика.

Перечисленные представления узнаваемы и хорошо знакомы. Мы пытаемся удержать наших детей от начала курения, внушая им, что капля никотина убивает лошадь, а в старости курильщиков ждет смерть от рака легких. Но это не действует, и все новые и новые подростки начинают курить. Какие мифы среди подростков и молодёжи наиболее распространены?

Миф 1. Курение помогает расслабиться. Да, на 15-20 минут, за счёт того, что переключает внимание на хорошо знакомые действия. Искусственно в кровь попадают вещества подобные тем, которые вырабатываются организмом в ситуациях достижения победы. Следовательно, создается видимость победы, но реальная проблема остается.

Миф 2. Проще войти в группу, завязать разговор. Молодой человек или девушка действительно приобретает «ключик», который позволяет войти в какую-либо группу. Но он не является универсальным, не решает трудностей социальной адаптации, связанных с установлением отношений. Подростку придется искать другие «ключики», например, алкоголь.

Миф 3. Курение приносит свободу. И вместе с ней появляется материальная зависимость и возникает вопрос: «Почему так трудно бросить, если ты свободен?»

Миф 4. Курение – не зависимость: брошу если захочу. Зачем же, в таком случае, пластырь от курения, жвачки и другие средства, помогающие курильщику в борьбе с курением? Почему появились врачи, помогающие бросить курить?

Миф 5. Тот, кто курит - взрослый. Это значит, что некурящие взрослые – дети?

Миф 6. Курение не приносит большого вреда. Родители курят – и ничего. Почему же столько взрослых хотят бросить курить, платят за это деньги и не хотят, чтобы их дети начинали курить?

Отдельно стоит сказать о девушках, поскольку в России с каждым годом увеличивается количество курящих девушек и молодых женщин, которые в будущем станут или уже стали матерями. Социологические исследования среди девушек выявили следующие мифы: курить красиво и модно – считают 60 % опрошенных, это флирт с противоположным полом - 20 %, это привлекает внимание окружающих - 15 %, это помогает лучше выглядеть - 5 %. То есть девушкам-подросткам важно любым способом привлечь к себе внимание, чтобы повысить свою самооценку.

Таким образом, мы снова возвращаемся к мысли, высказанной в начале статьи: курение молодёжи – проблема не только медицинская, но и социальная. В настоящее время необходимо тесное совместное сотрудничество медиков, психологов и социологов с одной стороны и родителей, педагогов и молодёжи с другой стороны.