**Беседа на тему:**

**«Правонарушения как результат вредных привычек»**

**Как вы думаете, что такое привычка?**

Привычка - сложившийся способ поведения, осуществление которого в определённой ситуации приобретает для индивида характер потребности.

Например: чистить зубы; мыть руки, придя с улицы; играть в компьютерные игры и т.д.

**Что такое вредная привычка?**

 Вредная привычка – это действие, которое повторяется с определенной периодичностью и приносит вред человеку либо окружающим его людям.

**Какие привычки можно назвать вредными?**

Курение; громко разговаривать и т.д.

Все вредные привычки и их тяжелые последствия можно разделить на вредные и просто неполезные

**Вредные привычки** - привычки, оцениваемые негативно с точки зрения социальных норм поведения или в отношении к процессу формирования личности.

1. Курение

   2. Алкоголизм

   3. Наркомания

   4. Игровые зависимости (склонность к азартным или компьютерным играм)

   5. Прокрастинация (это привычка откладывать важные дела "на потом")

   6. Ковыряние кожи (привычка постоянно трогать кожу и выдавливать ногтями воспаленные участки или сдирать подсыхающие болячки).

Какое – либо действие не сразу становится привычкой, а только когда человек повторит его много или несколько раз. Например, курение поначалу вызывает неприятные ощущения – неприятный вкус и запах. Но мало кому хватит смелости признаться в этом в группе сверстников. Ребята пробуют сигареты, считая, что это «круто», что так они выглядят взрослыми. Никотин, попадая в кровь, вызывает привыкание, химическую зависимость.

Кроме того, формируется психологическая зависимость – когда человек уже не знает, как общаться с другими, как себя вообще вести, если не держит в руках сигарету. У человека вырабатывается привычка, курить, от которой ему трудно потом избавиться.

В табаке вредным веществом является не только никотин, не менее опасны смолы, которые оседают в лёгких, и другие вещества. Вредных веществ в табаке более 200 видов, и они вызывают различные заболевания. Особенно губительно они влияют на растущий, формирующийся организм.

Не менее опасно для здоровья – употребление алкоголя. Но самое страшное – это, конечно, наркотики. Человек, принимая наркотики, деградирует, его мозг постепенно разрушается.

Перешагнув однажды запретную черту, начав курить или пить, человек утрачивает контроль над самим собой и с лёгкостью может пойти и дальше – попробовать наркотики, которые вызывают привыкание намного быстрее, чем сигареты. Многие ошибочно полагают, что нет ничего страшного в приёме «лёгких» наркотиков. На самом же деле, они также вызывают привыкание, пагубно влияют на здоровье и толкают человека на различные риски – попробовать более сильные наркотики.

**Знаете ли вы, что именно под наркотическим или алкогольным опьянением человек способен совершить самые жестокие преступления?**

Как вы думаете, почему так происходит (наркоманы любой ценой добывают деньги на очередную дозу, не контролируют себя, у них меняется состояние сознания).

Многие считают, что наркоманией болеют (а это действительно болезнь) только «плохие», «непутёвые» люди. Хотя на самом деле это случается даже с детьми из благополучных семей, которые не нашли себе занятий по интересам, да и интересы у них довольно ограниченные. Поэтому, это только кажется, что такая беда как наркомания от нас где-то далеко. Но в наших силах эту беду предотвратить.

Давайте вместе подумаем, для чего человек пробует сигареты, алкоголь (из интереса, хочется испытать что-то новое, показать себя смелым и взрослым, быть «как все»)?

Действительно, общество нам навязывает свои стереотипы и человеку, особенно юному часто не хватает силы воли, чтобы противостоять этому давлению. Ведь таков закон природы: чтобы быть в группе, нужно быть похожим на всех членов этой группы. То же самое мы можем увидеть у животных, это ещё называют «стадным чувством». И действительно, нужно проявить сообразительность, напрячь свой ум, проявить определённые человеческие качества, чтобы влиться в группу, но при этом не уподобляться ей. Когда у всех членов группы есть общая тема, то они чувствуют, что они вместе. Вот это чувство «вместе» заставляет молодых людей (юношей и девушек) за компанию заняться танцами, играть в футбол, пойти на общественные работы, но, к сожалению, и попробовать сигареты, алкоголь, наркотики, совершить преступление.

Молодые люди очень подвержены веяниям моды. А мода распространяется не только на одежду, внешний вид. Во все времена существовала мода на фигуру, определённое телосложение, определённые черты лица и даже мода на болезни. В 18-м веке чахотка, к примеру, была известна, как болезнь романтическая, красивая. Сейчас она проходит под другим названием - туберкулез. И уже не вызывает никаких романтических ассоциаций. Скорей, в общественном сознании эта болезнь связывается с самыми маргинальными представителями, вроде бомжей и заключенных. А раньше существовало понятие "чахоточная красота" - худоба, бледные щеки, впалые глаза. Считалось, что такие люди обладают повышенной чувствительностью ко всему, это отличные поэты, художники и вообще творцы.

В наше время существует немало болезней, которые принято обсуждать и которые считаются модными или так или иначе связаны с модой: аллергия, анорексия, и т.д. Говорить о наркотиках тоже стало модным, хотя наркомания как болезнь модной не является, наоборот, человека, принимающего наркотики считают потерянным для общества, «пропащим». Мода приходит и уходит. И вместе с некоторыми веяниями моды уходит, к сожалению, и здоровье, которое уже не вернёшь и не перечеркнёшь некоторые события своей жизни.

**Прежде чем что - делать подумаёте, к чему могут привести вредные привычки: курение, употребление алкоголя и приём наркотиков???**



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!!**

Социальный педагог: Шляхтина И.Г