

## ВОВЛЕЧЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ В ТАБАКОКУРЕНИЕ

*А.А. Иванова, О.Н. Гринь, Ю.В. Красюк, 1 курс  
Научный руководитель – Э.Н. Каленчук, ст. преподаватель  
Полесский государственный университет*

Согласно мировой статистике, большинство людей начинают курить именно в студенческие годы. По данным ВОЗ в рейтинге самых «курящих» стран Беларусь находится на седьмом месте (из 132-х государств): у нас курят 42% населения. Самые высокие показатели распространенности курения среди работников сельского хозяйства. Второе место занимают учащиеся ПТУ и безработные, третье – студенты ВУЗов и техникумов. Наибольшая распространенность курения наблюдается в возрасте 16 – 29 лет.

Табакокурение широко распространено во всех странах мира и является одной из главных причин преждевременной смерти взрослых людей от заболеваний, связанных с курением. По проведенным исследованиям выяснилось, что табакокурение убивает 5 млн. людей каждый год. Среди основных причин, по которым люди начинают курить, можно выделить следующие: стрессовые ситуации, влияние друзей и знакомых, проблемы на работе, учебе, в личной жизни и т.д.

Целью нашего исследования являлось изучение причин курения среди студентов, определение количества курящих студентов, степени информированности и отношения студентов к проблеме курения. В качестве объекта исследования были выбраны студенты факультета банковского дела Полесского государственного университета. Предметом исследования являлись причины курения и отношение студентов к курению. При проведении исследования был использован метод анкетирования, в ходе которого были получены следующие данные:

На вопрос «Как вы относитесь к курению?» 66% ответило, что отрицательно, 24% – безразлично, 10% – положительно. Из 64 опрошенных 67% не курят, 33% курят. Притом 62% вообще не курят, 16% студентов курит ежедневно, 16% – нерегулярно, 6% – только в стрессовых ситуациях. 97% полагают, что курение вредит здоровью, а 3% считают, что курение не приносит вреда здоровью. Как показал ответ на вопрос «Достаточно ли информации о вреде курения для вашего здоровья вы получаете?», 94% студентов считают, что они получают достаточно информации об этом, 6% – не достаточно. 23% получают информацию о вреде курения через газеты, журналы, книги, 22% – через телевидение, рекламу, 15% – от родителей, 10% – от друзей, знакомых, 10% – на лекциях, 6% – по радио. Все опрошенные ответили, что среди их знакомых есть курящие. На вопрос «Считаете ли вы неприличным курение в общественных местах?» 72% студентов ответили «Да», 28% – «Нет». Выяснилось, что 71% относятся к курящим безразлично, 20% – отрицательно, 9% – положительно. Из этого можно сделать следующие выводы: большинство студентов, как курящих, так и не курящих, относятся к курению отрицательно; половина из курящих студентов курит ежедневно, а остальная половина – только в стрессовых ситуациях; многие студенты не курят т.к. не поддаются влиянию друзей, знакомых и владеют достаточной информацией о вреде курения, и основным источником являются СМИ. 21% опрошенных полагают, что девушки курят в состоянии алкогольного опьянения, 14% – т.к. это модно, престижно, 14% – за компанию, 14% – в стрессовых ситуациях, 13% – для расслабления, успокоения, 9% – из-за ссоры с молодым человеком, 9% – для привлечения внимания противоположного пола, 6% – для того, чтобы похудеть. 18% студентов считают, что парни курят в состоянии алкогольного опьянения, 15% – за компанию, 14% – чтобы казаться взрослым, для самоутверждения, 11% – для расслабления, 10% – в стрессовых ситуациях, 9% – чтобы доказать, что настоящий мужчина, 9% – чтобы убить время, 6% – для привлечения внимания противоположного пола, 5% – из-за влияния отца, знакомых, 3% – в связи с отсутствием определенных жизненных целей. Из ответов респондентов видно, что парни и девушки курят и употребляют алкоголь одновременно. Большинство опрошенных полагают, что курение вызывает рак легких(78%), 4% – простудные заболевания, 4% – астму, 3% – туберкулез, 3% – рак полости рта, 3% – рак кишечника, 1% – рак кожи, 1% – сердечно – сосудистые заболевания, 1% – заболевания зубов, 1% – сыпь и 1% – никаких заболеваний. Можно предположить, что студенты не осознают в полной мере, какой вред наносит курение, назвав самыми распространёнными заболеваниями только раковые. На вопрос «Курят ли ваши родители?» 51% ответили, что оба родителя не курят, 41% – курит только отец, 8% – оба родителя курят, 0% – мать курит. Из всех опрошенных 42% курят два года, 11% – три года, 11% – два-три месяца, 6% – шесть месяцев, 6% – один год, 6% – полтора года, 6% – 4 года, 6% – пять лет, 6% – семь лет. Возможно, что курить некоторые студенты нача-

ли во время учебы в университете. Это может быть связано с адаптацией к новой обстановке, с бесконтрольностью, полученной свободой. На вопрос «По какой причине вы начали курить?» 45% ответили, что курить начали из-за стресса, 40% - за компанию, 5% - для расслабления, 5% - просто так и 5% - из-за интереса. 68% опрошенных чаще всего курят на улице, 8% - дома, 8% - в университете, 8% - где попадется, 4% - вочных клубах, на дискотеках, 4% - в специально отведенных местах. Выявлено, что 47% студентов пытались бросить курить, 33% - вообще не думали об этом, 20% не пытались. Притом 76% планируют в будущем бросить курить, а 24% - нет. 28% опрошенных находят, что результатом отказа от курения будет укрепление здоровья, 18% - спокойная нервная система, повышение устойчивости к стрессам, 14% - рост самоуважения, 12% - высокая работоспособность, 11% - повышение умственных и физических способностей, половой потенции, 9% - повышение интереса к жизни, творчеству, 5% - улучшение взаимоотношений в семье, 3% - прекрасный сон. Вероятно, некоторые студенты почувствовали ухудшения здоровья с момента курения. От 1 до 3 сигарет выкуривают 52% опрошенных, от 4 до 10 штук – 38%, 11 – 15 штук – 10%, пачку и более никто не выкуривает. Из этого следует, что студенты уже ощущают полную зависимость от курения, так как половина из них выкуривают достаточно большое количество сигарет в день. И для того, чтобы бросить курить, им понадобится помочь специалистов, поддержка близких и друзей. На вопрос « Скрываете ли вы то, что курите?» 45% ответили «частично», 43% - «нет», 12% - «да». Можно сделать вывод, что именно эти 12% действительно считают свою привычку пагубной, постыдной. Анкета показала, что с того момента, как 62% студентов начали курить, их здоровье, по их мнению, не ухудшилось, а 38% считают, что состояние их здоровья изменилось.

Студенты университета считают, что для борьбы с курением целесообразно проведение тематических лекций, занятий, тренингов с психологами, размещение статей на данную тематику в университетской газете. Психологи советуют: бросать курить не в период учебы или работы, а во время каникул, отпуска; лучше пробовать бросать курить вместе с коллегой или товарищем, т.к. взаимная психологическая поддержка будет более эффективной. Многие врачи рекомендуют физические упражнения, занятие спортом, водные процедуры, прогулки на свежем воздухе, улучшение питания, крепкий и долгий сон.

### **Список использованной литературы**

1. Кульменева Л. «Курение как социальная проблема», ЗОЖ.-2002.-№7.-с.13
2. Студенческий меридиан.-2005.-№2.-с.68-69
3. Здоровый образ жизни.-2004.-№5.-с.15
4. Здоровый образ жизни.-2002.-№7,11,-2003.-№5.-с.35.,№11.с.3
5. Народная газета.-2003.-№245.-с.4
6. Пінські веснік.-2003.-№69/70.-с.3
7. Веснік адміністрації.-2007.-№2.-с.55-63
8. deepmemo.com/...
9. lifeinua.com/...
10. vgomele.by/...