

## **ПРИЧИНЫ ФОРМИРОВАНИЯ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК У ЖЕНЩИН И ДЕВУШЕК (КУРЕНИЕ, ДЕПРЕССИЯ, ЛЕНЬ, ГНЕВ, РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ И ДР.) И ИХ ПСИХОПАТОЛОГИЧЕСКОЕ ВЛИЯНИЕ**

**Юлдашева Д.**

### **Введение**

Современное общество сталкивается с растущим числом случаев проявления вредных привычек среди женщин и девушек. Курение, депрессивные состояния, апатия, лень, агрессивное поведение и вспыльчивость становятся не только личной проблемой, но и социальной угрозой. В данной статье рассматриваются ключевые причины формирования этих состояний и их психопатологическое влияние на психику женщины.

Основные причины формирования вредных привычек 1. Социально-психологические факторы - Стресс и перегрузка.

Семейно-воспитательные причины - Травмы детства. Насилие в семье, отвержение родителями, игнорирование потребностей — всё это может сформировать деструктивное поведение в будущем.

- Неправильные модели поведения. Если в семье курение, ЭТфессия или лень воспринимаются как норма, закрепляется в подсознании ребёнка.

Биологические и гормональные факторы Психофизиологические особенности. Женская нервная система отличается большей чувствительностью, что делаетязвимыми к тревожным и расстройствам. - Гормональные колебания. ПМС, беременность, климакс — все эти состояния могут усиливать раздражительность, усталость и эмоциональную нестабильность.

Психопатологическое влияние вредных привычек

- Провоцирует развитие тревожных расстройств.
- Усиливает депрессию.
- Приводит к физической зависимости и изменению мозговой активности.

2. Депрессия

- Приводит к социальной изоляции.
- Повышает риск суицидального поведения.

Может перейти в хроническую форму с психосоматическими расстройствами.

3. Лень и апатия

- Снижение когнитивных функций.
- Нарушение мотивационной сферы.
- Постепенное развитие невротических состояний.

4. Гнев и раздражительность

- Повышенный риск психозов.
- Разрушение социальных связей.
- Формирование личности с чертами дисфории и паранойи.

### **Заключение**

Рост числа женщин и девушек с вредными привычками обусловлен множеством факторов: от социального давления до личных психологических травм. Эти привычки не только влияют на повседневную жизнь, но и имеют глубокие психопатологические последствия. Профилактика, психотерапия, поддержка семьи и общества — важнейшие шаги на пути к оздоровлению женского психического здоровья.

### **Название употребляемых литературы:**

1. Чалдини, Р. (2016). Психология влияния. Санкт-Петербург: Питер.
2. Франкл, В. (2017). Сказать жизни "Да": психолог в концлагере. Москва: АСТ.
3. Карр, А. (2015). Легкий способ бросить курить. Москва: Хорошая книга.
4. Энциклопедия психологии, (n.d.)
5. Википедия — Свободная энциклопедия, (n.d.).