

Полученные результаты подтверждаются рядом исследований (В.В. Little et al., 1990; Н.П. Бочков, 2004), отмечающих достоверное снижение массы, длины тела, окружности головы и груди у детей, рожденных матерями с зависимостью от алкоголя, опиатов, кокаина и табака.

Наши исследования показали, что наследственная отягощенность наркомании дополняется недостатками воспитания, где решающее значение для развития личности имеет окружающая социальная среда и особенно семья, родители. Так анализ семейных отношений выявил, что воспитанием детей в семьях испытуемых, в основном, занимались матери (78%). При этом имелись разводы родителей (32,4%), которые в 1,8 раза чаще отмечались во II группе (45,0 и 24,6)%, повторные браки (21,9%), дети воспитывались в неполных семьях (21,9%). Практически все испытуемые (92,4%) были в конфликтных отношениях с отцом и 82,9% - с матерью. Многие из наркозависимых имели родителей, злоупотребляющих ПАВ (большинство алкоголем – 62,8%).

Проведенный анализ указывает на необходимость учета особенностей пре-, пери-, постнатального развития, влияние наследственности и микросреды, т.к. они могли явиться факторами риска развития наркотической зависимости у исследуемой группы мужчин.

Здоровье и качество жизни школьников на примере гимназий №147 и №139 г. Омска

О.В. Мигунова, А.Е. Петухова, Т.И. Крысова, С.А. Конюхов, С.В. Матвеева
Омская государственная медицинская академия федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию,
МОУ Гимназия №147,
г. Омск

Процесс формирования здоровья подрастающего поколения – одна из важнейших составляющих жизни любого современного общества. При этом здоровье есть объективная категория, которую можно оценить с использованием общепринятых методик. На процесс формирования здоровья оказывают влияние различные объективные и субъективные факторы, определение роли каждого из которых позволяет выявить ведущие тенденции в этом процессе. В то же время, качество жизни – это субъективная категория, в некотором смысле включающая в себя как здоровье (физическое, психическое) человека, так и образ его жизни (объективные и субъективные факторы социальной и экономической среды и проч.).

Нами был проведен ряд исследований, в которых приняли участие учащиеся МОУ Гимназия №14» и МОУ Гимназия №139 г.Омска. *Целью*

исследований явилось выявление основных факторов, оказывающих влияние на здоровье и качество жизни школьников.

По данным углубленных медицинских осмотров было установлено, что здоровье школьников неуклонно ухудшается: динамические наблюдения показывают, что в течение пяти лет происходило статистически достоверное снижение удельного веса детей первой группы здоровья (с 16,7% до 7,8%, $p < 0,05$, т.е. в два раза). В то же время увеличивается количество учащихся, страдающих хроническими заболеваниями (удельный вес детей третьей группы здоровья возрос с 10,4% до 19,4%, $p < 0,05$).

Анкетным методом было установлено, что большинство школьников не соблюдают режим дня (около 80%), недостаточно отдыхают. При этом учащиеся нерационально и нерегулярно питаются: каждый пятый питается 1-2 раза в стуки, каждый третий не получает горячее питание в школе.

Заболевания опорно-двигательного аппарата занимают одно из первых мест в структуре заболеваемости по данным медицинских осмотров. При этом около половины учащихся занимаются физкультурой нерегулярно.

При оценке функционального состояния школьников по методике «САН» (самочувствие, активность, настроение) было установлено, что для 28% характерно снижение показателей, также для 28% - повышение. Снижение показателей в основном связано со снижением активности, а повышение с повышением настроения. Снижение показателей в основном связано со снижением активности, а повышение с повышением настроения. С помощью этой же методики выявлено, что каждый третий школьник испытывает утомление.

Несмотря на состояние здоровья и функциональное состояние, а также образ жизни, школьники склонны высоко оценивать своё качество жизни, что, в общем, характерно для подростков. При интегральной оценке по пятибалльной шкале качества жизни (от 0 до 5) средний балл составил 3,9, т.е. большинство школьников оценивают своё качество жизни на четыре-пять балла.

Возможными причинами сложившейся ситуации могут быть как отсутствие приверженности здоровому образу жизни общества в целом, и как следствие недостаток знаний в области гигиены, полученных ребенком в семье, так и недостаточный уровень гигиенического воспитания в школе.

Таким образом, активная пропаганда здорового образа жизни, приверженность ему всех участников образовательного процесса позволит сохранить и укрепить здоровье подрастающего поколения.

Большинство школьников при ответе на вопрос «Что такое здоровый образ жизни?» ответили, что это отсутствие вредных привычек и занятия

физкультурой и спортом. Это свидетельствует о недостаточной информированности школьников в области гигиены.

Конфликтная компетентность как детерминанта психологического здоровья

Г.А. Парамонова

Санкт-Петербургский государственный университет физической культуры им. П.Ф. Лесгафта,
г. Санкт-Петербург

Выявление состава и раскрытие содержания критериев психического и социального здоровья являются одними из ключевых вопросов психологии здоровья. Оценка выраженности здоровья на уровне организма в современной медицине находит достаточно удовлетворительное решение, но в отношении психического и, особенно, социального здоровья об этом говорить преждевременно.

Г.С.Никифоров выделяет среди уже известных критериев психического здоровья как наиболее важный - психическое равновесие (Г.С.Никифоров, 2002). С его помощью можно судить о характере функционирования психической сферы человека с различных сторон (познавательной, эмоциональной, волевой). Этот критерий органично связан с двумя другими: гармоничностью организации психики и ее адаптивными возможностями.

Здоровый человек – это человек гармоничный. Соответственно, аномалии в развитии личности наиболее ярко заявляют о себе в проявлениях ее дисгармонии, утрате равновесия с социальным окружением, то есть в нарушении процессов социальной адаптации, сопряжения с социумом.

У человека неуравновешенного, неустойчивого фактически нарушено равновесие, гармоничное взаимодействие между свойствами, лежащими в основе его личностного статуса. И напротив, только у психически здорового, то есть уравновешенного человека, мы наблюдаем проявления относительного постоянства поведения и его адекватности внешним условиям.

Одним из факторов, обуславливающим психическое равновесие можно рассматривать конфликтность человека.

Некоторые причины конфликтов связаны, прежде всего, с индивидуально-психологическими особенностями его участников. Они обусловлены спецификой процессов, происходящих в психике человека в ходе его взаимодействия с другими людьми и окружающей средой.

Применительно к конфликтам это означает, что могут быть выделены такие человеческие особенности людей, которые приводят к тому, что люди