

THE LITERATURE

1. The concept of continuous education of children and youth in the Republic of Belarus // *Problems of education*. 2007. №2. S. 3-19
2. *Serikov V.V* Education and Personality: Theory and practice of designing educational systems / VV Serikov. - Moscow: 1999. 272 p.
3. *Petrov V.O* Health-educational technologies in the work of the teacher of physical culture: Abstract. Dis. ... Cand. ped. Sciences: 13.00.01 / VO Petrov. Karachaevsk, 2005. 27 p.

IMPLEMENTATION ZDOROVESBERAGAYUSCHIH TECHNOLOGIES IN THE FORMATION OF CULTURE OF THE PERSON

Kurylo Olga,
Master of Psychology, Art. teacher,
Belarusian State Agricultural Academy,
Gorki, Belarus

УДК 351.761.3 – 053.81

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

Захаренко Т.А.

*Белорусская государственная сельскохозяйственная академия,
г. Горки, Беларусь*

Аннотация. В статье проведен теоретический анализ основ профилактики наркомании в молодежной среде и создания условий для профилактики в вузе. Авторами рассматриваются возможности организации и реализации эффективной профилактики наркомании в молодежной среде.

Ключевые слова: наркомания, профилактика наркомании, молодежная среда.

Abstract. The article provides theoretical analysis of the basic drug prevention among youth and to create conditions for the prevention of the university. The authors considered the possibility of the organization and implementation of effective drug abuse prevention among youth.

Index terms: addiction, drug abuse prevention, youth.

Употребление наркотических средств отмечается среди представителей всех социальных групп и возрастов. Особенно настораживает тот факт, что наркотики становятся частью молодежной субкультуры, компонентом общения в подростково-молодежной среде. Масштабы и темпы распространения наркомании в Республике Беларусь таковы, что ставят под вопрос физическое и моральное здоровье молодежи и будущее значительной ее части, социальную стабильность белорусского общества в уже ближайшей перспективе. Во многих развитых государствах сегодня существует система правового, медицинского, социального и прочего обеспечения реабилитации наркоманов одновременно с мощной пропагандистской кампанией против наркотиков. В Республике Беларусь, к сожалению, подобная система находится в зачаточном состоянии. Такое положение на фоне роста числа наркоманов, количества преступлений, совершаемых под воздействием наркотиков, требует от общества принятия радикальных незамедлительных шагов. Вместе с тем, результаты современных исследований

мнений молодых людей о наркотиках в области профилактики наркозависимости указывают, что в молодежной среде есть здоровый потенциал по противодействию распространения наркомании в обществе.

По данным Центра мониторинга за наркотиками и наркопотреблением Гродненского государственного медицинского университета, в настоящий момент в Беларуси уровень наркотизации населения составляет 166 человек на 100 тыс. населения. Число больных наркоманией в Республике Беларусь ежегодно увеличивается. Так, в период с 1987 по 2015 гг. (период в 28 лет) число регистрируемых в течение года больных наркоманией возросло в 52,7 раза (с 315 чел. в 1987 г. до 16600 чел. в 2014 г.). На самом деле, ситуация намного сложнее. Количество незарегистрированных наркозависимых достигает на сегодняшний день 60-70 тысяч человек. Эти данные, хоть они и несколько ниже показателей соседних стран, отражают масштабы серьезной проблемы.

В предупреждении наркомании выделяют три аспекта: первичная, вторичная и третичная профилактика. Они охватывают весь спектр существующего и потенциального злоупотребления наркотиками. Для такого широкого спектра форм поведения должны применяться различные стратегии и тактики деятельности. При третичной профилактике речь идет об ограничении или уменьшении некоторых из наиболее серьезных последствий заболевания или вредного для окружающих поведения, предотвращении распространения ВИЧ и гепатита, снижении числа преступлений, совершаемых наркоманами. Цель такого подхода заключается в том, чтобы ограничить масштабы физической болезни и преступного поведения путем предоставления информации, лекарств заменителей, одноразовых шприцев, ухода за больными и консультирования. Цель вторичной профилактики – оказать помощь молодым людям, которые злоупотребляют наркотиками, в прекращении такой практики. Эта цель может быть достигнута разными способами – начиная с издания брошюр о том, как справиться с абстинентными расстройствами, возникающими в отсутствие наркотика, и кончая широким кругом режимов лечения, за которыми следуют программы реабилитации. В системе профилактических мероприятий важнейшей является первичная профилактика – предупреждение любого незаконного приема какого-либо психоактивного вещества. Она осуществляется посредством контроля за незаконным предложением и путем просвещения относительно рисков и проблем, связанных с незаконным потреблением наркотиков, особенно с опасностями злоупотребления путем внутривенных инъекций. Формы и средства традиционной первичной профилактики – это лекции, беседы и другие воспитательные, а не лечебные действия. Основное их содержание сводится к разъяснению вреда, который наносится здоровью злоупотреблением психоактивными веществами.

Принято считать, что первая информация о наркотиках является основополагающей в формировании отношения к ним. Поэтому основной сферой приложения комплекса системных мер по профилактике наркологических заболеваний должен быть подростково-молодежный контингент, где с целью предотвращения формирования положительных установок к наркотикам у подростков и молодежи необходимо установить высокий защитный барьер, предотвращающий

употребление психоактивных веществ. Реальной формой создания такого профилактического барьера будет активная, регулярная, плановая антинаркотическая пропагандистская работа во всех учебных заведениях, начиная с начальных звеньев. Важнейшим элементом антинаркотической пропаганды является работа по созданию «сплошной наркологической грамотности». Речь идет о преодолении информационного дефицита, о доведении до широких масс населения (и в первую очередь до молодежи) необходимых данных о сущности наркотиков как средств, изменяющих психическое состояние, о механизмах формирования физической и психической зависимости от них, то есть развития наркомании и токсикомании как болезней, стоящих в ряду психических заболеваний и имеющих тяжелые биологические и социальные последствия. Как для предупреждения инфекционных заболеваний необходимы профилактические прививки, так и для предупреждения аддиктивного поведения требуется специальное обучение.

Грамотная профилактическая работа должна состоять из трех обязательных компонентов.

1. Образовательный компонент включает:

- знание о действии на организм химических веществ, изменяющих состояние сознания, о механизмах развития зависимости во всех аспектах;
- принятие концепции болезни и понимание последствий, к которым приводит зависимость от психоактивных веществ;
- знание о себе, понимание своих чувств, эмоций, знание о возможных способах работы с ними, способность заботы о себе. Цель – научить молодого человека понимать и осознавать, что происходит с человеком при употреблении психоактивных веществ, формирование развитой концепции самосознания у молодого человека.

2. Психологический компонент включает коррекцию определенных психологических особенностей личности, способствующих развитию зависимости от психоактивных веществ. Цель – формирование навыков эффективного общения, критического мышления, принятия решений; выработки адекватной самооценки; умения постоять за себя, избегать ситуаций неоправданного риска; делать рациональный, жизненный выбор; регуляции эмоций; избегания стрессов; разрешения конфликтов; сопротивления давлению извне; умения сказать «нет»; нести ответственность за свои действия и свой выбор; умение обратиться при необходимости за помощью.

3. Социальный компонент включает помощь в социальной адаптации личности, решение проблемы занятости.

Таким образом, профилактическая работа должна включать не только информационно-просветительский блок, но и психолого-педагогические аспекты (тренинги, ролевые игры). Решаемые антинаркотической пропагандой и профилактикой задачи – это воспитание установки на здоровый и социально позитивный образ жизни, в котором нет места наркотикам и другим одурманивающим веществам, алкоголю, табаку, на раскрытие всех возможностей духовного и физического развития.

Наиболее эффективной и действенной формой воздействия на сознание молодежи является агитация за здоровый образ жизни в сочетании с антинаркотической пропагандой.

С нашей точки зрения, в целях профилактики наркомании и токсикомании возможно осуществление следующих мер: пропаганда здорового образа жизни, распространение знаний об опасности наркомании и токсикомании для жизни и здоровья; участие в разработке и реализации республиканских и областных программ в сфере профилактики наркомании и токсикомании; развитие сети учреждений, оказывающих наркологическую помощь социально неустойчивым категориям населения; своевременное оказание специализированной медицинской помощи лицам, больным наркоманией; консультирование специалистов государственных и муниципальных организаций, осуществляющих мероприятия по профилактике наркомании и токсикомании; разработка рекомендаций и методических указаний по профилактике наркомании и токсикомании; - привлечение в установленном порядке научных учреждений, ученых и специалистов, в том числе зарубежных, к решению проблем профилактики наркомании и токсикомании; проведение конференций, совещаний, симпозиумов и встреч, круглых столов, организация выставок и других мероприятий по вопросам профилактики наркомании в молодежной среде; информирование органов внутренних дел в установленном законом порядке о лицах, осуществляющих употребление, незаконные приобретение, хранение, перевозку, изготовление, переработку, производство, сбыт или пересылку наркотических средств, склонение к употреблению наркотических средств.

При определении возможности совершенствования профилактической работы в учреждениях образования стоит обратиться к положительному опыту соседних стран. Так, в Российской Федерации на завершающей стадии находится законодательное утверждение условий и порядка тестирования школьников на предмет раннего выявления употребления ими наркотиков.

В Европе стало нормой анонимное тестирование учеников на употребление наркотических средств при помощи анализа мочи. В наших условиях представляется чрезвычайно важным внедрение в образовательную среду инновационных технологий раннего обнаружения случаев употребления наркотиков учащимися, а также усовершенствование работы по взаимодействию школьных психологов, социальных педагогов и сотрудников инспекции по делам несовершеннолетних по раннему выявлению индивидуумов, употребляющих наркотики.

Особенно важно обнаружение экспериментаторов и зависимых в начальных стадиях болезни с целью прекращения экспериментирования и отказа от приема наркотиков.

ЛИТЕРАТУРА

1. Королева И. В. Первичная профилактика наркозависимости у молодежи посредством активизации личностного потенциала // Вестник ПГУ им. Шолом-Алейхема. – 2013. – №1 (12). – С. 81–95.
2. Маркевич С.С. Молодежная наркомания: новые угрозы и вызовы / С.С. Маркевич // Выхаванне і дадатковая адукацыя. – № 5. – 2014. – С. 40–46.

3. Осипова Р. Г. Наркомания в молодежной среде: причины распространения и возможные методы профилактики / Р.Г. Осипова // Молодой ученый. – 2011. – №7. – С. 53–59.

THE LITERATURE

1. Koroleva I. V. Primary prevention of drug addiction among young people by means of the development of individual potential // Bulletin of PSU. – 2013. – №1 (12). – P. 81–95.

2. Markevich S.S. Youth addiction, new threats and challenges // The additional education and training. – № 5. – 2014. – P. 40–46.

3. Osipova R.G. Drug addiction among youth: causes of the spread and possible methods of prevention / R.G. Osipova // Young scientist– 2011. – №7. – P. 53–59.

THEORETICAL FOUNDATIONS DRUG PREVENTION AMONG YOUTH

Zakharenko TA

*Belarusian State Agricultural Academy,
Gorki, Belarus*

УДК 796

МЕДИТАТИВНАЯ МУЗЫКА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ЛФК И СПОРТА

Арпентьева Мариям Равильевна,

доктор психологических наук, доцент

*Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского,
г. Калуга*

Аннотация: статья посвящена проблемам медитативной музыкальной терапии. Цель исследования – анализ возможностей и ограничений медитативной музыкальной психотерапевтической поддержки в игровых видах спорта. Метод исследования – теоретический анализ особенностей медитативной музыкальной психотерапевтической поддержки в игровых видах спорта. Медитативная музыка помогает занимающимся, спортсменам, а также тренерам и другим специалистам, задействованным в работе со спортсменами и занимающимися, разрешать внутренние и внешние конфликты, обнаруживать зоны, нуждающиеся в развитии и развиваться, опираясь на опыт, суммированный человечеством в медитативной музыке – музыке высоких гармоний, обращенных к высшим ценностям человеческого бытия

Ключевые слова: спорт, музыка, медитация, музыкальная психотерапия, психологическое сопровождение спорта.

Abstract: The article is devoted to meditative music therapy. The purpose of the study is the analysis of opportunities and constraints meditative music psychotherapeutic support in team sports. Research method is the theoretical analysis of the peculiarities of meditative music psychotherapeutic support in team sports. Meditative music helps student athletes and coaches and other professionals involved in working with athletes and working to resolve internal and external conflicts, to identify areas in need of development and to develop, based on the experience summarized by humanity in meditative music – music high harmonies, converts to the higher values of human existence.

Keywords: sports, music, meditation, music therapy, psychological support of sports.

Введение. Психологическое сопровождение различных видов спорта – одна из активно развивающихся сфер профессиональной деятельности психолога. В рамках сопровождения большое значение имеют релаксационные