

Югова Е.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет (РГППУ)

ПРОФИЛАКТИКА ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ КАК ФАКТОР, ФОРМИРУЮЩИЙ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

В современный период роста злоупотребления наркотиков, алкоголя и других психоактивных веществ (ПАВ) мы наблюдаем усиление этого процесса и среди студенчества. Употребление молодыми людьми алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ ведет к развитию тяжелых, порой необратимых последствий. У них быстрее, чем у взрослых развивается болезненное пристрастие при систематическом употреблении.

Это объясняется тем, что подростковый и юношеский возраст характеризуется интенсивным ростом и развитием организма. При этом морфологическая и функциональная настройка органов и систем происходит настолько энергично, что иногда нарушает пропорциональность развития, создается известная напряженность физиологических функций. В морфолого-функциональном отношении этот период характеризуется бурным ростом всех органов и систем, и главным образом, энергичной перестройкой нейрогуморальных и нейрорегуляторных соотношений. Именно этот период является наиболее опасным в отношении становления привычки употребления наркотических и токсических веществ.

Следует учесть, что функциональные возможности организма и его устойчивость к неблагоприятным факторам внешней среды в течение жизни существенно изменяются, поэтому можно говорить о состоянии здоровья, как о динамическом процессе, который может улучшаться или ухудшаться, т.е. об укреплении или ослаблении здоровья. Показатели здоровья индивидов характеризуют его уровень в обществе. Безусловно, злоупотребление психоактивными веществами, включая алкоголь, является фактором, значительно ухудшающим общее состояние организма [1,2].

Профилактика злоупотребления ПАВ, а в связи с этим наркомании и токсикомании предъявляет студенту педагогического вуза, будущему педагогу ряд требований. Во-первых, необходимо понимать огромную опасность наркотизма, угрозу, которую дальнейшее его распространение представляет индивиду, семье, обществу и даже цивилизации в целом. Здесь профессиональный долг педагога особенно тесно сплетается с его гражданским и общечеловеческим долгом. Во-вторых, профилактика психоактивных веществ требует хорошего знания психологии учащихся, а также умения устанавливать доверительные отношения. В-третьих, необходимо знать, какой информацией о наркотических веществах располагают учащиеся и как они к ней относятся, а также есть ли в классе

или в учебной группе те, кто уже пробовал то или иное подобное вещество [3]. В связи с этим некоторые ученые выделяют такое понятие, как наркогенная информация. Наркогенная информация – это описание приятного действия психоактивных веществ и утверждение об их полезности или по крайней мере безвредности, предложение попробовать, испытать на себе "замечательное" действие того или иного вещества, а также личный пример наркоманов и алкоголиков – способы приготовления и приема этих веществ.

Восприимчивость к наркогенной информации проявляется в том, что: учащиеся не имеют понятия об опасности одурманивающих веществ; верят тому, что говорят в пользу их употребления; готовы следовать примеру своих приятелей, знакомых, которые эти вещества употребляют; не задумываются о последствиях тех или иных поступков, а также не в состоянии отказаться от приема одурманивающего вещества в случае, если предложат его попробовать или потребуют это сделать.

В принципе, восприимчивыми к наркогенной информации являются все учащиеся. Но среди них выделяется группа риска – потенциально особенно восприимчивые. Во-первых, это те, кто употребляет алкоголь и (или) курит – одно наркогенное вещество открывает дорогу другому. Во-вторых, это учащиеся из неблагополучных семей, отчужденные от школы и склонные к постоянному времяпрепровождению в компании. В-третьих, ребята, перенесшие в детстве родовую травму или имеющие какие-либо психические или неврологические отклонения; у них нередко бывают нарушения психического или телесного самочувствия, и поэтому они проявляют повышенную готовность к изменению своего состояния. Основной путь распространения наркогенной информации – непосредственное общение со сверстниками. Кроме того, определенную роль играют сведения, получаемые из художественной литературы и средств массовой информации [2].

Из этого очень часто делается неверный, на наш взгляд, вывод: общаясь или работая с детьми, подростками, юношами и девушками лучше молчать о наркотиках, тогда и вреда будет меньше. Здесь можно обратиться к практике сексуального воспитания: замалчивание никогда не предотвращает и не решает проблем, оно лишь перекладывает ответственность на самого молодого человека или подростка и предоставляет обстоятельствам, случаю полную свободу действий.

Еще одно предубеждение основано на мнении, что наркотики обладают неодолимой роковой силой и способны подчинить себе любого, абсолютно не встречая сопротивления. Этот тезис как бы замыкает "магический круг": мы боимся наркотиков; при их приеме страх усиливает их разрушительное действие; возникающие признаки такого действия вызывают чувство обреченности, дополнительный страх, который застилает глаза, скрывая существующую возможность выхода из болезни, обращения за реальной помощью.

Важнейшим фактором сглаживания, предупреждения и ликвидации причин злоупотребления психоактивными веществами и повышения качества здоровья является своевременная профилактика возникающей зависимости.

Начинать профилактическую работу, на наш взгляд, следует в выявлении личного отношения студентов к существующей проблеме и определения уровня их информированности в этой области.

В вузе современный студент проводит значительную часть своего активного времени. Здесь он приобретает и одновременно реализует опыт отношения к обществу, природе, другим людям, самому себе, своей семье, в том числе будущей, собственной, своему здоровью. Особенно актуальным это является для студентов, проживающих в общежитиях вуза.

Нами было проведено исследование среди студентов Социального института РГПУ, проживающих в общежитии при использовании метода анкетирования. В процессе проведенной работы выявлено личное отношение студентов к психоактивным веществам, а также уровень их информированности по данной проблеме. В опросе принимали участие 38 студентов 1-4 курсов; из них – 23 девушки, 15 юношей. Получены следующие результаты:

На вопрос: Как ты относишься к сигаретам, курильщикам? 61% юношей отвечают, что курить можно, но не везде. Девушки выбирают этот же вариант ответа в 35% случаев. Следует отметить, что большинство девушек – 65% все-таки считают, что курильщики отравляют все вокруг (рис 1: ряд 1- девушки, 2-юноши).

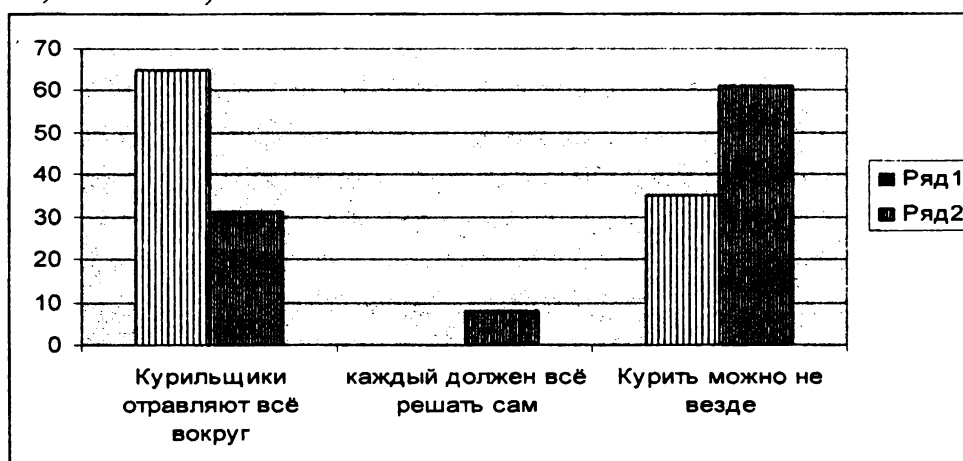


Рис.1 Отношение студентов к никотиновой зависимости

Отвечая на вопрос: Скоро экзамен. Все нервничают. Кто-то принес успокаивающие таблетки и предлагает тебе. Возьмёшь? Обнаружено, что практически все студенты, находясь в сложном психоэмоциональном состоянии откажутся от искусственных успокоительных препаратов (Рис.2: ряд 1- девушки, 2-юноши). Это свидетельствует не только об отрицательном отношении студентов к седативным веществам, но и о достаточной информированности об их негативном влиянии на организм человека.

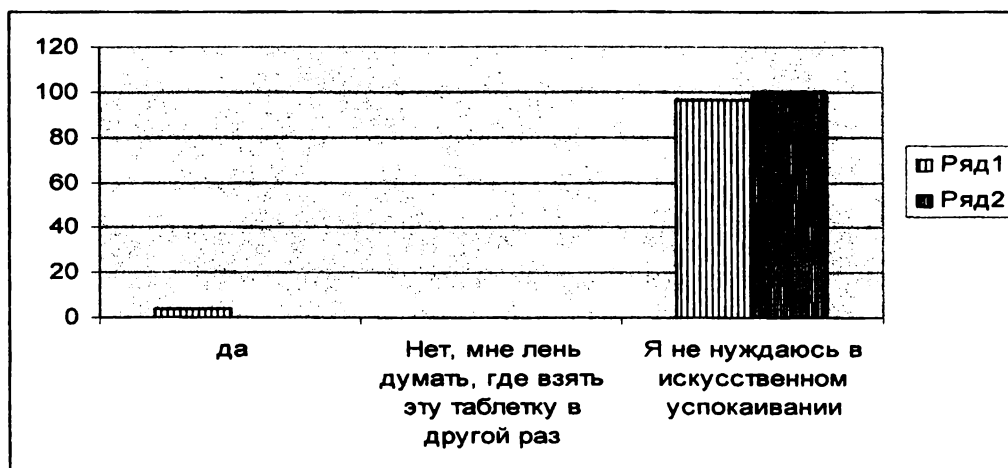


Рис.2 Отношение студентов к искусственному успокаиванию

На вопрос: На вечеринке твои друзья передают по кругу сигарету с «травкой» и затягиваются. Как поступишь ты? Выявлено, что 62% юношей останутся в такой компании и достаточно цинично отнесутся к присутствующим. Но следует отметить, что более половины девушек уйдут с подобной вечеринки (Рис.3: ряд 1- девушки, 2-юноши):



Рис.3 Отношение студентов к окружающим (курение)

При ответе на вопрос: ты приходишь в пьяную компанию с опозданием. Как ты себя поведешь? Респонденты распределили свои ответы следующим образом (Рис.4: ряд 1- девушки, 2-юноши).

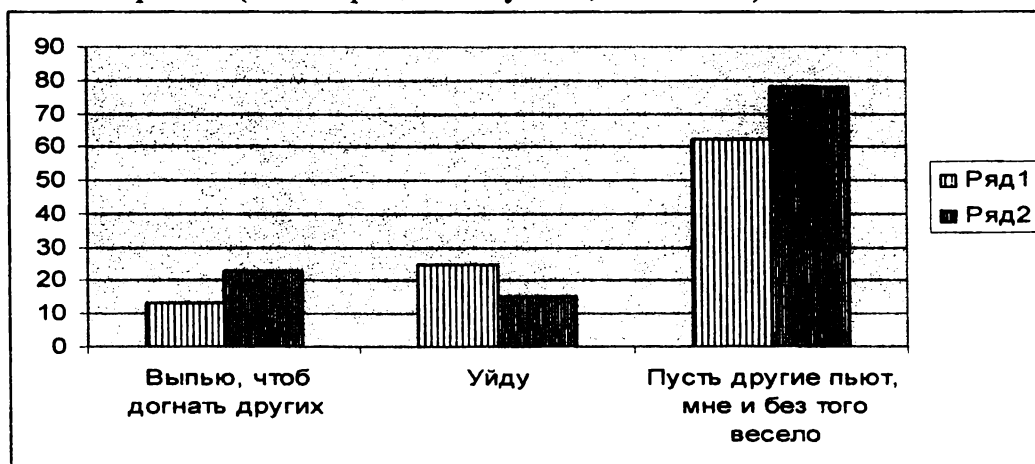


Рис.4 Отношение студентов к окружающим (алкоголь)

Последние два вопроса (Рис.3,4: ряд 1- девушки, 2-юноши) позволяют выделить значительную часть студентов, которых мы можем отнести к группе «социального риска». Их ответы на вопросы отражают равнодушное отношение к окружающим: 62% юношей не возьмут сигарету с наркотическим веществом, но над другими только посмеются. К ним присоединится и 35% девушек.

В следующем вопросе ответы показывают, что – 77% юношей и 62% девушек не станут злоупотреблять алкоголем, но в компании пьяных товарищей они чувствуют себя достаточно комфортно.

В этой части также можно отметить, что 31% юношей и 44% девушек одолжат деньги другу-наркоману, даже если будут знать зачем они ему нужны. Хотя 69% юношей и 56% девушек откажутся от этой просьбы. (Одолжишь ли ты денег другу, зная, что он принимает наркотики?) Результаты отражены на рис. 5: ряд 1- девушки, 2-юноши.

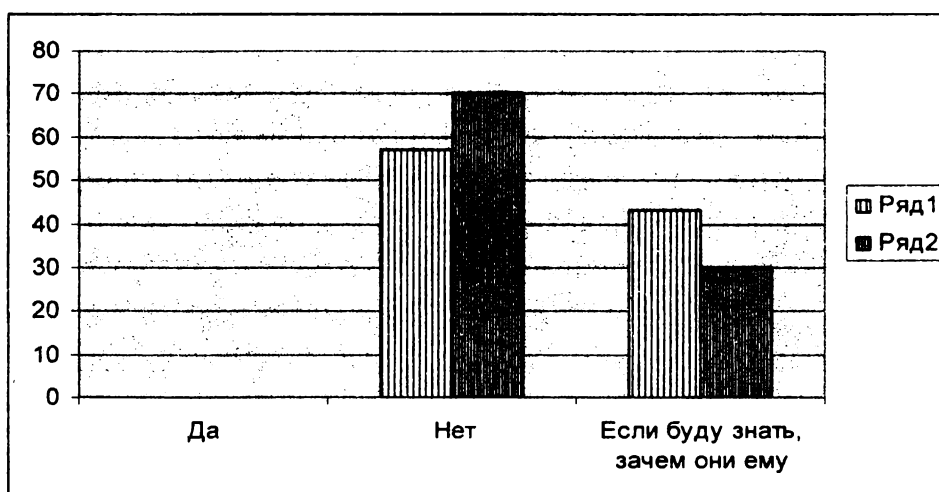


Рис.5 Отношение к товарищам, подверженным наркозависимости

Следует отметить, что студенты Социального института РГПШУ проявляют достаточную компетентность относительно вреда и опасности злоупотребления психоактивными веществами. Это следует из ответов респондентов на следующие вопросы (рис.6,7: ряд 1- девушки, 2-юноши).

Некоторые говорят, что наркотики не опасны. Как думаешь ты?

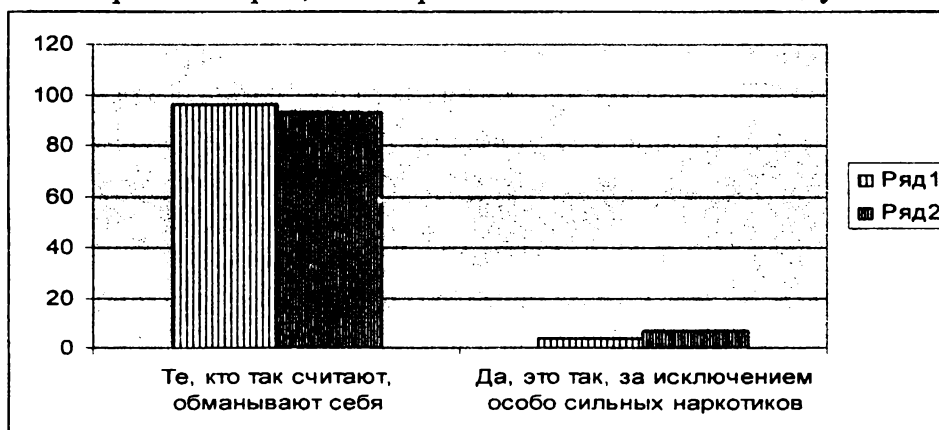


Рис.6 Уровень информированности студентов по проблеме зависимостей

«Крутая» музыка и наркотики неразделимы! Ты думаешь так же?



Рис.7 Уровень информированности студентов по проблеме зависимостей

Ответ на последний представленный вопрос показывает отношение студентов к злоупотреблению алкоголем. На вопрос: У тебя появилась(ся) новая пассия, ты проводишь вечера в её(его) компании. Эта компания любит выпить. Как ты будешь себя чувствовать? Получены следующие ответы (рис.8: ряд 1- девушки, 2-юноши):



Рис.8 Отношение студентов к злоупотреблению алкоголем

Следует отметить, что подавляющее большинство как девушек, так и юношей не стремятся проводить время в компании пьющих друзей.

Таким образом, в целом уровень информированности студентов СоИн, проживающих в общежитии по вопросам зависимостей достаточно высок. Они осознают опасность злоупотребления ими и негативное влияние на состояние здоровья. Но ряд студентов проявляет равнодушное отношение к возможным пробам наркотиков и алкоголя своих друзей и близких. В данной конкретной ситуации подобное явление, безусловно, крайне опасно. Студенты педагогического вуза должны не только понимать опасность зависимости от психоактивных веществ, но и уметь трансформировать свои знания в дальнейшей профессиональной деятельности. Кроме этого иметь мотивацию на здоровый образ жизни, владеть средствами и методами использования возможностей своего организма для поддержания здоровья и

развития личности. Вышеперечисленное должно использоваться как условие для сохранения и укрепления здоровья детей и подростков. Сумму этих знаний студенты должны получать от квалифицированных и грамотных преподавателей, специалистов в данной области.

Кроме этого, одним из приоритетных направлений в работе педагогического вуза должно стать здоровьесберегающее и здоровьесформирующее направление, ведущими моментами которого являются: способность строить взаимоотношения в учебных группах вуза на нравственной основе, что будет способствовать улучшению психологического, нравственного и физического здоровья субъектов воспитания; готовность вступать в продуктивное взаимодействие во всех сферах студенческой жизни, в том числе и в сфере сохранения и укрепления своего здоровья. Также в педагогическом вузе необходимо иметь действующую и постоянно развивающуюся концепцию воспитания здорового человека.

Цитируемая литература

1. Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде [Прил. №1 к приказу Минобразования России от 28.02.2000г.] // Вестн. Образования. 2000. №8.
2. Лозовой В.В. Профилактика наркомании: школа, семья. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. ун-та, 2000. 166 с.
3. Югова Е.А. и др. Методические рекомендации к прохождению педагогической практики студентов (профилактика зависимостей, СПИДа и венерических заболеваний) // Екатеринбург: Изд.-во РГППУ. 2005. 52с.

Янов А.В.

*Челябинский государственный педагогический университет (ЧГПУ),
г. Челябинск*

ПОКАЗАТЕЛИ ВЕГЕТАТИВНЫХ КАРДИОТЕСТОВ У ДЕТЕЙ 11 ЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА

Вегетативная нервная система (ВНС) оказывает модулирующее влияние на сердечный ритм здорового человека. Ваготонические и симпатикотонические влияния противоположны по своей направленности и оказывают соответственно тормозящее и возбуждающее действие. Парасимпатический нейромедиатор ацетилхолин и симпатический норадреналин так же могут оказывать влияния на синтез друг друга, особенно в условиях гипоксии [6,7]. Ацетилхолин может уменьшать высвобождение норадреналина из нервных