

IV. Специфика работы по предупреждению зависимого поведения среди студентов профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования

Бирич Т.Н., Согуренко Л.В. Спортивные праздники как компонент профилактической работы со студентами педагогического колледжа

Грицай Н.П. Профилактика аддиктивного поведения студентов колледжа посредством формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни

Давыденко О.В. "Поступки – плоды помыслов. Будут разумны помыслы – будут хорошие поступки"

Егорова И.В. Первичная профилактика употребления психоактивных веществ в подростковой среде через организацию деятельности студенческого самоуправления

Иваник С.Г., Максютлова Н.Н. Интернет-зависимость студенческой молодежи: проблемы профилактики

Кулябкина А.В. Работа по предупреждению зависимого поведения среди студентов Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации «Михайловский колледж бизнеса»

Пачесная Л.Н., Кудрякова Л.В. Взаимосвязь зависимости студентов от компьютерных online игр с уровнем их уверенности в себе

Пророкова И.А. Моделирование и построение воспитательной работы по предупреждению девиантного поведения в учреждениях среднего профессионального образования

Прохоренкова С.А. Физическая культура как фактор формирования здорового образа жизни студентов

Рыбкина А.С. Система работы социально-психологической службы организации профессионального образования по профилактике зависимого поведения молодежи

Степанова А.Ю. Профилактика аддиктивного поведения среди студенческой молодежи

Шпаченко М.Ю. Предупреждение зависимого поведения среди студентов профессионального образовательного учреждения

СПОРТИВНЫЕ ПРАЗДНИКИ КАК КОМПОНЕНТ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕДЖА

Бирич Т.Н., Согуренко Л.В.

БПОУ ОО «Мезенский педагогический колледж», *t.biritch@yandex.ru*

В настоящее время в социальной психологии и педагогике уделяется большое внимание проблемам отклоняющегося поведения, одним из вариантов которого является **зависимое**, или **аддиктивное**, поведение.

Аdditивное поведение (от англ. **addiction** – пагубная привычка, пристрастие к чему-либо, порочная склонность) выражается в стремлении к уходу от реальности, что достигается различными способами – **фармакологическими** (прием воздействующих на психику веществ) и **нефармакологическими** (сосредоточение на определенных предметах и активностях, что сопровождается развитием субъективно приятных эмоциональных состояний). Термин "аддиктивное поведение" (англ. **addictive behavior**) имеет интернациональную транскрипцию и указывает на то, что речь идет не о болезни, а о нарушениях поведения, которые являются деструктивными, т.е. причиняющими вред человеку и обществу.

В последнее время получила развитие концепция профилактики аддиктивного поведения, исходящая из положения о наличии **общих механизмов**, свойственных различным формам аддикции как фармакологического, так и нефармакологического содержания. В связи с этим выделяют основные **виды аддиктивных реализаций**:

- ✓ химическую (зависимость от алкоголя, наркотиков, седативных и снотворных препаратов, психостимуляторов, галлюциногенов, табака, летучих растворителей);
- ✓ пищевую (переедание, голодание или отказ от еды);
- ✓ сексуальную;
- ✓ гэмблинг (или лудоманию, т.е. зависимость от азартных игр, игровых автоматов);
- ✓ трудоголизм (психологическая "трудозависимость");
- ✓ религиозную (религиозный фанатизм, вовлеченность в секту);
- ✓ электронную, более известная как гаджит зависимость (кино- и телевизионная зависимость, компьютерные игры, избыточное пользование компьютером и Интернетом).

Одной из сторон профилактической работы среди студентов физкультурного отделения колледжа является организация и проведение спортивных праздников. Эта форма позволяет студентам наиболее полно раскрыть свои физические и творческие возможности и способности, ценные личностные качества, умение дружить, сопереживать, работать в команде, мыслить и рассуждать и т. п.

При регулярных занятиях физкультурой эффективно укрепляются костная, сердечнососудистая, дыхательная и иные системы человека. Люди, занятия физической культурой для которых стало неотъемлемой частью жизни, способны с легкостью справиться с физическими, эмоциональными, стрессовыми ситуациями.

Выполнение физических упражнений вызывает потоки нервных импульсов от работающих мышц и суставов и приводит центральную нервную систему в активное, деятельное состояние. Соответственно активизируется работа внутренних органов, что обеспечивает человеку высокую работоспособность и дает ему ощутимый прилив бодрости, помогает воспитывать волю, формировать мировоззрение.

Особо следует отметить значение спортивных праздников в формировании и повышении положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом, внедрении и приумножении здоровьесберегающих технологий и режиме учебного дня.

В нашем колледже стали уже традиционными спортивные праздники различной тематики. Студенты принимают в них участие не только как соревнующиеся стороны, но и активно помогают в их разработке и проведении. Надолго остается в памяти не только уровень спортивной подготовки учащихся, но и яркие примеры проявления творчества (приветствие, домашние задания, конкурсы болельщиков).

В методическом кабинете собраны сценарии различных спортивных праздников. Остановлюсь подробно на одном из них – «Посвящение в спортсмены», которое проводится для студентов нового набора специальности «Физическая культура» в 1 семестре.

В этом учебном году сценарий праздника разрабатывали и проводили преподаватели физического воспитания Т. С. Кирюхина и С. А. Прохоренкова, и участием студентов 3 курса. Праздник начинается с инсценировки в стихах сказки «Репка», в которой основные герои не признают пользы необходимости проведения зарядки и лишь «спортивная» мышка пропагандирует важность физических упражнений и убеждает героев и участников соревнований провести разминку перед началом конкурсных мероприятий.

Конкурсная программа включает:

1 конкурс. Прыжки через скакалку. Выполняют одновременно (победитель определяется по продолжительности выполнения без зарона.)

2 конкурс. Сгибание, разгибание рук из упора лежа (выполняют все одновременно, под счет)

- юноши (в полной координации);

- девушки (из положения стоя на коленях).

Показательные выступления.

Батищев И., Костиков С., - 47гр., Корпачев А. – 37 гр., Алексеенко Н.

(выступление юных десантников)

3 конкурс. Вис на гимнастической стенке

- юноши - угол 90 гр.

- девушки – угол 90 гр. с согнутыми ногами. Кто дольше провисит.

4 конкурс. Знатоки спорта. Раздаются вопросы. Выполняют все одновременно. Побеждает тот, кто быстрее всех и правильнее ответит на вопросы.

5 конкурс. Челночный бег (сек.). 3 забега по 8 человек. В каждом определяется победитель. 4 забег – финальный (определяется победитель)

6 конкурс. Статическое удержание положения.

- юноши выпад, ноги согнуты в коленном суставе (90 гр).

- девушки – равновесие «Ласточка». Выполняют все одновременно.

Побеждает тот, кто дольше сможет удержать И.П.

- А сейчас немного подумаем. Вы должны продолжить мысль. От того как вы будите отвечать мы сможем определить насколько быстро и дружно вы можете принимать теоретическое решение.

- Шутки-загадки.

Ведущий:

Я начну, а вы кончайте

Дружно хором отвечайте.

-Игра веселая футбол.

Уже забили первый (гол)

-Вот разбежался быстро кто-то

И без мяча влетел в(ворота)

-Зима все в белое одела,

Зимой ребята много(дела)

-Скорей за шапку и платок,

Бери коньки и на(каток)

-Вот на коньках бежит Сережа.

Бежит, упал и едет(лежа)

-А вот компания Егора,

Забрав салазки, лезет в(гору)

-Гора крута, бела, как тесто,

Насели в сани и ни с(места)

-Навстречу ветер дует в лоб.

Свернули сани и в(сугроб)

Показательное выступление. (студентов 17 группы)

7 конкурс. Прыжок в длину с места (тройной). Побеждает тот, кто дальше прыгнет.

8 конкурс. Попади в цель (на ловкость). Выполняют все одновременно. На пояс привязывается веревочка (на конце гвоздь). Задача – попасть гвоздем в бутылку. Победитель тот, кто выполнил быстрее всех.

В заключении спортивного праздника «натренировавшиеся» участники и герои сказки вытягивают «Репку»; производится награждение. А кульминационным моментом становится общая песня, прославляющая спорт.

Такой подход в воспитательной работе со студентами позволяет первокурсникам быстрее адаптироваться к учебному процессу, формировать преимущество в обучении и профессиональные компетенции, что уже исключает возможное зависимое поведение.

В конце учебного года мы проводим мероприятие под названием: «Большие гонки», где чествуем спортсменов выпускного курса. Наши ребята имеют много спортивных наград, так как неоднократно становятся победителями и призерами областных и городских соревнований в различных видах спорта.

Каждый студент в нашем учебном заведении обязательно занимается в спортивной секции. На выбор им предлагаются занятия волейболом, баскетболом, настольным теннисом, гиревым спортом, футболом, армреслинг, лыжными гонками, зимним полиатлоном.

По этим видам спорта проходят внутриколледжные соревнования. А также обязательно проводятся «Дни здоровья», которые в последние годы мы традиционно начинаем флешмобом.

Мы считаем, что активное вовлечение студентов в спортивную деятельность, творческий подход к организации и поведению спортивно-массовых мероприятий гарантирует профилактику зависимого поведения

Используемая литература:

1. Амиралиева Е.А., Бахмат В.И., Шлемова М.В., Чернышева И.В. ПОЛЬЗА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ОБЩЕГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – № 7 – С. 72-72
2. Гаврилина Л.К., Пружинская В.Б. Профилактика зависимого поведения. Учебное пособие / Общая редакция Гаврилиной Л.К. – Сыктывкар, 2002.
3. Кулаков, С.А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков /С.А.Кулаков – М., 1998.
4. Психология деструктивных культов: профилактика и терапия культовых травм //Журнал практического психолога. Спец. выпуск. – М., 2000. – №1-2.
5. Психология и лечение зависимого поведения /под ред. С.Даулинга. – М., 2000.

**ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ
КОЛЛЕДЖА ПОСРЕДСТВОМ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО
ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ**

Грицай Н.П., Жучкова Т.С.

Бюджетное профессиональное образовательное учреждение Орловской области «Мезенский педагогический колледж»,
can.pavlova2012@yandex.ru

Современное общество по всем направлениям жизни находится в критически болезненном состоянии. Темпы распространения алкоголизма, наркомании, токсикомании, табакокурения и других зависимых форм поведения растут очень быстро. Формируемый искусственно отрицательный информационный фон вызывает интенсивные неконтролируемые эмоции и способствует вовлечению людей в потребление психоактивных веществ.

Молодежи навязывают многие негативные поступки и особенности поведения, которые быстро становятся стереотипными, не поддающимися рассудочному управлению. Опасность состоит в том, что поведение, наносящее ущерб здоровью, со временем начинает восприниматься как нормальное явление, как нечто необходимое и даже приятное [2].

Главная причина всех аддиктивных расстройств, как считают многие исследователи, – это страдание, которое человек пытается облегчить с помощью своих желаний в какой – либо зависимости. Трудности в сфере саморегуляции включают четыре основных аспекта психологической жизни человека: чувства, самооценки, взаимоотношения и заботу о себе [1]. Социальные последствия в результате изменений личности, вызванных приемом психоактивных веществ, затрагивают не только их потребителей через формирование зависимого поведения, но и окружающих людей, общество. Так выражается острота проблемы здорового образа жизни, особенно молодого поколения, за которым будущее страны, ее развитие и целостность.

Поэтому современный подход к решению проблемы зависимого поведения предполагает приоритет профилактической работы в обозначенном направлении, особенно первичной профилактики. Она является массовой и наиболее эффективной и представляет собой мероприятия, предупреждающие возникновение аддиктивного поведения.

Особая роль в осуществлении первичной профилактики принадлежит образовательным учреждениям. Образовательная профилактическая модель направлена на развитие в учебно - воспитательном процессе личностных качеств и поведенческих навыков, предопределяющих выбор здорового образа жизни. Работа в данном направлении определяется следующими целевыми установками:

- ✓ изменение ценностного отношения к наркотикам, воспитание личной ответственности за свое поведение и, как следствие, снижение спроса на психоактивные вещества;
- ✓ сдерживание вовлечения в прием наркотических веществ за счет пропаганды здорового образа жизни;

- ✓ формирование твердых антинаркотических установок, навыков социальной адаптации и комплексная профилактика, осуществляемая всеми сотрудниками образовательного учреждения. Основные принципы профилактической работы: комплексность, дифференцированность, последовательность, многоаспектность [3].

Вопросы укрепления здоровья студентов и профилактики зависимого поведения занимают важное место в деятельности коллектива Мезенского педагогического колледжа. В настоящее время используются различные технологии в образовательном процессе. В нашем колледже создана система учебно-воспитательной работы, эффективность которой зависит от правильных педагогических действий, применяемых в каждой конкретной ситуации. В течение нескольких лет мы реализуем проект «Здоровьесбережение как необходимый компонент успешного будущего». Содержание проекта определяется деятельностью Службы здоровья колледжа и носит практико-ориентированный характер.

Специалисты Службы здоровья и педагоги проводят работу, направленную на формирование у студентов потребности в здоровом образе жизни как членов общества, будущих учителей и родителей. Главной целью здоровьесберегающего образования, на наш взгляд, является знакомство обучаемого с самым тонким инструментом познания окружающего мира – с самим собой. Мы учим студентов познавать свой организм, анализировать его состояние и самочувствие в различных ситуациях, корректировать поведение. Правильность выбора на пути к здоровью и здоровому образу жизни зависит от того, насколько учащиеся почувствуют убежденность в его необходимости, осознают ценность жизни [4].

Отношение студентов к обозначенной проблеме проверяется диагностикой по методике Наумовой. Цель мониторинга – определение уровня сформированности здоровьесберегающей личностной позиции студентов. Студентам предлагается два варианта анкет-опросников. Первая анкета включает перечень двенадцати личностных ценностей, которые студенты должны проранжировать. По данным текущего обследования (октябрь 2015 года) результаты ценностных ориентировок следующие: в целом 77% студентов поставили здоровье на 1 и 2 место, т.е. большинство считает, что надо быть здоровым, но это еще не говорит о том, что студенты готовы вести здоровый образ жизни, который требует достаточных волевых усилий. Вторая анкета содержала десять утверждений о здоровье, из которых необходимо было выбрать четыре наиболее значимых для человека, т.е. дать ценностную характеристику личностных установок. В результате определено количество студентов: 1- имеющих высокий уровень ценностного отношения к здоровью, 2- недостаточно осознано относящихся к здоровью как к ценности, 3 - тех, у кого отсутствует сознательное отношение к своему здоровью как к ценности. Примерно 42,5% студентов недостаточно

осознанно относятся к своему здоровью как к ценности или вообще не считают его ценностью.

Эти данные свидетельствуют о теоретическом уровне сформированности понятия «здоровый образ жизни», что не находит еще должного отражения в здоровом поведении. Причиной данной ситуации, на наш взгляд, является тот факт, что студенты рассматривают больше такой аспект как физическое здоровье, забывая о высокой значимости социального, духовного и нравственного здоровья. Многие даже не задумываются о важности соблюдения нравственного закона, который составляет основу здоровья человека и общества. Нарушение этого закона приводит к страшным последствиям, что мы и наблюдаем в современном мире.

Обозначенный круг вопросов поднимается и обсуждается с разных позиций на педагогических советах, заседаниях кафедр, учебных занятиях, во внеурочной и внеклассной работе.

Так, изучая дисциплины естественно – научного цикла, студенты знакомятся с основными компонентами здорового образа жизни и их влиянием на организм человека на разных уровнях его организации и в различные возрастные периоды. Значимость составляющих здорового образа жизни лучше проявляется при их сопоставлении с наиболее характерными противоположностями: нарушением пищевого поведения, гиподинамией, курением, алкоголизмом, наркоманией, неадекватным отношением к окружающему миру и последствиями нездорового и рискованного образа жизни. Однако, обсуждая эти нелегкие вопросы, следует избегать навязывания своего мнения. Надо давать студентам информацию к размышлению, уважая свободу личности на самоопределение, но в то же время убеждая и подтверждая жизненными примерами необходимость здорового образа жизни.

Традиционными у нас стали мероприятия по профилактике аддиктивного поведения в рамках здоровьесберегающего лектория, акций здорового образа жизни. На ежегодных научно – практических конференциях, проводимых в колледже и других образовательных учреждениях города и области, студенты выступают с докладами, посвященными данной проблематике, а также освещают ее в курсовых и выпускных квалификационных работах.

Таким образом, проблема ценностной позиции студента к здоровому образу жизни является весьма актуальной и требует комплексных усилий всего педагогического коллектива колледжа. Мы видим пути решения обозначенной проблемы в первую очередь - в усилении духовно-нравственного воспитания студентов. Немаловажным является гармоничное включение в образовательный процесс информации определенного содержания и просвещение родителей.

Ожидаемые результаты успешной профилактической работы: формирование позитивного отношения к миру и высокая сопротивляемость

негативным явлениям участников учебно – воспитательного процесса; повышение информативности и компетентности учащихся как в плане личностного развития, так и в плане формирования профессиональных компетенций будущего специалиста, развитие навыков и личностных ресурсов для противостояния употреблению психоактивных веществ; снижение уровня склонности к аддиктивному поведению.

Подводя итог, считаем, что перечисленные выше условия организации профилактической деятельности обеспечат ее действенность и эффективность и будут способствовать формированию всех составляющих здорового поведения. То есть, в образовательном учреждении учащихся необходимо научить мыслить, трудиться, сформировать у них качества творческой личности и подготовить ее психофизически и духовно к предстоящей самостоятельной жизни в изменяющихся условиях.

Используемая литература:

1. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика [Текст] / А.В. Гоголева. - 2 –е изд. стер. – М.: Московский психолого – социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. – 240 с.
2. Коробкина, З.В, Попова, В.Л / Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи [Текст]: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / Коробкина З.В., В.А. Попова – М.: Издательский центр «Академия», 2002.
3. Корягина, И.И. Профилактика аддиктивного поведения подростка // И.И Корягина - Современные научные исследования и инновации. 2014. №4 (Электронный ресурс). URL: [http:// web. snauka. ru/ issues/2014/04/33640](http://web.snauka.ru/issues/2014/04/33640) (дата обращения 19.10.2015)
4. Профилактика аддиктивного поведения в молодежной среде [Текст]: сб./ Материалы научно – практической конференции. – Орел: Издатель Александр Воробьев, 2008. – 156 с.;200 экз. – С.130 – 131.

**«ПОСТУПКИ – ПЛОДЫ ПОМЫСЛОВ. БУДУТ РАЗУМНЫ
ПОМЫСЛЫ – БУДУТ ХОРОШИЕ ПОСТУПКИ»**

Давыденко О. В.

ГБПОУ «Камышинский педагогический колледж», pedagog_kam@mail.ru

Происходящие демократические преобразования во всех сферах общества затронули и систему образования, стратегической целью которой является создание оптимальных условий для полноценного развития личности. В последнее время довольно большое внимание стало уделяться воспитанию личности не только грамотной, но и, прежде всего, здоровой, так как состояние здоровья обучающихся значительно ухудшилось. Крепкое здоровье способствует успешности занятий любым видом деятельности, в

том числе и умственной. Состояние здоровья молодого поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, её безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие, и морально - нравственный уровень населения непосредственно зависят от состояния здоровья детей, подростков, молодёжи. В связи с этим перед обществом встала проблема воспитания человека, стремящегося к здоровому образу жизни, отвергающему курение, алкоголь, наркотики.

В настоящее время перед образовательными учреждениями стоит задача осознать, что борьба с наркоманией должна стать постоянной, эффективной и рассчитанной на длительное время, поэтому так важно не растерять накопленный потенциал, а увеличивать его, совершенствовать формы и методы комплексной антинаркотической деятельности.

В ГБПОУ «Камышинский педагогический колледж» учреждение антинаркотической деятельности осуществляется последовательно и в системе:

- ✓ ежегодно разрабатывается план антинаркотических мероприятий;
- ✓ план работы «Наркопоста»;
- ✓ план работы «Колледж – территория Здоровья»;
- ✓ успешно реализуются программы «Здоровье нации в XXI веке»;
- ✓ план-программа «Профилактика асоциальных явлений в студенческой среде».

При выстраивании системы работы по профилактике наркомании и асоциальных явлений учитывались следующие принципы:

1. *Принцип комплексности* – работа должна проводиться всеми участниками образовательного процесса: студентами, педагогами, руководителями студий, кружков и спортивных секций;

2. *Принцип методической обеспеченности* – выполнение профилактических мероприятий должно быть обеспечено необходимыми методическими материалами;

3. *Принцип использования интерактивных форм и методов профилактической работы* делает профилактическую работу более эффективной;

4. *Принцип системности* – профилактическая работа должна проводиться в системе и последовательно;

5. *Принцип дифференцированного подхода* – при проведении профилактической работы необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого.

Можно выделить три основных направления работы колледжа по профилактике правонарушений и вредных привычек:

- **работа со студентами:**

1) *воспитательная работа* — повышение культурного уровня, организация разумного использования досуга студентов, развитие сети кружков и секций. Вся учебная программа колледжа дает возможность для сообщения научной информации о физиологических и социальных последствиях употребления алкоголя, наркотиков, курения при изучении различных дисциплин. На уроках анатомии, обществознания, истории, ОБЖ и др. преподаватели находят убедительные факты, показывающие учащимся пагубное влияние алкоголя, табака, наркотических веществ на здоровье и быт человека. Важную роль в профилактической работе имеет альтернативная деятельность. С этой целью большое значение мы уделяем развитию сети дополнительного образования.

2) *оздоровительное воспитание* - пропаганда здорового образа жизни, развитие физкультурного движения, искоренение вредных привычек.

Реализуя работу в данном направлении, в колледже проводятся мероприятия для студентов, используются разнообразные формы работы:

- ✓ Флэшмоб на больших переменах.
- ✓ День здоровья (1 раз в семестр).
- ✓ Тематические классные часы.
- ✓ Круглые столы.
- ✓ Акции.
- ✓ Конкурсы рисунков, листовок, тематических стенгазет.
- ✓ Ролевые игры.
- ✓ Конкурс агитбригад «За здоровый образ жизни».
- ✓ Работа над проектами: «Почему люди курят?», «Проблемы алкоголизма в России», «ВИЧ и СПИД».

Доказано, что систематическая двигательная активность человека приводит к выработке у него эндорфинов, повышающих эмоциональные и снимающих депрессивные состояния, страхи, комплекс неполноценности и неуверенности в себе. Поэтому особо важным является включение в программу профилактики наркомании и других вредных привычек регулярных занятий физической культурой и спортом.

Ежегодно в колледже разрабатывается и реализуется план спортивных мероприятий. Обучающиеся колледжа — постоянные победители и призёры городских спортивных состязаний, участники и призёры областных соревнований.

3) *Общественные меры борьбы* - привлечение общественности к работе. Вопросы профилактики правонарушений и вредных привычек рассматриваются на заседаниях педагогического совета, на заседаниях классных руководителей, на студенческом совете.

- **работа с педагогическим составом**

Понимая важность данной проблемы, в колледже проводятся: педсоветы, обучающие семинары, мо классных руководителей.

- **работа с родителями**

Здоровый образ жизни, которому учат студента, должен находить каждодневную реализацию дома, то есть закрепляться, наполняться практическим содержанием. Поэтому колледж организывает тесное сотрудничество с родителями обучающихся. Сформирован банк данных о семьях и родителях обучающихся (социальный паспорт колледжа). Проводятся общеколледжные родительские собрания по профилактике правонарушений, преступлений, пропаганде ЗОЖ с участием специалистов КДН, прокуратуры, ОВД, психологов, медицинских работников. Проводился родительский всеобуч по следующим темам: «Как распознать симптомы употребления наркотиков», «Уголовная и административная ответственность родителей», «Вирусные гепатиты» и др. Проводятся индивидуальные беседы и консультации с родителями. Разовыми беседами повысить уровень социально-психологической компетенции студентов невозможно. Поэтому мы считаем, что проводить эту работу необходимо регулярно. В нашем колледже к счастью нет случаев употребления наркотиков среди обучающихся, но такие вредные привычки, как курение присутствуют.

Парадигмой антинаркотической профилактической деятельности является организация социокультурного пространства с вовлечением всех интеллектуальных, культурно-нравственных, профессиональных и ценностных ресурсов. Интересно организуется досуг студентов колледжа, где главные организаторы и участники-сами студенты: общеколледжные мероприятия, коллективные творческие дела, фестивали, концерты, конкурсы талантов и исследовательских студенческих работ, праздники, акции, благотворительные концерты.

Такие мероприятия стали в нашем колледже доброй традицией. Они пробуждают лучшие чувства, заставляют задуматься о том, что действительно важно, что делает человека человеком, способствуют сплочению коллектива. В такие минуты все мы, и преподаватели, и студенты, ощущаем себя единой семьёй. А наши студенты кроме того приобретают бесценный опыт проведения подобных мероприятий. Для них, будущих воспитателей дошкольных учреждений и учителей начальных классов, это имеет особое значение, ведь всё, чем они сумеют наполнить свой ум и своё сердце в стенах колледжа сегодня, они уже завтра понесут своим воспитанникам.

Профилактика наркомании рассматривается не только как ключевая социальная задача, но и процесс, опирающийся на идеи социального партнёрства, взаимодействие специалистов различных социальных практик. Организуется совместная информационно-просветительская работа: лекции, беседы, встречи за «круглым столом», просмотр видеофильмов, видеосюжетов по профилактике наркомании, проводится анкетирование. Огромную помощь в организации и проведении профилактической работы оказывает студенческий волонтерский отряд колледжа «Милосердие». Одно из направлений деятельности волонтерского движения – организация работы

по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения через такие формы работы как, тематические классные часы, организация акций, конкурс плакатов «Скажем «нет» - наркотикам», выпуск прайс – листовок «Здоровье – привилегия мудрых», «Здоровое питание», помощь и проведении в колледже мероприятий.

Студенты колледжа принимают активное участие в городских, республиканских и всероссийских конкурсах, конференциях, акциях, направленных на формирование здорового образа жизни, профилактику наркомании, алкоголизма и табакокурения, таких как, всероссийский конкурс на лучшую социальную рекламу «Здоровый образ жизни», Всероссийская олимпиада студенческих работ в сфере профилактики наркомании, занимают призовые места, получают номинации.

Профилактика наркомании рассматривается не только как ключевая социальная задача, но и как процесс, опирающийся на идеи социального партнерства и взаимодействие специалистов.

Педагогический колледж работает в тесном сотрудничестве с Управлением Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков по Волгоградской области в Камышина.

Одним из основных направлений профилактической работы является формирование у студентов позитивной мотивации к здоровому образу жизни и потребности в духовном и физическом совершенствовании. Позитивным показателем воспитательной работы следует считать факт, что студенты колледжа не состоят на учете в КДН, в наркологическом диспансере.

Таким образом, используя различные примеры и демонстрации, виды и методы работы с обучающимися мы стараемся донести до понимания студентов, почему нескорые люди прибегают к наркотикам, что они пытаются достичь с помощью наркотиков и почему этот путь ведет только к гибели. Профилактика наркомании нацелена на предупреждение появления самой идеи приема наркотиков как способа забыться, расслабиться или уйти от проблем. Мы стараемся выработать у студентов понимание, что наркотики ничего не решают и их использование просто бессмысленно, так как они создают зависимость и множество сопутствующих проблем. Если человек знает о наркотиках правду, то он может противостоять им.

Используемая литература:

1. Ахметова И. Мой выбор: Учебно-методическое пособие для учителей средней школы. - М., 2003.
2. Журнист Л.А., Лобанова Н.С. Суд над табаком. // Читаем, учимся, играем. - 2000. - Вып.4.
3. Основы здорового образа жизни (Образование и здоровье): Библиографический указатель - справочник для работников образовательных учреждений / Ред. В.В. Судаков, Сост.: Б.Б. Быков и др. - Вологда: Изд. Центр ВИРО, 2006.

4. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркотиков. - М.: Центр: "Планетариум", 2004.

5. Школа без наркотиков: Книга для педагогов и родителей / Под научной ред. Л.М. Шипицыной и Е.И. Казаковой. - 3-е изд., испр. и доп. - СПб.: Издательство "Образование - Культура", 2002.

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ ЧЕРЕЗ ОРГАНИЗАЦИЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНЧЕСКОГО САМОУПРАВЛЕНИЯ

Егорова И.В.

ОГБПОУ «Костромской автотранспортный колледж», katt@kmtn.ru

Духовно-нравственная и социально-экономическая ситуация в России характеризуется нарастанием социального неблагополучия отдельных семей, падением их жизненного уровня, криминальной среды, ростом преступлений и увеличение употребления наркотических средств среди подростков и порождает опасные для подрастающего поколения и общества в целом процессы. Особую актуальность среднего профессионального образования на сегодняшний день представляет проблема личностного и профессионального развития студентов, формирование готовности к будущей деятельности. Психологические, медицинские исследования указывают на существование у студентов трудностей в самоопределении, в освоении учебных программ; наличие выраженного состояния психического дискомфорта. Размывание нравственных ценностей, экономическая нестабильность в стране, резкое снижение социальной активности молодежи, кризис семьи и отношений между родителями и детьми заставляют по-новому взглянуть на образовательную систему и на возможности воспитания.¹ На наших глазах и при непосредственном участии происходит процесс переориентации на доминанту, связанную, прежде всего с развитием и воспитанием молодежи. Проблема употребления психоактивных веществ давно уже перестала быть проблемой каких-то отдельных людей и обществ: теперь данная проблема стала проблемой всего человечества. В настоящее время число молодых людей, употребляющих психоактивные вещества, продолжает непрерывно возрастать. При этом, сегодня вряд ли можно найти подростка, который бы не знал о смертельной опасности наркотиков. Очевидно, что это знание в большинстве случаев никого не останавливает. В колледже обучаются подростки в возрасте от 16 до 20 лет. Для многих подростков это возраст первого знакомства с наркотиками. Чаще всего это пробы, в последнее время, очень популярных, курительных смесей, так

¹ Е. Иваницкая, Т. Щербакова «Алкоголь, курение, наркотики: как выстроить систему эффективной профилактики». Москва. «Чистые пруды», 2008 г.

называемых «спайсов», которые для подростков являются легкодоступными. Сегодня студенту это могут предложить на улице, на дискотеке и даже в колледже. Злоупотребление наркотиками лишает сегодняшних детей, как правило, вступать в грядущий век с чувством достоинства и в полном здравии, так и возможности внести значимый вклад в будущее своей страны. Предметом особого внимания в колледже для решения данной проблемы является развитие самоуправления студентов.² Чтобы воспитать человека целеустремленного, убежденного, творчески мыслящего, доброго и отзывчивого, необходимо хорошо продумать систему данной работы. В условиях модернизации системы Российского образования развитие студенческого самоуправления может быть отнесено к высокому рангу значимости в воспитании и подготовке будущих специалистов. Создание студенческого самоуправления в КАТК необходимо для формирования условий для комплексного развития личности обучающихся, направлено на профилактику асоциального поведения и личностное совершенствование студентов. Таким образом, актуальность развития самоуправления в колледже обусловлена необходимостью решения проблем самоуправления как способа замены асоциальных видов деятельности подрастающего поколения другими – социально полезными.³

Развитие самоуправления в колледже направлено на совместную деятельность как студентов, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, так и студентов, легко адаптирующихся в социуме, лидеров в любых делах, что позволяет предоставить одинаковые возможности вовлечения всех студентов в деятельность студенческого актива. За годы работы в колледже накоплен положительный опыт в создании системы профилактики употребления психоактивных веществ среди студентов в различных формах деятельности, одной из которых является создание Студенческого совета, который имеет положение о своей деятельности, план работы, где большое внимание уделено профилактике здорового образа жизни. Ведущую роль Студенческого совета в работе со студентами колледжа по пропаганде здорового образа жизни, профилактике наркомании занимает такое направление, как «студент – студенту». В современных условиях главной целью воспитания является развитие и совершенствование личностных качеств человека через включение в самоуправление. С этой целью студенческий совет активно проводит мероприятия направленные на развитие творческих способностей. Вовлекает студентов в кружки, секции.

² С. Белогуров «Популярно о наркотиках и наркоманиях». Санкт-Петербург, 2000 г.

³ Министерство образования и науки Российской Федерации. «Зарубежный опыт профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних». Москва, 2004 г.

В колледже каждый участник воспитательного процесса, преподаватель и студент имеет потребность и желание совершенствовать самих себя, строить свою жизнедеятельность на основе высоких нравственных ценностей, вырабатывать коллективные нормы, обычаи, т. е. вырабатывать основы поведения. Основная задача самоуправления — воспитывать у студентов уважительное отношение к членам коллектива и на этой основе укреплять сферу дружеских взаимоотношений. Воспитательная деятельность организуется с учетом интересов и потребностей каждого студента, всего коллектива путем стремления к общему согласию. Поэтому еще одной функцией самоуправления – становится вопрос строительства жизнедеятельности коллектива, идея от студента, его интересов, запросов и идеалов. Самоуправление формирует в коллективе атмосферу защищенности каждого его члена, а значит задачей самоуправления - становится проблема утверждения норм гуманистических отношений друг к другу. Эти отношения помогают воспринимать каждого как уникальную личность и способствуют самореализации ее неповторимости. Самоуправление сегодня занимает достойное место в образовательно-воспитательном процессе и рассматривается как первоочередное условие формирования активной социальной позиции подростка. Деятельность органов студенческого самоуправления материализуется не столько в отдельных мероприятиях и делах, сколько в работе по формированию в студенческом коллективе специальной атмосферы, т. е. духа колледжа, духа коллектива.⁴ Говоря о духе колледжа и коллектива, мы имеем в виду то, что воспринимается и принимается интуитивно, без всяких утверждений и объяснений. Как свидетельствует опыт развития студенческого самоуправления, многие образовательные учреждения имеют свой девиз, клятву, кодекс чести, законы и правила жизнедеятельности. Конечно же, все разрабатываемые в нашем коллективе документы, определяют морально-этическую основу самоуправления не самоцелью, а средством саморазвития личности. Одна из тенденций развития студенческого самоуправления - увеличение числа подростков, юношей и девушек, принимающих участие в организации жизни внутри колледжа. Таким образом, можно выделить основные цели развития студенческого самоуправления:

1. создание оптимальных условий для адаптации детей в социуме и утверждение среди сверстников студентов, находящихся в трудной жизненной ситуации, через вовлечение их во внеурочную деятельность;
2. формирование активной жизненной позиции студентов через систему студенческого самоуправления;

⁴ http://pit-sch.ucoz.ru/documents/documents/programma_prof.doc

3. содействие развитию их социальной зрелости, самостоятельности, способности к самоорганизации; обеспечение реализации прав на участие студентов в управлении КАТК, оценке качества образовательного процесса;
4. формирование у студентов умений и навыков самоуправления, подготовка их к компетентному и ответственному участию в жизни общества.
5. защита и представление прав и интересов студентов;
6. содействие органам управления КАТК в решении образовательных задач, в организации досуга и быта студентов, в пропаганде здорового образа жизни и прочих вопросов, затрагивающих интересы студентов;
7. участие в формировании общественного мнения о студенческой молодежи как реальной силе и стратегическом ресурсе развития российского общества;
8. информирование студентов о деятельности КАТК;
9. содействие реализации общественно значимых молодежных инициатив;
10. организация совершенствования внеучебной деятельности, направленной на вовлечение студентов в досуговые мероприятия;
11. предупреждение правонарушений среди студентов колледжа.

Одним из ключевых направлений работы Студенческого совета является работа Сектора спортивно-оздоровительной работы. Здоровый образ жизни сегодня – это требование времени. Проблема формирования здорового образа жизни является одной из актуальных особенно среди молодежи. Быть здоровым стало модно и престижно. Задачами этого сектора являются: организация и проведение спортивных мероприятий в колледже, профилактика вредных привычек и пропаганда здорового образа жизни. Необходимо убеждать подростков в том, что жизнь может предоставить им много интересного, что нет неразрешимых проблем и безвыходных ситуаций. Вовлекать студентов в общественную деятельность, которая потребует от них выработки положительных качеств, будет способствовать профилактике отклоняющегося поведения. А наиболее положительный результат в этой работе может быть достигнут когда это происходит от студента к студенту.

Работа колледжа в этом направлении предусматривает мероприятия, которые активно пропагандируют здоровый образ жизни, содействуют организации досуга молодежи, знакомят с интересными людьми и их увлечениями. Студенческий совет в данном направлении проводит следующие мероприятия: участие и поддержка мероприятий проводимых относительно тематики "Здоровый образ жизни" в масштабах колледжа, города и области; организация круглого стола среди учащихся "Здоровый образ жизни - светлое будущее"; проведение тематических классных часов; организация конкурса плакатов и газет, фото-выставок; организация встречи

с врачами СПИД-центра, наркодиспансера, УФСКН; посещение центра планирования семьи; организация ежемесячных соревнований по настольному теннису, баскетболу, волейболу, футболу, армспорту, лыжам; проведение туристического слета; проведение утренней зарядки в общежитии; организация тематических месячников спортивной работы.

Действительно, развитие студенческого самоуправления, принцип работы «от студента к студенту» приносят свои результаты. Результатом данной работы, направленной на совершенствование и дальнейшее развитие системы по профилактике употребления психоактивных веществ в подростковой среде стало:

- ✓ произошла социально-педагогическая реабилитация студентов склонных к употреблению ПАВ;
- ✓ вовлечены малоактивные студенты во внеучебную деятельность и в мероприятия проводимые в колледже;
- ✓ снижение употребления ПАВ среди несовершеннолетних;
- ✓ увеличилось количество студентов, занимающихся в спортивных секциях колледжа.

Используемая литература:

1. Е. Иваницкая, Т. Щербакова «Алкоголь, курение, наркотики: как выстроить систему эффективной профилактики». Москва. «Чистые пруды», 2008 г.
2. С. Белогуров «Популярно о наркотиках и наркоманиях». Санкт-Петербург, 2000 г.
3. Н.В.Вострокнутов «Антинаркотическая профилактическая работа с несовершеннолетними групп социального риска». Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, Москва, 2004 г.
4. Научно-методический центр «Диагностика. Адаптация. Развитие». «Менеджмент в профилактике злоупотребления психоактивными веществами». Москва, 2005 г.
5. Министерство образования и науки Российской Федерации. «Основы профилактики ПАВ».
6. Министерство образования и науки Российской Федерации. «Зарубежный опыт профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних». Москва, 2004 г.
7. http://pit-sch.ucoz.ru/documents/documents/programma_prof.doc
8. <http://www.pamtlepse.ru/studentam/normatbase/17-samouplenie.html>
9. <http://pomc58.ru/informatsiya/publichnyiy-doklad13>
10. http://pit-sch.ucoz.ru/documents/documents/programma_prof.doc

**ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:
ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ**

Иваник С.Г., Максютлова Н.Н.
ГБПОУ "Волгоградский техникум энергетики и связи",
ludmilagolowa@mail.ru

Рост количества интернет-пользователей в России и мире в настоящее время делает актуальной проблему интернет-зависимости. Все больше пользователей ежедневно подключаются ко «Всемирной паутине». В связи с возрастающей компьютеризацией и интернетизацией российского общества стала актуальной проблема патологического использования ресурсов Интернета молодыми людьми.

На сегодняшний день третья часть аудитории российского Интернета составляет молодежь, при этом отмечается, что количество молодежи среди интернет-пользователей растет быстрее, чем количество представителей других возрастных групп. Но и среди молодежи выделяется категория наиболее частых пользователей Интернета — студенческая молодежь. По мнению Л. В. Мардахаева, студенческая молодежь имеет специфические социальные и психологические черты, наличие которых определяется как возрастными особенностями молодых людей, так и тем, что их социально-экономическое и общественно-политическое положение, духовный мир находятся в состоянии становления, формирования [3].

В связи с этим именно данная категория предрасположена к возникновению различных видов зависимости, в том числе интернет-зависимости. Как правило, такую предрасположенность имеют студенты, у которых наблюдаются такие черты характера как: сосредоточенность на собственном внутреннем мире, трудности в установлении социальных контактов с окружающими, ориентация на собственный внутренний мир — чувства, мысли, переживания и т. д.

Основной предпосылкой развития интернет-зависимости у студентов, как утверждает М. И. Дрепа, является неполное разрешение кризиса встречи со взрослостью, что проявляется в развитии кризиса идентичности с возникновением конфликта между самоидентичностью личности и предлагаемыми социальными ролями и сменяется кризисом интимности с формированием психологической изоляции; интернет-среда привлекательна для разрешения данного кризиса за счет возможности конструирования в ней желаемой реальности [1].

Для большинства студентов Интернет является неотъемлемой частью жизни. Это обусловлено рядом причин, среди которых выделяют следующие: 1) использование Интернета в целях учебной деятельности; 2) доступность и разнообразие ресурсов Интернета; 3) познавательная мотивация студентов; 4) потребность студентов в общении, развлечении; 5) наличие определенных психологических проблем у студентов [4, С. 25].

Кроме того, для студенческой молодежи (16-20 лет) в целом характерны следующие психолого-педагогические особенности: проблема выбора жизненных ценностей; присвоение социально значимых свойств

личности; развитие способности к сопереживанию, к активному нравственному отношению к людям, к самому себе и к природе; развитие саморефлексии, то есть самопознания в виде размышлений над собственными переживаниями, ощущениями и мыслями; проблема смысла жизни; появление жизненных планов; поиск профессии; освобождение от непосредственной зависимости тесного круга значимых лиц [2].

По результатам эмпирического исследования интернет-зависимости студентов Волгоградского техникума энергетики и связи, было выявлено, что ежедневно (более 6 часов) пользуются интернетом около 87% опрошенных. 2-4 часа в день используют интернет – 10% студентов, остальные респонденты не пользуются интернетом либо пользуются не более 15 минут. На вопрос «Как вы проводите свободное время?» основная часть студентов ответила, что «дома, за компьютером, планшетом, телефоном» (около 70%). Распределение ответов можно рассмотреть на графике (рис.1).

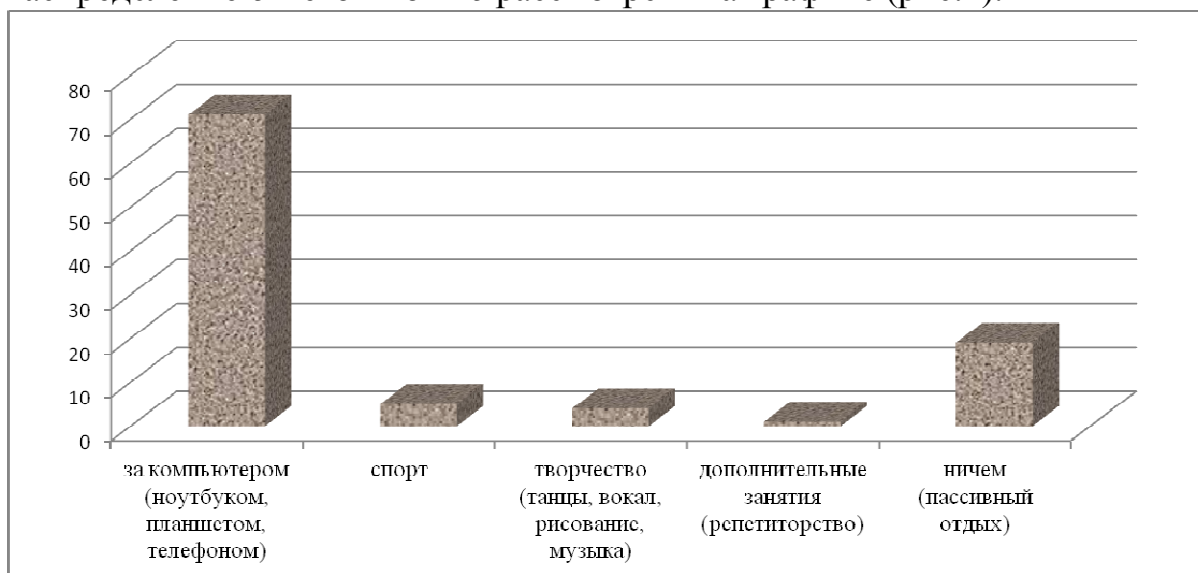


Рис.1. Занятость студентов в свободное время

На вопрос о целях использования сети, были получены следующие данные: 97% опрошенных используют интернет исключительно для общения в социальных сетях и участия в онлайн-играх. Одобряют подобное времяпровождение практически все родители, аргументируя это нехваткой времени на своих детей. О влиянии на здоровье компьютера, в частности интернета, задумывается только 5% опрошенных студентов.

Для разрешения подобных проблем нами был разработан план воспитательного мероприятия на тему «Интернет-зависимость» с группой студентов 2-го курса. Мероприятие было проведено с целью развить у учащихся чувство ответственности за свое свободное время, заставить задуматься о месте интернета в их жизни. Была проведена беседа на тему «Интернет в современном обществе». Были рассмотрены вопросы: для чего они используют интернет (учебы/работы); страдает ли их производительность труда из-за увлечения интернетом; не вредит ли интернет здоровью.

Однако данное мероприятие имеет невысокую эффективность в силу того, что уже сформирована привычка, достаточно высокая длительность имеющейся зависимости (с детского возраста), а также нет запрета со стороны родителей.

Профилактика интернет-зависимости у студенческой молодежи может быть эффективна при условии соблюдения следующих условий: занятость студентов в свободное время (спорт, секции, кружки, КВН, научно-исследовательская деятельность), контроль со стороны взрослых. Профилактика интернет-зависимости у студентов должна рассматриваться как комплексный процесс развития психологических характеристик личности, обеспечивающих ее устойчивость к зависимому поведению с формированием навыков здорового образа жизни для предупреждения развития и прогрессирования зависимости. Основными направлениями профилактики интернет-зависимости в рамках учебного заведения являются информирование студентов о механизмах воздействия сети Интернет на личность; причинах, клинических проявлениях, методах диагностики и последствиях интернет-зависимости; развитие устойчивости к отрицательным социальным влияниям.

Используемая литература:

1. Дрепа, М. И. [Текст]: Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии // Знание. Понимание. Умение. - 2009.- № 2. - С. 189–193.
2. Ларионова, С.О., Дегтерев А.С. [Текст]: Интернет-зависимость у студентов: вопросы профилактики // Педагогическое образование в России.- 2013.- № 2.- С. 232-239.
3. Мардахаев, Л.В. [Текст]: Социальная психология.- М.: Пресс, 2012. – 512 с.
4. Янг К.С. Диагноз – Интернет - зависимость // Мир - Интернет – 2010 – №2 – С. 24-29.

**РАБОТА ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ
СРЕДИ СТУДЕНТОВ АВТОНОМНОЙ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
«МИХАЙЛОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ БИЗНЕСА»**

Кулябкина А.В.

Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация «Михайловский колледж бизнеса», annakulyabkina@mail.ru

Зависимость определяется как болезненный поведенческий паттерн, содержащий элемент принуждения, который не может быть устранен человеком самостоятельно. Он связан с невозможностью обрести безопасность, самооценку и личностное своеобразие. Это зависимость от

людей, вещей и химических препаратов (куда входят алкоголь, наркотики, никотин и др.), внешних по отношению к человеку, которые применяются, чтобы не чувствовать душевной или физической боли. Человек, который их применяет, из-за сложившейся невротической структуры, не имеет других выборов реагирования на стрессовые факторы и не осознает себя как активного творца собственной жизни, т.е. имеет затруднения в сфере контроля.

Общество, в котором мы живем, характеризуется крайней степенью социально-психологической и политической нестабильностью. В таких условиях всегда возникает почва для негативных явлений, таких как преступность, падение нравов, алкоголизм и наркомания. Неуверенность в завтрашнем дне, девальвация культурных ценностей, неспособность части населения, особенно подростков и молодежи, активно справляться с жизненными трудностями - вот те предпосылки, которые обеспечивают наркомании прочные позиции в обществе.

Многочисленные медицинские исследования, проведенные в нашей стране и за рубежом, доказали, что не только наркотики и алкоголь, но и курение наносит вред практически всем системам человеческого организма и является привычкой, от которой нелегко избавиться даже с помощью специалиста. В то время как за рубежом профилактике курения посвящено колоссальное количество исследований, в нашей стране этой проблеме по-прежнему не уделяется должного внимания. Общая профилактика сводится к формуле «Минздрав предупреждает», а конкретную помощь желающим отказаться от курения должны оказывать наркологи. Однако, поскольку табакокурение является сложным поведенческим актом, в возникновении и развитии которого принимают участие не только физиологические факторы, но и целый комплекс социальных и психологических условий, усилий одних лишь врачей недостаточно. Необходимы изучение психологических аспектов возникновения и распространения привычки табакокурения, разработка теоретических и практических подходов к вопросу об отказе от курения, а также создание и широкомасштабное внедрение профилактических программ.

Цели профилактической работы в АНПОО МКБ:

- ✓ дать представление о том, что важнее прививать полезные привычки, чем искоренять вредные;
- ✓ систематизировать и обобщить знания студентов о полезных и вредных привычках;
- ✓ продолжить формирование и укрепление антинаркотических установок у студентов;
- ✓ развивать навыки безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском приобщения к психоактивным веществам;
- ✓ заложить основу для роста самосознания и самооценки студентов через работу в группах при ответах на проблемные вопросы;

- ✓ воспитывать у молодого поколения желание вести здоровый образ жизни и пропагандировать его;
- ✓ развивать силу воли, творческие способности, внимание, логическое мышление.

Профилактика в нашем учебном заведении начинается с оценки понимания учащейся молодежью социально–психологических последствий приема психоактивных веществ (табака, алкоголя, наркотиков). Хорошо себя зарекомендовала проективная методика по типу недосказанное предложение «Мое письмо курящему сверстнику», предложенная А.Н. Сизановым [2]. Большинство (63%) опрошенных студентов отметили, что самым значимым последствием курения для здоровья и личности сверстников является появление зависимости. Следует отметить, что студенты не различают, какая это зависимость, психическая или физиологическая. Настораживает тот факт, что часть опрошенных студентов (15%) не смогли назвать каких–либо последствий курения для личности и для организма человека. В целом можно отметить, что большинство студентов осознают вредные последствия курения для личности (привычка, зависимость) и для организма (смертельные заболевания), но осознание этого носит поверхностный характер. Интерес представляют данные о перечне обстоятельств, которые мешают прекращению курения в молодежной среде – это слабоволие, личные проблемы, влияние окружающих и зависимость от курения. Самым сильным обстоятельством, осложняющим отказ от курения, испытуемые отметили «влияние окружающих». В системе профилактических занятий (с помощью тренингов) особое внимание мы уделяем вопросам формирования личностных качеств, обеспечивающих неприятие курения, навыков цивилизованного отказа от предложения «закурить», на рассмотрение последствий курения, на привлечение самих студентов к профилактической работе в своей молодежной среде (например повышение самооценки, умению принимать ответственные решения).

Кураторы групп с целью формирования потребности отказа от вредных привычек у студентов (профилактика ПАВ) провели социальные акции «Народы мира против вредных привычек», «Народная мудрость о здоровье». В результате проекта были созданы альбомы с пословицами и поговорками, смысл которых объясняют не только в рисунке, но и в сочинениях – рассуждениях (эссе). В результате данного проекта студентами было собрано и объяснено около 30 пословиц и поговорок.

Тренинг является активным групповым методом психологической работы и соответствует естественному стремлению подростков к общению со сверстниками [4]. Эта форма создает нам лучшие условия для обучения. Живая, доброжелательная атмосфера облегчает студентам прохождение процесса индивидуализации, который является основой для дальнейшего взросления и способствует осознанному выбору своего будущего. Групповая форма работы выступает для подростков в качестве образца социального

поведения. А содержание тренинговых занятий и освоенные техники позволяют участникам приобрести иные способы решения проблем, выборы, альтернативные курению, принятию алкоголя и решают проблему базового раскола. Результатом такой работы является способность студентов лучше контролировать свое поведение, способность идентифицировать ситуации, в которых возможно формирование вредных привычек, понимание того, что ПАВ являются заменителем, а не реальным удовлетворением их потребностей. Это ведет к сознательному отказу от деструктивных форм поведения. Такие подростки имеют более зрелое самосознание и получают опыт решения внутренних личностных противоречий.

Наиболее эффективными методами групповой работы, которые широко используются в АНПОО «Михайловский колледж бизнеса»: дискуссия, «мозговой штурм», «ролевые игры», коллективные групповые задания.

Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это - обмен мнениями. Групповое обсуждение стимулирует свободный обмен мнениями и помогает молодежи получить четкое представление о понятиях, чувствах и точках зрения. Дискуссия проходит особенно хорошо, если ей предшествует завязка, например, изучение случая, рассказа.

Часто, когда заявляемая проблема касается жизненных принципов и личных переживаний участников, дискуссия принимает острый характер и не всегда стороны достигают единодушия. Такая дискуссия может подвинуть человека задуматься, изменить или пересмотреть свои установки. У подростков эти споры проходят более жарко, чем у взрослых, но и изменениям они поддаются проще. Чтобы спор не вышел за пределы занятия, ведущему нужно подытожить рассуждения всех сторон и обсудить сходство и различие позиций.

«Мозговая атака» («мозговой штурм») - это метод групповой работы, при котором принимается любой ответ учащегося, имеющий отношение к обсуждаемому вопросу. При этом важно не давать оценку высказанным точкам зрения, а принимать все и записывать мнение каждого участника на доске или листе бумаги. Подростки должны знать, что от них не потребуют давать обоснование своему ответу или объяснять, почему он так считает.

«Мозговой штурм» представляет собой хороший способ быстрого включения всех членов коллектива в работу на основе свободного выражения своих мыслей по рассматриваемому вопросу. После завершения «мозгового штурма», который не должен занимать слишком много времени, необходимо предоставить время для обдумывания или определения первоочередности высказываемых идей. «Мозговой штурм» является эффективным методом при необходимости: обсуждения деликатных и спорных вопросов; стимулирования неуверенных учащихся принять участие в обсуждении; сбора большого количества идей в течение короткого периода времени.

Этот метод хорош тем, что помогает демократически и ненавязчиво обсуждать многие проблемы. Он также помогает определить уровень знаний и основные направления интересов участников группы. Собранная информация может служить для более глубокой, содержательной работы и дискуссий.

Ролевая игра - это разыгрывание без предварительной подготовки коротких ситуаций, имитирующих возможные реальные. Во время ролевой игры участники обычно выражают чувства какого-либо героя. А это часто легче сделать, чем выразить свои собственные точку зрения и чувства [1].

Ролевая игра - это хорошая наработка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться участники. Им предоставляется возможность: показать существующие стереотипы реагирования в различных ситуациях; разработать и использовать новые стратегии поведения; отработать, пережить свои внутренние опасения и проблемы. Очень понравились студентам следующие игры: «Спорные суждения», «Я выбираю здоровье», «Марионетки», «Полезные и вредные привычки».

После окончания игры «актеры» и «зрители» обмениваются впечатлениями и мыслями по поводу «спектакля». Далее идет совместное обсуждение и выработка наиболее эффективных стратегий поведения в определенных ситуациях.

Коллективные задания - этот вид обучения представляет собой поиск выхода из предлагаемой ситуации. Ситуация - это описание события, факта, истории, в которой содержится конфликт. После полученной информации (рассказ, история, отрывок из фильма и др.) группа пытается разобраться, дать оценку тому или иному персонажу, придумать и предложить альтернативы его действиям. Изучаемый случай может быть незаконченным. Участники сами должны решить, какие выводы можно сделать, и какие последствия будут иметь место. И, наконец, они должны решить, как наилучшим образом могла бы завершиться эта ситуация. Коллективная игра «Путешествие по организму человека», суд над предрассудками по поводу «полезности» алкогольных напитков, игра «Мозаика» после проведения долго обсуждались студентами.

Считаю проводимую работу в АНПОО МКБ достаточно эффективной: наблюдается повышение уровня информированности аудитории по обсуждаемым вопросам и темам, идет формирование установок на изменение поведения, необходимо данную работу продолжать.

Используемая литература:

1. Абрамова, Г.С., Степанович В.А. Деловые игры. Екатеринбург. 2009 г.
2. Сизанов, А.Н. Хриптович В.А. Модульный курс профилактики курения. Школа без табака. М.: «ВАКО», 2014, 272 с.
3. Сирока, Н.А. Чистова Е.А. Профилактика наркомании и алкоголизма в подростковой молодежной среде. Москва, 2012 г.

4. Яшина, Е. Камалдинов Д. «Я хочу провести тренинг». Новосибирск «Гуманитарный проект», 2000 г.

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ ОТ КОМПЬЮТЕРНЫХ ONLINE ИГР С УРОВНЕМ ИХ УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ

Пачесная Л.Н, Кудрякова Л.В.

ГАПОУ «Камышинский политехнический колледж»,
lara.pachesnaya.66@mail.ru

Введение

Изобретение компьютеров послужило переломным моментом в развитии многих отраслей промышленности, повысило мощь и эффективность военной техники, внесло прогрессивные изменения в работу средств массовой информации, систем связи, изменило принцип работы банков и административных учреждений.

Современный человек начинает взаимодействовать с компьютером постоянно — на работе, дома, в машине и даже в самолете. Компьютеры стремительно внедряются в человеческую жизнь, занимая свое место в нашем сознании, а мы зачастую не осознаем того, что начинаем во многом зависеть этих дорогостоящих кусков цветного металла.

Уже сегодня компьютеры отвечают за наведение и запуск ядерных ракет, за банковские переводы многомиллионных сумм денег и многие другие системы, ошибки в работе которых дорого обходятся людям. К сожалению даже этим не ограничивается зависимость человека от компьютера.

Основной деятельностью этих людей является игра на компьютере, круг социальных контактов у них очень узок, вся другая деятельность направлена лишь на выживание, на удовлетворение физиологических потребностей, а главное — на удовлетворение потребности в игре на компьютере.

Учитывая то, что количество людей, попадающих в зависимость от компьютерных игр, растет с каждым днем (а все они - это люди с известными психологическими проблемами: несложившаяся личная жизнь, неудовлетворенность собой, и, как следствие, потеря смысла жизни и нормальных человеческих ценностей) - этот вопрос требует внимания и изучения!

Негативное влияние компьютерных игр на человека

Человек играющий довольно сильно отличается от человека разумного, и отличие это тем опаснее, чем незаметнее с первого взгляда. В играх мы обучаемся жить по другим правилам. Мы на подсознательном уровне отвыкаем от фундаментальных вещей: неизбежности наказания за

агрессивное поведение, необходимости соблюдения единых, установленных для всех, правил и т. д.

Особенно опасны компьютерные игры для школьников и молодых людей с неокрепшей еще психикой. Считается, что некоторые игры способны провоцировать на проявление агрессии в реальности, когда грань между игрой и настоящей жизнью у игрока несколько стирается и он перестает понимать, что можно делать только в игре, а что – в реальности.

По поводу формирования агрессии и жестокости, через компьютерные игры, было проведено много исследований, подтвердивших эту точку зрения. С одной стороны, они помогают выходу агрессии и негативных эмоций наружу, с другой же, напротив, формируют определенные негативные стереотипы поведения. И даже влияют на психику сильнее, чем боевики. И если во время просмотра боевика человек только следит за событиями, происходящими на экране, переживает за персонажи, примеряет на себя их роли, то во время игры это происходит «интерактивно». Думая или действуя от имени героя, он переносит этот опыт в реальную жизнь. Другая особенность игры в том, что герои «бессмертны»: каждый раз после того, как они были уничтожены, оживают снова и снова, и количество их жизней бесконечно. Этот факт неминуемо отражается на восприятии ценности жизни, снимает границу между жизнью и смертью и развивает склонность к жизнеопасному поведению.

Особенно опасны в плане приобретения зависимости ролевые компьютерные игры, где игрок принимает роль компьютерного персонажа. Виртуальная реальность формирует нереальный мир компьютерной игры, вырабатывает эффект «присутствия». Происходит то, что можно назвать «Эго-распадом» на «Я виртуальное» и «Я реальное». Такие игры подрывают психическое состояние и способны кардинально изменить представление о себе и окружающем мире. Все это способствует нарастанию тревоги и дисгармонии.

Компьютерные игры негативно влияют на зрение. Вопрос ухудшения зрения раньше был ключевым, когда речь заходила о работе с компьютером. Теперь считают, что современные жидко-кристаллические мониторы не опаснее, чем книги и журналы, однако, многие медицинские специалисты пытаются оспаривать эту точку зрения. Хотя, ЖК-мониторы действительно значительно щадят глаза, по сравнению с ЭЛТ-мониторами, но, дело еще в том, что для зрения конкретно вредна неподвижность зрачка, когда глазное яблоко не увлажняется как следует. И это как раз, часто происходит во время сеанса компьютерной игры.

Компьютерные игры приводят к уменьшению подвижности и развитию гиподинамии. Постоянная нагрузка на позвоночник и длительная статическая поза приводит к различного рода проблемам со здоровьем.

Компьютерные игры приводят к сужению круга интересов и снижению социализации. Привязанность к виртуальным друзьям и товарищам по

мифическому миру зачастую оказывается гораздо сильнее привязанности к реальным товарищам и близким людям, а вот это уже действительно опасно. Современный человек постепенно теряет навыки нормального общения с коллегами, друзьями.

Компьютерные игры негативно сказываются на успеваемости учащихся. Говорят компьютер – пожиратель времени, и это действительно так.

Особенно когда это время тратится на почти круглосуточные игры или бесцельное блуждание по бескрайним просторам всемирной Сети.

Такая зависимость действительно пугает, приобретая катастрофические масштабы. Были случаи смерти людей, истощенных многосуточным сидением за ПК.

Позитивное влияние компьютерных игр на человека.

Компьютерные игры, развивают память, логику, мышление.

Особо стоит отметить различного рода обучающие игры, разработанные специально для детей, которые помогают ребенку с интересом познавать окружающий мир.

Дети, играющие в компьютерные игры, отличаются широтой кругозора: у них прекрасно развито представление об окружающем мире. Такие «компьютерно-развитые» дети, обычно, опережают своих сверстников в психическом развитии, легче усваивают учебный материал, уверены в своих знаниях.

Не для кого не секрет, что компьютерные игры помогают выплеснуть отрицательные эмоции, расслабиться и отвлечься от существующих проблем.

Компьютерные игры могут быть средствами, помогающими сохранить ясность ума и жизненную активность. Результаты проведенных в Японии исследований показывают, что компьютерные игры способны предохранять стариков от слабоумия. В Токио уже организованы специальные классы для игр, где нет учеников моложе сорока лет. Специальные программы призваны стимулировать серое вещество и поддерживать пальцы гибкими.

Заключение

Узнав положительные и отрицательные влияния компьютерных игр на человека, наверное вам небезынтересен вопрос о том как различные и государства регулируют вопросы, связанные с компьютерными играми.

Во многих странах действуют строгие ограничения по возрасту на продажу жестоких игр, а в некоторых существуют и организации, которые устанавливают специальный рейтинг играм, таким образом препятствуя их широкой доступности.

В нашей стране такие запреты пока не действуют и достать у нас можно любую, даже самую агрессивную и кровавую, игру.

Проблема влияния компьютера на человека очень обширна и многогранна. В этой работе были рассмотрены лишь некоторые аспекты этого вопроса, касающиеся компьютерных игр.

Конечно, не все игры одинаковы по психическим функциям, по силе и глубине своего влияния на личность человека, а также по психологическим механизмам формирования зависимости.

В отношении зависимости первое место занимают ролевые игры, которые представляют наибольшую опасность и требуют более детальных и психологических исследований.

И все же на вопрос: «компьютерные игры – зло или благо» наверное, нельзя ответить однозначно.

Компьютерные игры – яркий пример того, что все хорошо в меру.

Если увлекаться ими разумно, то они приносят много пользы. Помогают разрядиться, напрячь мозги, чтобы решить очередную загадку или наострить внимание. Однако, когда увлеченность компьютерными играми переходит некий предел, то вред данного увлечения становится неоспоримым. Вообще тут есть большое количество тонкостей, очень важно, во что именно играет человек. Невозможно причесать под одну гребенку всех любителей компьютерных игр.

И как сказал известный философ 17 века Бенедикт Спиноза: «Я понял, что все вещи, которых я боялся и которые боялись меня, являются добрыми или злыми лишь в той мере, в какой они воздействуют на мой разум».

Наверное, каждого слушателя, задела хотя бы часть из услышанного или увиденного. У многих возникли вопросы, на которые сразу ответить невозможно. У кого-то появились сомнения, а у кого-то, возможно, новые идеи. Так и должно быть. Проблемы, подобные рассмотренной - остры, актуальны, злободневны и не решаемы «в один присест». Необходимо тщательно изучать, все вопросы, связанные с негативным влиянием компьютерных игр на человека.

Поднимать такие проблемы и обсуждать необходимо, не только на уровне образовательных учреждений, а и на государственном уровне тоже!

Используемая литература:

1. Журнал Мир ПК №5 2010, К. Литвинов «Новости обучающего и игрового ПО», стр. 76
2. Журнал Мир ПК №8 2010, К. Литвинов «Новости обучающего и игрового ПО», стр. 74
3. Журнал Мир ПК №10 2010, К. Литвинов «Новости обучающего и игрового ПО», стр. 80
4. Журнал Мир ПК №11 2010, К. Литвинов «Новости обучающего и игрового ПО», стр. 82
5. http://medlife.ucoz.ru/publ/kompjuternye_igry_dlja_detej_bлаго_ili_zlo/10-1-0-143
6. <http://www.dpk.com.ua/blogs/25699>
7. http://ru.wikipedia.org/wiki/Категория:Компьютерные_игры
8. <http://flogiston.ru/articles/netpsy/gameaddict>

9. <http://gorsun.org.ru/lib/children/researcher09/computer/02/>

МОДЕЛИРОВАНИЕ И ПОСТРОЕНИЕ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Пророкова И. А.

БПОУ ОО «Орловский техникум технологии и предпринимательства имени
В. А. Русанова», *ottip12@yandex.ru*

Развивающемуся обществу нужны современно
образованные, нравственные... люди, которые
могут самостоятельно принимать ответственные
решения в ситуации выбора, прогнозируя
их возможные последствия...

*Концепция модернизации российского
образования на период до 2010 года*

В федеральной программе развития воспитания подчёркнуто:
«Воспитание рассматривается, как целенаправленная деятельность,
осуществляемая в системе образования, ориентированная на создание
условий для развития и духовно-ценностной ориентации обучающихся на
основе общечеловеческих и отечественных ценностей, оказания им помощи в
жизненном самоопределении, нравственном, гражданском и
профессиональном становлении».[1]

В последние годы в России возросла численность подростков, для
которых цель жизни сводится к достижению материального благополучия
любой ценой, к наживе любыми способами. Труд и учёба утратили
общественную ценность и значимость, стали носить прагматический
характер – больше получить благ, привилегий и меньше работать и учиться.
Такая позиция подростков приобретает всё более открытые и воинствующие
формы, порождая новую волну потребительства, часто провоцирующую
поведенческие девиации.

Девиантное поведение подростков – распространённый феномен,
сопровождающий процесс социализации и зрелости, который возрастает на
протяжении подросткового периода и снижается после 18 лет.

Девиантное поведение – это система поступков, отклоняющихся от
общепринятой или подразумеваемой нормы. Его подразделяют на две
больших категории. Во-первых, это поведение, отклоняющееся от норм
психического здоровья, подразумевающее наличие явной или скрытой
психопатологии. Во-вторых, это поведение антисоциальное, нарушающее
какие-то социальные и культурные нормы, особенно правовые. Когда такие

поступки сравнительно незначительны их называют правонарушениями, а когда серьёзны и наказываются в уголовном порядке – преступлениями. Делинквентность обычно начинается со школьных прогулов и приобщения к асоциальной группе сверстников. За этим следует мелкое хулиганство, издевательство над младшими и слабыми, вымогательство мелких карманных денег у малышей, угон велосипедов и мотоциклов. Реже встречаются мошенничество и мелкие спекулятивные сделки, вызывающее поведение в общественных местах. К этому могут присоединиться «домашние кражи» небольших сумм денег. А затем наркомания, токсикомания, курение, алкогольная зависимость. Всё это можно отнести к зависимому поведению среди подростков, а в дальнейшем и студентов профессиональных образовательных организаций (ПОО).

Подростковая и молодёжная делинквентность в подавляющем большинстве имеет чисто социальные причины - недостатки воспитания, прежде всего. Самостоятельная трудовая жизнь и моральный облик квалифицированных рабочих и специалистов среднего звена в большей степени зависят от воспитания, полученного в семье и образовательном учреждении.

А. С. Макаренко утверждал, что необходимо «организовать семейное воспитание... Школа должна руководить семьёй»[2]. Эти слова в полной мере можно отнести и к профессиональным учебным заведениям. Поэтому педагогические коллективы профессиональных образовательных организаций должны не просто возложить на себя обязанности воспитателей, но и решать вопросы воспитания в тесной взаимосвязи и согласованной работе с родителями студентов.

Учёба в профессиональных образовательных организациях совпадает с очень важным периодом становления личности. Это период непосредственной подготовки молодёжи к самостоятельной трудовой жизни, освоения избранной профессии и адаптации к условиям производственной среды.

От юношей и девушек требуется значительно большая, чем в школе, самостоятельность. Происходит скачок в физическом, умственном и психическом развитии студентов, бурное развитие их индивидуальности. Всё это нельзя не учитывать при проведении совместной воспитательной работы образовательного учреждения и семьи. Для того чтобы данная работа была эффективной, родители должны хорошо представлять условия и возможности подготовки и воспитания будущих специалистов среднего профессионального образования и квалифицированных рабочих.

Воспитание – это деятельность, которую педагог выстраивает сам, прилагая профессиональные силы, сопряжённые с творческим поиском, риском ошибки, свободой выбора и индивидуальной ответственностью.

При отборе конкретного содержания воспитания в профессиональном образовательном учреждении важно учитывать возрастные и

индивидуальные особенности студентов, специфику и уровень развития студенческого коллектива.

В основном в ПОО учится «трудная» молодежь.

Для преодоления трудностей в воспитании можно использовать следующие **заповеди**:

- ✓ Быть примером для воспитанников – не цель, а средство воздействия на него.
- ✓ Искать в человеке хорошее – оно всегда есть.
- ✓ Быть предельно сдержанным. Нервозность и раздражительность – враги педагогического творчества и мастерства.
- ✓ Учить других, - учиться самому.

Для перевоспитания можно воспользоваться следующей **программой**:

- ✓ Убедить студента в том, что нет неисправимых недостатков.
- ✓ Помочь выработать привычку и потребность в самоанализе, самовоспитании, самооценке.
- ✓ Пробудить интерес к общественной работе, к получению знаний, расширению кругозора, интеллекта. Стимулировать положительные результаты, создавая ситуации успеха.
- ✓ Научить считаться с мнением других людей.
- ✓ Помочь изменить отношение к техникуму, людям, товарищам.

Трудности при работе со студентами - это индивидуальный подход к каждому. Человека нельзя просчитать. Но нужно стараться выполнять следующие **задачи**:

- ✓ изучение условий индивидуального подхода к студентам, особенностей их умственного, физического, нравственного развития и сбор сведений об их моральных ценностях и правилах поведения;
- ✓ выявление системы отношений, в которые включены студенты, и анализ их позиций в этих отношениях;
- ✓ знакомство с условиями жизни студентов, с правилами и взаимоотношениями в семье и др.;
- ✓ снижение у студентов уровня состояния тревожности, повышение чувства уверенности в себе;

Для решения этой задачи необходимо выработать **единую политику**, направленную на создание социально-педагогических условий, нейтрализующих и корректирующих негативные воздействия общественного кризиса. Она включает следующие направления:

- ✓ диагностика типов и форм зависимого поведения студентов и провоцирующих их факторов;
- ✓ изучение потребностей студентов и их родителей с использованием дополнительной педагогической и психологической информации;
- ✓ анализ результатов изучения мнений студентов, родителей, педагогов и разработка на их основе программы по профилактике и коррекции

отклонений в развитии личности и поведении учащихся с учётом выявленной специфики;

- ✓ создание в ПОО психолого – педагогических условий, свободных от внешних факторов риска;
- ✓ компетентные управленческие решения по развитию эффективного взаимодействия с семьёй, организация бесплатного дополнительного образования.

Работа по профилактике отклонений в развитии личности и поведении учащихся эффективна лишь при соблюдении следующих условий: успешность студента в учебной деятельности, эмоционально позитивная система отношений со сверстниками, родителями, преподавателями, психологическая защищённость. Последнее обстоятельство связано с гарантированной социальной защищённостью, включающей в себя:

- ✓ знание студентами своих прав и обязанностей;
- ✓ соблюдение прав и обязанностей всеми участниками учебно-воспитательного процесса;
- ✓ психологическое и социальное равенство всех студентов в стенах образовательного учреждения.

В работе со студентами с зависимым поведением образовательное учреждение может придерживаться следующей модели:

1 этап - выявление и постановка на учёт данных студентов. Это самый сложный и продолжительный по времени этап, и его выполнение полностью ложится на плечи куратора группы и мастера п/о. Именно они владеют информацией о студенте, его семье, досуговой деятельности, круге общения. Задачи куратора и социального педагога – решить вопрос о форме учёта.

2 этап – коррекционная работа. На данном этапе к деятельности подключается администрация учебного заведения, которая организует работу всех служб с семьёй и студентом, утверждает нормативную документацию. Родителям на индивидуальных консультациях разъясняется нормативно – правовая сторона проблемы, их ответственность. Коррекционную работу осуществляют также специалисты: социальный педагог, психолог, медицинский работник.

3 этап – малый педсовет (совет по профилактике). На заседании малого педсовета куратор группы и мастера п/о представляет информацию о студенте, о проделанной работе, включая и работу администрации учреждения, привлечённых специалистов, подводятся промежуточные итоги работы с семьёй и студентом, то есть идёт обобщение всей собранной информации.

Задача системы по профилактике зависимого поведения студентов в профессиональной образовательной организации заключается в том, чтобы вовремя их остановить и направить на путь исправления.

На наш взгляд, следует дифференцировать студентов и в соответствии с этим строить с ними взаимоотношения и воспитательную работу.

С целью психологической поддержки и социальной адаптации таких студентов необходимо усилить направления коррекционной работы, способствующие формированию у молодёжи новых стереотипов поведения, воспитанию позитивных чувств по отношению к взрослому сверстнику, самому себе; повышению уверенности в себе; развитию и обогащению форм общения со сверстниками; формированию потребности в самореализации. Использование произведений искусства, приёмов и методов артпедагогике в работе с подростками девиантного поведения может сделать её более результативной.

Искусство своей образностью активно воздействует на сознание, чувства, волю людей, играет существенную роль в формировании художественной культуры человека и включает в себя художественно-эстетические, гуманистические, познавательные, нравственные ценности, воздействуя на духовно – нравственное становление личности.

Прослушивание музыкальных произведений, проведение дискотек и танцевальных площадок, чтение произведений художественной литературы просмотр кинофильмов с последующим обсуждением, участие в театрализованных представлениях, литературно-музыкальных композициях, создание стенгазет, встречи с интересными людьми (участниками войны и боевых действий, поэтами, представителями разных профессий, родителями своих сверстников), участие в спортивных состязаниях и трудовых десантах – всё это будет способствовать снятию внутреннего психологического дискомфорта, развитию чувства самоактуализации подростков.

Таким образом, используя весь комплекс социально – психологической поддержки, включая приёмы и методы артпедагогике в коррекционную работу, мы способны создать благоприятные возможности для самовыражения студентов с зависимым поведением, повысить их интерес к окружающей действительности. При этом необходимо также стремиться не только нивелировать последствия девиации, но и добиться стабильных результатов в обучении и воспитании современной молодёжи.

Используемая литература:

1. Библиотечка мастера производственного обучения: Сб. 2. – М., 1984.
2. Методические рекомендации по организационно-педагогической работе с родителями учащихся профтехучилищ: М., 1976.[2]
3. Сибирцова Г. Н. Настольная книга заместителя директора школы по воспитательной работе. Ростов -на-Дону, 2003.[1]
4. Ягодинский В. Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. М., 1986.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Прохоренкова С.А

БПОУ ОО «Мезенский педагогический колледж»

Охрана и укрепление здоровья студенчества в основном определяется образом жизни. Повышенное внимание к нему проявляется на уровне общественного сознания, в сфере культуры, образования, воспитания.

Образ жизни студента есть не что иное, как определенный способ интеграции его потребностей и соответствующей им деятельности, сопровождающих ее переживаний. Структура образа жизни выражается в тех отношениях субординации и координации, в которых находятся разные виды жизнедеятельности. Это проявляется в той доли бюджета времени личности, которая на них тратится; в том, на какие виды жизнедеятельности личность расходует свое свободное время, каким видам отдает предпочтение в ситуациях, когда возможен выбор. Если образ жизни не содержит творческих видов жизнедеятельности, то его уровень снижается. Одни студенты больше используют свободное время для чтения, другие — для занятий физическими упражнениями, третьи — на общение. Сознательно планируя затраты времени и усилий, студент может либо включаться в широкую сеть таких связей, либо обособляться. [2]

Образ жизни студенту нельзя навязать извне. Личность имеет реальную возможность выбора значимых для нее форм жизнедеятельности, типов поведения. Обладая определенной автономностью и ценностью, каждая личность формирует свой образ действий и мышления. Личность способна оказывать влияние на содержание и характер образа жизни группы, коллектива, в которых она находится.

В соответствии с законом «Об образовании» образовательные учреждения, кроме главной государственной задачи, стоящей перед учебным заведением, - воспитывать и обучать подрастающее поколение, несут ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время учебного процесса, в том числе, учитывая реалии современной жизни, отвечают за защиту детей от незаконного потребления спиртных напитков, наркотиков, иных одурманивающих веществ, а также вовлечения их в «группы риска» по употреблению психоактивных веществ, помогают своим воспитанникам адаптироваться в обществе и противостоять негативным явлениям. [1]

В основе конкурентоспособности человека, его физической дееспособности лежит высокий уровень здоровья, достигаемый условиями здорового образа жизни.

Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков. Само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наслед-

ственность, пол, возраст) факторов. В настоящее время принято выделять несколько видов здоровья:

- ✓ соматическое здоровье - определяет текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития;
- ✓ физическое здоровье - характеризует уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные процессы;
- ✓ психическое здоровье - указывает на состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию. Оно обусловлено биологическими и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения;
- ✓ нравственное здоровье - опирается на комплекс характеристик мотивационной сферы жизнедеятельности. Ее основу определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

В организме человека заложены огромные резервные возможности, которые, по расчетам специалистов, должны обеспечивать людям среднюю продолжительность жизни в 125-150 лет. Причина того, что такая продолжительность жизни является пока недостигнутой, связана с факторами риска в образе жизни людей. К таким факторам относятся:

- ✓ малая двигательная активность (гипокинезия);
- ✓ нарушения в питании и переедание;
- ✓ алкоголизм;
- ✓ наркомания;
- ✓ курение;
- ✓ психологические стрессы.

Они не только ускоряют процессы старения, сокращают продолжительность жизни, но и способствуют возникновению различных заболеваний.

"Образ жизни" является понятием, характеризующим особенности повседневной жизни людей в конкретных социально-экономических условиях. Он охватывает труд, быт, формы использования свободного времени, участие в политической и общественной жизни, нормы и правила поведения людей. Образ жизни человека включает три категории: уровень жизни, качество жизни и стиль жизни.

Уровень жизни - это экономическая категория, представляющая степень удовлетворения материальных, духовных и культурных потребностей человека.

Под качеством жизни понимают степень комфорта в удовлетворении человеческих потребностей.

Стиль жизни отражает определенный тип поведения личности или группы людей, фиксирующий устойчиво воспроизводимые черты, манеры, привычки, вкусы, склонности. Он выступает как существенный признак индивидуальности, проявление ее относительной самостоятельности, ее способности построить себя как личность в соответствии с собственными представлениями о полноценной, интересной жизни в духовном, нравственном и физическом отношении. Это подчеркивает, что здоровье человека в первую очередь зависит от стиля жизни. [2]

Наиболее полно взаимосвязь между образом жизни и здоровьем выражается в понятии "здоровый образ жизни", который объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в необходимых для здоровья условиях и выражает ориентированность личности на формирование, сохранение и укрепление индивидуального и общественного здоровья.

Элементами здорового образа жизни являются:

- ✓ двигательный режим, включающий все возможные виды двигательной активности;
- ✓ закаливание организма;
- ✓ рациональное питание;
- ✓ гигиена труда и отдыха;
- ✓ личная и общественная гигиена;
- ✓ гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений в коллективе.

Одними из важнейших составляющих здорового образа жизни выступают занятия физическими упражнениями и спортом, роль которых состоит не только в непосредственном влиянии на организм, но и в воспитании ценностных ориентации на здоровье. Поэтому физическое воспитание сегодня приобретает особо важное значение в формировании привычек здорового образа жизни среди детей и подростков.

Немаловажны в организации здорового образа жизни традиции общества. Большое значение сегодня придается роли физической культуры в формировании здорового образа жизни как средство организации досуга, профилактики вредных привычек, алкоголизма и наркомании.

Здоровый образ жизни без занятий физической культурой представить невозможно. Формирование здорового образа жизни средствами физической культуры неотъемлемая часть воспитания у молодых людей ведения правильного образа жизни. Именно регулярные занятия физической культурой формируют правильное отношение к своему телу, способствуют активности в различных областях жизнедеятельности человека. [1]

Следует понимать, что не все двигательные действия, которые выполняются в быту или процессе работы, являются именно физическими упражнениями. Физические упражнения — это только те движения, которые специально подбираются для воздействия на различные органы и системы организма человека, для развития физических качеств, а также коррекции

имеющихся дефектов телосложения. Систематически занимающиеся спортом люди являются более развитыми физически, чем те, кто игнорирует спорт – как правило, спортсмены выше ростом, обладают большим весом и окружностью грудной клетки, выше их мышечная сила и жизненная емкость легких. Научно доказано, что даже у здорового и совсем нестарого человека при «сидячем» образе жизни и отсутствии занятий физкультурой, даже при самых небольших физических нагрузках учащается дыхание и появляется сердцебиение, в то время как тренированный человек легко справляется и со значительными физическими нагрузками. Работоспособность сердечной мышцы как главного двигателя кровообращения зависит от силы и развития всей мускулатуры, поэтому развивая мускулатуру тела с помощью физической тренировки укрепляется и сердечная мышца. Люди с неразвитой мускулатурой значительно чаще испытывают проблемы с сердечно-сосудистой системой.

Понятие здоровый образ жизни и физическая культура, общая двигательная активность включает в себя утреннюю гимнастику, физкультурные тренировки, ходьбу, туристические походы и т. д. Для тех, кто хочет вести здоровый образ жизни, наряду с другими элементами, занятия физической культурой и спортом должны стать правилом и непременным атрибутом жизнедеятельности. В настоящее время нет никаких проблем с такими занятиями – многочисленные спортивные залы и фитнес-центры предоставляют свои услуги для всех желающих, но даже без их посещения можно легко найти спортивное занятие по душе на улице – и не обязательно на специальных спортивных площадках или стадионах. Физические упражнения могут оказать положительное воздействие в том случае, если при этих занятиях будут соблюдаться определенные правила. Так, чтобы не причинить себе вреда, занимаясь физическими упражнениями, необходимо следить за состоянием здоровья — если наблюдаются нарушения со стороны сердечно - сосудистой системы, то упражнения, которые требуют значительного напряжения, могут привести к ухудшению деятельности сердца. Также не следует заниматься сразу же после болезни, необходимо выдержать определенный период, чтобы функции организма восстановились. Организм человека при выполнении физических упражнений реагирует на нагрузку ответными реакциями — активизируется деятельность всех органов и систем, повышается подвижность нервных процессов, укрепляются мышечная и костно-связочная системы. У занимающегося физическими упражнениями человека чаще хорошее самочувствие, настроение и сон. При регулярных занятиях физическими упражнениями тренированность улучшается из года в год, и таким образом человек находится в хорошей форме в течение длительного времени.

На сегодняшний день в колледже созданы все условия для студентов, чтобы вести активную позицию по формированию здорового образа жизни. Организованы занятия в секциях по видам спорта: волейболу, баскетболу,

полюатлону, настольному теннису. Студенты принимают участие в соревнованиях, спартакиадах, первенствах, проводимых как в колледже, так и за его пределами. Участвуют в конкурсах по профилактике борьбы с вредными привычками. Выпускают агитационно-пропагандистские материалы, в которых рассказывают о вреде курения, алкоголизма, компьютерной зависимости, о положительном влиянии занятий физической культурой на развитие молодого организма. Ежегодно проводимые Дни Здоровья, спортивные праздники, привлекают всё большее количество студентов к занятиям физической культурой. Традиционным спортивным состязанием стали соревнования «Посвящения в спортсмены». Первокурсники отделения физического воспитания проходят через различные испытания, в которых проявляют целеустремлённость, демонстрируют настойчивость и упорство в спортивной борьбе, командный дух. В ходе такой пропаганды занятий физической культурой и закладываются основы здорового образа жизни.

Используемая литература:

1. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник / Под ред В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 1999 — 448 с. — ISBN 5-8297-0010-7 (в пер.)
2. Чумаков Б.Н. Основы здорового образа жизни. Курс лекций. — М.: Педагогическое общество России, 2009. — 416 с. — ISBN 978-5-93134-389-9

СИСТЕМА РАБОТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

Рыбкина А.С.

ГАПОУ «Камышинский политехнический колледж»,

kamkoll@yandex.ru

Любой вид зависимости можно определить как одну из форм деструктивного поведения личности, которое выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций [13]. Такой уход от неудовлетворяющей внутренней реальности формируется при взаимодействии с внешней реальностью, которая воспринимается, осознается и производит эффект на подсознание. Это приводит к возникновению дискомфорта внутреннего психического состояния, от которого возникает желание избавиться [14]. Первоначально термин «зависимость» или «аддикция» использовался исключительно для описания поведения людей, зависимых от химических веществ (кофеин, никотин, алкоголь, наркотики и

др.). Однако в последние годы данный термин изменил свое значение, и современные исследователи определяют более широкий взгляд на аддикцию как на специфическое поведение, в формировании которого участвуют как социальные условия, так и психофизиологические особенности человека [5, 7, 13]. В отечественной литературе аддиктивное поведение чаще означает ситуацию, когда имеют место нарушения поведения при отсутствии физической зависимости [4]. Можно выделить три основных вида зависимостей: химические зависимости; нехимические зависимости; промежуточные зависимости. Химическая зависимость предполагает зависимость человека от того или иного химического препарата, изменяющего его психическое состояние. К химическим зависимостям относятся, прежде всего, наркомания, алкоголизм, никотиновая зависимость, токсикомания, лекарственная зависимость. Химические зависимости связаны с использованием в качестве аддиктивных агентов различных веществ, изменяющих психическое состояние, т.е. психотропных веществ (ПТВ). Многие из этих веществ токсичны и вызывают органические поражения. Наряду с химическими зависимостями выделяются нехимические или поведенческие виды, а именно такие зависимые формы поведения, когда предметом зависимости становится некоторый поведенческий паттерн, а не вещество, вызывающее изменение психического состояния. К таковым относятся азартные игры (гэмблинг), аддикция отношений (сексуальная, любовная и др.), аддикция избегания, работоголизм, шопоголизм, тяга к трате денег, ургентная аддикция, а также промежуточные зависимости, характеризующиеся тем, что при этой форме задействуются непосредственно биохимические механизмы [3, 7]. Кроме вышперечисленных, в настоящее время описано значительное количество других нехимических зависимостей: многообразные информационные зависимости (компьютерная, интернет- и телевизионная зависимости), аддикция упражнений (спортивная), духовного поиска и др. [7, 10, 15]. Несмотря на кажущиеся внешние различия, рассматриваемые виды зависимостей имеют принципиально схожие психологические признаки. Общим признаком зависимого поведения является устойчивое стремление к изменению психофизического состояния [4, 7, 13]. Данное влечение переживается человеком как импульсивно-категорическое, непреодолимое, не насыщаемое. В общефилософском понимании профилактика есть предупреждение возникновения какого-либо процесса, явления или действия. Это совокупность мероприятий, направленных на охрану здоровья, предупреждение возникновения и распространения болезней человека, улучшение физического развития человека, сохранение и повышение его трудоспособности и обеспечение долголетия [1]. Применительно к процессу формирования зависимостей профилактика понимается как комплекс социальных, медико-биологических и образовательных мероприятий, направленных на выявление причин и условий, способствующих возникновению зависимостей, на предупреждение

развития и ликвидацию их негативных личностных, социальных и медицинских последствий [1, 10, 12]. В основе первичной профилактики зависимостей детей и подростков находятся прежде всего средства обучения и воспитания.

В ГАПОУ «Камышинский политехнический колледж» реализуются на практике следующие методы профилактики зависимого поведения [1 – 8, 12, 14].

1. Информационный. Данный метод основан на представлении фактов об опасности взаимодействия с предметами или действиями, вызывающими зависимое поведение (ПТВ, игровая деятельность и т.д.), и о социальных, правовых и медицинских последствиях такого взаимодействия. С точки зрения психологии эффективность метода объясняется когнитивной моделью зависимого поведения, согласно которой субъект самостоятельно принимает более или менее осознанное решение о взаимодействии с конкретным предметом. Если субъект делает выбор в пользу взаимодействия, то делает это в результате того, что не имеет достаточных знаний о его побочных последствиях и не осознает их. Можно выделить ряд основных информационных стратегий: 1) предоставление частичной информации о фактах влияния предметов и действий, провоцирующих зависимость на организм, поведение, а также о статистических данных об аддиктах; 2) стратегия запугивания, вызывании страха, цель которой – предоставить устрашающую информацию, описывая неприглядные стороны зависимого поведения; 3) предоставление информации об изменениях личности аддиктов, и связанных с этим проблемах. 4) В рамках обучения в колледже данный метод профилактики является потенциально наиболее успешно реализуемым в связи с его спецификой, используемыми средствами и способами, явным уклоном в педагогический процесс.

2. Метод, связанный с формированием жизненных навыков. Под жизненными навыками понимаются навыки поведения и общения, которые позволяют субъекту контролировать и направлять свою жизнедеятельность, развивать умение жить вместе с другими и вносить изменения в окружающую среду. Ведущими компонентами этой теории являются активные, основанные на опыте методы и групповая работа с молодежью. Профилактику зависимого поведения в данном случае следует осуществлять через включение субъекта в социальную деятельность. Такое научение происходит при обсуждении разнообразных проблем из всех сфер жизнедеятельности, повышении устойчивости к социальным влияниям, формировании навыков общения, уверенности в себе при повышении индивидуальной и социальной компетентности. Создание для личности студентов ситуации успеха.

3. Метод «эмоционального научения». Здесь профилактическая работа концентрируется на ощущениях и эмоциях субъекта, а также на умении управлять ими. В основе метода лежат экспериментально подтвержденные положения о том, что зависимое поведение чаще развивается у лиц, имеющих как затруднения в определении и выражении эмоций, так и

личностные факторы риска, исходя из чего, риск зависимости может быть снижен путем развития эмоциональной сферы. Целью профилактического воздействия является развитие навыков распознавания и выражения эмоций, повышение самооценки, определение значимых для индивида ценностей, развитие навыков общения и принятия решений. 4. Метод альтернативной деятельности. Он базируется на положении о том, что при формировании позитивной зависимости от среды люди приобретают определенный тип целесообразной активности как альтернативы зависимому поведению. Впервые концепция поведенческой альтернативы была сформулирована в США применительно к профилактике наркомании в 1972 году [15]. Сегодня в использующих ее программах выделяются следующие приемы поведенческой альтернативы: предложение специфической, позитивной активности, вызывающей сильные эмоции и предполагающей преодоление разных препятствий; комбинация специфических личностных потребностей со специфической, позитивной активностью; поощрение участия во всех видах такой специфической активности; создание групп поддержки молодых людей, заботящихся об активном выборе своей жизненной позиции; пропаганда здорового образа жизни. Профилактика основана на воспитании здоровьесориентированных привычек, таких как занятие спортом, активный досуг, здоровый режим труда, мероприятия по укреплению здоровья и др., которые могут стать барьером для формирования зависимого поведения. Так же ежегодно в ГАПОУ «Камышинский политехнический колледж» проводится социально-психологическое тестирование на предмет раннего выявления незаконного потребления ПАВ. В 2015 году из общего количества 479 полученных результатов 21(4%) человек могут быть отнесены к группе риска по употреблению наркотических средств и психотропных веществ и нуждаются в профилактическом медицинском осмотре с целью уточнения ситуации по немедицинскому потреблению наркотических средств и психотропных веществ. Совокупность обозначенных методов составляет профилактические программы, реализуемые на нескольких уровнях. Традиционно в системе профилактической работы выделяется три уровня. Первичный уровень направлен на выявление и устранение причин, провоцирующих такое поведение, и предполагает работу как с группами риска, так и с лицами, не проявляющими склонности к зависимому поведению. Объектом профилактической работы на данном уровне является также ближайшее социальное окружение, поэтому работа с семьей – это одно из приоритетных направлений социально-психологической службы колледжа. Вторичный уровень профилактики предполагает работу с теми, у кого наблюдается склонность к формированию зависимого поведения с целью изменения моделей поведения и развития личностных ресурсов, препятствующих зависимости. Третичный уровень связан с предупреждением рецидивного поведения аддиктов. На этих уровнях профилактические мероприятия реализуются специалистами профильных

медицинских учреждений. Следует отметить, что подростковый возраст является сложным «кризисным» этапом развития и становления личности. Он характеризуется изменениями в психофизиологическом и социально-личностном плане на основе формирования мотивационной и ценностно-смысловой сферах личности [3 – 5, 7, 12, 14]. Именно на этом этапе могут проявляться черты отклоняющегося поведения, в том числе возникать риски развития зависимостей разных видов [2, 7]. Так как на данном возрастном этапе, значительная часть молодых людей «включена» в систему социальных институтов сферы образования, то активное применение различных подходов к профилактике зависимых форм поведения в рамках образовательного пространства представляется особенно актуальным и важным. Таким образом, образовательная модель педагогической профилактики зависимого поведения построена на учебно-воспитательных методах деятельности специалистов образовательных учреждений, направленных на формирование у молодежи знаний о социальных и психологических последствиях зависимостей; создание педагогических условий для диагностики, предупреждения, исправления деструктивных стратегий поведения учащихся; развитие их личностных ресурсов, способствующих успешной адаптации к требованиям среды; стратегии здорового образа жизни.

Используемая литература:

1. Бандура А. Теория социального научения. Монография. - СПб.: Евразия, 2000. - 320с.
2. Буйнов Л.Г., Макарова Л.П., Пазыркина М.В. Сохранение здоровья школьников как педагогическая проблема // Современные проблемы науки и образования. 2012. № 4. С. 242.
3. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. 1991. – В. 1. – С. 8-15.
4. Кулаков С.А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков. Монография.- М.: Фолиум, 1998.- 331 с.
5. Леонова Л.Г., Бочкарева Н.Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте. Учеб-метод. пособие.- Новосибирск: НМИ, 1998.- 415 с.
6. Плахов Н.Н. Борьба с алкоголизмом и табакокурением – проблема педагогики // Профилактическая и клиническая медицина. – 2011. - №3 (40). – С. 476-477.
7. Плахов Н.Н. Биологические предпосылки формирования зависимостей // В кн.: Профилактика социальных отклонений: Учебно-методическое пособие / Под ред. В.П.Соломина. – СПб.: РГПУ им. А.И.Герцена. – 2011. – С. 12-20.

8. Плахов Н.Н. Профилактика информационной зависимости детей и подростков [Текст] / А.Е.Бойков, Н.Н.Плахов // Безопасность жизнедеятельности. – 2011. -№12. – С. 42-45.

9. Плахов Н.Н. Безопасность жизнедеятельности: психолого-педагогические основания здоровья // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2012. № 145. С. 90 – 96.

10. Соловьев А.В., Говорун М.И., Голованов А.Е. Конституциональные аспекты устойчивости человека к укачиванию // Российская оториноларингология. 2007. № 6. С. 51 – 54.

11. Соловьев А.В., Савчук О.В., Хартанович И.А. Антропологические аспекты профессионального отбора лиц подвергающихся действию знакопеременных ускорений // Новости оториноларингологии и логопатологии. 2002. № 4. С. 46 – 48.

12. Сорокина Л.А. Комплексное использование методов активизации познавательной деятельности при изучении курса «Естествознание» 5 класс // История и педагогика естествознания. 2013. № 1. С. 29 – 30.

13. Сухоруков Д.В., Богданов А.А. Социологические методы исследования аддиктивного поведения // Профилактическая и клиническая медицина. 2011. № 3. С. 61.

14. Сыромятникова Л.И. Комплексный подход к изучению медико-валеологических дисциплин будущими специалистами безопасности жизнедеятельности // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2009. № 98. С. 201 – 204.

15. Chou C. Internet Heavy Use and Addiction among Taiwanese College Students: an Online Interview Study // Cyberpsychology and Behavior. 2001. - V. 4, issue 5. - P. 573-585.

ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ.

Степанова А.Ю.,

Управа Железнодорожного района городского округа г. Воронеж

Темпы продвижения России по пути демократических преобразований сегодня зависят, в частности, и от позиции молодёжи в общественно-политической жизни, её активности и уверенности в завтрашнем дне. Сегодня в рамках действующей политической ситуации в мире молодые люди должны быть готовы к противостоянию экстремистским призывам и манипуляциям со стороны различных как внешних, так и внутренних факторов развития. [1]

В настоящее время в России большое внимание уделяется молодёжной политике, в соответствии со стратегией государственной молодёжной политики в РФ до 2016 года, утверждённой распоряжением Правительства

РФ от 18 декабря 2006 г. № 1760-р реализуются различные долгосрочные программы, а именно: «Волонтеры», «Новый Взгляд», «Карьера», «Молодая семья России», «Команда», «Успех в твоих руках», «Шаг навстречу» и другие, которые призваны обеспечить учёт интересов и потребностей различных групп молодёжи, развить созидательную активность, навыки самостоятельной жизнедеятельности молодых жителей страны и др. [1]. Эти меры направлены на создание устойчивых условий для самореализации молодых людей, поддержку инициатив, совершенствование общественных отношений. Однако этого, отнюдь, недостаточно для того, чтобы система нынешней молодёжной политики работала эффективно и бесперебойно. Поэтому целью данной статьи является инициативное предложение и разработка различных мер по профилактике правонарушений среди студенческой молодёжи и мер по поддержке и реализации молодёжных программ и проектов, воспитания патриотизма и создания условий для активной деятельности молодых людей, которые в данный момент являются одной из основных действующих сил в нашей стране. В связи с этим с целью профилактики правонарушений среди молодых людей в данной статье мы предлагаем проекты, ещё не реализованные на федеральном и региональном уровне в Российской Федерации.

Для достижения этой цели, во-первых, необходимо постоянно совершенствовать нормативно-правовую базу по вопросам молодёжной политики. Например, принять Федеральный закон, регулирующий основы молодёжной политики Российской Федерации, устанавливающий понятийный аппарат, основные принципы, роль молодёжи и гражданских союзов и их поддержка властями, систему управления молодёжной политики, порядок действия молодёжных организаций, ответственность уровней власти и других субъектов, решающих задачи координации и регулирования исполнительно-распорядительной деятельности. Здесь также важно указать, что без приведения в соответствие с действующим законодательством Стратегии государственной молодёжной политики в РФ до 2016 года, данная стратегия, окажется неэффективной в целом, а её результаты не будут соответствовать ожидаемым. Также мы предлагаем создание системы распределения среди молодых специалистов социальных ролей, для определения их призвания в жизни (по примеру проекта создания регионального Молодёжного Правительства, который вполне может превратиться в эффективно действующий институт государственной власти и управления). Это всё может быть реализовано только при тщательном анализе пробелов соответствующего законодательства специалистами совместно с инициативными группами наиболее активной и образованной молодёжи [3].

Во-вторых, при рассмотрении системы управления молодёжными группами, мы считаем, что необходимо создать самостоятельную структуру - Совет при Президенте РФ по молодёжной политике - для совершенствования

самой молодёжной политики в целом, определения стратегических приоритетов, контроля и взаимодействия активных граждан с другими группами населения с целью решения молодыми людьми общегосударственных задач. И если мы говорим о целостной системе управления, важно чтобы её иерархия стала более совершенной. Следовательно, должна существовать своего рода “лестница” продвижения инициатив от самой низшей ступени к высшей, где будут достигнуты основные принципы, о которых нам говорит государственная власть, - противодействие коррупции, принцип честности, открытости, равных возможностей, профилактики аполитичности и др. Это могут быть самые различные органы публичной власти: общегосударственная комиссия при Правительстве РФ, научно-исследовательский центр при Государственной Думе РФ, Российский молодёжный Фонд и др. - каждый со своими функциями и кругом решаемых вопросов.

В-третьих, говоря о развитии молодёжи в целом, стоит предусмотреть возможность обеспечения инициативных молодёжных групп помещениями, где они смогут свободно собираться без регистрации объединения в качестве юридического лица. Это могут быть многофункциональные молодёжные центры, клубы, дома культуры, центры профориентации и досуговой деятельности и т.д. Кроме того, мы предлагаем разработать Федеральную целевую программу «Молодёжь России 2025» на ближайшее десятилетие, в которой стоит предусмотреть комплекс мер по реализации инновационного потенциала молодёжи, гражданскому образованию, поддержке молодёжных инициатив, патриотическому воспитанию, развитию социальной материальной поддержки молодёжи [4].

Для информирования населения предлагается создать целую сеть молодёжного интернет-теле-радио вещания с государственным участием и контролем (например, создание федерального молодёжного телеканала или журнала).

Современным молодым людям предстоит жить в условиях глобальной конкуренции, постоянно появляющихся новых технологий, инноваций и технического прогресса. Необходимо подготовить будущее поколение к трудным реалиям современной жизни. И хотя в настоящее время мы имеем дело с самым образованным поколением молодежи за всё время российской истории, ни качество отечественного образования, ни состояние здоровья, ни имеющиеся сегодня возможности для самореализации не обеспечивают российской молодёжи достаточных преимуществ, гарантирующих её глобальную конкурентоспособность и успешность в обретении Россией статуса ведущей мировой державы [5].

Указанные в данной статье меры должны осуществляться для укрепления гражданского самосознания, умения противостоять сложнейшим политическим ситуациям, выработке правильной идеологии в обществе, максимального проявления таланта, развития потенциала, для того чтобы

наша Родина, великая могучая и необъятная страна - Россия - могла с уверенностью смотреть в самое ближайшее и далёкое будущее, строить и созидать на долгосрочную перспективу. Таким образом, все мероприятия, так или иначе связанные с молодёжью, имеют большое значение для развития самой страны, как в политическом, так и социальном смысле. Поэтому единственной альтернативой развития для страны, желающей обеспечить своё будущее, является долгосрочная и непрерывающаяся работа с молодёжью, привлечение её ко всем делам, большим и малым, в целях построения эффективного гражданского общества и воспитания настоящих патриотов своей страны. Эффективная работа и сотрудничество с молодёжью является одним из наиболее значимых проявлений и, если хотите, универсальной тенденцией деятельности органов современной государственной власти и управления во всех странах мира, в том числе и в России.

Используемая литература:

1. Стратегия государственной молодежной политики до 2016 года. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 18 декабря 2006 года – 1760 р (в ред. распоряжений Правительства РФ от 12.03.2008 N 301-р, от 28.02.2009 N 251-р, от 16.07.2009 N 997-р) // Собрание законодательства РФ. - 2006. – №52 (ч. III). – Ст. 5622.

2. О государственной поддержке молодежных и детских общественных объединений: Федеральный закон от 28.06.1995 года № 98-ФЗ (ред. от 05.04.2013) // Собрание законодательства РФ.- 03.07.1995, N 27, ст. 2503

3. О Федеральной программе Молодежь России: Постановление Правительства РФ от 25.11.1994 № 1279 // Собрание законодательства РФ. – 28.11.1994. № 31. Ст. 3290

4. Об утверждении Основ государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства РФ от 29.11.2014 N 2403-р // Собрание законодательства РФ. - 15.12.2014, N 50, ст. 7185

5. Киселева Н.А. Государственная молодежная политика на уровне федерального законодательства/ Н.А. Киселева // Юридический мир.— 2010.— № 12.— 96 с.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Шпаченко М.Ю.

ГБПОУ «Дубовский педагогический колледж», *dpk2005@mail.ru*

В настоящее время проблема потребления психоактивных веществ необычайно актуальна. Дети и подростки, находясь под воздействием

хронических, непрерывно возрастающих интенсивных стрессовых ситуаций, не готовы к их преодолению и страдают от возможных негативных последствий. Это способствует поиску средств, помогающих уходить от тягостных переживаний. В данной ситуации на первое место вышла наркотизация подростков, позволяющая спрятаться от действительности, различные виды злоупотреблений психоактивными веществами и алкоголем.

В Дубовском педагогическом колледже студенты выступают в роли не только объектов педагогического и профилактического воздействия, но и принимают активное участие в мероприятиях по профилактике употребления психоактивных веществ.

В процессе воспитательной работы в колледже решаются следующие задачи:

- ✓ формирование у студентов устойчивого отрицательного отношения к «первой пробе» психоактивных веществ;
- ✓ разработка эффективных организационных форм и механизмов совместной профилактической деятельности;
- ✓ развитие студенческого самоуправления;
- ✓ формирование и развитие у обучающихся морально-волевых качеств личности;
- ✓ создание условий для доверительного общения, восприятия информации о негативном влиянии психоактивных веществ на организм человека;
- ✓ обучение будущих специалистов способам поведения в ситуациях выбора;
- ✓ развитие способности в любой жизненной ситуации решать возникшие проблемы самостоятельно;
- ✓ обучение студентов эффективным методам поведения в нестандартных ситуациях, формирование стрессоустойчивой личности, способной строить свою жизнь в соответствии с нравственными принципами общества.

В числе проведенных мероприятий воспитательной работы: профилактические беседы, акция «Быть здоровым - это здорово», «круглые столы», диагностические обследования (шкала выявления проблемного потребления алкоголя и наркотиков у подростков (DEP-ADO) Жермен М., Гуион Л., Ландри М.; тест RAFFT в модификации А.Ю. Егорова для быстрой диагностики алкоголизма и наркомании у подростков; анкета для раннего выявления химической зависимости у подростка Змановской Е.В.), профилактические игры («Марионетка», «Зачем люди употребляют наркотики и алкоголь», «Королевство», «Метафоры», «Прощальный ритуал», «Незаконченный рассказ» и другие).

Профилактика алкогольной зависимости осуществлялась в процессе проведения игры «Госты». Участникам группы предлагается придумать

десять поводов для того, чтобы пригласить своего приятеля к выпивке. Группа делится на пары, затем проводится инструктаж. Один участник последовательно зачитывает свои предложения, а его партнер должен отказать, находя убедительные аргументы. Этот вариант отказа первый участник записывает рядом с предложенным тостом, через 5-7 минут, когда аргументы первого участника закончатся, партнеры меняются ролями. Во время общего обсуждения участникам игры предлагается ответить на вопросы: Какие варианты отказа были для вас наиболее убедительными? Что внутри вас помогало вам отказаться? Упражнение позволяет в игровой форме исследовать ситуацию «соблазнения». Участие в упражнении помогает подростку выработать аргументированную позицию и навыки отказа. В дискуссии может участвовать каждый подросток, независимо от развития его вербальных способностей и от его положения в группе.

При выполнении «упражнения Джеффа», участникам задаётся ряд вопросов, на которые они могут ответить «да», «нет», «может быть». Таблички с ответами висят на стене, и участники расходятся под таблички согласно своей позиции.

Например:

- ✓ наркотики – это опасно;
- ✓ курильщика выдают гнилые и желтые зубы;
- ✓ курение - основная причина рака легких;
- ✓ курение способствует росту и прибавлению в весе;
- ✓ тот, кто употребляет наркотики может оказаться за чертой общества и принести много страданий себе, своим родным и близким;
- ✓ тот, кто употребляет наркотики рискует умереть молодым;
- ✓ человек употребляет наркотики и алкоголь потому, что эти вещества помогают ему снимать барьеры в общении, снимать напряжения и тревожность, стимулировать активность;
- ✓ учитель, который курит, но запрещает это ученикам, выглядит в их глазах неубедительно;
- ✓ иметь возможность достичь состояния опьянения - одна из радостей жизни;
- ✓ наркотики - это повседневность для нас, подростков.

В ходе игры «Чувства», участникам предлагается вспомнить ситуацию, когда им приходилось общаться с человеком, находящемся в алкогольном или наркотическом опьянении. («Возможно, это был кто-то из ваших родственников или знакомых или просто человек, встреченный вами на улице. Постараться вспомнить чувства, которые они испытывали, общаясь с этим человеком»). Потом эти участники общаются в парах и в течение 5 минут рассказывают друг другу о чувствах, которые они переживали в тот момент. При этом один в течение этого времени рассказывает, другой внимательно слушает, затем студенты меняются ролями. Участники возвращаются в круг и все вместе, под руководством

ведущего описывают чувства, которые они испытывали, когда рассказывали и когда слушали.

Анализ чувств помогает осознать, насколько мы эмоционально откликаемся при столкновении с проблемой зависимости другого человека.

В упражнении «Антиреклама» студентам предлагалось нарисовать этикетку с надписями на бутылке, пачке сигарет, коробке лекарств, чтобы, увидев ее, человеку не захотелось попробовать содержимое. Вот, что из этого получилось:

- 1) Если выпить две таблетки
Экстези или ЛСД
В организме гибнут клетки.
Кайф сначала получи,
Ну, минут на десять,
А потом часа через четыре,
Ты уж ножки свесил.
- 2) Если ты бухнул в дороге,
Выноси с машины ноги!
- 3) Люди, хватит пить,
Чтоб здоровье не губить!
- 4) Если будешь ты курить,
То не будешь классно жить.
Ты здоровье все погубишь,
И зависим слишком будешь.
Так живи, люби весь свет,
Сигаретам скажи «нет»!

Основная задача, стоящая перед всеми нами, - это распространение среди молодёжи базовых знаний о наркотической опасности, алкогольной зависимости, об основных факторах риска - индивидуальных, семейных, групповых, о различных путях вовлечения в наркотизацию, алкоголизм, токсикоманию, об их тяжелых медицинских и социальных последствиях и формирование установки на здоровый образ жизни.

Используемая литература:

1. Думов, С.Б. Организация социально-педагогической профилактики наркозависимости молодежи в условиях образовательного учреждения [Текст]: метод. материалы / С.Б. Думов [и др.]; рецензент Л.Н. Выршиков; М-во образования Рос. Федерации, Волгоградский гос. пед. универ. – Волгоград: «Перемена», 2010.- 76 с.; 21 см- 200 экз.- ISBN 978-5-9935- 0208-3
2. Буянов, М.И. Размышления о наркомании: Кн. для учителя [Текст] / М.И. Буянов; рецензент Р.Б. Бистрицкас. - М.: Просвещение, 1990.- 80 с.; 22 см - 450 000 экз. - ISBN 5-09-001746-8

3. Калинкина М.В. Программа мероприятий антинаркотической направленности «Антинаркотическая неделя» [Текст] // Журнал «Классный руководитель». – 2012.- (№6). – С. 93- 126.