

А.В. Селезнева, А.А. Кочнева

A.V. Selezneva, A.A. Kochneva

Пермский национальный исследовательский политехнический университет
Perm National Research Polytechnic University

К ВОПРОСУ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА

TO THE QUESTION OF HEALTHY LIFESTYLE FORMATION AT STUDENTS OF TECHNICAL UNIVERSITY

Проанализированы данные по проблеме наркомании в России. Представлены результаты социологического исследования по вопросам наркомании и формирования здорового образа жизни среди студентов. Разработан годовой круг мероприятий по профилактике наркомании и формированию здорового образа жизни.

Data on a drug addiction problem in Russia are analysed. Results of sociological research of students concerning drug addiction and healthy lifestyle formation are presented. The annual circle of actions for prevention of drug addiction and to healthy lifestyle formation is developed.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, наркомания, профилактика, социологическое исследование, анкетирование.

Keywords: healthy lifestyle, drug addiction, prevention, sociological research, questioning.

В современной молодежной субкультуре стремительно формируется феномен «наркоманического сознания» – жизненный успех, духовное совершенствование, коммуникация начинают рассматриваться неотрывно от употребления наркотиков. На сегодняшний день проблема является достаточно освещенной. И, тем не менее, об этом нельзя не молчать, так как во многих странах наркомания признана национальным бедствием, и Россия не является исключением.

Наркомания – проблема не только прошлого, но и настоящего. За последние пять лет количество наркоманов в России возросло примерно в 3,5 раза, и, по мнению специалистов, при сохраняющейся тенденции число наркоманов уже в следующем году может превысить уровень в 6 млн чел. [1]. Если учесть, что истинное число наркоманов, как считают специалисты, в 10 раз превышает число зарегистрированных больных, то общее их количество в России составит около 30 млн чел. Принципиально важно отметить следующие тенденции:

- увеличение числа женщин-наркоманов в 6,5 раз за последнее десятилетие;
- уменьшение возраста начинающего наркомана до 13 лет;
- быстрый переход от «легких» наркотиков к «тяжелым»;
- быстрый переход от «псевдонаркотиков» к собственно наркотикам;
- наркотики становятся более доступными;
- появление новых и более сильных наркотических веществ.

Как известно, представители наркобизнеса пользуются любыми средствами в целях формирования потребности в наркотиках. Такого рода спрос на наркотики формируется и поддерживается заинтересованными криминальными структурами при помощи распространения мифов среди подростков и молодежи о безвредности так называемых «легких» наркотиков. В целях формирования моды на поведение, связанное с потреблением наркотиков, эти мифы распространяются в среде бизнес-элиты и шоу-бизнеса. Наркотическое поведение кумиров во многом провоцирует пробование наркотиков среди подростков и молодежи [2].

Самое главное, от чего зависит эффект вещества, попадающего в организм, – его количество. Фармакологами доза определяется исходя из веса человека, потому что в организме более крупного человека содержится больше жидкости, чем в организме менее крупного. Следует различать последствия разового приема наркотиков и последствия их длительного употребления. Многие из употребивших наркотик в первый раз получают тяжелые отравления и гибнут. Антисанитария и несоблюдение правил гигиены приводят к широкому распространению среди наркоманов инфекционных заболеваний, самым страшным из которых является СПИД. Кроме того, получили распространение инфекционный («шприцевой») гепатит и сифилис.

При длительном, систематическом приеме наркотика происходит хроническая интоксикация организма. Злоупотребление каждым из видов наркотиков поражает различные органы и системы организма. Большинство наркотиков подавляет иммунную систему человека, видимо, поэтому причина широкого распространения СПИДа среди наркоманов именно в этом.

По данным Пермского краевого центра по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями количество заболеваний ВИЧ-инфекцией постепенно снижается. На 11 октября 2013 г. в Пермском крае зарегистрировано 1817 случаев ВИЧ-инфекции, что на 7,4 % меньше, чем за аналогичный период прошлого года. Сама же инфекция «стареет». Люди узнают о заражении и через 7–10 лет, до этого ничего не подозревая. По статистике девушки чаще заражаются ВИЧ-инфекцией, чем молодые люди.

В связи с этим актуально проведение социологического исследования по вопросам наркомании и здорового образа жизни среди студентов технического вуза. В исследовании, проводимом в 2011 и 2013 гг. на базе нескольких

факультетов Пермского национального исследовательского политехнического университета, представлены результаты сравнения анкетирования группы студентов. Объем выборки составил 60 чел., возраст – от 18 до 24 лет. Анкетирование было анонимным, в анкете содержалось 6 вопросов:

1. Пробовали ли Вы хотя бы раз наркотики?
2. В каком возрасте Вы впервые попробовали наркотики?
3. Какие виды наркотиков Вы пробовали?
4. По какой причине Вы попробовали наркотики?
5. По вашему мнению, как наркотики влияют на организм?
6. Актуальна ли проблема наркомании для Перми?

Результаты исследования приведены на рисунке.

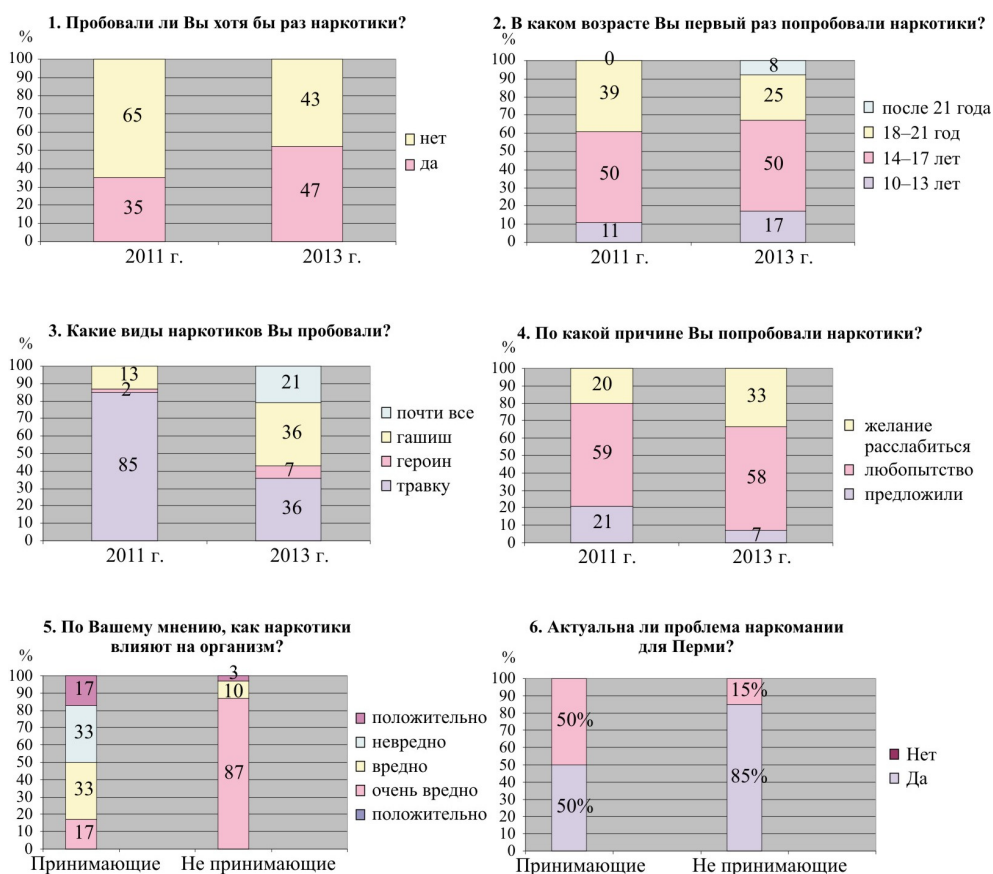


Рис. Результаты анкетирования в 2011, 2013 гг.

Исходя из результатов исследования, можно сделать вывод, что проблема наркомании достаточно актуальна для г. Перми. Это говорит о том, что следует более серьезно подойти к вопросам профилактики наркомании в тех-

ническом университете. Безусловно, проблема наркомании должна освещаться не только в вузе, но главным образом профилактика должна реализовываться в семье [3].

Годовой круг мероприятий по профилактике наркомании
и формированию здорового образа жизни

Наименование мероприятия	Время								
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Краевой конкурс «Я это вижу»	С 1 сентября	По 14 октября							
Лекции от врачей и психологов для 1–2 курса			5–10 ноября						
Конкурс студенческих плакатов «Всемирный день против СПИДа»				1 декабря					
Флешмоб «ПРОдвигай ЖИЗНЬ»					24–25 января				
Открытые дебаты среди факультетов ПНИПУ «Содействие во имя будущего»						25–28 февраля			
Конкурс «Кросс нации»							с 23 марта	по 7 апреля	
Вечер бардовской песни, посвященный здоровому образу жизни									16 мая

Таким образом, необходимо переориентировать студентов на самосовершенствование путем постепенного перехода на здоровый образ жизни. Ведь главное в борьбе с наркоманией – это антинаркотическая пропаганда и профилактика. Одной из форм профессионального воспитания в вузе является проектирование [4]. В данной работе представлен годовой цикл меро-

приятий для студентов ПНИПУ, направленных на профилактику наркомании и формирование здорового образа жизни. В годовой круг мероприятий входят мероприятия, организаторами которых являются различные подразделения нашего вуза (управление внеучебной работы, спортклуб, студклуб), а также сторонние организации (Федеральная служба РФ по контролю за оборотом наркотиков, приглашенные врачи, волонтеры).

Немаловажным является факт, что в годовой круг мероприятий включены события, организаторами которых являются студенческие советы, например, вечер бардовской песни, открытые дебаты.

Пермский национальный исследовательский политехнический университет не первый год является «вузом здорового образа жизни». Каждый раз, встречая в коридорах политеха студентов – позитивных, активных, доброжелательных, так хочется, чтобы никто и никогда из них не столкнулся со страшной проблемой наркомании. Надеемся, что предложенные мероприятия по организации досуга студентов в рамках учебного заведения могут помочь в формировании у студентов положительного отношения к здоровому образу жизни и негативного – к наркотикам, что позволит уменьшить темпы развития популярности наркотических средств.

Список литературы

1. Белогуров С.Б. Популярно о наркотиках и наркоманиях. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: Невский диалект, 2000. – 239 с.

2. Миронов А.С. Антинаркотическая пропаганда: проблемы и пути решения // Вестник МГПУ. Педагогика и психология. – 2010. – № 3 (13). – С. 73–78.

3. Бякова К.О. Роль семьи в профилактике наркомании // Молодежь против СПИДа и наркотиков: материалы XII межвуз. студ. науч.-практ. конф. / Перм. гос. мед. академия им. ак. Е.А. Вагнера Росздрава. – Пермь, 2010. – С. 13–14.

4. Селезнева А.В. Формы профессионального воспитания в основных образовательных программах // Вестник Перм. нац. исслед. политехн. ун-та. Машиностроение, материаловедение. – 2013. – Т. 15, № 1. – С. 104–108.

Получено 23.04.2014

Селезнева Алевтина Владимировна – старший преподаватель, ПНИПУ, МТФ, e-mail: msi@pstu.ru.

Кочнева Анастасия Андреевна – студентка, ПНИПУ, МТФ, гр. УК-12, e-mail: msi@pstu.ru.