

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК СРЕДИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЁЖИ КАК МИНИМИЗАЦИЯ ФАКТОРОВ РИСКА ЛИЧНОГО И СОЦИАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ

Антипов Вячеслав Александрович

Санкт-Петербургский университет МВД России, г. Санкт-Петербург,
Россия

Евсеев Сергей Петрович

Министерство спорта Российской Федерации, г. Москва, Россия

Черкашин Дмитрий Викторович

Военно-медицинская академия им. С.М. Кирова, г. Санкт-Петербург,
Россия

Антипова Елена Васильевна

Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической
культуры, г. Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. Вредные привычки, являясь частью асоциальных явлений, составляют основу факторов риска здоровья индивидуума и общества. Статья посвящена поиску путей методики прогнозирования толерантного отношения человека к вредным привычкам, а также способам их первичной профилактики. Предложена вариативная образовательная программа первичной профилактики вредных привычек для старших школьников.

Ключевые слова: асоциальные явления, факторы риска здоровья, первичная профилактика вредных привычек

PRIMARY PREVENTION OF HARMFUL HABITS AMONG STUDENTS HOW TO MINIMIZE RISK FACTORS OF PERSONAL AND SOCIAL HEALTH

Antipov V.A.¹, Evseev S.P.², Cherkashin D.V.³, Antipova E.V.⁴

¹ Saint Petersburg University of the Ministry of Internal Affairs of Russia

² Ministry for Sport of the Russian Federation

³ Kirov Military Medical Academy, St.-Petersburg, Russia

⁴ Saint-Petersburg Scientific-Research Institute for Physical Culture, Russia

Abstract. Bad habits, as part of anti-social phenomena, are the basis of risk factors of health of the individual and society. The article is devoted to finding ways of forecasting techniques tolerant attitude person to bad habits, as well as methods of primary prevention. Variation proposed educational program for primary prevention of bad habits for older students.

Keywords: asocial phenomena, risk factors health, primary prevention of harmful habits

Введение. В современном мире все больше получают свое проявление асоциальные явления, приобретающие к тому же массовый характер. Под асоциальными явлениями понимаются действия поведения индивидуумов, вызывающие негативные изменения самих индивидуумов, сопровождающиеся социальной дезадаптацией личности, и приносящие ущерб, как отдельным членам общества, так и в целом обществу, а также природе [4]. Другими словами, социально-негативным поведением или асоциальным является поведение человека или группы людей, которое нарушает правовые и общепринятые нравственные нормы, противоречит социальным нормам общества, его обычаям и традициям [7].

Необходимо отметить, что в конкретном обществе какое-то определенное явление может быть или социальным, принятым в данном обществе, или асоциальным. Поэтому любая типология, классификация асоциальных явления является условной.

Несомненно, к социально опасным явлениям относятся экстремизм, терроризм, различного рода агрессии, расизм, коррупция, мафия, пиратство, наркоторговля и т.п. На разных этапах развития общества различные виды аддикции, субкультуры, люмпенизм, сквернословие могут относиться как к общественно нейтральным, так и социально опасным явлениям, в зависимости от степени их проявления и социальных норм конкретного общества в определенный исторический период его развития.

Основу факторов риска здоровья индивидуума составляют вредные привычки. Привычка определяется как характерная форма поведения человека, приобретающая в определенных условиях характер потребности. Те привычки, которые оказывают негативное воздействие на здоровье человека, его поведение, являются вредными [2].

По типологии и классификации А.И. Ложкиной (2013), особую группу асоциальных проявлений - вредных привычек - составляют химические привычки гедонистической направленности, включающие табакокурение, алкоголизм, наркоманию и токсикоманию [4].

По статистике Роспотребнадзора, самой распространенной вредной привычкой в России является курение: в стране курят 65% мужчин и 30% женщин. Причем, в возрасте 15-19 лет курильщиками являются уже 40% юношей и 7% девушек, которые ежедневно в среднем выкуривают в расчете на 1 чел. по 12 и 7 сигарет соответственно. Табакокурение является причиной смерти в 90% случаев от рака легких, 75% - от бронхита, 25% - от болезней сердца. Установлено, что приобщившиеся к курению люди до 15-летнего возраста умирают от рака легких в 5 раз чаще тех, кто начал курить после 25 лет [9].

В России в настоящее время, согласно статистическим данным, алкоголь употребляет 99,4% совершеннолетних мужчин и 97,9% женщин. Причем, алкоголизм значительно молодеет: впервые алкогольные напитки попробовали в возрасте от 11 до 15 лет 64% алкоголиков, а в возрасте до

11 лет – 32%. Алкоголизмом в стране страдает более 15% женщин, у 44% из них наблюдаются запойные состояния. От алкоголизма и сопутствующих ему заболеваний в России ежегодно умирает более 900 тыс. чел.; по мнению аналитиков, 67 тыс. погибает от алкогольного отравления. По официальным данным, от 60 до 90% преступлений совершается в нетрезвом состоянии. У 85% водителей, попавших в ДТП, в крови было обнаружено повышенное содержание алкоголя [1].

Среди вредных привычек из группы гедонистической направленности самой опасной является наркотизм, характерной особенностью которого является то, что данная субкультура формируется исключительно в подростково-молодежной среде. Наркотизм - более широкое понятие, чем наркомания, и не означает только само заболевание, поэтому отождествление понятий «наркотизм» и «наркомания» не всегда оправдано, хотя в медицине эти термины, как уже было отмечено выше, зачастую являются синонимами [2]. Наркомания в медицине определяется как тяжелое, прогрессирующее заболевание, обусловленное наркотической зависимостью, уничтожающее физическое здоровье индивидуума и разрушающее его волю, деформирующее чувства человека и приводящее к деградации личности, что ведет к криминальному наркотизму, совершению разнообразных антиобщественных деяний и преступлений [8]. По данным статистики, в России 6 млн. наркоманов, в 2014 г. на учете состояло 500 тыс. наркозависимых людей. Из практики известно, что вылечивается от наркозависимости только 5% наркоманов. Наркологические клиники способны лечить ежегодно 60 тыс. чел. Согласно статистике 2014 г., возраст более 60% наркоманов – от 17 до 35 лет, 20% - дети и школьники, 15% - люди старше 35 лет. В последние годы средний возраст наркоманов снизился с 18 до 13 лет; зарегистрированы случаи употребления наркотических средств детьми в возрасте 5-7 лет [6].

Токсикомания - употребление токсических веществ одурманивающего характера, не включенных в перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров.

В России, как и в других странах, стоят сложные для решения задачи эффективного противодействия распространению наркомании и наркотизма [3]:

1. Борьба с наркопреступностью и удержание криминальных проявлений на безопасном для общества уровне.

2. Снижение до минимума спроса на наркотики среди населения, особенно молодежи.

3. Реабилитация и возвращение в общество бывших потребителей ПАВ.

Реализация государственной антинаркотической политики происходит на трёх уровнях: международном, государственном и региональном. Борьба с наркотизмом может реализоваться на

общественных началах, как на национальном уровне, так и в рамках транснациональных движений (Анонимные Алкоголики и Анонимные Наркоманы). Антинаркотическая политика условно подразделяется на три типа: либеральный, репрессивный и рестриктивный или «сдерживающий». Основными моделями профилактики наркомании в США, Европе и России в последние годы являются следующие: познавательная (или информационная); аффективно-просветительная; укрепления здоровья; модели укрепления личностных ресурсов и адаптивных возможностей человека, а также поведенческие модели. Федеральный закон (ФЗ) от 25.10.2006 №170-ФЗ «О внесении изменений в ст. 1 ФЗ от 08.01.1998 № 3-ФЗ "О наркотических средствах и психотропных веществах" утвердил новые основные понятия: «профилактика наркомании» и «антинаркотическая пропаганда», согласно которому под профилактикой наркомании понимается совокупность разноплановых мероприятий (политических, экономических, правовых, социальных, медицинских, педагогических, культурных, физкультурно-спортивных и пр.), направленных на предупреждение возникновения и распространения наркомании. Первичная профилактика наркомании направлена на предупреждение приобщения здоровых лиц, в том числе и лиц из группы риска, к употреблению наркотических средств и ПАВ, вызывающих патологическую зависимость. Вторичная профилактика – это система действий, направленная на изменение уже сложившихся дезадаптивных форм поведения и позитивное развитие личности. Вторичная профилактика включает работу со школьниками V-XI (XII) классов и учащейся молодежью, у которых рисковое поведение уже сформировано. К этой группе относятся лица, употребляющие наркотики, но без сформированной физической зависимости. Третичная профилактика - это система действий, направленная на уменьшение риска возобновления употребления наркотиков и активизацию личностных ресурсов, способствующих адаптации индивидуума к условиям среды и формированию социально-эффективных жизненных стратегий поведения. Третичная профилактика – это профилактика рецидивов. Она направлена на группу лиц, имеющих зависимость от наркотиков или других ПАВ, и предусматривает ряд мер социальной адаптации средствами физической культуры [2]. Несмотря на акцент наркотизма и наркомании, очевидно, что первичная профилактика должна охватывать всю группу химических привычек гедонистической направленности.

Цель и организация исследования. Целью настоящего исследования являлся поиск средств и методов первичной профилактики вредных привычек среди детей старшего школьного возраста как основы минимизации факторов риска здоровья. Многолетнее исследование проводилось на базе общеобразовательных школ г. Санкт-Петербурга.

Первый этап включал изучение и практику применения нормативно-правовой базы борьбы с вредными привычками. Необходимо отметить тот факт, что в изученных нами методических рекомендациях по профилактике асоциальных явлений в молодежной среде под грифом Департамента образования столицы количество нормативно-правовых документов по борьбе с вредными привычками в 4 раза меньше, чем аналогичных документов по борьбе с экстремизмом [5], что может свидетельствовать или о недостаточной разработанности проблемы на законодательном уровне, или рассматриваться как степень важности проблемы вредных привычек в асоциальных явлениях общества.

Следующие этапы включали изучение эпидемиологической ситуации по табакокурению, алкоголизму и наркотизму; проведение собственных социологических исследований с целью выявления отношения подростков и молодежи к вредным привычкам; анализ и изучение существующей практики первичной профилактики вредных привычек; разработку методики прогнозирования толерантного отношения индивидуума к вредным привычкам (на примере наркотизма); разработку образовательных программ первичной профилактики наркомании, как одного из самых опасных асоциальных явлений среди школьников, студентов и спортсменов спортивного резерва; подготовку методического сопровождения разработанных образовательных программ первичной профилактики; апробацию вариативной образовательной программы первичной профилактики наркомании в общеобразовательной школе.

Результаты исследования. Проведенные социологические опросы, анализ литературных источников по проблемам наркотизма и наркомании, социальных проблем молодежи позволили уточнить и классифицировать факторы риска развития алкоголизма и наркомании у молодежи, которые составили четыре основные группы: биологические, социальные, деятельностные (профессиональные) и культурно-духовные.

На основании полученных результатов опросов 204 респондентов в возрасте от 15 до 23 лет, в т.ч. 37,7% девушек и 62,3% юношей была создана база данных (БД) «Вредные привычки в подростково-молодежной среде и отношение учащейся молодежи к спорту и наркотикам», проведены кластерный и факторный анализы. Для построения алгоритма, способного выделить респондентов, склонных к толерантному отношению к наркотикам, данные в базе были разбиты на две части: I часть – данные 19 чел., принимающих наркотики и II часть – данные всех остальных респондентов. В дискриминантную функцию (ДФ) вошли следующие показатели: отношение к курению, досуговая физическая активность (блок показателей), отношение к алкоголю; отношение к уголовным наказаниям за употребление наркотиков, отношение к легализации легких наркотиков; ужесточение борьбы с наркобизнесом; пол респондентов. Компьютерная программа выбрала в качестве порогового значения дискриминантной

функции величину -2 . Таким образом, при $ДФ < -2$ можно считать, что респондент толерантен к наркотикам, при $ДФ \geq -2$ - нет. Алгоритм обеспечивает 93,6% правильного распознавания, и позволяет также дать ответ не только в виде констатации факта «да» или «нет», но и в виде вероятности возможной склонности индивидуума к наркомании. Наиболее информативными оказались три показателя: отношение к курению, отношение к алкоголю и отношение к уголовным наказаниям за употребление наркотиков.

На основании проведенного обобщения образовательных и воспитательных программ по первичной профилактике наркомании среди детей и подростков, результатов собственных исследований различных аспектов природы наркотизма и наркомании Антиповым В.А. на базе Санкт-Петербургского НИИ физической культуры была предложена вариативная образовательная программа по первичной профилактике наркомании в общеобразовательной школе (далее – Программа).

Вариативная программа первичной профилактики наркомании состоит из двух основных образовательных блоков:

I блок – знания о здоровом образе жизни и пользе систематических занятий физическими упражнениями;

II блок – знания о вреде табакокурения, употребления алкоголя, наркотических средств и ПАВ.

Содержание программы включает в себя философские, медицинские и педагогические понятия о здоровом образе жизни на основе физической активности детей и подростков школьного возраста; олимпийских идеалах и принципах справедливой игры в спорте - «Фэйр Плэй»; основы формирования устойчивого негативного отношения подрастающего поколения к допингу в спорте, табакокурению, алкоголю, наркотическим средствам и ПАВ.

В Программе содержатся следующие разделы:

1. Пояснительная записка.
2. Понятие наркомании, наркотизма и профилактики наркомании.
3. Понятие олимпийских идеалов, справедливой игры - «Фэйр Плэй» и проблемы допинга в спорте.
4. Цели, задачи образовательной программы и способы ее реализации.
5. Годовые учебно-тематические планы образовательной программы по первичной профилактике наркомании и применения допинга в спорте для групп спортивно-оздоровительной и начальной спортивной подготовки; спортивной специализации; совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства учреждений, в которых осуществляется подготовка спортивного резерва.
6. Содержание образовательной программы по первичной профилактике наркомании и применения допинга в спорте для

вышеуказанных групп учреждений, осуществляющих подготовку спортивного резерва.

7. Использованная литература.

8. Рекомендуемая литература.

Предлагаемая образовательная программа первичной профилактики наркомании и нарушений антидопинговых правил в спорте составлена с учетом возрастной преобладанности контингента и в соответствии с воспитательными задачами, решением которых обеспечивается социальная адаптация спортивного резерва, их интеграция в спортивную среду. Программа предусматривает не только превентивные меры борьбы с наркотизацией общества и вредными привычками, но и с нарушением спортсменами антидопинговых правил. Как уже отмечалось, в апреле 2012 года Программа была внедрена в практику работы учреждений Санкт-Петербурга, подведомственных Комитету по физической культуре и спорту Санкт-Петербурга и районам города, которые осуществляют подготовку спортивного резерва в г. Санкт-Петербурге. Программа также была рекомендована Комитетом по образованию Санкт-Петербурга для использования в работе государственными бюджетными образовательными учреждениями дополнительного образования детей, структурными подразделениями которых являются СДЮШОР, о чем имеются соответствующие акты о внедрении.

Для экспериментального обоснования разработанной вариативной образовательной программы «Первичная профилактика наркомании в общеобразовательной школе» был выбран старший школьный возраст, поскольку апробировать программу для всех возрастов и отследить динамику изменений в соответствии с возрастом в рамках одного педагогического эксперимента не представлялось возможным. В преобразующем педагогическом эксперименте приняли участие школьники 10-х классов, которые являлись практически здоровыми и подлежали первичной профилактике наркомании. Как в экспериментальной группе, так и в фоновой (контрольной) группе потенциально имелись подростки из группы риска, однако они не относились к числу учащихся с уже сформированными дезадаптивными формами поведения. В экспериментальной группе было 15 юношей и 12 девушек, обучающихся в спортивном классе. Часть из этих подростков прекратила к моменту проведения педагогического эксперимента активные тренировки в избранном виде спорта (плавании), но продолжала заниматься физическими упражнениями. Контрольную группу составляли учащиеся обычного 10 класса, в составе 14 юношей и 8 девушек. Таким образом, у учащихся экспериментальной группы (ЭГ) имелась физическая активность и определенный уровень знаний по здоровому образу жизни, были сформированы ценностные ориентации к физической культуре и спорту, что давало основание в дальнейшем оценивать роль средств

физической культуры в первичной профилактике наркомании среди подрастающего поколения. Полученные результаты преобразующего педагогического эксперимента анализировались для юношей и девушек отдельно.

Критериями эффективности вариативной антинаркотической программы являлись:

- динамика приобретения учебно-образовательных компетенций учащихся «до» и «после» проведения эксперимента в сравнении с контрольной группой;

- оценка изменений информационных компетенций старшеклассников экспериментальной группы «до» и «после» педагогического эксперимента;

- оценка изменений коммуникативных компетенций учащихся экспериментальной группы «до» и «после» проведения педагогического эксперимента;

- оценка общекультурных компетенций старших школьников в области физической культуры и спорта в экспериментальной и контрольной группах «после» проведения педагогического эксперимента;

- оценка компетенций личностного самосовершенствования учащихся в экспериментальной и контрольной группах «до» и «после» проведения педагогического эксперимента;

- оценка ценностно-смысловых компетенций старшеклассников в экспериментальной и контрольной группах «до» и «после» проведения педагогического эксперимента.

Экспериментальная группа в количестве 15 юношей и 12 девушек 10 класса занималась по вариативной образовательной программе, объем которой составил 68 часов, в том числе 22 - теоретических; 10 – в основной сетке часов за счет 3-го урока физической культуры и 12 – в рамках внеклассной работы. Фоновая (контрольная) группа в составе 14 юношей и 8 девушек получала знания о факторах риска для здоровья, вреде табакокурения, алкоголя, наркотиков на уроках ОБЖ (учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности»), по базовой учебной программе в объеме 17 теоретических часов занятий.

В результате педагогического преобразующего эксперимента доказано, что вариативная образовательная программа «Первичная профилактика наркомании в общеобразовательной школе», основу которой составляет формирование физической культуры личности, является эффективной: в экспериментальной группе у юношей произошли положительные изменения учебно-образовательных компетенций (80,0%), информационных (60,0% - умение находить нужную информацию и 80,0% - ее представлять), коммуникативных (60,0%), общекультурных (73,3%), личностного самосовершенствования (66,7%), ценностно-смысловых (33,3% - табакокурение, 6,7% - употребление алкоголя и 6,7% -

употребление наркотиков). Достоверность различий показателей рассчитывалась с помощью U-критерия Манна-Уитни. Достоверные значения были получены у юношей по информационным, коммуникативным, общекультурным, учебно-образовательным и личностного самосовершенствования компетенциям; у девочек достоверные значения выявлены – по коммуникативным, общекультурным, личностного самосовершенствования и информационным (умение представлять информацию) компетенциям (табл.).

Таблица.

Результаты эффективности вариативной образовательной программы первичной профилактики вредных привычек среди школьников 10-х классов

Образовательные компетенции	Юноши, n=15 чел. U _{крит.} = 56-72	Уровень значимости	Девушки, n=12 чел. U _{крит.} =31-42	Уровень значимости
	U _{эмп.}		U _{эмп.}	
1. Информационные:				
-умение находить нужную информацию	42,5	≤0,05	43,5	На уровне тенденции
- умение представлять нужную информацию	31,5	≤0,05	24	≤0,05
2. Коммуникативные	48	≤0,05	27	≤0,05
3. Общекультурные	47	≤0,05	26	≤0,05
4. Учебно-образовательные	39	≤0,05	51	На уровне тенденции
5. Личностного самосовершенствования				
- самооценка знания о вредных привычках, здоровом образе жизни	48	≤0,05	18	≤0,05
- самооценка умения противостоять вредным привычкам	39	≤0,05	18	≤0,05

В экспериментальной и контрольной группах учитывалось число случаев отказа от вредных привычек. Эксперимент показал, что разница числа случаев отказа от вредных привычек в экспериментальной группе юношей по отношению к контрольной группе оказалась выше на 5 единиц. Разница числа случаев отказа от вредных привычек у девушек экспериментальной и контрольной групп оказалась менее существенной, в то же время необходимо отметить, что в экспериментальной группе не было случаев употребления наркотиков, а от алкоголя в конце эксперимента отказалось девушек в 2 раза больше, чем в контрольной группе.

Заключение. Проведение преобразующего педагогического эксперимента подтвердило важную роль первичной профилактики вредных привычек в борьбе с асоциальными явлениями.

Система первичной профилактики наркомании должна предусматривать создание единого образовательного пространства, с разработкой образовательного стандарта, в основе которого два уровня: базовый и вариативный. Любая вариативная антинаркотическая программа, дающая положительные результаты, может быть предложена для ее реализации независимо от территориальной или ведомственной принадлежности. В этих целях для специалистов различных уровней (управленцев, организаторов, педагогов) следует использовать обмен знаниями и опытом на основе современных компьютерных технологий, создания экспертных систем.

Литература

1. Алкоголизм среди молодежи статистика. Алкогольная статистика — правда в цифрах. – [Электронный ресурс]. – URL: http://ckhadpas.ucoz.ru/news/alkogolizm_sredi_molodezhi_statistika_alkogolnaja_statistika_pravda_v_cifrakh/2014-05-22-8. - Дата обращения 12.03.2015.

2. Антипов В.А., Евсеев С.П., Черкашин Д.В. Первичная профилактика распространения наркотизма и наркомании в молодежной среде: монография / под науч. ред. канд. пед. наук, доц. Е.В. Антиповой. – СПб.: ФГБУ СПбНИИФК, 2014. – 262 с.

3. Коробеев, А.И. К вопросу об оценке эффективности антинаркотической деятельности / А.И. Коробеев, А.И. Ролик, Л.И. Романова // Вестник Российской правовой академии. – 2005. - №1. - С. 52-56.

4. Ложкина, А.И. Типологизация и классификация асоциальных явлений современного общества / А.И. Ложкина // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. - Тамбов: Грамота, 2013. - № 4(30): в 3-х ч. - Ч. 2. - С. 108-112.

5. Методические рекомендации по профилактике асоциальных явлений в молодежной среде / Автор-сост. А.А. Румянцева.– М.: ГБОУ СПО Строительный техникум №30, 2014. – 101 с.

6. Наркомания. Статистика 2014 года. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://vsemstop.ru/наркомания-статистика-2014-года/>. - Дата обращения 12.03.2015.

7. Психология: учебник для вузов / авт. : В. М. Аллахвердов и др.; отв. ред. А. А. Крылов. - М. : ТК Велби : Проспект, 2007. - 743 с.

8. Романова, Л.И. Наркопреступность: криминологическая и уголовно-правовая характеристика: учеб.-метод. пособие / Л.И. Романова. – Владивосток: Изд-во Дальневосточного университета, 2009. – 314 с.

9. Статистика курения. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://кuryo.pf/content/statistika-kureniya>. - Дата обращения 12.03.2015.

195220 Санкт-Петербург, Гражданский пр., д.19, кор.2, кв. 38
tomilina@mail.ru