

УДК 37.09

ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

© Цыбиков Дашинами Владимирович

кандидат педагогических наук,

Бурятский государственный университет

Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина 24а

E-mail: dvikov64@mail.ru

Статья посвящена проблеме профилактики вредных привычек, связанных с употреблением алкоголя среди молодежи. Цель — разработка путей сохранения естественной трезвости в молодежной среде, а в случае ее утраты — восстановление. К достижению поставленной цели автор подходит посредством спецкурса «Собриология». Спецкурс проводится внеучебное время на основе психолого-педагогического метода Г. А. Шичко, где предусматривается заполнение 30-ти дневников самоанализа перед сном. Результаты профилактических мероприятий показывают, что немногим студентам удастся пройти полный курс. По мнению автора, прохождение полного курса позволяет: во-первых, увеличить число людей, ведущих трезвый образ жизни; во-вторых, снизить уровень подросткового алкоголизма; в-третьих, это пример трезвого, здорового образа жизни для подрастающего поколения, близкого окружения и общества в целом. Автор считает, что студенты прошедшие полный курс ведут трезвый, здоровый образ жизни и при необходимости могут стать методистами по избавлению от алкогольной зависимости.

Ключевые слова: статистика, спецкурс «Собриология», внеучебная деятельность, метод Г.А. Шичко.

Введение. На сегодня алкоголизм в России является одной из острых проблем современного общества. По своему разрушительному воздействию существующие масштабы алкоголизации общества, не идут ни в какое сравнение с их историческими размерами. При этом в последнее время наблюдается снижение возраста алкоголиков.

Так, статистика подросткового алкоголизма в России:

- систематически потребляют алкоголь в России каждый третий юноша и каждая пятая девушка;
- родители приобщают детей к употреблению алкоголя в возрасте до 10 лет в 60% случаев;
- подростки, систематически потребляющие алкоголь учатся неудовлетворительно (77%), удовлетворительно (22%) и хорошо (1%) [6].

В связи с этим возникает необходимость в подготовке специалистов по профилактике вредных привычек, связанных с употреблением алкоголя, табака и наркотиков. Иначе, в недалеком будущем, кроме отдельных личностей, в большинстве случаев некому будет познавать науку и развивать культурные ценности общества.

Цель — разработка путей сохранения естественной трезвости в молодежной среде, а в случае ее утраты — восстановление.

Методы и организация исследования. В работе представлены результаты профилактики вредных привычек, связанных с употреблением алкогольных и табачных изделий среди студентов Педагогического института посредством спецкурса «Собриология» на основе психолого-педагогического метода Г. А. Шичко.

Как известно, метод Шичко основан на заполнении дневника самоанализа перед сном. Заполнение дневника предусматривает самостоятельное формулирование ответов на вопросы касательно алкогольной и табачной темы. Многократное письменное повторение ответов позволяет выработать отрицательный настрой по отношению к этим изделиям, а также переосмыслить образ жизни и принять трезвую жизненную позицию. При этом ответы должны соответствовать определенным правилам заполнения, которые способствуют не только закреплению учебного материала, но и изменению отношений к алкогольным и табачным изделиям.

В рамках спецкурса «Собриология» были прочитаны лекции по следующим темам: «Формирование алкогольной и табачной запрограммированности сознания»; «Производство алкогольных изделий»; «Метод Шичко: правила заполнения дневника самоанализа»; «Влияние алкоголя на мозг»; «Влияние алкоголя на наследственность» (просмотр видеофильма: Телегония. Код мужчины. Зачатие вне закона); «Алкоголь: мифы и реальность» [4]. При этом для прохождения полного курса (получения зачета) студент должен был заполнить 30 дневников самоанализа. Следует отметить, что спецкурс проводится с 2013 года в внеучебное время.

Общеизвестно, что внеучебная деятельность — это различные виды самостоятельной учебной деятельности студентов: выполнение текущих домашних заданий, подготовка докладов, рефератов, написание сочинений; факультативные занятия, спорт, секции, индивидуальные занятия, техническое творчество и другие виды самостоятельной образовательной деятельности по своему выбору [7]. Следовательно, студент по своему усмотрению может не посещать занятия, которые не входят в учебный план обучения. Однако руководство образовательного учреждения в целях профилактики вредных привычек среди обучающихся может организовать посещение лекционных занятий, но прохождение полного курса это личный выбор студента.

На наш взгляд, прохождение полного курса по методу Г.А. Шичко позволит: во-первых, увеличить число людей, ведущих трезвый образ жизни; во-вторых, снизить уровень подросткового алкоголизма; в-третьих, это пример трезвого, здорового образа жизни для подрастающего поколения, близкого окружения и общества в целом.

Результаты исследования и их обсуждение. За весь период проведения спецкурса лекционные занятия прослушали 385 студентов 3 курса. Однако полный курс прошли всего 32 чел. (10,3%). Итак, по годам обучения: 2013-14 учебный год, общее количество студентов — 109 чел., полный курс прошли — 14 чел. (12,8%); 2014-15 учебный год, общее количество студентов — 66 чел., полный курс прошли — 2 чел. (3%); 2015-16 учебный год, общее количество студентов — 59 чел., полный курс прошли — 5 чел. (8,5%); 2016-17 учебный год, общее количество студентов — 75 чел., полный курс прошли — 6 чел. (8%); 2017-18

учебный год, общее количество студентов — 76 чел., полный курс прошли — 5 чел. (6,6%).

В 2018-19 учебном году на третьем курсе Педагогического института обучается 33 студента. Традиционно спецкурс начнется во втором семестре внеучебное время и, по всей видимости, итоговые результаты не на много будут отличаться от их предшественников. Следовательно, для повышения эффективности профилактических мероприятий и увеличения числа студентов, прошедших полный курс обучения необходимо внести дисциплину «Собриология» в учебный план подготовки будущих педагогов.

В связи с этим с 2018-19 учебного года в Педагогическом институте для студентов первого курса, обучающихся по направлению подготовки 44.05.03 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) в учебный план включена дисциплина «Собриология» (ЛК — 18 ч.; СРС — 18 ч.; форма контроля — зачет). Предметное поле работы, наряду с вышеизложенными темами, расширено за счет домашнего просмотра видеофильмов («Манипуляция сознанием: алкоголь», «Манипуляция сознанием: табак», «Технология спаивания», «Левашов об алкоголе»). Также в качестве домашнего задания студенты продолжают заполнять дневник. Для получения зачета по дисциплине необходимо предоставить 30 дневниковых записей, предварительно проверенных преподавателем. В группе обучается 22 первокурсника, которые при соблюдении необходимых требований получают зачет и пополняют список студентов, прошедших полный курс обучения.

Заключение. По нашим данным, студенты прошедшие полный курс в большинстве случаев ведут трезвый образ жизни [5]. Однако это студенты, которые приняли осознанное решение заполнять дневник самоанализа (помимо учебы по другим предметам) для укрепления трезвой жизненной позиции, а некоторые для ее восстановления. При этом занятие проводилось внеучебное время, т.е. они имели возможность не утруждать себя дополнительными нагрузками. Поэтому их жизненная позиция является примером трезвого, здорового образа жизни. Также они могут выступить в роли методиста по избавлению от алкогольной и табачной зависимости.

Этого пока нельзя сказать про студентов первого курса, которые только изучают дисциплину «Собриология» согласно учебному плану. Безусловно, увеличится число прошедших полный курс, что благотворно отразится на личности студентов, а результат профилактики вредных привычек по учебной дисциплине станет темой дальнейшего исследования.

Литература

1. Еникеева Д. Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков: учеб. пособие для студ. сред. и высш. пед. учеб. заведений / Д.Д. Еникеева. — М.: Изд. центр «Академия», 1999. — 144 с.
2. Коробкина З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи: учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений / З. В. Коробкина, В. А. Попов. — М.: Изд. центр «Академия», «00». — 192 с.
3. Собриология. Наука об отрезвлении общества / под ред. проф. А. Н. Маюрова. Авторы: А. Н. Маюров, В. П. Кривоногов, Н. А. Гринченко, А. М. Карпов, И.В. Николаев. 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Концептуал, 2013. — 480 с.
4. <https://dispanser.ru/alkogolizm/razvitie-v-rossii.html>
5. <http://didacts.ru/termin/vneurochnye-uchebnye-zanjatija.html>

6. Цыбиков Д.В. Особенности профилактики вредных привычек среди студентов педагогического вуза (2013-14 учебный год) / Основы собриологии, профилактики, социальной педагогики и алкологии: материалы XXIII Международной конференции-семинара. — Нижний Новгород, 2014. — С. 138 — 141.

7. Цыбиков Д.В., Лопсонова З.Б. Мониторинг профилактики вредных привычек у будущих педагогов // Вестник БГУ. Педагогика. Филология. Философия. — Улан-Удэ, 2017. Вып. 4. Педагогика. — С. 181 — 185.

FEATURES OF PREVENTION OF BAD HABITS AMONG STUDENTS
OF A PEDAGOGICAL UNIVERSITY: PROBLEMS AND PROSPECTS

Tsybikov Dashinima Vladimirovich

Candidate of Pedagogical Sciences

Buryat State University

Russia, 670000, Ulan-Ude, ul. Smolina 24 «a»

E-mail: dvikov64@mail.ru

The article is devoted to the problem of the prevention of bad habits associated with alcohol use among young people. The goal is to develop ways of preserving natural sobriety in the youth environment, and in case of its loss — restoration. To achieve this goal, the author approaches through the special course «Sobriology» based on the psychological-pedagogical method of G.A. Shichko, where it is planned to fill out 30 diaries of self-examination before bedtime. The results of preventive measures show that few manage to complete the course. According to the author, the passage of the full course allows: firstly, to increase the number of people leading a sober lifestyle; secondly, to reduce the level of adolescent alcoholism; thirdly, it is an example of a sober, healthy lifestyle for the younger generation, close environment and society as a whole. The author believes that full-time students lead a sober, healthy lifestyle and, if necessary, can become methodologists for getting rid of alcohol addiction.

Keywords: statistics, special course «Sobriology», extracurricular activities, method G. A. Shichko.