виде творчества позволяет скорректировать самооценку ребенка, раскрыть потенциал его возможностей, тем самым отодвигая на второй план имеющиеся ограничения.

1. Кисляков А.В. К вопросу научно-методического сопровождения инновационных образовательных проектов в системе дополнительного образования детей □Текст□ /А.В. Кисляков, Е.Л. Кинеева, Ю.В. Ребикова // Вопросы педагогики. – 2019. – № 5-1. С. 83-87.
2. Литвак, Р.А, Кириллова Я.В. Универсальная модель социально-педагогической деятельности [Текст] // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2019. – Т.11. – № 4(46). – С.81-86.

Калабина Т.Н., Калабин В.И.

Профилактика употребления психоактивных веществ среди молодежи как основа формирования здорового образа жизни

*ФГБОУ ВО Петрозаводский государственный университет
(Россия, Петрозаводск)*

doi: 10.18411/lj-06-2020-276

idsp: ljjournal-06-2020-276

Аннотация

Работа посвящена формированию у студентов антинаркотического, антиалкогольного, антитабачного мировоззрения и выработки негативного отношения к вредным привычкам. Проблема употребления психоактивных веществ (ПАВ) в молодом возрасте весьма актуальна. При раннем начале употребления данных веществ высок риск формирования алкоголизма, наркотической и табачной зависимости.

Ключевые слова: Здоровье и молодёжь, психоактивное вещество, курение, алкоголизм, наркомания, профилактическая работа, пропаганда здорового образа жизни, студенчество, университет.

Abstract

The work is devoted to the formation of students ' anti-drug, anti-alcohol, anti-tobacco worldview and the development of a negative attitude to bad habits. The problem of using psychoactive substances (surfactants) at a young age is very relevant. When using these substances early, there is a high risk of alcoholism, drug and tobacco dependence.

Keywords: Health and youth, psychoactive substance, Smoking, alcoholism, drug addiction, preventive work, promotion of a healthy lifestyle, students, University.

Злоупотребление и зависимость от ПАВ чаще встречается среди подростков и молодежи. Частота употребления и распространения этих веществ не однородна на территории России, зависит от места проживания, экономической ситуации региона.

Психоактивное вещество (ПАВ) - это вещество, которое при попадании в организм человека может изменять восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции. Воздействие психоактивных веществ может быть как непосредственным, так и долговременным. Это может проявиться поражением различных органов и систем организма, формированием психической и физической зависимости, нарушением социального поведения человека, разрушением его личности и связей с другими людьми. Таким людям свойственно антисоциальное поведение, связанное с приобретением, хранением и употреблением наркотика, и за которое человек юридически ответственен.

Причины, по которым подростки начинают употреблять психоактивные вещества, можно разделить на две большие группы.

К первой группе относятся личностные отклонения и психические заболевания самого подростка, из-за которых он не может реализовать себя и ищет необычные ощущения во время курения, приема спиртного или наркотика.

Ко второй группе причин относятся специфические особенности поведения этого возраста, когда подростки не могут противостоять внешнему отрицательному влиянию.

Одной из актуальных задач профилактики употребления ПАВ является формирование у молодежи мотивации укрепления и сохранения здоровья. Одним из путей решения данной проблемы является организация и проведение различных мероприятий по профилактике употребления ПАВ как основы формирования здорового образа жизни.

Целью работы является привлечение внимания студентов к данной проблеме и формирование знаний и убеждений, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психического и репродуктивного здоровья как одной из ценностей жизни. Были сформулированы следующие задачи:

1. Сформировать представление о негативных факторах употребления наркотиков, табака, алкоголя и их влияния на здоровье молодежи.
2. Дать информацию о существовании и причинах возникновения зависимостей от ПАВ и их последствий.
3. Способствовать формированию у студентов антинаркотического, антиалкогольного, антитабачного мировоззрения и выработки негативного отношения к вредным привычкам.
4. Предложить варианты профилактической работы в виде проведения различных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

Потребление алкоголя молодежью - это массовое явление, связанное с традициями, обычаями, модой. Потребление алкоголя может быть связано с психологической особенностью личности, отношению к алкоголю как к «лекарству», согревающему напитку и т.п. Первое знакомство молодежи с алкоголем чаще происходит в подростковом возрасте, чаще подростки оценивают его как «новый стиль жизни», новые ощущения. При регулярном употреблении алкоголя (более 2-3 раз в месяц) устойчивость организма подростка к воздействию алкоголя со временем возрастает. Это воспринимается в компании сверстников как признак, отличающий лидера от других членов группы. Нормальным поведением считается употребление спиртных напитков в выходные дни, по вечерам, при встрече с друзьями и в других случаях.

Спиртные напитки становятся необходимым атрибутом досуга, расширяющим поводы и мотивы пьянства: «выпиваю, чтобы повысить настроение», «для веселья» и т.д. Алкоголь может стать смыслом жизни, когда многие трудные жизненные ситуации подростки надеются решить через употребление спиртного.

В итоге алкоголизм не привычка, а болезнь. Если от привычки можно избавиться, то пристрастие к алкоголю трудно преодолеть из-за интоксикации организма. В настоящий момент в обществе возникла проблема пивного алкоголизма среди молодёжи.

В России проблема молодежного алкоголизма носит острый характер и затрагивает все стороны жизни молодого человека. По данным Роспотребнадзора, ежедневно в России потребляют алкоголь 33 процента юношей и 20 процентов девушек.

Употребление спиртных напитков среди молодежи в Карелии является актуальной проблемой, как и во многих других субъектах Российской Федерации.

В Республике Карелии в последние годы общая заболеваемость алкогольной болезнью снизилась почти на 25 процентов по сравнению с 2010 годом. Но проблема

для региона стоит остро. Психические расстройства, связанные с употреблением алкоголя встречаются в два раза чаще, чем по России, почти в два раза выше синдром зависимости от алкоголя. Ежегодно растет количество вызовов скорой помощи к лицам, находящимся в состоянии тяжелого алкогольного опьянения.

Причинами чрезмерного употребления могут быть:

1. окружение молодого человека;
2. неблагополучная семья;
3. доступность спиртных напитков;
4. наследственная предрасположенность.

К последствиям злоупотребления алкоголем можно отнести:

1) Медицинские: алкоголь приводит к поражению печени (5-е место среди других причин смерти), центральной нервной системы (ЦНС), увеличивает риск возникновения острого инфаркта миокарда, острого нарушения мозгового кровообращения, способствует прогрессированию туберкулеза легких и возникновению рака легких. Частая алкоголизация родителей приводит к рождению нездорового потомства с врожденными пороками и заболеваниями, росту детской смертности и т. д.

2) Социальные: злоупотребление алкоголем приводит к распаду семьи, росту преступности, ухудшению криминальной обстановки в государстве.

3) Социально-экономические: снижение трудоспособности и ухудшение здоровья приводит к материально-экономическому ущербу для общества.

Некоторые пути решения данной проблемы:

- 1) достойно воспитывать своего ребёнка, знать о его окружении, быть другом, советчиком и примером для него, пояснить последствия алкоголизма;
- 2) давать большой штраф за распитие алкоголя в общественных местах;
- 3) сделать больше ограничение времени покупки алкоголя;
- 4) снизить рост магазинов алкогольной продукции;
- 5) формировать в семье культуру питания (или не пить вовсе);
- 6) увеличить количество и качество социальной рекламы.

Курение — вдыхание дыма препаратов, преимущественно растительного происхождения, тлеющих в потоке вдыхаемого воздуха с последующим всасыванием в лёгких и дыхательных путях. Может применяться как табак, так и курительные смеси, обладающие наркотическими свойствами (гашиш, марихуана, опиум, крэк и т. п.).

Сигарета – это «легальный наркотик». Курение – одна из самых вредных и трудноискоренимых привычек. В состав дыма входит огромное количество химических соединений и канцерогенных веществ. Одни ингредиенты вызывают привыкание, другие убивают человека.

Как правило, привычка к курению формируется обычно в молодые годы, когда идет процесс экспериментирования. Употребления табака среди молодежи должны быть предметом пристального внимания взрослых. Статистики доказано, что почти 70% курильщиков хотели бы избавиться от этой пагубной привычки. Предпринимаются многочисленные попытки избавиться от привычки, но получается далеко не у всех. В итоге лишь 3% бросают курить. Эти данные подтверждают актуальность этой проблемы для каждой страны.

Курение широко распространено среди российских подростков. Большинство начинают употреблять сигареты до 20 лет. По данным ВОЗ Россия занимает 1 место в мире по количеству курящих молодых людей. Этот факт подтверждает статистика – около 33% регулярно курят сигареты. Специалисты утверждают, что около 50% мальчиков и 40% девочек начинают курить в старших классах школы. Статистика курения среди подростков указывает на основные факторы, способствующие употреблению табака:

- 1) окружение имеет такую же привычку;
- 2) межличностные конфликты, депрессия, стресс;
- 3) доступность покупки табачных изделий.

В Карелии так же широко распространено курение среди молодежи. В связи с этим в нашей республике проводятся профилактические, просветительские, спортивные и другие мероприятия в рамках Всемирного дня отказа от курения. Подобные мероприятия организуются во всех муниципальных районах и городских округах. Так, в городе Кондопога 31 мая 2018 г. на площадке у Молодежно-культурного центра прошла акция «Дыши глубже», в рамках которой волонтеры предлагали всем желающим обменять сигареты на воздушные шарик. В Суоярвском районе прошла тематическая выставка, Весенний фестиваль ГТО, районный фестиваль «Карельские городки». В Пудожском – тренинг «Скажи курению: «Нет!», районные соревнования по мини-футболу на призы клуба «Кожаный мяч». В Беломорском районе – турнир по мини-футболу среди любительских команд и флэшмобы в социальных сетях. В Сегеже состоялся Кубок района по футболу и Первенство района по волейболу, в Медвежьегорском районе – информационные лекции о вреде курения. В Олонецком районе – книжная выставка, конкурс плакатов, анкетирование, соревнования по стритболу и футболу, классные часы, в Калевальском – Районный молодежный форум, выставка-беседа и др.

К общим мотивам, побуждающим подростка начать курить можно отнести:

1. подражание манерам какой-либо компании, в которую подросток хочет быть принятым; подражание близкому человеку, желание быть с ним, выполняя его требования. Наконец, это неосознанное подражание курящим в семье;
2. стремление к взрослости;
3. самоутверждение;
4. все в жизни испытывать;
5. «легкое общение»;
6. «эталон женской красоты» (курение снижает вес);
7. «курить модно» (выражение своей индивидуальности).

Какой бы мотив для начала курения ни выбирал бы себе подросток, все эти мотивы ложные. Надо помочь детям найти альтернативные занятия с учетом их собственных интересов, т.е. необходима серьезная первичная профилактика данной вредной привычки.

Известны болезни, к которым приводит длительное курение: заболевания сердца, сосудов, аорты, поражение суставов, рак легких, сахарный диабет 2-го типа, рак горла, катаракта, инсульт, сексуальные проблемы, раннее старение и многое другое.

Также у курящих молодых людей, особенно подростков, наблюдаются изменения физиологических показателей:

- 1) снижение «хорошего» холестерина крови, который предохраняют организм от сердечнососудистых заболеваний;
- 2) уменьшение способности быстро выдыхать (как будто задувать свечу), что свидетельствует о нарушении легочной функции;
- 3) отсутствие ростового сдвига.

В среднем за год от болезней, связанных с табакокурением, умирает более 5 млн. человек. При таких темпах распространенности курения, в т.ч. среди молодежи, к 2022 году ежегодно преждевременная смерть будет ожидать 10 млн. человек.

Учитывая масштаб проблемы, можно предложить следующие варианты решения:

- 1) увеличение социальной рекламы, пропагандирующей здоровый образ жизни и показывающей вред табачных изделий;
- 2) ужесточение требований к маркировке пачки табачного изделия;

- 3) увеличение налогов на продажу табачных изделий и штрафов за продажу табачных изделий несовершеннолетним и вблизи образовательных организаций;
- 4) профилактика табакокурения в школах и ВУЗах (тренинги, викторины, деловые игры).
- 5) выделение специальных мест для курения;
- 6) поощрение некурящих, сотрудников,
- 7) увеличить количество спортивных комплексов для приобщения молодежи к физической активности и здоровому образу жизни;
- 8) приобщать подростков к занятиям в спортивных секциях и кружках.

Наркотические вещества – это вещества, изменяющие самосознание, поведение человека и восприятие им окружающего мира.

В пропаганде за здоровый образ жизни используется слово «наркотик» по отношению к частично запрещённым психоактивным веществам. Их продолжительное употребление может приводить к тяжёлым последствиям для здоровья и социального благополучия.

В России государственный контроль психоактивных веществ ведётся исходя из перечня наркотических средств, состоящего из четырёх списков:

1. Запрещённые к обороту наркотические средства (гашиш, героин, ЛСД и др.) и некоторые психотропные вещества;
2. Наркотические средства (кодеин, кокаин, морфин и др.) и определенные психотропные вещества (кетамин и др.), оборот которых ограничен и контролируется;
3. Ограниченные к обороту психотропные вещества (тарен и др.), для которых исключаются некоторые меры контроля;
4. Вещества, используемые в производстве психоактивных веществ, оборот которых ограничен и в отношении которых устанавливаются меры контроля (эфедрин, серная кислота, ацетон, толуол и др.).

В мире ежегодно растет производство наркотиков. Хотя бы раз в год их употребляют порядка 275 млн. человек в возрасте от 15 до 64 лет, о чем свидетельствует доклад Управления ООН по наркотикам и преступности. Отмечается, что численность наркопотребителей в 2016 году составила порядка 5,6% мирового населения [3].

Кроме известных наркотиков, таких как героин и кокаин, расширяется потребление новых психоактивных веществ (НПА), а также употребление в немедицинских целях рецептурных препаратов, веществ неясного происхождения.

Самой уязвимой частью населения перед наркотиками является молодежь. Согласно большинству исследований, критическим периодом в плане приобщения к психоактивным веществам является возраст с 12-14 лет до 15-17 лет, а наибольшая доля лиц, употребляющих ПАВ, приходится на возраст 18-25 лет.

Самым популярным наркотиком в мире среди молодежи является каннабис. По предварительным оценкам, во всем мире хотя бы один раз каннабис употребляли 13,8 миллиона молодых людей в возрасте 15-16 лет, что составляет 5,6%.

За последние 10 лет потребление наркотиков в России значительно увеличилось. В основном это молодые люди в возрасте до 30 лет. По последним статистическим данным ежегодно в России умирают около 30.000 человек вследствие потребления наркотических средств. Каждый год в стране выявляются 80.000 новых наркозависимых. Общее количество наркоманов от 2.000.000 до 2.500.000 человек в возрасте от 18 до 39 лет. Из них более 140 тысяч детей-подростков [1].

В Карелии возросло количество преступлений связанных с незаконным оборотом наркотиков. Если в 2017 году было зарегистрировано 1139 подобных преступлений, то в 2018 году их количество составило 1180, что на 3,6% больше. В

Республике Карелия на учете состоит 528 лиц, допускающих немедицинское употребление наркотических средств, психотропных и токсических веществ. Прирост этих лиц по сравнению с 2010 годом составляет 145,6%. По оценкам специалистов, реальная цифра лиц, потребляющих эти вещества, может быть больше в 10-12 раз. На территории республики проводились ежегодные оперативно-профилактические операции "Мак" и "Допинг", в результате которых выявились факты хищений наркотиков в ЛПУ и ликвидировались каналы поступлений наркотиков в Республику.

В 2016 -2018 году в вузах Карелии были привлечены к административной ответственности за употребление наркотиков более 40 студентов [2].

К причинам употребления наркотиков можно отнести:

- 1) удовлетворение любопытства;
- 2) испытание чувства принадлежности к определенной группе, с целью быть принятым ею;
- 3) выражение своей независимости;
- 4) приобретение опыта, связанного с новизной эмоций, удовольствием, опасностью;
- 5) достижение «ясности мышления» или «творческого вдохновения»;
- 6) достижение чувства полного расслабления;
- 7) мнимый уход от чего-то гнетущего, от жизненных проблем.

Более 80% несовершеннолетних, употребляющих эпизодически или постоянно наркотические вещества, уверены, что могут при желании бросить наркотики, хотя свыше 70% пробовали это, но безуспешно.

К последствиям употребления наркотиков относятся:

- 1) Физические.

Первым поражается нервная система. Нарушения в работе нервной системы приводят: к расстройству болевых ощущений, снижению интеллектуальных способностей, визуальным расстройствам, эмоциональным и когнитивным дисфункциям, проблемам с координацией. Постепенно поражаются все сферы, которые регулируются ЦНС. Сильнейшую нагрузку испытывает иммунная система, снижая защитные функции организма, который, в свою очередь, становится не способным бороться с инфекцией. В дальнейшем нарушается функция всех органов и систем.

- 2) Психические.

Длительный прием наркотиков приводит к появлению различных психических расстройств: нарушению речи и памяти, галлюцинациям, бреду, фобиям, сна, психозам, деменции. Главная опасность скрывается в том, что наркоман становится зависимым от дозы на физическом и психологическом уровне. Оставшись без наркотика и не имея возможности его достать, зависимые доходят до самоубийства.

- 3) Социальные.

Постепенно у наркоманов утрачиваются профессиональные навыки. Большинство уходят с работы сами, их увольняют за прогулы, невыполнение обязанностей. Нехватка денег приводит к кражам, вооруженным грабежам, убийствам, в целях обогащения. Многие идут по пути привлечения новых «жертв», втягивая их в паутину зависимости. Часто жертвами становятся члены семьи, близкие, друзья.

В 70-х годах XX века известный исследователь этой проблемы – Л. Рон Хаббард отмечал, что человек начинает принимать наркотики по причине невозможности решить какую-то проблему в своей жизни. Поэтому проблему необходимо предупредить, а не пытаться в дальнейшем справиться с её последствиями.

Проведение антинаркотических акций, марафонов, спортивных и культурных мероприятий широко используется в последние годы в первичной профилактике наркомании.

На сегодняшний день существуют различные программы по профилактике наркомании. Благотворительный фонд «Скажи наркотикам - НЕТ! Скажи жизни - ДА!» реализует одну из подобных программ уже много лет.

Таким образом, антинаркотическое просвещение может быть той силой, которая окажется способна остановить наркоманию в нашей стране.

Профилактическая работа в ПетрГУ среди обучающихся по предупреждению употребления ПАВ как основы формирования здорового образа жизни среди студентов университета проводится по нескольким направлениям:

1. Через учебные дисциплины, такие как «Безопасность жизнедеятельности», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Основы наркологии», «Национальная безопасность».
2. Написание рефератов, курсовых и выпускных квалификационных работ.
3. Подготовка докладов и публикаций для ежегодной Всероссийской научной конференции обучающихся и молодых ученых ПетрГУ.
4. Проведение профилактической работы в период прохождения педагогической практики в образовательных организациях (школах).
5. Подготовка и участие в конкурсах.
6. Ежегодно студенты принимают участие в проведении мероприятий, конкурсов, акций, посвященных Всемирному дню борьбы со СПИДом (1 декабря), Всемирному дню без табака (31 мая), Международному дню отказа от курения (третий четверг ноября), Международному дню борьбы со злоупотреблением наркотическими веществами и их незаконному обороту (26 июня)
7. Создание условий для самореализации студентов.

Одной из наиболее эффективных мер профилактики употребления психоактивных и наркотических веществ в ПетрГУ является принятая стратегия самоорганизации, саморазвития и самореализации студенчества ПетрГУ.

На протяжении многих лет в ПетрГУ успешно действует проект «Адаптер», целью которого является адаптация первокурсников в стенах вуза студентами старших курсов, проводятся выездные школы проекта «Адаптер» на базе спортивно-оздоровительного лагеря ПетрГУ «Шотозеро».

Продолжается проект по созданию банка крови силами волонтеров - доноров из числа обучающихся ПетрГУ.

Студенческие объединения ПетрГУ (студенческое научное общество, спортивный студенческий клуб ПетрГУ, турклуб «Сампо», велодвижение «VELOVE», студенческое объединение «Преодоление», волонтерское движение) стали инициаторами многих проектов, которые вышли за рамки вуза и охватили Республику Карелия, стали значимыми на общероссийском уровне.

В нашем вузе студенческая молодежь не только сохраняет и развивает традиции, но и смело идет вперед, открывает что-то новое. ПетрГУ – это не только сложный образовательный комплекс, но и море возможностей для всесторонней самореализации и личностного роста.

Эта многосторонняя работа по профилактике ПАВ и формированию мотивации на здоровый образ жизни будет продолжаться и в дальнейшем.

Анализ изучения проблемы злоупотребления психоактивными веществами позволяет говорить о том, что злоупотребление психоактивными веществами является международной проблемой, в том числе и в России.

В нашей стране разработана стратегия государственной антинаркотической политики до 2020 года, осуществляется поиск оптимальных решений, которые бы позволили достичь положительных сдвигов в деле первичной профилактики употребления наркотиков и психоактивных веществ среди молодежи. Необходимо вести систематическую, профилактическую работу с молодыми людьми по месту их

учебы. Альтернативой употребления ПАВ может являться активная научная, творческая, общественная, физкультурно-спортивная деятельность молодежи, направленная на раскрытие потенциальных возможностей.

1. Ерошенков Н. В. Отдельные аспекты противодействия распространению и потреблению синтетических психоактивных веществ / Проблемы правоохранительной деятельности. Белгород. Изд-во: Белгородский юридический институт, 2018. № 1. С.29-34.
2. Опыт работы по профилактике употребления психоактивных веществ среди студентов высших учебных заведений Республики Карелия: сборник методических рекомендаций / Под ред. Е. А. Шорохова. – Петрозаводск, 2013. С.35– 40.
3. Шиповская Л. П. Молодежь и наркотики: проблемы оздоровления / Л. П. Шиповская, И. Е. Лукьянова // Сервис в России и за рубежом. – Черкизово. Изд-во: РГУТС, 2008. С. 56-61.

Камянова Т.Г.

Динамика реализации функций речи при системном обучении иностранным языкам

(Россия, Москва)

doi: 10.18411/lj-06-2020-277

idsp: ljjournal-06-2020-277

Аннотация

В статье рассматриваются условия успешной реализации иноязычной коммуникативной речевой деятельности при системном обучении иностранным языкам. Анализ модели речевой коммуникации Р.О. Якобсона показывает, что реализация и динамика функций речи в иноязычных коммуникативных актах напрямую зависит от степени владения системой иностранного языка.

Ключевые слова: коммуникативная речевая деятельность, системное обучение иностранным языкам, иноязычный код, модель речевой коммуникации

Abstract

The article discusses the conditions for the successful implementation of foreign language communicative speech activity in the systemic teaching of foreign languages. Analysis of the model of verbal communication by R.O. Jacobson shows that the implementation and dynamics of the functions of speech in foreign-language communicative acts directly depends on the degree of knowledge of the foreign language system.

Keywords: communicative speech activity, systemic teaching of foreign languages, foreign language code, a model of verbal communication

В процессе речепорождения заложен непрерывный поиск оптимальной передачи ментального содержания посредством языка. При условии системной презентации языковых средств в их взаимосвязи и взаимоотталкивании, процесс порождения иноязычной речи со временем будет полностью совпадать с условиями речепорождения на родном языке. Однако одновременно этот процесс связан со способностью выражать мысли в иноязычном коде, т.е. с владением всей системой кодов языка – фонематических, грамматических и лексических. В то же время, для того чтобы быть адекватно понятым носителями языка, необходимо еще и воспринять своеобразие их мышления и научиться выражать мысли с помощью языковых средств, отражающих характерные для изучаемого языка ходы мысли.

Таким образом, условием успешной реализации речевой деятельности, единицей которой является высказывание, является поступательно возрастающая в процессе обучения языковая и коммуникативная компетенция. При этом, как отмечал профессор Б.В. Беляев, «сама речевая деятельность отнюдь не сводится к автоматизированным