

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ СО СТУДЕНТАМИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ

Гордиук О.В.

Белорусский государственный университет имени Максима Танка (Минск)

В статье на основе данных диагностического исследования дается характеристика основных направлений работы со студентами-первокурсниками по профилактике табакокурения, акцентируется внимание на эффективности инновационных психолого-педагогических технологий.

Ключевые слова: кризис идентичности, терминальные жизненные ценности, девиантный личностный симптомокомплекс.

Студенческий возраст является сенситивным периодом для развития основных социогенных потенций человека. В процессе обучения в вузе студент овладевает полным комплексом социальных ролей, усиливаются сознательные мотивы его поведения, осмысливается система жизненных ценностей, выработанных человечеством, различные трактовки природы человека, смысла жизни, средств, обеспечивающих полноту бытия.

С одной стороны, студенческая молодежь - это самая прогрессивная часть общества, наиболее активно воспринимающая все положительные начинания, все реформы и преобразования. Студентов отличает лучшая адаптация в современных условиях жизни; гибкость и нестандартность мышления; способность к переработке большого объема информации; повышенная социальная активность; стремление овладеть новыми социальными ролями и формами поведения. С другой стороны, студенческая молодежь подвержена влиянию самых различных политических сил, не имеет большого жизненного опыта, стойких жизненных ориентиров и моральных устоев.

С увеличением престижа высшего образования, с распространением платной формы его получения в вузы стали приходить юноши и девушки, недостаточно подготовленные к обучению в высшем учебном заведении, нравственно не вполне здоровые, со слабым осознанием своих возможностей и социального назначения. Этот факт актуализирует проблему кризиса идентичности, который характерен именно для молодых людей студенческого возраста.

Кризис идентичности, состоит из серии социальных и индивидуально-личностных выборов, идентификаций и самоопределений. Если студенту не удастся решить эти задачи, у него может сформироваться неадекватная идентичность, развитие которой возможно по следующим линиям: избегание тесных межличностных отношений, страх взросления и перемен, неспособность строить жизненные планы, неумение сосредоточиться на какой-то главной деятельности и мобилизовать свои творческие ресурсы, отказ от самоопределения, формирование «негативной идентичности», включая возникновение поведенческих девиаций, выбор отрицательных образцов для подражания.

Многолетний опыт работы в качестве куратора на факультете дошкольного образования БГПУ имени Максима Танка свидетельствует о том, что студенты нуждаются в своевременной, квалифицированной психолого-педагогической помощи на протяжении всего периода обучения в вузе. Особую значимость имеет период адаптации первокурсников к учебно-воспитательному процессу высшего учебного заведения.

В период с сентября по февраль 2010 – 2011 учебного года нами проведена диагностическая работа со студентами первого курса, обучающимися на факультете дошкольного образования по специальностям «Дошкольное образование», «Дошкольное образование. Практическая психология» (общее количество – 102 студента). С целью составления психологического портрета студента-первокурсника применялись наблюдение, анкетирование, беседа, опрос, интервью, анализ успеваемости на семинарских занятиях и анализ результатов первой сессии.

Диагностическое исследование позволило выявить у студентов недостаточную сформированность основных терминальных жизненных ценностей, потребности в самопознании, недифференцированность профессиональных интересов и склонностей, неадекватный уровень притязаний и самооценки, отсутствие или недостаточность знаний о собственных индивидуально-личностных особенностях, преобладание высокого уровня ситуативной тревожности. Результаты опроса, анкетирования и наблюдения привели к выводу о том, что 63% из 102 студентов – первокурсников не обладают высоким уровнем развития общей образованности.

Социометрические исследования свидетельствуют о наличии высокого индекса изолированности в студенческих группах. Наблюдается четкая дифференциация по социальной принадлежности, системе ориентаций, потребностей и интересов, составу ближайшего социального окружения, что в некоторой степени обуславливает низкий уровень терпимости по отношению к другим людям, иным точкам зрения. Это прово-

цирует возникновение конфликтных ситуаций в системе «студент-студент». Анкетирование, беседа, интервью позволили выявить применение первокурсниками следующих способов психологической защиты в адаптационный период: проекцию, идентификацию, вытеснение, изоляцию, отчуждение.

Согласно результатам нашего опроса, 96% студентов (из 102 испытуемых) отрицательно относятся к девиантным формам поведения: преступности, наркомании, бескультурью, экстремизму, национализму, сексуальным отклонениям, демонстрируя при этом терпимое отношение к потребительству, нетрудовым доходам, пьянству, сексуальной распущенности, курению.

Оторванность от привычной домашней среды и социального окружения, расширение сферы общения, новые требования к исполнению новой социальной роли, высокая плотность и скорость информационного потока в учебном процессе, сессия, психоэмоциональные перегрузки, проблемы в личной жизни, одиночество, незаполненность досуга, проблема неприменимости своей энергии, сил и способностей, - т.е. все, что нарушает привычное течение жизни, в совокупности может спровоцировать стрессовое состояние у студентов, создать предпосылки депрессии и хронического утомления обучаемых и, как следствие, привести к использованию курения как способа уйти от стресса.

Следует обратить внимание на такой факт. На первом курсе количество курящих студентов, согласно результатам анкетирования, составило 22% (из 102 испытуемых). Причем, большинство курящих студентов (21% из 22%) не воспринимают курение как зависимость от химических элементов, входящих в состав табака, а акцентируют свое внимание на психологической зависимости. Это закрепляет уверенность курящего, что он в любой момент может бросить курить. Необоснованный оптимизм в отношении влияния курения на организм и в отношении к оценке своих способностей справиться с зависимостью, прекратить курение обусловлен отсутствием мгновенных эффектов от выкуренной сигареты в плане нарушения движений, речи, когнитивных функций.

Интересно, что студенты осознают вредность курения для организма. Среди терминальных жизненных ценностей современная молодежь неизменно на первом месте называет здоровье. Однако состояние здоровья студентов, которое во многом определяется здоровым образом жизни, вызывает серьезную озабоченность. Занятия физкультурой и спортом по-прежнему являются не востребованными большей частью студенчества.

Диагностическое исследование позволило выявить также наличие у курящих студентов девиантного личностного симптомокомплекса, включающего в себя эмоциональные нарушения, нарушения межличностного взаимодействия, слабость произвольной регуляции поведения, индивидуально-типологические свойства в виде акцентуаций характера эпилептоидного, шизоидного и лабильного типов, что препятствует самостоятельному принятию решения отказаться от употребления табака.

Следовательно, чрезвычайную актуальность приобретает задача формирования у молодежи осознанной мотивации, направленной на сохранение собственного здоровья, обучение студентов методам самоконтроля и самодиагностики. Для ее реализации необходим практический психолог, осуществляющий сопровождение каждой студенческой группы с первого курса до окончания обучения в вузе. К сожалению, в высшей школе даже ставка психолога факультета – редкость, и поэтому реальную помощь студентам в формировании здорового образа жизни и профилактике девиаций оказывает куратор, деятельность которого является неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса вуза и оказывает существенное влияние на микросреду учебного заведения. Социальная и профессиональная компетентность, нравственная культура, гражданственность и ответственность преподавателя-куратора самым непосредственным образом влияет на формирование личностных черт студентов.

Куратор относится к студенту как к партнеру педагогического общения, как к интересной для него личности, реализует в своей деятельности личностно-ориентированный подход, предполагающий использование в практике учебно-воспитательного процесса наиболее эффективных современных психолого-педагогических технологий.

Прежде всего, необходима ориентация на формирование у студентов навыков регуляции, управления собственным состоянием. Коррекции поведения и развитие навыков саморегуляции целесообразны при вовлечении студентов в такие виды деятельности, которые требуют как исполнительской, так и организаторской направленности. Адаптация к различным стрессовым ситуациям успешна при освоении студентами психологических знаний, способствующих осознанию своего внутреннего мира, познанию самого себя. Уровень адаптивности повышается под воздействием целенаправленного обучения, воспитания.

В первую очередь преподавателю-куратору необходимо усилить диалогичность обучения, межличностного взаимодействия, способствовать специальной организации педагогического общения, созданию для студентов условий для отстаивания своих

взглядов, жизненных позиций. Достижение этих целей возможно в ходе имитационно-ролевых упражнений и деловых игр, имеющих несомненное преимущество перед традиционными формами обучения. Они требуют активности со стороны каждого участника, увлекают сильнее, чем любые другие методы обучения, снимают эмоциональные барьеры, способствуют преодолению различных форм психологической защиты, выявляют индивидуальные способности к принятию решений в напряженной обстановке.

Куратору в своей деятельности следует также предусмотреть меры по созданию условий для развития коммуникативной культуры студентов, приобретению навыков устранения конфликтных ситуаций. Это возможно в ходе проведения тренингов асертивности, способствующих развитию открытости во взаимоотношениях, адекватности эмоционального реагирования во взаимодействии.

В применении на практике подобных эффективных психолого-педагогических технологий куратору помогают преподаватели вуза. Необходимо отметить, что с ними студенты связывают большие социальные ожидания. Преподаватели занимают третье место по степени личностной значимости после родителей и друзей. Важно, чтобы для студентов преподаватель был авторитетом, интеллигентом, интеллектуалом, так как сотрудничество преподавателей и студентов способствует развитию субъект-субъектных отношений, учету индивидуальности каждого обучающегося.

Задачей преподавателей вуза является раскрытие перед студенческой молодежью широкого поля выборов, которое из-за ограниченности жизненного опыта, недостатка знаний не всегда открыто для студентов; стимулирование их к осознанию и развитию своей индивидуальности. Все это возможно в ходе проведения, мастер-классов, семинаров-тренингов, направленных на развитие позитивной Я-концепции, навыков успешной самопрезентации, тренингов уверенности, занятий по имиджологии. Такие формы работы со студентами способствуют профилактике девиантного поведения, позволяют формировать их мировоззрение на основе развития рефлексии, осознания себя субъектом деятельности, носителем определенных общественных ценностей, социально полезной личностью. Особую актуальность приобретает психологическое просвещение (семинары, конференции, круглые столы, мастер-классы по проблемам, связанным с самореализацией, самоактуализацией, развития волевой сферы и т.д.); индивидуальное и групповое консультирование и психотерапия по экзистенциальным проблемам (проблемы экзистенциального выбора, самореализации, свободы и ответственности, духовных поисков, смысла и бессмысленности и т.д.).

Во многом результативность работы со студентами по предупреждению курения зависит от позиции руководства вуза. С целью профилактики табакокурения в высших учебных заведениях запрещено курение в учебных корпусах и общежитиях. Существует практика привлечения к дисциплинарной ответственности студентов за курение. Но эти административные меры малоэффективны. Необходима системная работа по формированию внутренней культуры. Надо активно использовать в этой работе здоровую инициативу самих студентов, формировать у нее понимание истинных жизненных ценностей, прежде всего здоровья, как наиважнейшей ценности в жизни. Для этого необходимо создавать условия для включения студентов в различные виды общественно значимой деятельности: клубно-кружковую и физкультурно-оздоровительную работу, волонтерство, студенческие строительные отряды и др. Участие в органах студенческого самоуправления, общественных организациях и объединениях обеспечивают развитие социально-приемлемых возможностей самореализации, самоутверждения и социальной адаптации молодых людей в условиях вуза. Самоуправление предполагает высокую степень самодисциплины, инициативы, ответственности, т.е. достаточно высокий уровень самосознания личности. Не следует забывать и о важности взаимодействия в профилактике табакокурения администрации вуза с ведущей общественной молодежной организацией БРСМ.

Таким образом, решая задачу профилактики табакокурения, необходимо объединить усилия администрации вуза, преподавателей и кураторов студенческих групп, общественных молодежных организаций, объединений. Это позволит на основе применения инновационных психолого-педагогических технологий в практике учебно-воспитательного процесса и с учетом специфики системы ценностей современной молодежи создать эффективную систему воспитания студентов, направленную на развитие личности, социальной адаптированности, профилактику девиантного поведения, формирование устойчивой гражданской позиции, инициативности, коллективизма.