

валеологического мышления и утверждение норм здорового образа жизни. Следует отметить, что проведение разнообразных конкурсов среди студенческой молодежи БГЭУ является неотъемлемой частью воспитательного процесса, направленного на формирование морально и нравственно богатого человека. Подобные конкурсы становятся массовыми, поднимают остроту проблем у большинства студентов и эффективно формируют отрицательное отношение к таким негативным явлениям общества, как табакокурение, алкоголизм, наркомания, компьютерная и игровая зависимость, прививают навыки здорового образа жизни.

На информационно-профилактических стендах, расположенных в учебных корпусах и общежитиях, размещаются и ежемесячно обновляются информационно-просветительские материалы по проблемам профилактики табакокурения, алкоголизма, ВИЧ-инфекции и СПИДа, наркомании и токсикомании, торговли людьми и другие. На страницах газеты «Экономист» регулярно публикуется информация по данным проблемам. В общежитиях профилактическая работа проводится посредством индивидуальных и групповых бесед, дискуссий, круглых столов, тематических мероприятий и дискотек, брейн-рингов по разнообразной тематике. В течение учебного года управлением воспитательной работы с молодежью проводятся инструкторско-методические семинары с заместителями деканов факультетов, кураторами учебных групп, педагогическими работниками и студенческими советами общежитий, на которых рассматриваются вопросы профилактики девиантного поведения студенческой молодежи. Управлением воспитательной работы с молодежью разработаны методические рекомендации кураторам учебных групп, педагогическим работникам общежитий по вопросам девиантного поведения студентов и профилактике зависимостей.

Мониторинг, проводимый в вузе, показывает, что работа, направленная на профилактику аддиктивного поведения, асоциальных явлений и пропаганду здорового образа жизни дает положительные результаты.

*О.А. Русак, П.А. Филиппова
БГЭУ (Минск)*

ПРОФИЛАКТИКА НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Просвещение в вопросах употребления алкоголя и курения табака не должно сосредотачиваться только лишь на фактических сведениях о злоупотреблении этими средствами. Необходим сбалансированный подход, который позволит уделить больше внимания социальным и культурным факторам.

На первый план должна выходить забота о своем здоровье, как пропаганда модного образа жизни. Так, по сведениям Всемирной организа-

ции здравоохранения, от курения в мире ежегодно умирают около 2,5 миллиона человек. В двадцатом веке от болезней, вызванных или спровоцированных курением табака, умерли около 100 миллионов человек.

Нелишними являются сведения о физикохимии табака. Например, в табачном дыме содержатся никотин, смола, оксиды углерода, аэрозоли, соединения азота, цианистый водород, тяжелые металлы, радиоактивные вещества, органические соединения. В самых больших концентрациях в табачном дыме присутствует оксид углерода. Его способность соединиться с гемоглобином в 200 раз выше, чем у кислорода, и поэтому он замещает кислород в крови. Это в свою очередь уменьшает способность крови переносить кислород. Мозг и мышцы не могут действовать в полную силу без достаточного поступления кислорода. Чтобы компенсировать снижение его поступления, сердце и легкие вынуждены работать с большей нагрузкой, что вызывает проблемы с кровообращением.

Почему табакокурение объединяют вместе с наркоманией, алкоголизмом и токсикоманией? Потому что все они одинаковы по сущности и механизмам возникновения. Главный фактор в этих пристрастиях — своеобразная наркотическая зависимость души и тела человека от пьянящих веществ, в том числе веществ табачного дыма, без которых организму становится трудно обойтись.

Распространению табакокурения среди молодежи способствует несколько причин. Среди старшеклассников 20—25 % подражают сверстникам из любопытства, 15 % — желание казаться взрослым, остальные отдают «дань моде». Что касается студентов, то здесь чем старше курс, тем больше человек затрудняется объяснить причины увлечения курением. Только 25 % перво- и второкурсников выделяют желание «казаться взрослым», остальные «точной причины не знают».

Исходя из этих данных есть все предпосылки задуматься специалистам, преподавателям и родителям. По результатам опроса, проведенного российским Институтом сравнительных социальных исследований, ведущую роль в процессе своего прозрения молодежь отводит родителям. На втором месте стоит пропаганда органов здравоохранения, на третьем — авторитет учителей и преподавателей.

Работа в вузе по профилактике никотиновой зависимости в студенческой среде должна включать в себя:

- организацию учебно-воспитательной, научно-исследовательской работы в процессе обучения;
- проведение культурно-массовой, спортивно-оздоровительной работы в учебном заведении и общежитии;
- проведение информационно-разъяснительной работы среди учащейся молодежи;
- пропаганду здорового образа жизни;
- реабилитационно-оздоровительные мероприятия среди студентов.