

ПРОФИЛАКТИКА ПРОБЛЕМНОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Пешковская А.Г., Соснина М.В.
Томский политехнический университет
E-mail peshkovskaya@tpu.ru

Проблема употребления алкоголя в образовательной среде не теряет своей актуальности. Так, доля студентов в возрасте 18-20 лет регулярно употребляющих алкоголь составляет 72% (Johnston et al. 2009). Кроме того, 43% употребляли алкоголь в течение последних 30 дней, 28% сообщили, что за последние 30 дней хотя бы раз напивались, а 25% юношей и девушек находились в состоянии алкогольного опьянения в течение нескольких дней подряд за последние 2 недели [5].

Вместе с тем, проблема становится особенно острой для регионов, в которых научно-образовательная сфера играет ключевую роль. Среди студентов томских вузов злоупотребление алкоголем выявлено в 33,7% случаев (Бохан Н.А., Воеводин И.В., 2009, 2012), и показатели, к сожалению, не имеют тенденции к снижению – на протяжении всего первого десятилетия двухтысячных отмечается «стабильная напряженность» ситуации. Как и на общероссийском уровне, еще одной тревожащей тенденцией среди томских студентов является феминизация аддиктивного поведения – рост процента злоупотребляющих алкоголем девушек с 24,7% до 31,4% за последние пять лет [1].

Процессу появления и развития зависимых форм поведения у студентов может способствовать ряд факторов:

- ощущение собственной незначительности и ненужности, чувство одиночества, заниженная самооценка, низкий самоконтроль, неумеренно робкое или агрессивное поведение;
- переживание стойких неудач в обучении и конфликты с родителями, преподавателями, сверстниками; неспособность справиться с общественными задачами;
- неорганизованность в проведении свободного времени, отсутствие досуга, социально одобряемых развлечений;
- позитивное отношение среди сверстников к поведению и образу жизни употребляющих алкоголь;
- проблемные моменты учебно-воспитательного процесса, такие как формализм, недооценка преподавателями психологических особенностей подросткового и раннего юношеского возраста.

Деятельность куратора студенческой группы здесь, в контексте предупреждения развития аддиктивного поведения (в частности, алкогольной зависимости и, как следствие, учебной и социальной дезадаптации), должна быть ориентирована на редукцию факторов риска и обеспечивать формирование у студентов защитных факторов, в числе которых:

- успешное прохождение адаптационного периода на 1 курсе;
- включенность в студенческую группу, активное участие в общественной (формальной и неформальной) жизни группы.

Кроме того, цель профилактики аддиктивного поведения обязывает куратора:

- содействовать формированию у студентов навыков общения, адекватной положительной самооценки;
- стимулировать стремление к достижениям, снижая притягательность преждевременного прекращения обучения;
- способствовать формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни;
- оказывать помощь в профессиональном самоопределении, в организации досуга.

В свою очередь, психологическая служба ТПУ предлагает к апробации комплексную программу превентивно-профилактических мер, направленных на предупреждение злоупотребления и развития алкогольной зависимости среди студентов-политехников. Основное внимание уделено психологическому сопровождению студентов, имеющих проблемы, связанные с алкоголем. Программа предполагает информационно-ознакомительные и направленные на изменение личных убеждений мероприятия в отношении единичных случаев проблемного употребления и, в качестве основного воздействующего компонента – длительное (до трех месяцев) курение студентов с многократным проблемным употреблением в форме индивидуальных и групповых сессий, включающих психологические коррекционные мероприятия, а также обучение навыкам самомониторинга.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бохан Н.А., Воеводин И.В. Микросоциальные факторы риска аддиктивного поведения у студентов вузов // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2009. – № 1. – С. 37-40.

2. Cronce J., Larimer M. Individual-focused approaches to the prevention of college student drinking // Alcohol Research and Health. – 2011. Vol. 34. – № 2. – P. 210-221.
3. Hingson R. Magnitude and prevention of college drinking and related problems // Alcohol Research and Health. – 2010. Vol. 33. – № 1 and 2. – P. 45-54.
4. Saltz R.F. Preventing alcohol-related problems on college campuses // Alcohol Research and Health. – 2005. Vol. 28. – № 4. – P. 229-251.
5. Windle M., Zucker R.A. Reducing underage and young adult drinking. How to address critical drinking problems during this developmental period // Alcohol Research and Health. – 2010. Vol. 33. – № 1. – P. 29-44.