

З ДОСВІДУ РОБОТИ ПО ФОРМУВАННЮ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

викл. А.Б. Кочарян, КІ СумДУ

Еколого-демографічна ситуація, яка склалася в Україні за сучасних умов, примушує замислитися кожного, хто дбає про власне життя і здоров'я, про долю своїх нащадків.

Згідно інформації ВООЗ, Україна посідає перше місце в Європі по темпам зростання ВІЛ-інфікованих людей. Україну відносять до країн з високою розповсюдженістю паління. Український інформаційний центр з проблем алкоголю та наркотиків повідомляє, що нині палить 51% чоловіків працездатного віку. Якщо в усьому світі на кожну людину припадає в середньому 870 випалюваних сигарет, то в Україні – 1500-1800 (1).

В результаті опрацювання теоретичного матеріалу та аналізу проведеного опитування та анкетування студентів 1-х курсів на базі Політехнічного технікуму Конотопського інституту СумДУ виявлені недостатньо сформовані або незакріплені позитивні цінності та переконання молоді. Відомо, що саме позитивні цінності та переконання є важливим фактором розвитку вміння приймати правильні та виважені рішення. Загальнодержавна ситуація щодо нездорового способу життя, розповсюдження ВІЛ/СНІДу, хвороб, які передаються статевим шляхом, підліткової вагітності, алкоголізму, наркоманії та зростаюче насилля серед молоді є підтверджуючими матеріалами щодо даної проблеми та її можливих причин.

Після вивчення інноваційних методик виховання нами була розроблена програма по формуванню здорового способу життя. Ціль програми – навчити студентську молодь приймати правильні рішення в життєвих ситуаціях на основі правдивої і достовірної інформації; показати

значимість особистості, навчити поважати себе і навколишніх; допомогти молодому поколінню приймати свідоме рішення щодо відмовлення від тютюну, алкоголю і наркотиків.

На базі гуртожитку у 2004-2005 навчальному році був створений експериментальний майданчик, де і впроваджувалась дана програма.

До планів виховної роботи гуртожитку були внесені заходи, в яких викиристовувалися матеріали Українського інформаційного центру з питань алкоголю та наркотиків. У якій би формі ці заходи не проходили б (диспут, лекція, конференція, тренінг і т.д.), матеріал подавався як інформація, а не як інструкція до виконання. Таким чином, ми домоглися руйнування психологічного бар'єра, коли матеріал нав'язується аудиторії.

Був створений молодіжний клуб "Клумба". У спілкуванні, тренінгах, роботі педагоги займали особистісно-орієнтовну позицію, сприймали молодих людей такими, які вони є.

Програма розрахована на 1 рік.

Після завершення програми студенти висловлювали своє бачення стосовно свого майбутнього. 63% визнали, що вели ризикований спосіб життя і виявили бажання до зміни свого ставлення до свого особисто здоров'я та здоров'я оточуючих. 28% виявили бажання створити ініціативну групу "Попереджений є озброєним"; їх запрошують до обміну досвідом в навчальні заклади області, цікавляться досвідом і громадські організації як міста, так і області.

1. Динаміка поширення тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотичних речовин серед учнівської молоді України: 1995, 1999, 2003 роки./ О.М.Балакірева (кер. авт. кол.), О.О.Яременко, О.Р.Артюх та ін. – К.: Державний інститут проблем сім'ї та молоді, 2003.
2. Довбах Г., Салюк Т. Досвід профілактики куріння: заняття, конкурси, клуби. – К.: ЮНІСЕФ, 2003.