

*Филон А.В., Якович М.М., 1 курс,  
Скютте Д.Н., преподаватель,*

*Гродненский филиал УО «БИП – Институт правоведения»*

Одной из задач воспитательной работы в вузах является формирование у студентов потребности и осознания необходимости вести здоровый образ жизни. Особую актуальность проблема приобретает в отношении студентов первого курса, которые адаптируются к новым условиям обучения, коллективу, сталкиваются с вопросом пересмотра организации своего досуга и графика рабочего дня.

В целях изучения отношения студенческой молодежи первых курсов к проблеме вредных привычек и здорового образа жизни в Гродненском филиале Белорусского института правоведения было проведено микроисследование на тему «Здоровый образ жизни». Всего было опрошено 92 студента-первокурсника. Анкетированным были предложены вопросы относительно курения, алкоголя, наркотиков и причин, побуждающих людей принимать различные стимуляторы.

Осознают вред курения большинство студентов (96,5%). При этом 4,3% считают, что оно полезно для здоровья; курит 29%. Причины курения сводятся, в основном, к неумению занять свое свободное время, отсутствию увлечений (43,5%). У 18% – это вредная привычка. Вред курения для окружающих осознают 97%.

Что касается спиртного (в т.ч. пива), то их употребляют 76% (из них постоянно – 28%, изредка – 48%). 79% употребляют спиртные напитки 1-2 раза в месяц, не считая это употреблением спиртного.

Причины пьянства среди молодежи анкетированные видят в следующем: 72% – влияние друзей, компании, 55% – отсутствие силы воли, неумение отказаться, 44,6% – отсутствие интересов, неумение занять себя в свободное время, 44,6% – наличие конфликтной ситуации дома, 31,5% – отсутствие мест отдыха для молодежи.

С проблемой наркотиков, к счастью, никогда не сталкивались 85% первокурсников. Знакомых, друзей, употребляющих наркотики, имеют 15% опрошенных.

При выявлении причин, побуждающих молодых людей пробовать наркотики первое место занимает «интерес к новому, любопытство, новые ощущения» (72,8%). На втором месте – влияние компании (70%). Третье и четвертое места, соответственно, – распушенность (66%) и «желание «отъехать», испытать удовольствие» (42,4%). Безразличие к жизни (35%) – пятое место, отсутствие контроля со стороны взрослых (30%) – шестое место.

Анализируя причины употребления курения, спиртных напитков, наркотиков, можно прийти к выводу о том, что большинство студентов испытывают трудности по организации своего досуга нормальными, цивилизованными способами, сложности в плане занятия досуга. У них отсутствует глубинный смысл жизни, наблюдается внутренняя пустота. 25% студентов не знают, что такое увлечения. К ним относят «секс», «отдых с друзьями», «выпивку», т. е. свободное время препровождения, что увлечением по сути не является. 50% увлечением считают слушание музыки, 39% - компьютерные игры. 11% убеждены, что от вредных привычек отказываться не стоит, однако 79% полагают, что них стоит отказаться ради здорового образа жизни.

Достаточно размытым в глазах студентов выступает понятие «здоровый образ жизни». В него большинство включает отказ от вредных привычек. Также в понятие здорового образа жизни включаются (по убывающей): занятия физической культурой и спортом, рациональное питание, личная гигиена, положительные эмоции, оптимальный двигательный режим, владение навыками безопасного поведения, закаливание.

По мнению студентов, наиболее действенными мерами со стороны вуза в борьбе с вредными привычками будут выступать штрафные санкции (48%), административные взыскания, а также беседы с администрацией (41%). 28% опрошенных не против прослушать тематические лекции. 27% предлагают отстранить «употребляющих» от развлекательных мероприятий. 23% студентов демонстрируют готовность самим поучаствовать в проведении интерактивных занятий со студентами по формированию здорового образа жизни.

Таким образом, администрация вуза и кураторы, работающие с первыми курсами, призваны сыграть активную роль в разъяснении и популяризации идеи здорового образа жизни среди студенческой молодежи.