

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА РОБОТА З ПРОФІЛАКТИКИ МОЛОДІЖНОГО АЛКОГОЛІЗМУ ЯК ШЛЯХ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

В. Й. Кульчицький

*Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського
МОЗ України*

Вступ. Актуальність дослідження визначається тим, що проблема молодіжного алкоголізму, як і більшість соціальних проблем, має системний характер. Саме тому питання, присвячені проблематиці молодіжного алкоголізму та шляхам її вирішення, вивчають і освітлюють фахівці різного профілю та напрямку – від освітян і медичних працівників до правоохоронних органів.

Мета роботи – проаналізувати особливості психолого-педагогічної роботи з профілактики молодіжного алкоголізму як шляху формування позитивного ставлення до здорового способу життя.

Основна частина. З'ясовано, що саме скоординовані дії психологів, педагогів та медиків в організації санітарно-просвітницької роботи з попередження вживання алкогольних напоїв серед підростаючого покоління дадуть позитивний ефект. Констатовано, що психолого-педагогічна профілактика безпосередньо пов'язана і з формуванням у підлітків їх соціальної компетенції. Якщо молода людина вміє реалізовувати свої потреби у спілкуванні, любові, отриманні задоволення адекватними засобами, то немає необхідності вдаватися їй до допомоги алкоголю. Зосереджено увагу на тому, що психолого-педагогічна робота з профілактики молодіжного алкоголізму тісно пов'язана з багатьма напрямками формування особистості молодої людини і повинна охоплювати всі чинники соціалізації підлітка. Таким чином, мета психолого-педагогічної профілактики молодіжного алкоголізму полягає у формуванні у підлітків антиалкогольних установок як внутрішньоособистісних регуляційних механізмів, що забезпечують реалізацію поведінки в рамках здорового і безпечного способу життя.

Висновки. Розглядаючи питання профілактики молодіжного алкоголізму, необхідно враховувати багатоаспектність цього явища, а отже, і складність побудови системи превентивних заходів. Ефективність психолого-педагогічної профілактичної роботи багато в чому залежить від її координації. Проведення окремих заходів не дасть бажаного результату.

Ключові слова: психолого-педагогічна робота; молодіжний алкоголізм; здоровий спосіб життя; санітарно-просвітницька робота; соціальна компетенція.

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL WORK ON THE PREVENTION OF YOUTH ALCOHOLISM AS A WAY OF FORMING A POSITIVE ATTITUDE TOWARDS A HEALTHY LIFESTYLE

V. Y. Kulchytskyi

I. Horbachevsky Ternopil National Medical University

Introduction. The relevance of the research is determined by the fact that the problem of youth alcoholism, like most social problems, is systemic in nature. That is why the questions are devoted to the problem of youth alcoholism and ways to solve it are studied and clarified by specialists of various profiles and directions – from educators and medical workers to law enforcement agencies.

The aim of the work – to analyze the peculiarities of psychological and pedagogical work on the prevention of youth alcoholism as a way of forming a positive attitude towards a healthy lifestyle.

The main part. It was found that the coordinated actions of psychologists, doctors and teachers in the organization of sanitary and educational work to prevent the consumption of alcoholic beverages among the younger generation will have a positive effect. It was established that psychological and pedagogical prevention is directly related to the formation of adolescents' social competence. If a young person knows how to fulfill his needs for communication, love, and satisfaction by adequate means, then he does not need to resort to

alcohol. Attention is focused on the fact that psychological and pedagogical work on the prevention of youth alcoholism is closely related to many directions of the formation of a young person's personality and should cover all factors of adolescent socialization. Thus, the goal of psychological and pedagogical prevention of youth alcoholism is the formation of anti-alcohol attitudes in adolescents as intra-personal regulatory mechanisms that ensure the implementation of behavior within the framework of a healthy and safe lifestyle.

Conclusions. It was concluded that when considering the issue of prevention of youth alcoholism, it is necessary to take into account the multifaceted nature of this phenomenon, and therefore the complexity of building a system of preventive measures. The effectiveness of psychological and pedagogical preventive work largely depends on its coordination. Carrying out separate measures will not give the desired result.

Key words: psychological and pedagogical work; youth alcoholism; healthy lifestyle; sanitary and educational work; social competence.

Вступ. Початок XXI ст. в Україні характеризується ускладненням і загостренням комплексу проблем, пов'язаних із споживанням алкогольних напоїв. Пияцтво в сучасному українському суспільстві набуло особливо хворобливого характеру майже за всіма показниками: рівнями вживання алкоголю, захворюваності, смертності через зловживання спиртними напоями, залученням до вживання алкоголю молоді. Необхідно відзначити, що проблема молодіжного алкоголізму, як і більшість соціальних проблем, має системний характер. Тому питання, присвячені проблематиці молодіжного алкоголізму та шляхам її вирішення, вивчають і освітлюють фахівці різного профілю і напряму – від освітян і медичних працівників до правоохоронних органів.

Алкоголізм – тяжка хронічна хвороба. Вона розвивається на основі регулярного і тривалого вживання алкоголю та характеризується особливим патологічним станом організму: нестримним потягом до спиртного, деградацією особистості. Проте, з огляду на традиційно толерантне ставлення до вживання спиртного, алкоголізація молодого покоління в уявленні багатьох громадян не є гострою суспільною проблемою. Розвиток ринкових відносин в Україні та відкритість суспільства зумовили істотне розширення ринку алкогольних напоїв. Відносна легкість придбання і доступні ціни також роблять їх привабливими для споживача, зокрема молоді.

Більшість людей сприймає проблему алкоголізму передусім як надмірне вживання алкогольних напоїв. Але як у громадській думці, так і в медицині немає чіткого визначення того, що саме вважати надмірним вживанням.

З огляду на вищесказане, проблема психолого-педагогічної роботи з профілактики молодіжного алкоголізму як шляху формування позитивного ставлення до здорового способу життя є надзвичайно актуальною.

Аналіз досліджень. Проблематику молодіжного алкоголізму фундаментально дослідили українські науковці А. Капська, О. Пилипенко, О. Яременко.

Висвітленню основних проявів у поведінці підлітка, схильного до алкоголізму, присвячені праці В. Ягодинського. Науковці Ю. Лисицин, П. Сидоров розкривають систему роботи з реабілітації клієнтів, залежних від алкоголю. Аналіз засобів профілактики пияцтва й алкоголізму неповнолітніх, який провели В. Грушко, В. Оржеховська, дає змогу виокремити низку властивостей, що розкривають її сутність.

Мета роботи – проаналізувати особливості психолого-педагогічної роботи з профілактики молодіжного алкоголізму як шляху формування позитивного ставлення до здорового способу життя.

Основна частина. «Хворобу легше попередити, ніж лікувати», – це золоте правило медицини набуває особливого значення, коли мова заходить про шкідливі звички молоді, зокрема алкоголізм. Головні цінності суспільства – життя і здоров'я людини. Саме тому, в умовах ускладнення життя, міжособистісних зв'язків та стосунків, державний курс освітньої політики в Україні передбачає пропаганду здорового способу життя, виховання здорового молодого покоління, якому жити і працювати у новій державі [1].

За даними соціологічних досліджень, більшість опитаних представників молодого покоління України має досвід вживання алкогольних напоїв. Реальним виходом із цієї ситуації на сьогодні є активне залучення до профілактичної роботи педагогів, психологів, медичних працівників.

Тому основне завдання психолого-педагогічної роботи з профілактики полягає не тільки і навіть не стільки в запобіганні реальному знайомству молоді з алкоголем, скільки в тому, щоб попередити виникнення в підлітка установки на наркотизацію – бажання спробувати алкоголь.

Але для того, щоб такого бажання не виникло, молода людина повинна успішно будувати відносини з навколишнім світом: вирішувати проблеми, реалізувати потреби, що виникають, за рахунок власних знань і вмінь. І тут завдання профілактики повністю збігаються з власне завданнями виховання.

У профілактиці молодіжного алкоголізму фахівці виділяють кілька напрямів: медичний, юридичний, соціальний. Як правило, всі вони орієнтовані на «виправлення» наслідків алкоголізму: медики розробляють усе нові й нові методи лікування залежності, юристи пропонують варіанти законодавчих заходів, здатних обмежити торгівлю алкоголем. Психолого-педагогічну профілактику розглядають як допоміжну ланку антиалкогольної політики, і можливості її оцінюються вельми скромно. Разом із тим, саме вона здатна стати тим самим «щепленням», яке захистить молоду людину від алкогольної залежності [2].

Психолого-педагогічну профілактику не можна звести до банальних повчань. Звичайно, молодій людині потрібно знати про наслідки алкоголізму, вміти реально оцінювати небезпеку знайомства зі шкідливими для здоров'я напоями. Але для того, щоб зрозуміти, як алкоголізм впливає на здоров'я (а отже, переконалися в його небезпеці), підліткам потрібно мати уявлення про пристрій і роботу людського організму. При цьому важливо, щоб молода людина розуміла, наскільки особливий її організм, які потенційні можливості приховані в кожному з нас. А оскільки це насправді так, то турбота про власне здоров'я – не просто нудний обов'язок, виконання якого вимагають дорослі, а невідмінна умова реалізації своїх бажань, досягнення успіху в житті [2].

Отже, психолого-педагогічна робота з профілактики молодіжного алкоголізму – це ще і формування позитивного ставлення до здорового способу життя.

Молода людина повинна усвідомлювати, що її здоров'я, життя – це те, що вона отримала від минулих поколінь, і те, що повинна через певний час передати прийдешнім поколінням. А це означає, що турбота про здоров'я набуває нового сенсу. Людина не має права бездумно розпоряджатися таким даром. Будь-яка поведінка, пов'язана із саморуйнуванням, не просто небезпечна, вона аморальна стосовно своїх близьких.

Психолого-педагогічна профілактика потребує обговорення з підлітками таких складних і, на перший погляд, далеких від проблеми алкоголізму понять, як сенс життя, моральність, самовдосконалення тощо.

Природно, що залежно від віку вихованців глибина трактування цих категорій буде відрізнятися.

Психолого-педагогічна профілактика безпосередньо пов'язана і з формуванням у підлітків їх соціальної компетенції. Якщо молода людина вміє реалізовувати свої потреби у спілкуванні, любові, отриманні задоволення адекватними засобами, то немає необхідності вдаватися їй до допомоги алкоголю. Завдання психологів та педагогів – навчити своїх підопічних законів спілкування, вмінню уникати і долати конфліктні ситуації, керувати своїми емоціями, прогнозувати результати своєї поведінки [3].

Таким чином, психолого-педагогічна робота з профілактики молодіжного алкоголізму тісно пов'язана з багатьма напрямками формування особистості молоді людини і повинна охоплювати всі чинники соціалізації підлітка.

Основна мета психолого-педагогічної профілактики молодіжного алкоголізму полягає у формуванні у підлітків антиалкогольних установок як внутрішньоособистісних регуляційних механізмів, що забезпечують реалізацію поведінки в рамках здорового і безпечного способу життя.

У структурі антиалкогольних установок виділяють інформаційний, оцінювальний та поведінковий компоненти. Інформаційний компонент включає в себе всі відомості про аспекти алкоголізму, які дозволяють запобігти знайомству з алкогольними напоями (вплив на організм, фізичне і психічне здоров'я, соціальний статус тощо). Оцінювальний компонент базується на певному негативному сприйнятті молоді людиною явищ та фактів, пов'язаних з алкоголізмом. Поведінковий компонент являє собою комплекс прийомів і навичок, що дозволяють підлітку уникнути вживання алкогольних напоїв [4].

Зрозуміло, що, вибудовуючи модель профілактики, формуючи її зміст, педагог враховує особливості конкретної молодіжної аудиторії, виходить із власного розуміння завдань антиалкогольного виховання.

Звичайно, сьогодні ми потребуємо нових, сучасних форм і технологій, які б дозволили реально змінювати ситуацію, пов'язану з молодіжним алкоголізмом. Безумовно, тут слід скористатися досвідом, який накопичили наші зарубіжні колеги. Виділяють такі форми організації психолого-педагогічної профілактики серед підлітків, як лекція, опитування (анкетування), тренінгові заняття, рольові ігри, проекти.

Вочевидь, для того, щоб проводити тренінгові заняття з питань профілактики вживання алкоголю,

необхідно мати певні знання щодо цієї проблеми. Перш за все тренер повинен мати інформацію про: ситуацію у світі, країні, місті (дані статистики, актуальність проблеми); алкоголь та алкоголізм; механізм і особливості впливу алкоголю на організм людини, зокрема підлітків; шкідливі наслідки вживання алкоголю; мотиви вживання алкоголю; міфи та хибні уявлення про алкоголь у молодіжному середовищі (як вони формуються і як їх розвіювати); роль впливу групи на початок вживання алкоголю серед підлітків, стратегії протидії тиску однолітків; вплив реклами на формування алкогольної поведінки і ставлення підлітків до алкоголю; алкоголь та

законодавство (як держава намагається боротися з поширенням алкоголізму) [4].

Висновки. Розглядаючи питання профілактики молодіжного алкоголізму, необхідно враховувати багатоаспектність цього явища, а отже, і складність побудови системи превентивних заходів. Ефективність психолого-педагогічної профілактичної роботи багато в чому залежить від її координації. Проведення окремих заходів не дасть бажаного результату. Саме тому скоординовані дії психологів, педагогів та медиків в організації санітарно-просвітницької роботи з попередження вживання алкогольних напоїв серед молоді дадуть позитивний ефект.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Яременко О. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакулєнко. – К., 2000. – 207 с.

2. Яременко О. О. Тютюн, алкоголь, наркотики в молодіжному середовищі: вживання, залежність, ефективна профілактика / О. О. Яременко, О. М. Балакірева, О. Р. Артюх. – К., 2005. – 193 с.

3. Максимова Н. Ю. Психологічна профілактика схильності до алкоголю та наркотиків і психокорекційна робота з підлітками групи ризику / Н. Ю. Максимова // *Практ. психологія та соц. робота.* – 2000. – № 2. – С. 2–4.

4. Ягодинський В. В. Профілактика негативних явищ серед учнівської та студентської молоді / В. В. Ягодинський. – К. : Вид-во європейського університету, 2003. – 168 с.

REFERENCES

1. Yaremenko, O., Balakirieva, O., & Vakulenko, O. (2000). *Formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia molodi: problemy i perspektyvy* [Formation of a healthy lifestyle for young people: problems and prospects]. Kyiv [in Ukrainian].

2. Yaremenko, O.O., Balakirieva, O.M., & Artiukh, O.R. (2005). *Tiutiun, alkohol, narkotyky v molodizhnomu seredovishchi: vzhivannia, zalezhnist, efektyvna profilaktyka* [Tobacco, alcohol, drugs in the youth environment: use, addiction, effective prevention]. Kyiv [in Ukrainian].

3. Maksymova, N.Yu. (2000). *Psykhologichna profilaktyka skhynnosti do alkoholiu ta narkotykyv i psykhokorektsiina*

robita z pidlitkamy hrupy ryzyku [Psychological prevention of addiction to alcohol and drugs and psychocorrective work with teenagers at risk]. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota – Practical Psychology and Social Work*, 2, 2-4 [in Ukrainian].

4. Yahodynskiy, V.V. (2003). *Profilaktyka nehatyvnykh yavysch sered uchnivskoi ta studentskoi molodi* [Prevention of negative phenomena among pupils and students]. Kyiv: Publishing House of the European University [in Ukrainian].

Отримано 21.09.2023