

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н. Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра технологического образования

**АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ
ВЛИЯНИЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ НА ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ
ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

студентки 5 курса 501 группы
направления 44.03.01 Педагогическое образование
профиля «Безопасность жизнедеятельности»
факультета психолого-педагогического и специального образования
заочной формы обучения

КОСОВОЙ АЛЕНА АЛЕКСАНДРОВНЫ

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент _____ Н.В. Саяпин

и.о. заведующий кафедрой:

канд. пед. наук, доцент _____ Н.В. Саяпин

Саратов 2023

Введение. Актуальность работы. Хорошо известно, что курение является одной из самых вредных и распространенных привычек среди современной молодежи. Помимо нанесения непоправимого вреда здоровью курящих и их окружению, данная привычка мешает формированию у нынешних детей, подростков, а также юношей и девушек, адекватных возрасту поведенческих установок на здоровый образ жизни и замедляет их личностно - нравственный рост.

К несчастью, среди молодых людей курение не считается какой-либо девиацией или отклонением от общепринятой нормы поведения. Хорошо известно, что общественная мораль в нашем государстве терпима к данному явлению. Хотя в это же время во многих развитых странах курение считается одной из форм девиантного поведения человека. Очень часто современных курильщиков отождествляют с такими явлениями как наркомания, невротическая, с загрязнением воздуха и виновниками пожаров и т.д. Современным специалистам предстоит сделать многое в нашем обществе, чтобы в сознании всех людей, и в первую очередь молодежи, зафиксировалась мысль, которую высказал директор Государственного научно-исследовательского центра профилактической медицины Российской Федерации академиком Р.Г. Огановым о том, что курильщик - это человек, имеющий определенные дефекты в современной культуре и поведении.

Разрушительная сила табакокурения заставила психологов и педагогов искать ответы на следующие вопросы: в чем причина людей которые курят и как им помочь избавиться от вредной привычки, насколько эффективны программы по борьбе с табакокурением?

Хотя на сегодня имеется определенная помощь курильщикам, которая включает следующие рекомендации: предупреждение официальной службы охраны здоровья, советы врачей, лечение, когнитивную терапию, создание групп поддержки и т.д. К сожалению, все это воздействует на человека только временно и лишь 1/5 часть людей бросают курить после принятых мер, большинство же возобновляют вредную привычку.

Как утверждают педагоги и психологи в борьбе с этим недугом наибольший эффект дают программы по коррекции поведения, которые приводят к курению. В нашей выпускной квалификационной работе представлен курс профилактических занятий, основными моментами которого являются: предоставление определенной информации о вреде курения и влияние на организм человека; показ механизмов влияния сверстников, родителей и средств массовой информации на распространенность курения; моделирование ситуаций и ролевых игр с целью избавления от вредной привычки; проведение профилактических занятий по формированию ответственного и безопасного поведения, социальных и жизненных навыков.

Целью работы является выявление и составление психолого-педагогических условий направленных на формирование у детей и подростков установок на здоровый образ жизни, и повышению их отрицательного отношения к курению.

Объектом исследования – учебно-воспитательный процесс в общеобразовательном учреждении.

Предмет исследования – выявление условий и причин отношения детей и подростков к табакокурению.

Гипотезой исследования является предположение о том, что выявленные психолого-педагогические условия будут эффективны, если они способны оказать: продуктивное влияние на формирование системы знаний подростков о негативных последствиях табакокурения; выработать практические умения противодействовать вовлечению подростков в употребление табачных изделий.

В соответствии с целью, предметом и выдвинутой гипотезой мы поставили следующие задачи исследования:

1. Раскрыть проблемы табакокурения детей и подростков. Изучение теоретической литературы по проблеме исследования.
2. Выявить условий и причины влияющие на распространение табакокурения у детей и подростков.

3. Обосновать и выявить психолого-педагогические условия и экспериментально проверить формирование у детей и подростков установок на здоровый образ жизни, и повышения их отрицательного отношения к курению.

Методологическую основу исследования составили современные методы научного познания: комплексные теории безопасности, идеи научного моделирования, концепции безопасности жизнедеятельности человека; на научно-педагогическом уровне: личностно - ориентированный, культурологический, диалогический подходы; идеи безопасности образовательного учреждения.

Теоретическую основу исследования составили подходы психологической теории деятельности (Л.С.Выготский, А.В.Запорожец, А.Н.Леонтьев и др.), личностно ориентированный (И.А.Зимняя, В.А.Сластенин, Г.А.Китайгородская и др.), системный (В.Г.Афанасьев, В.С.Ильин, В.В.Краевский и др.), культура безопасности рассматривалась (В.В.Анисимовым, В.В.Балясниковым, С.И.Высоцкой, А.Ф.Гусевым, В.В.Ивановым, Б.И.Мишиным, Н.Д.Никандровым, Л.С.Хорошиловой, Л.И.Шершневым и др.).

Для решения поставленных задач и проверки исходных положений гипотезы были использованы теоретические и эмпирические методы исследования: анализ, обобщение и интерпретация педагогической, психологической, специальной и методической литературы, нормативной документации, опыта российских учителей по ОБЖ и работников ЧС, моделирование учебного процесса по ОБЖ, педагогическое наблюдение, беседа, анкетирование, опрос, тестирование, статистическая обработка данных полученных в ходе проведения эксперимента.

Базой опытно-экспериментальной явилось МОУ СОШ села Сосновка Гагаринского района города Саратова с обучающимися общеобразовательных классов и обучающимися старших классов.

Теоретическая значимость выпускной квалификационной работы заключается в том, что его результаты вносят определенный вклад в теорию и методику формирования культуры здорового образа и повышения их

отрицательного отношения к табакокурению, а также укрепление знаний о влиянии его на психологическое и физиологическое развитие молодежи. Осуществлен анализ современного состояния процесса формирования культуры безопасности жизнедеятельности обучающихся в общеобразовательном учреждении, определены пути и способы оптимизации исследуемой проблемы.

Практическая значимость заключается в изучении и выработке психолого-педагогических условий повышения профилактики курения у детей и подростков, что понизит негативное влияние распространения табакокурения и психической зависимости в среде современной молодежи.

Структура выпускной квалификационной работы обусловлена целью и задачами исследования и представляет собой: введение, две главы, заключение, список использованных источников, приложения.

Основное содержание выпускной квалификационной работы. В первой главе «Табакокурение детей и подростков как психолого - социальная и медицинская проблема» рассмотрены теоретические основы.

Многими учеными доказано, что табакокурение играет негативную роль в развитии множества заболеваний, главными из которых являются: болезнь сердца, онкология, хронический бронхит и т.д. Прежде чем приступить к раскрытию проблемы, мы рассмотрели историю и распространение табака и табакокурения, а также проследим влияние этого пагубного явления на детей, подростков, юношей и девушек.

В соответствии с нынешними исследованиями психологов, причинами курения подростков чаще всего является подражание старшим товарищам, в особенности тем, на которых они равняются и им хотелось бы быть похожими, сюда входят и родители; а также огромное желание казаться взрослым и независимым; желание «быть как все» среди друзей и курящей компании. Причиной курения подростков в некоторых случаях является и запрет родителей, потому как работает принцип - «сладость запретного плода», это случается в тех случаях, когда родители сами курят.

Хотя современные подростки довольно хорошо осведомлены об негативном влиянии табакокурения на здоровье, и поэтому некоторые из них утверждают, что наблюдают отрицательные последствия курения на своих знакомых курильщиках. К наиболее значимым последствиям негативного влияния курения на здоровье считаются такие, как:

- ограниченные физические возможности личности, в данном случае трудно заниматься спортом, подвижными играми или танцами;

- появляется никотиновая зависимость, самым сильным негативным моментом курения молодежи является то, что они объясняют свою невозможность отказаться от курения отсутствием силы воли;

- проявляется внешняя непривлекательность, к этому можно отнести: желтый цвет кожи, зубов и ногтей. Данный момент актуален для подростков, потому как они придают большое значение внешнему виду. Это связано в первую очередь с развитием процесса социализации подростков и появлением межполового интереса;

- материальные затраты (трата денег).

Однако, несмотря на многочисленные негативные стороны курения, оно, по мнению подростков и молодежи, имеет три положительных момента:

- снятие напряжения, потому как они считают, что курение - хороший способ расслабиться, отвлечься от преследуемых проблем; данный стереотип складывается в результате психологических защит: подросткам, совершающим порицаемые обществом действия, следует оправдаться как перед собой, так и перед окружающими;

- возможность повысить личный авторитет, потому как в подростковом и молодежном возрасте курение считается признаком взрослости; по их мнению, курящим легче найти себе компанию, чем некурящим;

- возможность сплочения группы; многие подростки считают, что курение сплачивает компанию; легко завязывается беседа; в процессе курения легко можно познакомиться с другими сверстниками.

Основным мотивом начала курения чаще всего является желание

приобрести друзей или стать «своим» в компании своих сверстников и старших друзей. Сигарета для современного подростков является своего рода сигналом или паролем, благодаря чему подросток может попасть в желаемую компанию и быть уверенным, что его не отвергнут, а примут. Занимаясь курением, подросток демонстрирует членам референтной группы, что он такой же, как они все.

Таким образом, подводя итог первой главе, необходимо отметить, что психолого-педагогическая, социальная и медицинская проблема табакокурения в подростковой среде стоит достаточно остро, хотя и не только в этой среде. Современные подростки достаточно хорошо информированы об отрицательном влиянии курения на их здоровье, но между тем они устойчиво видят положительные моменты курения.

Систематическое и длительное курение приводит к тому, что каждый курящий человек часто болеет, у него снижается физическая и умственная работоспособность, а также внимание и физическая выносливость. У них часто возникают противоречия с теми, кто не курит. Число неуспевающих школьников возрастает в тех классах, где больше курящих. Курение замедляет как физическое, так и психическое развитие детей и подростков. Хотелось бы заметить тот факт, что навыки, привычки, усвоенные в детском и подростковом возрасте самые прочные. Чем раньше подростки начинают курить, тем быстрее привыкнут к курению, и, в дальнейшем, отказаться от курения будет очень трудно.

Помимо нарушений психического развития курение медленно разрушает здоровье, особенно это опасно для девушек, собирающихся в будущем стать матерями.

Во второй глава нашей выпускной квалификационной работы «Психолого-педагогические аспекты профилактики курения детей и подростков в условиях образовательного учреждения» была проведена практическая работа.

В настоящее время борьба с табакокурением приобрела международную проблему. Регулярно происходят научные конференции, которые посвящены проблемам здоровья всего населения нашей планеты от курения и борьбой с курением. В 1974 году при Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) был создан комитет экспертов по курению и его влиянию на здоровье человека всего населения планеты. Данным комитетом была разработана целая система мероприятий по борьбе с курением практически во всех развитых странах. Эта система на сегодня дает более или менее удовлетворительные промежуточные результаты в отдельных развитых странах, но следует отметить, что она неспособна полностью решить проблему в целом. Потому, что происходит постоянная стабилизация в процентном соотношении курящих со сближением числа курящих мужчин и женщин в современном мире. Стоящая перед современным человечеством проблема борьбы с табакокурением может быть успешно решена только в том случае, если медиками (биологами) будут разработаны средства, которые полностью снимут интерес и тягу к курению, предотвращающие развитие явлений абстиненции. Наиболее продуктивны в этом направлении психотерапия и иглоукалывание, хотя следует заметить, что они в настоящее время помогают далеко не всем желающим бросить курить. Недостатком современных методов борьбы с курением, и в первую очередь антитабачной пропаганды, является то, что она почти исключительно сводится лишь к разъяснению вреда курения для здоровья.

Меры по усилению борьбы с курением могут оказаться достаточно эффективными лишь в том случае, если они будут дополнять настойчиво претворяемую систему антитабачного воспитания, проводимую в первую очередь в семье, родителями.

Следует заметить, что важную роль в распространении табакокурения играет в первую очередь мотивация и привлекательность курения среди молодежи в их среде. Как показал наш опрос, что многие взрослые, которые приобщились к табакокурению, то их привлекательность и мотивация к курению во многом начиналась формироваться в подростковом возрасте. В

выпускной квалификационной работе выделены несколько мотивов начала табакокурения среди подростков, к ним можно отнести: слабость воли, личные жизненные проблемы, подражание взрослым, крик моды, курение родителей, из любопытства, желание приобрести соответствующих друзей, влияние сверстников, выделение среди них и их авторитета, показать свою взрослость и независимость.

На начало курения на первом месте у подростков в качестве мотива стоит «желание приобрести друзей, выделиться и влияние сверстников, их авторитета». На втором месте является «подражание, мода, курение родителей». На третьем месте «любопытство» и «доказать свою взрослость и независимость».

Когда подросток начал курить для него практически всегда наступает сложная психологическая ситуация, причем она разрешается разными способами. По мнению многих подростков, их сверстники в процессе первой пробы курения очень часто используют «приспособление» (преимущественно курящие подростки), «сотрудничество» (чаще некурящие подростки), «соперничество» (чаще некурящие подростки), «избежание» (некурящие подростки).

В подростковой среде так называемая «жажда» (по отношению к курению) и «привычка» совсем нехарактерны. Все это дает возможность предполагать продуктивную профилактическую работу в отношении к курению в раннем возрасте, чем в студенческие годы. Курящие подростки чаще всего называют «приспособление» как способ решения при возникающих конфликтах при первой пробе табакокурения.

Заключение. Проблема табакокурения детей и подростков на сегодня является достаточно острой. В ходе написания выпускной квалификационной работы мы убедились в том, что, по сравнению с взрослыми, организм ребенка не имеет устойчивых и сильных восстановительных механизмов, от действия табачных веществ его организм менее защищен.

Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечно-сосудистой системах. В 12 – 15 лет они уже жалуются на отдышку при физической нагрузке. В результате многолетних наблюдений французский доктор Декалзне еще сто лет назад пришел к убеждению, что даже незначительное курение вызывает у детей малокровие и расстройство пищеварения. Подростки, начиная курить и стремясь это скрыть от взрослых, быстро и глубоко затягиваются. Быстрое курение способствует переходу в табачный дым большого количества вредных веществ, никотина поступает в 2 раза больше, чем при медленном. Обычно подростки докуривают сигарету или папиросу до конца, а, как известно, при этом в организм поступает максимальное количество ядовитых компонентов табака. Следует также учесть, что подростки, имея мало денег, чаще курят дешевые сорта сигарет, где никотина содержится больше.

Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих. Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие. Состояние здоровья не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха (например, юношам стать летчиками, космонавтами, спортсменами, девушкам – балеринами, певицами и др.) Курение и школьник не совместимы. Школьные годы – это годы роста как физического, так и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные. Чем раньше дети, подростки познакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему. И в дальнейшем отказаться от курения будет трудно. Таким образом, табакокурение одна из самых актуальных проблем в среде обучающихся. Потому как влияние сверстников на несформировавшееся сознание очень велико, то причин для беспокойства достаточно много. Подрастающему поколению необходимо уделять больше внимания, как со стороны родителей, так и со стороны учителей, социальных педагогов, которым надо внимательнее наблюдать за стремлениями и наклонностями учащихся.

Таким образом, из проведенной работы мы сделали выводы.

1. На основе анализа литературы и источников были изучены мотивационные аспекты табакокурения современных подростков, проанализированы профилактические программы по борьбе с курением.

2. На основе педагогического эксперимента осуществлялся сбор фактологического материала по исследуемой проблеме.

3. Проведение анализа профилактических занятий в образовательном учреждении разрешило выявить процент курящих мальчиков и девочек, а также влияние курения на их психическое и физическое развитие.

4. На основе полученных результатов исследования были разработаны рекомендации по снижению курения обучающихся подросткового возраста и формированию у них определенных установок на здоровый образ жизни.

5. Цель выпускной квалификационной работы выполнена, курящие подростки осмыслили сложность данной проблемы. У некурящих школьников подросткового возраста в сознании отложилось отрицательное влияние табакокурения на психическое и физическое их развитие.

6. Проведенный курс профилактических занятий против курения оказался продуктивным.

По нашему мнению проведение таких курсов занятий необходимо в каждой школе, причем следует начинать с пятого класса. Вероятно, в этом случае количество курящих школьников снизится. Борьбу с курением должны проводить непосредственно и самими родителями, так как это будет существенно дополнять данную профилактику школы.