

ТРЕЗВОСТЬ СТУДЕНТОВ – НЕОБХОДИМАЯ ЧАСТЬ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СОВРЕМЕННОГО ВУЗА

В. С. Смолин

ГОУ ВПО «Алтайский государственный технический университет им. И. И. Ползунова»
г. Барнаул

Лауреат Ленинской премии, Первой национальной премии лучшим врачам России, премии Андрея Первозванного, премии им. Бакулева, академик РАМН, обладатель множества орденов и медалей, почетный член многих отечественных и зарубежных академий и научных обществ доктор медицинских наук, профессор Федор Григорьевич Углов (05.10.1904–22.06.2008) в одной из своих книг пишет следующие строки: «На 28-ой сессии Генеральной ассамблеи ВОЗ в 1974 г. было вынесено решение: считать алкоголь наркотиком, подрывающим здоровье.

Как наркотический яд, зелье в первую очередь и сильнее всего действует на мозг и центральную нервную систему. Особенно на самые высшие центры мозга, отчего притупляются и слабеют наиболее совершенные его функции, на которых базируется нравственность, воля, благородство, патриотизм. Вместе с тем очень резко меняется в худшую сторону характер человека. Если же запил народ – характер всего народа. Но отнимите у русских, например, нравственность, патриотизм, благородство – и исчезнет то, что веками выделяло нас и выражалось в понятиях “русский характер”, “русская душа”, “русский солдат”. Мы сейчас очень близки к этому. Несмотря на то, что характер нации очень устойчив и сохраняется веками вопреки лихолетьям». Далее он пишет, что алкогольное нашествие «перерождает» народ всего за два, максимум за три поколения, то есть за 50-75 лет. И еще: «Правда об алкоголе очень страшна. И она видна не сразу. Наоборот, потребление алкоголя сначала вызывает эйфорию, создавая иллюзию благополучия. И в стремлении к такой иллюзии люди, не зная, к чему это приводит, относятся к алкоголю, как к безобидному напитку... Ни один глоток вина не обходится без вредных последствий. Алкоголь, в каком бы виде ни был принят (пиво, вино, водка, коньяк, чача, самогон и т.д.), как сильный наркотический яд оказывает разрушающее действие на все ткани и органы человека и особенно на мозг и репродуктивные органы. Достаточно сказать, что после любой умеренной дозы алкоголя в мозгу остается

целое кладбище погибших клеток, и обычный (небольшой) прием спиртного мужем или женой, а особенно обоими, может привести к появлению на свет дефективного, умственно отсталого ребенка» [1].

Или можно найти такое описание Ф. Г. Угловым действия алкоголя на человека: «При выполнении более сложных и более трудных заданий влияние “малых” и “средних” доз спиртных напитков сказывается сильнее, чем при выполнении легких. При этом они не только снижают работоспособность, но и уменьшают желание работать, то есть пропадает импульс к труду, и пьющие становятся неспособными к систематической работе, опускаются.

Характер человека начинает портиться, он становится эгоцентричным, грубым, часто появляется излишняя самоуверенность, склонность к плоскому юмору.

Личность меняется, появляются элементы деградации. Если в это время не прекратить пить, полного восстановления личности не произойдет.

Наряду с поражением мыслительных функций коры головного мозга имеют место глубокие изменения нравственности. Как самые высшие и наиболее совершенные чувства, как венец в развитии функций мозга они страдают очень рано. И первое, что мы наблюдаем у пьющих людей, это равнодушие к нравственным интересам, которые появляются очень рано, в ту пору, когда еще умственные и мыслительные акты остаются почти неизменными.

Чем больше и дольше пьет человек, тем сильнее страдает его нравственность.

Падение нравственности сказывается в потере стыда. В целом ряде научных работ доказывается великая охранительная сила стыда и великая опасность спиртных напитков, которые обладают свойством понижать силу, тонкость этого чувства.

К числу неминуемых последствий падения нравственности принадлежит увеличение лжи или, по крайней мере, уменьшение искренности и правды.

ТРЕЗВОСТЬ СТУДЕНТОВ – НЕОБХОДИМАЯ ЧАСТЬ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СОВРЕМЕННОГО ВУЗА

Другое чувство, легко утрачиваемое пьяницами, – страх. Все чувства у пьющих людей изменяются таким образом, что из сложных душевных актов утрачиваются самые возвышенные и тонкие элементы, и человек во всех своих душевных проявлениях огрубевает. Высшие чувства, высшие формы их превращаются в низшие.

При длительном употреблении спиртных напитков развиваются не простые скоропроходящие неправильности характера, но и более глубокие изменения. Рано ослабевает сила воли, приводящая, в конце концов, к полному безволию. Мысли теряют глубину и обходят трудности, вместо того чтобы их разрешать. Круг интересов сужается и остается одно желание – напиться. В далеко зашедших случаях дело доходит до полного отупения и маразма.

Алкоголь, оказывая влияние на мозг, не производит скачкообразных переходов от совершенно здорового к полному идиотизму. Между этими крайними формами мыслительного и психического состояния имеется много переходов, которые в одних случаях приближаются к дебильности, в других – к плохому характеру. Таких людей, с различной степенью изменений умственного состояния и характера, среди пьющих становится все больше, что приводит к изменению характера самого народа. И если характер целого народа довольно устойчив и подвергается переменам только через столетия, то под влиянием алкоголя изменения характера в худшую сторону могут произойти значительно быстрее.

Ученые полагают, что алкоголь быстрее расстраивает здоровье населения и уносит больше жертв, чем самые тяжелые эпидемии. Последние появляются периодически, тогда как пьянство стало непрекращающейся эпидемической болезнью. Таковы физические последствия потребления алкоголя. Но гораздо важнее – последствия нравственные, которые обнаруживаются в отношении нервно-психического здоровья населения, что влечет за собой увеличение числа преступлений, понижение нравственности, возрастание нервных и психических болезней, увеличение числа людей с дурным характером, расстройство привычек и способности к труду» [2].

Установлено, что даже кружка пива вызывает структурные изменения в организме. При длительном употреблении алкоголя имеет место перерождение тканей и атрофия их, что особенно резко и рано проявляется в мозгу. Сначала происходит атрофия больших

полушарий и мозжечка, разряжение и запустение их коры в связи с гибелью корковых нейронов (В. К. Болецкий. “Тезисы научной конференции”. М., 1955 г.). Изменение структуры головного мозга возникает уже при “умеренном” потреблении алкоголя. Шведские ученые установили, что уже после 4-х лет потребления алкоголя имеет место сморщенный мозг из-за гибели миллиардов корковых клеток. Сморщенный мозг наблюдается у “умеренно” пьющих в 85 % случаев. (“Наука и жизнь”, № 10, 1985 г.)» [1].

Из приведенных цитат следует, что воспитательная работа современного вуза будет малоэффективной без абсолютной трезвости студентов.

Почему современного вуза? Потому, что в настоящее время уровень душевого потребления алкоголя у нас в стране поднялся как минимум до 20 литров на душу населения. Такой алкоголизации населения в истории СССР-России никогда не было. Все больше в наркотизм вовлекаются женщины и дети путем распространения слабоалкогольных изделий. А ведь будущее интеллектуального и духовного потенциала страны начинается с детского возраста: школьники, потом студенты, затем специалисты и руководящие кадры.

К большому сожалению, в последние годы становится все меньше и меньше выпускников школ. Закрываются те школы, где в одиннадцатом и десятом классе остаются считанные единицы учеников. При этом еще и качество детей падает, то есть ценностные ориентации и жизненно-практические установки современного молодого поколения остаются желать лучшего.

Общее здоровье и умственное развитие детей измеряется по статистике успеваемости их в школе. Статистика утверждает, что доля молодежи, не способной освоить к 18 годам дневное полное среднее образование, для рожденных в 60-х гг. составила 43 %. Для рожденных в 70-х гг. – 54-55 %, и доля необразованной молодежи продолжает расти.

Мы получаем уже не одно поколение ослабленных физически, с той или иной патологией нервной системы, с недоразвитием высшей деятельности мозга людей. У них снижается способность к обучению, утрачиваются высшие эмоции – сопереживание, сочувствие, падает социальная активность. Формирование общества в условиях привычного бытового пьянства делает именно этих детей первыми жертвами детской и подростковой наркомании.

Важнейшую роль в снижении физической, интеллектуальной и нравственной составляющей личности школьника, абитуриента и студента играет потребление спиртосодержащих изделий.

Ф. М. Достоевский писал: «Вино скотинит и зверит человека, ожесточает его и отвлекает от всяких светлых мыслей, тупит его перед всякой доброй пропагандой».

Высшим учебным заведениям приходится вести воспитательную работу с уже довольно взрослыми личностями, зачастую довольно крепко запрограммированными на употребление алкогольного и табачного яда в самых различных его проявлениях. С помощью такого фонового наличия наркотических веществ в жизни общества гораздо легче заинтересованным личностям распространять в молодежной среде нездоровый, неосознанный и социально пассивный образ жизни.

«Нашему обществу пытаются навязать идеалы массовой культуры, несущей бездуховность, безнравственность идеи космополитизма, размывания понятия патриотизма. Поэтому борьба за отрезвление общества должна носить комплексный характер и опираться на пропаганду лучших традиций народной культуры, русской и классической литературы и музыки» – пишет Ф. Г. Углов. [1]

Федор Григорьевич уделяет внимание не только алкогольной проблеме. Он также подробно раскрывает негативное влияние табака (социальные и медицинские последствия) и рок-музыки как еще одного вида наркотика. Вот что он пишет о вреде такой музыки.

«В течение последних почти четырех десятков лет в мире вроде бы незримо, но все более ощутимо происходит разрушение сознания, а через него и нравственности. Может быть, впервые в истории человечества для этой акции избраны музыка, песни и “звезды” рок-музыки.

Вначале это никем всерьез не принималось. Считалось, что это еще одна мода, которая скоро пройдет, как это было с чарльстоном, буги-вуги и твистом. Но, как пишет Жан-Поль Режимбаль, “социально-культурный феномен рок-н-ролла, появившийся в начале 50-х годов, обрушил на мир такую волну грязи, шлаков и человеческих жертв, что 30 лет спустя превратился в наиболее мощную разрушительную силу для тела, души и сердца, которая когда-либо исходила из недр самого ада”.

Аристотель писал: “Музыка способна оказать известное действие на этическую сторону души. И раз музыка обладает такими

качествами, то она должна быть включена в число предметов воспитания молодежи”.

Влияние музыки на психику и настроение людей огромно. Достаточно указать на боевую музыку, которая поднимает воинов на битву, воздействует на них сильнее уставного приказа. Соответствующая музыка применяется как лечебный фактор в целом ряде медицинских учреждений.

Однако, построенная на силе ритма и высоте тона, выходящих за пределы легко усвояемых и благотворно действующих на человека звуков, музыка может и действительно оказывает резко отрицательное воздействие на психику, интеллект и поведение человека.

“Музыка – государственное дело, – рассуждал Л. Н. Толстой. – Это так и должно быть. Разве можно допустить, чтобы всякий, кто хочет, гипнотизировал бы один другого или многих, и потом делал бы с ним все, что захочет”. “Музыка есть сильное возбуждающее оружие, подобно медикаментам. Она может и отравлять, и исцелять. Как медикаменты должны быть во власти специалистов, так и музыка”, – считал К. Э. Циолковский.

Ритм оказывает большое влияние на организм. Реакция на ритм связана, прежде всего, с “нижними” этажами головного мозга, с вегетативной нервной системой.

На этом и основано влияние рок-музыки на некоторую часть нашей молодежи. Ее популярности способствует повышенный интерес и внимание к этому роду музыки со стороны средств массовой информации.

Что же касается повышенного внимания к року телевидения и газет, то они и по отношению к алкоголю занимают позицию, которая очень близка к поощрению.

Следующим фактором, разрушающим организм человека, является уровень громкости, высокая степень которой является необходимым условием достижения желаемого эффекта.

В клинической медицине известны случаи глухоты, вызванные прослушиванием на дискотеках рок-музыки. В Великобритании при изучении этой проблемы установлено, что воздействие рок-музыки акустической интенсивностью в 110 децибел в течение двух часов вызывает резкий сдвиг слухового восприятия у 16 % слушателей.

Ухудшение слуха – не единственное последствие, связанное с воздействием рок-музыки на здоровье человека. На громкость звуков наш организм реагирует, как на тревогу. В кровь выбрасываются гормоны, нервная

ТРЕЗВОСТЬ СТУДЕНТОВ – НЕОБХОДИМАЯ ЧАСТЬ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СОВРЕМЕННОГО ВУЗА

система напрягается, сердце и сосуды мобилируются для борьбы. Однако не успела эта система отдохнуть, как рок-музыка дает новый сигнал тревоги. Повторение этих напряжений приводит к раннему износу нервной системы, оказывает вредное влияние на сердце и сосуды.

Алам Крист пишет: "Основное воздействие рок-музыки вытекает из уровня ее шума, который вызывает неприязненность, истощение, нарциссизм (самовлюбленность), панику, расстройство пищеварения, гипертонию, необычное наркотическое состояние. Рок не является безобидным времяпрепровождением. Рок – это наркотик, более смертоносный, чем героин, который отравляет жизнь нашей молодежи".

Как бы ни были губительны физиологические воздействия рока, его психологические последствия еще более страшны, ибо такая музыка наносит своим слушателям глубокие психо-эмоциональные травмы.

Вот некоторые из них.

1. Изменение эмоциональных реакций, вытекающих из сдерживания стремления к неконтролируемому насилию.

2. Утрата контроля над способностью к сосредоточению.

3. Ослабление контроля над умственной деятельностью и волей.

4. Нервно-чувствительное сверхвозбуждение, вызывающее эйфорию, внушаемость, истерию и даже галлюцинации.

5. Серьезное нарушение памяти, мозговых функций, нервно-мышечной координации.

6. Гипнотическое или каталептическое состояние, превращающее личность в подобие глупца или робота.

7. Депрессивное состояние, доходящее до невроза и психоза, особенно в сочетании рок-музыки и наркотика.

8. Тенденция к убийству или самоубийству, усиливающаяся при продолжительном слушании рок-музыки.

9. Самоизувечивание в его различных формах, особенно на больших собраниях.

10. Необузданные порывы к разрушению, вандализму, мятежу. Особенно после концерта и фестивалей рока.

Академик Н. П. Бехтерева, директор крупнейшего в стране Института экспериментальной медицины, который уже много лет специально занимается изучением высшей нервной деятельности, безоговорочно констатирует, что рок разрушает мозг!» [1]

Отсюда следует, что надо лучше планировать мероприятия, которые проводятся для

студентов в городских клубах. Не следует идти на поводу у так называемой моды на современный способ развлечения. Высшему учебному заведению нужно культивировать в учащихся интерес к театрам и оркестрам, куда сам студент зачастую сам уже не пойдет.

Автор данной статьи, являясь куратором студенческих групп первого и второго курса, бывал, например, на посвящении в первокурсники в одном из клубов и не понаслышке знает о громкости и стиле той музыки.

В 2008-м году выполнена выпускная работа по курсу повышения квалификации преподавателей в РЦПК АлтГТУ на тему «Взаимосвязь между здоровым образом жизни, употреблением психоактивных веществ и познавательной активностью студентов», в которой в практической части работы описывается реализация групповой формы трезвеннического воспитания – дискуссия со студентами, а также дается статистика (результаты анкетирования) употребления алкоголя и табака студентами на примере кафедры «Котло- и реакторостроение».

В опросе приняли участие 62 юноши и 18 девушек (всего 80 человек) в возрасте от 17 до 21 года. Абсолютно трезвый образ жизни вели 15 парней и 8 девушек (23 из 80). Не менее 25 учащихся курят. Причем, как говорят сами студенты, это явно заниженные цифры. Работы кураторам над убеждениями студентов в данном направлении еще много.

В ходе дискуссии студенты (13 человек) проявляли активность, и после окончания встречи, одной студенткой четвертого курса было предложено организовать продолжение данного полуторачасового занятия. Эту идею поддержали многие из присутствующих. Вторая встреча прошла также успешно в течение одной пары с таким же количеством участников, но немного с другим составом.

В результате несколько студентов и студенток приняли активную позицию и вступили в общественную организацию «Трезвая Сибирь», учредителем которой являлся ведущий дискуссии, председатель барнаульского отделения Союза Борьбы за Народную Трезвость Смолин Владимир Сергеевич.

В теоретической части указанной выпускной работы рассмотрены образовательные технологии профилактики потребления ПАВ, формы и средства трезвеннического воспитания, представлена наука собриология (наука об отрезвлении общества) и некоторые её законы, а также дано понятие готовности педагога к антинаркотической деятельности. Данная работа выполнена по трудам эксперта Государственной Думы РФ, профессора,

член-корреспондента Петровской Академии наук и искусств, вице-президента Интернационального союза безнаркотического воспитания, академика Академии социальных технологий, президента Международной Академии трезвости (МАТр) А. Н. Маюрова [3].

Назрела необходимость преподавать в высших учебных заведениях основы собриологии и её законы [3, 4, 5]. А в школах внедрять новый трезвеннический предмет «Уроки культуры здоровья» [6], как это уже делается соратниками Союза Борьбы за Народную Трезвость в ряде регионов России. Учебники [6] получили высшую педагогическую награду России – медаль Януша Корчака.

В настоящее время уже развивается эта работа, в том числе и в Алтайском крае. Например, 14 мая 2008 года состоялось выступление в АлтГТУ председателя Союза Борьбы за Народную Трезвость Владимира Георгиевича Жданова с лекцией «Русский крест».

С 28 по 29 мая 2009 года Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева совместно с администрацией города Красноярска проводил X Всероссийскую научно-практическую конференцию студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века», где присутствовала секция «Здоровый образ жизни: Собриология».

В течение двух дней с 4 по 5 мая 2009 г проводились выступления перед учащимися в учебных заведениях Алтайского края и города Барнаула лекторов и специалистов по трезвости («трезвый десант»), которые приехали для участия во Всероссийской научно-практической конференции «Год молодежи – год трезвости и здоровья» с 6 по 7 мая. Подготовку и проведение данной конференции на базе ГОУ ВПО «Алтайский государственный технический университет им. И. И. Ползунова» осуществила Алтайская региональная благотворительная общественная организация «Трезвая Сибирь» при поддержке Управления Алтайского края по образованию и делам молодежи и Комитета по образованию администрации города Барнаула.

С данной конференцией АРБОО «Трезвая Сибирь» 5 декабря 2009 года заняла второе место в краевом конкурсе «Молодежная добровольческая инициатива», проводимом АКОО «Поддержка общественных инициатив», в номинации «Самое яркое молодежное мероприятие». 2 апреля 2009 г активисты группы КиРС-82 и куратор Смолин В. С. заняли первое место в конкурсе стенгазет «За здоровый образ жизни», который проводился Отделением Физической Культуры и Спорта

АлтГТУ. В декабре 2009 года начат показ видеороликов проекта «Общее дело» на внутреннем телевидении АлтГТУ. В интернете на сайте Энергетического факультета АлтГТУ создана страница «Трезвость во внеучебной работе».

Итак, в воспитательной работе не должно быть теории «культурного и умеренного» питания, а должна быть только теория трезвости и личный пример преподавателей.

Вот так Федор Григорьевич Углов обращается к активистам и педагогам.

«Наша задача заключается в том, чтобы, продолжая борьбу за освобождение сознания взрослых от наркотической зависимости, предупредить возникновение ее у молодежи. Мы должны идти в школы, ПТУ, институты. И здесь велика роль педагогов всех рангов. Пора прекратить быть посторонними наблюдателями того, как "ломехузы" растлевают наше будущее.

Патриотический, чисто человеческий, нравственный долг каждого педагога – встать на защиту своих подопечных и включиться в благородное дело борьбы за трезвость, донести слово правды об алкоголе до каждого ученика и студента так, чтобы воспитать в нем честного благородного гражданина Отечества, высоконравственного человека, свободного от всякой губительной зависимости.

Можно не сомневаться, что процесс оздоровления общества и прежде всего возрождения его нравственности, начавшийся, несмотря на происки "ломехуз", поднимает огромные пласты человеческой доброты, патриотизма и полностью избавит наш народ от наркомании и от тех, кто навязывает ее нам!»

Литература

1. Углов Ф. Г. Ломехузы: Очерк/Оформ. худож. Глазыриной А. О. – Л., 1991. – 159 с.
2. Углов Ф. Г. Правда и ложь об алкоголе. (Методическое руководство для клубных работников). – М: ВНИИ ИТ и КИР, 1986 г., 70 с.
3. Основы собриологии: лекции по антинаркотическому воспитанию / под ред. проф. А. Н. Маюрова. – М., 2007 – 276 с.
4. Всемирная Энциклопедия наркотизма и трезвости. В 15 томах / Автор – составитель и главный редактор А. Н. Маюров. Научная редакция: Ф. Г. Углов, И. В. Бестужев-Лада, Б. И. Исаков. – М.: МАТр, 2008. – Т. I. «АА где-нибудь» – Аякуаска. С цветными иллюстрациями.
5. Собриология / Под ред. проф. А. Н. Маюрова. – Н. Новгород: «Издательский салон» ИП Гладкова О. В., 2009. – 500 с.
6. Маюров А. Н., Маюров Я. А. Уроки культуры здоровья. – М.: Пед. общество России, 2004.