

фективнее влияет на анаэробный метаболизм [3]. В целом очень мало работ посвящено изучению возможности повышения анаэробных способностей в процессе тренировки [4-9]. Следовательно, ближайшее будущее – за практикующими тренерами, а подобный анализ поможет им лучше разобраться в существе данной проблемы.

Библиографический список

1. Сейлер, С. Физиология лыжных гонок [Электронный ресурс] /С. Сейлер. – <http://poliathlon.narod.ru/clauses2.html>
2. Попцов, В. Беговые лыжи – наденьте на руку компьютер [Электронный ресурс] /В. Попцов. – <http://skisport.narod.ru/article/control101.html>
3. Спрайт, Л. Анаэробный метаболизм при высокоинтенсивных физических нагрузках [Текст] /Л. Спрайт // Метаболизм в процессе физической деятельности / под ред. М. Харгривса. – Киев: Олимпийская литература, 1998. – 810 с.
4. Boobis, L.H. Influence of sprint training on muscle metabolism during brief maximal exercise in man [Text] / L.H. Boobis, C. Williams, S.A. Wooton // J. Physiol. Lond. 342.-36P-37P, 1983.
5. Mac Dougall, J.D. Biochemical adaptation of human skeletal muscle to heavy resistance training and immobilization [Text] /J.D. Mac Dougall, G.R. Ward, D.G. Sale, J.R. Sutton // J. Appl. Physiol. 43: 700-703; 1997.
6. Medbo, J.J. Effect of training on the anaerobic capacity [Text] / J.J. Medbo, S. Burgers // Med. Sci. Sports Exerc. 22: 501-507; 1990.
7. Nevill, M.E. Effect of training on muscle metabolism during treadmill sprinting [Text] /M.E. Nevill, L.H. Boobis, C. Williams // J. Appl. Physiol. 67: 2376-2382; 1989.
8. Costill, D.L. Leg muscle pH following sprint running [Text] /D.L. Costill, A. Barnett, R. Sharp, W.J. Fink, A. Katz // Med. Sci. Sports Exerc. 15: 325-329; 1983.
9. Thorstensson, A. Enzyme activities and muscle strength after sprint training in man [Text] / A. Thorstensson, B. Sjodin, J. Karlsson // Acta Physiol. Scand. 94: 313-318; 1995.

А.В. ДАВЫДОВ

Роль микросоциального окружения подростков в формировании их отношения к употреблению алкоголя

В статье рассматривается влияние микросоциального окружения подростков на формирование их отношения к употреблению алкоголя, социальной позиции в различных жизненных ситуациях. Так же приводятся статистические данные о ситуации употребления алкоголя подростками. Рассматриваются тенденции подростковой алкоголизации, а так же раскрывается отношение родителей к проблеме употребления алкоголя их детьми.

In the article the influence of a microsocial environment of teenagers on formation of their attitude to the use of alcohol, a social position in various vital situations is regarded. Statistical data about a situation of the use of alcohol by teenagers are given. Tendencies of teenage alcoholisation are regarded and also the attitude of parents to the problem of alcohol use by their children is revealed.

Социально-экономические трансформации последних лет заметно сказываются на морально-психологическом климате нашего общества. Сдерживающими факторами на пути демократических преобразований являются различные проявления социального негативизма, к числу которых относится и алкоголизация отдельных групп населения. Особую тревогу вызывают пьянство и алкоголизм детей и подростков.

Сегодня в России отмечаются следующие особенности и тенденции подростковой алкоголизации:

- высокий темп роста подростковой алкоголизации;

- тенденция к снижению возраста лиц, употребляющих алкогольные напитки;
- феминизация (всё большее количество девочек-подростков начинает употреблять алкогольные напитки);
- все возрастающее стремление взрослых дистанцироваться, уйти от проблем подростковой алкоголизации, переложить их решение на правоохранительные органы.

У подростков, начинающих пить спиртное, большую роль в этом играют механизмы подражания и просто любопытство. Немаловажное значение имеет при этом такой психологический фактор, как повышенное стремление к самостоятельности, самоут-

верждению. Нередко пьянство у подростков является проявлением реакции оппозиции, эмансипации. Выпивая, подросток стремится погасить характерное для него состояние тревожности и одновременно снизить влияние самоконтроля. Для молодежи алкоголь является средством раскрепощения и преодоления застенчивости, от которой страдают многие молодые люди. Важную роль играет также стремление к экспериментированию, диктуемое нормами молодежной субкультуры, в которой выпивка считается одним из атрибутов мужественности и взрослости.

Надо отметить, что на представления молодежи о себе как о социальной группе в определенной степени влияет сложившийся в обществе стереотип по отношению к ней. Наибольшее беспокойство в данной ситуации вызывает то, что этот стереотип принимается современной молодежью и становится тем социальным клише, которому молодые люди стараются соответствовать, чтобы быть включенными в свою среду. Поэтому и употребление спиртных напитков рассматривается как неотъемлемая черта современного молодого человека.

Среди разнообразных причин употребления подростками алкоголя, выделяемых различными авторами, мы в своем исследовании делаем акцент на группе причин социального характера, которые, по нашему мнению, приобретают в последнее время все большее значение.

Несовершеннолетний, начинающий употреблять алкоголь, находится в своеобразной социальной ситуации: с одной стороны, мощный прессинг рекламных предложений нового стиля жизни, связанного с употреблением пива, поиск новых ощущений в сочетании с доминирующими у подростка мотивами любопытства и подражания кумирам; с другой – безучастность и некомпетентность сверстников, значимых взрослых, в том числе родителей.

В данном случае термин «социальная ситуация» понимается нами в том значении, которое придавал ему Л.С. Выготский, и определяется как отношение подростка к своему социальному окружению (точнее, переживание своих социальных отношений).

В нашем исследовании мы ставим целью изучение отношения к употреблению подростками алкоголя со стороны взрослых и

сверстников. Реализуя данную цель, в 2006 г. мы провели опрос среди учащихся 7-9-х классов средних общеобразовательных школ г. Ярославля, их родителей и педагогов. Детская выборка представлена 156-ю подростками, возраст опрашиваемых 13-15 лет, соотношение лиц мужского и женского пола примерно одинаковое. В опросе родителей приняло участие 128 человек в возрасте от 33 до 42 лет, из них 60 % лиц женского пола и 40 % мужского.

По полученным данным, среди ярославских школьников 85 % подростков в возрасте 13-15 лет уже пробовали алкоголь, преимущественно пиво, которое в большинстве случаев употребляется систематически (60 % подростков начали пить его с 11 лет). Большинство школьников девятых классов выпивают в среднем в течение дня около 2-х литров этого напитка, зачастую крепких сортов. Следует отметить, что этот объем эквивалентен 250 граммам водки.

В ходе опроса учащихся мы попытались выявить особенности поведенческой активности подростка относительно употребления алкоголя. Анализ полученных данных позволяет выявить одну общую тенденцию, которая состоит в том, что в начале обучения в 9-ом классе резко возрастает число учащихся, систематически употребляющих алкоголь. Доля регулярно употребляющих пиво (раз в неделю и чаще) от 7-го к 9-му классу возрастает с 3,9 до 73,1 % (Рис. 1); доля подростков, которые систематически употребляют водку и другие крепкие спиртные напитки к 9-му классу, по сравнению с 7-м, увеличивается с 1,9 % до 34,6 % (Рис. 2).

Подобное увеличение числа подростков, склонных к употреблению алкоголя, на наш взгляд, не может объясняться только проявлением кризиса подросткового возраста, при котором вероятность девиантного поведения в целом возрастает. Для более детального изучения причин данного явления мы провели анкетирование учащихся, направленное на выявление ведущих мотивов употребления ими алкогольных напитков.

Как показывают результаты опроса, проведенного среди учащихся, признавших в наличии опыта употребления алкоголя, наиболее значимыми для них при этом оказываются: «желание выглядеть старше своего возраста», ссылки на «престижность» подоб-

ного типа поведения среди сверстников, употребление алкоголя в качестве протестной формы поведения (в ответ на запреты со сто-

роны взрослых), а также указание на алкоголь как на средство, облегчающее общение.

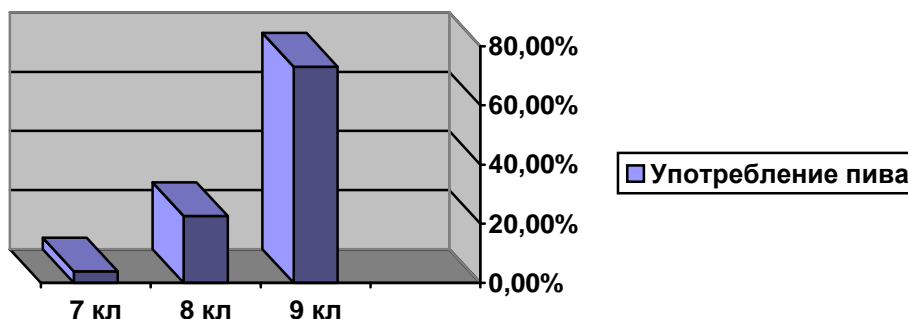


Рис. 1. Систематически употребляют пиво

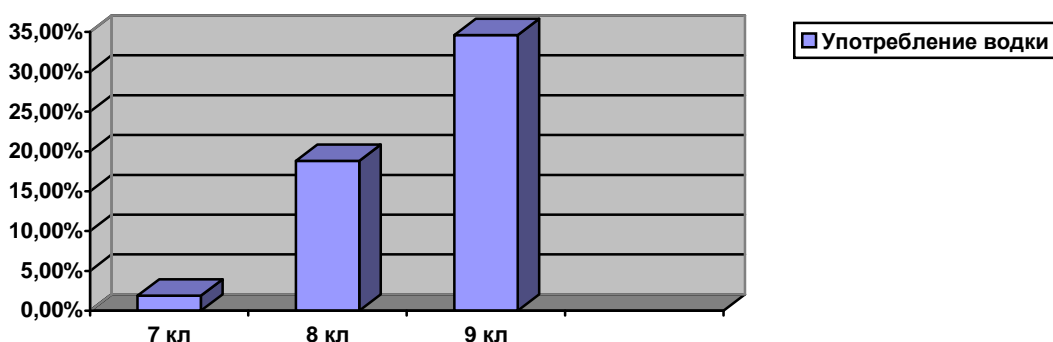


Рис. 2. Систематически употребляют водку

Таким образом, полученные материалы показывают, что стремление к личностному самоутверждению в ближайшем социальном окружении выступает как значимый мотив, определяющий склонность к такой форме девиантного поведения, как употребление алкоголя. При этом следует учитывать, что мнение группы сверстников является для подростка более значимым в плане совершаемых им поступков, чем те ценности, которые диктуют ему взрослые.

Социальная позиция подростка развивается в условиях повышенной роли сверстников в системе социальных взаимоотношений. Таким образом, группа сверстников постепенно становится для него референтной, а транслируемые ею нормы и ценности принимаются как личные. При этом референтная группа выступает средством интерпретации поведения индивида не только с непосредственно

окружающей его социальной группой, но и с более высокими социальными структурами.

Групповые нормы поведения большей частью не фиксируются в каком-либо определенном виде: это просто обычные реакции на стандартные ситуации, которые в данной группе общеприняты. В любой группе важно именно то, что считается само собой разумеющимся, что малоосознанно и некритически принимается всеми. Это очень опасно, потому что под такую категорию само собой разумеющихся поступков может попадать и систематическое употребление спиртных напитков. Следовательно, представляется целесообразным изучение отношения подростков к сверстникам, употребляющим алкоголь.

Анализ результатов данного опроса показал, что большинство учащихся (76,5 %) не считает употребление алкоголя своими одноклассниками негативным проявлением; 55,7 % заявили, что систематическое употребле-

ние спиртных напитков не является основанием для прекращения дружбы, и лишь 13,4 % считают для себя неприемлемым дружеское общение со сверстниками, употребляющими алкоголь. Полученные нами данные свидетельствуют об общем толерантном от-

ношении подростков к сверстникам, склонным к употреблению алкоголя. При этом результаты опроса показывают, что с возрастом лояльность к употреблению алкоголя явно увеличивается (Рис. 3).

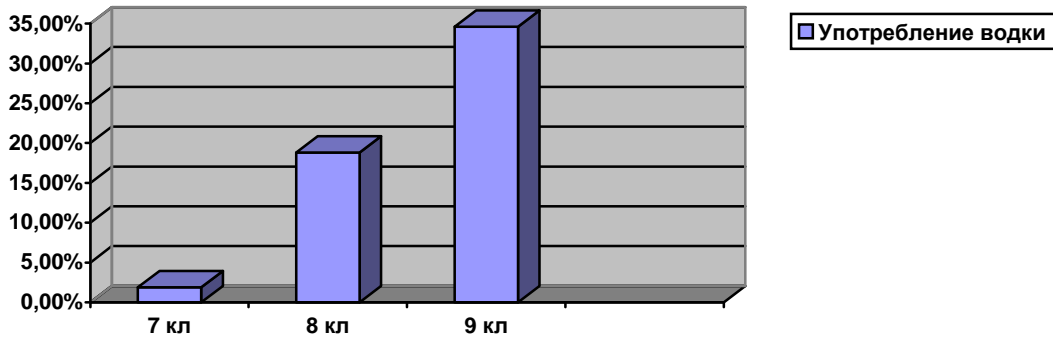


Рис. 3. Отношение к сверстникам, систематически употребляющим алкоголь

В то же время при общей тенденции лиц подросткового возраста ориентироваться на мнение сверстников значимым фактором недопущения употребления алкогольных напитков остается отношение к этому взрослых, и прежде всего, родителей. Вместе с тем следует отметить, что зачастую именно семейные застольные традиции становятся примером положительного отношения к алкоголю, причиной ассоциаций употребления спиртных напитков с праздником, радостью, весельем.

человека, происходит становление системы ценностей, необходимых для интеграции ребенка в общество. Именно педагогически правильный стиль семейных взаимоотношений, значимость родительского мнения, эмпатия по отношению к близким могут стать основной преградой на пути вовлечения ребенка в процесс употребления алкоголя.

Несомненно, роль семьи в обществе по своей силе несравнима ни с какими другими социальными институтами, так как именно в семье формируется и развивается личность

Как показали результаты нашего опроса, большинство учащихся (82,9 % от числа подростков, признавшихся в наличии опыта употребления алкогольных напитков) предпочитает скрывать от родителей факты употребления алкоголя. При этом с увеличением возраста отмечается снижение доли тех, кто придерживается подобной тактики (Рис. 4).

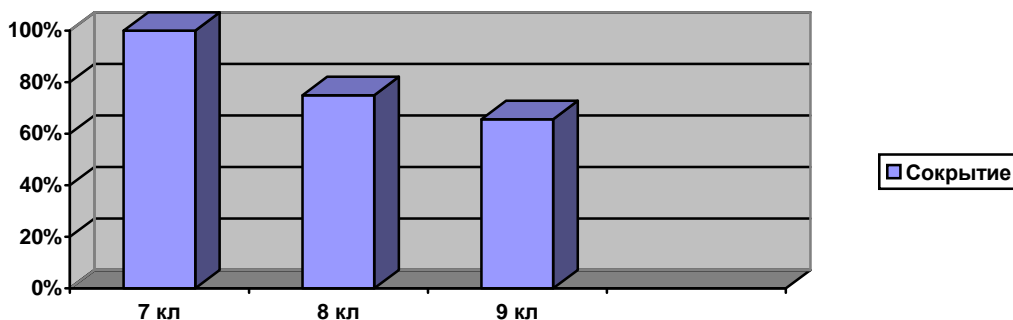


Рис. 4. Предпочтение тактики сокрытия от родителей фактов употребления алкоголя

Полученные данные могут свидетельствовать как о снижении для старших подростков ценности родительского мнения, так и

об увеличении лояльности к данному факту со стороны взрослых.

Для проверки данного предположения мы провели опрос родителей с целью выяс-

нения степени их озабоченности проблемой вовлеченности несовершеннолетних в употребление алкогольных напитков. Родительской аудитории был представлен ряд вопросов, при ответе на которые были получены следующие данные:

- 100 % родителей высказали озабоченность данной проблемой, при этом 89 % считают, что их ребенок не употребляет спиртные напитки (напомним, что 33,3 % всех опрошенных подростков признались в систематическом употреблении алкоголя);
- 92,1 % родителей намерены всячески предотвращать подобные факты поведения своих детей, но в то же время 14 % считают приемлемым употребление детьми алкоголя «по праздникам и под присмотром взрослых»;
- 51,5 % родителей считает, что причиной вовлечения детей в процесс употребления алкоголя является негативное влияние сверстников, и лишь 18,7 % заявили об ответственности семьи за подобное поведение ребенка.

Таким образом, при общей озабоченности родителей проблемой употребления алкоголя несовершеннолетними, отмечается их недостаточная осведомленность о вовлеченности в эту проблему собственного ребенка, а также неадекватное ситуации понимание ро-

ли семьи в процессе предотвращения ранней алкоголизации подрастающего поколения.

Результаты проведенного нами исследования позволили выделить ряд проблем, требующих решения путем организации профилактики употребления школьниками спиртных напитков:

- во-первых, это лояльное отношение сверстников к фактам злоупотребления их товарищей алкоголем;
- во-вторых, это недостаточная осведомленность родителей о реальном отношении их детей к употреблению спиртосодержащих напитков;
- в-третьих, недопонимание родителями роли семьи в процессе профилактики употребления алкоголя несовершеннолетними.

В связи с этим мы определяем социально-средовое направление профилактического процесса как одно из важнейших и приоритетных.

На эти и многие другие факторы, особенности личности и общества стоит опираться при целевой помощи и поддержке детей и подростков, при создании профилактических и реабилитационных программ, а в целом, для правильного и эффективного воспитания подрастающего поколения как в семье, так и в обществе.