

ВЫЗОВЫ СОВРЕМЕННОСТИ: ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И «СТАРЫЕ» И «НОВЫЕ» ЗАВИСИМОСТИ

В.А. ПЕГОВ, А.В. МАЛЬЧИКОВ, А.В. ПЕГОВА

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,
г. Смоленск, Российская Федерация

Введение. Мы являемся свидетелями *интенсификации* всех процессов, происходящих в современной цивилизации. Это касается как позитивных изменений, так и негативных проявлений нынешней жизни. Педагогика и медицина, которые всегда несли в себе моменты здорового консерватизма, в ситуации перманентного ускорения цивилизационных процессов оказались перед серьезными вызовами. Появление сравнительно недавно понятия «**здоровый образ жизни**» отражало, во-первых, нарастающую тенденцию *ухудшения* здоровья у населения развитых стран, в целом, и у детей, в частности, при широко декларируемых успехах медицины, во-вторых, смещение акцента в сознании с *патогенеза* на *салютогенез*. Если вплоть до 60–70-х гг. усилия, главным образом, были сосредоточены на том, как развиваются болезни и как их лечить (патогенез), то затем стали задавать вопрос: *как у человека формируется состояние здоровья, какие силы этому способствуют, и как эти силы укреплять, в том числе, и педагогическими средствами?* Исследования зарубежных (В. Франкл [14], А. Antonovsky [15], М. Glöckler [18] и др.) и отечественных ученых (Н. М. Амосов [1], М. Я. Виленский [4], В. И. Столяров и др. [12], Ф. Углов [13], и др.) привели к тому, что от теоретико–методологического осмысления был сделан важный шаг в сторону практического осуществления идей салютогенеза и здорового образа жизни.

Ситуация с современными детьми, подростками и молодыми людьми характеризуется тотальной потерей здоровья при очень сомнительных успехах в области образования. Многие исследователи признают единственное отличие нынешних детей от живших сто лет назад – большая *информированность*. Действительного развития качества образования и образованности не произошло. Поэтому весь XX век и начало XXI проходят под знаком попыток образовательных реформ, которые, за редким исключением, не только не приводят к улучшениям, но и, наоборот, усугубляют имеющиеся проблемы. О том, что существующее образование так и не стало современным, говорит факт господства *информационно–знаниевого* подхода в преподавании. Попытки угнаться за нарастанием информационного потока сейчас приводят лишь к *информационной перегрузке* учеников и студентов, к нарастанию *болезненных явлений*, к сокращению времени для пробуждения и формирования *способностей (компетентностей)*. Но что требуется сейчас от современного человека? От него требуется как раз наличие **ключевых компетентностей**, которые носят не узкоспециализированный, а общечеловеческий характер. Уже к середине 70-х гг. прошлого столетия лучшими мировыми аналитиками был сделан вывод о том, что главной причиной глобальных проблем современности является несформированность человеческих качеств [9], что в терминологии сегодняшнего дня может быть обозначено, как несформированность ключевых компетентностей (компетенций) [2, 7], в том числе, связанных с телесным и двигательным опытом.

Трудно не заметить, что если не достигается нужного качества в образовании, то обратной стороной этого являются растущие проблемы со здоровьем в диапазоне от соматических заболеваний до проблемы *зависимостей*, когда под угрозой находится проявление индивидуального начала человека. Нарастание количества зависимостей и числа зависимых людей – еще одна сторона вызовов современности. Следовательно, внимание ученых должно быть направлено на изучение роли традиционного образования в становлении человека как *зависимого существа*. Каждый современный подросток или молодой человек сейчас реально находится перед вызовом: или **здоровый образ жизни**, или *жизнь зависимого человека*. Исследования данной проблемы и на Западе, и у нас направлены на выяснение причин того, почему человек становится зависимым от алкоголя, наркотиков, компьютерных игр и проч. При этом, как справедливо отмечают очень немногие исследователи, школьное образование оказывается вне рассматриваемых причин [3]. Самое большее школа берётся лишь как одно из множества обстоятельств: распространяют ли в самой школе наркотики или нет, сколько там проводится *анти–наркотических* и других *анти–подобных* мероприятий, приходят ли с лекциями врачи и другие специалисты, и т. п. В нашем исследовании для нас как раз существенным было выявить роль полученного в школе образования в становлении

судьбы зависимого человека. Для рассмотрения брались и «старые» зависимости (алкогольная, никотиновая, наркотическая), и «новые» (интернет-зависимость, клуббинг, адреналиновая зависимость, зависимость от компьютерных игр, веб-сёрфинг и проч. [6]).

Актуальность и **новизна** данного исследования состоят в том, что его **целью** было выявить те особенности школьного образования (формируемые у учеников способности, методы преподавания и проч.), которые влияют на принятие решения попробовать или не попробовать наркотики в ситуациях, когда это предлагают сделать, на формирование привычки злоупотреблять аддитивными веществами, «зависать» в интернете или в компьютерных играх.

Методика и объекты исследования. Выбор в качестве испытуемых студентов вуза физической культуры (ФБГОУ ВПО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма»), находящихся в границах возраста 18–23 лет, связан с двумя важными для исследования обстоятельствами. Во-первых, одним из привычных представлений является представление о том, что студенты физкультурного вуза в большей степени склонны к здоровому образу жизни, а, значит, и более устойчивы к различного рода зависимостям [5]. Согласно исследованиям А. П. Поварницына [10], у студентов физкультурного вуза здоровье является одной из первоочередных ценностей. Предполагалось, что на примере студентов физкультурного вуза можно аргументировано изучить, насколько успешно школьное образование выполняло задачи, связанные с формированием здорового образа жизни. Во-вторых, начиная со 2-го курса, молодые люди уже могут иметь собственные суждения, оценки влияния школьного образования на сформированность тех или иных способностей (компетенций). В-третьих, согласно исследованиям [11] к 20-му году жизни осуществляется значительная доля первых проб наркотиков. Всего на первом этапе, где изучались «старые» зависимости, в исследовании приняло участие 485 человек (студенты 2–6-х курсов). На втором этапе акцент был смещён в сторону изучения «новых» зависимостей и пока было проведено два пилотажных исследования (89 студентов 2–4-го курсов).

При изучении представлений студентов о различных аспектах проблемы зависимостей в 5 анкет были включены также вопросы, имеющие отношение к школьному образованию. Применяемые анкеты позволили выделить различные группы испытуемых, и далее с помощью дисперсионного анализа определялась их специфика по интересующим нас показателям. Для этого использовался однофакторный дисперсионный комплекс ANOVA. Для выявления возможных причинно-следственных взаимосвязей мы также применили пошаговую множественную линейную регрессию с последовательным уменьшением независимых переменных. В нашем исследовании [8] также применялись методика и данные исследования выпускников американских вальдорфских школ [16, 19] (как представителей альтернативного образования [17, 20]).

Результаты исследования и их обсуждение. Было получено множество интересных результатов, анализ которых был выстроен по нескольким направлениям, но здесь приводятся только те, которые имеют непосредственное отношение к заявленной теме. Во-первых, были рассмотрены две группы испытуемых: те, кто пробовал наркотики, и те, кто не пробовал. Дисперсионный анализ различий между этими группами показал следующее. Если **оценка полученного в школе образования** по 10-балльной шкале практически не отличается у пробовавших и не пробовавших наркотики (6,083 и 6,209 баллов, соответственно; различия не достоверны), то пробовавшие в большей степени считают ответственными за употребление наркотиков, алкоголя и никотина **школу (учителей)** ($F=6,09$, при $p<0,01$).

Пробовавшие наркотики в 3-й анкете в вопросе «*Оцените, пожалуйста, влияние полученного в школе образования на следующие аспекты Вашей жизни?*» статистически значимо в меньшей степени по сравнению с непробовавшими оценили влияние школы на формирование:

- «*способности работать над самим собой*» ($F=4,71$, при $p<0,05$),
- «*способности схватывать теоретические науки*» ($F=5,92$, при $p<0,01$),
- «*чувства, что я чего-то стою*» ($F=3,93$, при $p<0,05$),
- «*чувства ответственности за окружающую среду*» ($F=4,11$, при $p<0,05$),
- «*способности выносить и преодолевать трудности*» ($F=4,17$, при $p<0,05$),
- «*чувства ответственности за других людей*» ($F=10,24$, при $p<0,001$),
- «*чувства ответственности за собственное здоровье*» ($F=9,98$, при $p<0,001$),
- «*интереса к работе с другими культурами и традициями*» ($F=8,56$, при $p<0,01$),
- «*способности реагировать открытым и гибким способом на изменяющиеся обстоятельства*» ($F=13,71$, при $p<0,001$),
- «*способности заботиться о больных*» ($F=6,18$, при $p<0,01$),
- «*способности видеть события нашего времени в более широком контексте*» ($F=5,26$, при

$p < 0,05$).

Другими словами, школы, в которых учились пробовавшие наркотики, с их точки зрения, в меньшей степени, чем у непробовавших, повлияли на способности, связанные с:

– **саморазвитием (самовоспитанием)** (*работа над собой, преодоление трудностей и личностных кризисов, реагирование открытым и гибким способом на изменяющиеся обстоятельства, события нашего времени и видение их в более широком контексте – всё это вместе даёт уверенность в том, что я чего-то стою*),

– **социальным интересом, чувством ответственности за себя и других** (*за собственное здоровье, за больных, за окружающую среду, за интерес к работе с другими культурами и традициями*),

– **теоретическим мышлением** (*сочетаемым с гибкостью и широтой восприятия*).

Итак, можно сделать вывод, что, по крайней мере, у данной группы испытуемых, которые в своей жизни уже попробовали наркотики, школьное образование недостаточно сформировало **базовые жизненные способности**. У них слабо выражено стремление и способность к саморазвитию (наркотики и другие виды зависимостей здесь как раз и выступают суррогатным заменителем). Их не интересует социальное окружение, и они избегают социальной ответственности, поэтому легко попадают под влияние различных «компаний». Отсутствие способности к рефлексии и теоретическому осмыслению, внутренняя ригидность делает их уязвимыми перед талантливо построенными манипуляциями, благодаря которым они вовлекаются в употребление наркотиков, алкоголя и проч. Замечательные слова–утверждения о том, что «*школа готовит к жизни*», так и останутся словами, пока по-прежнему, благодаря традиционной педагогике, каждый школьный предмет будет рассматриваться только в контексте подготовки к ЕГЭ.

Другой интересный аспект проблемы был выявлен благодаря регрессионному анализу, в результате которого было получено регрессионное уравнение для вопроса первой анкеты «*1. Кто и в какой степени ответственен за то, что человек начал употреблять наркотики, алкоголь, стал курить?*», где среди прочих ответов предлагался «*1.2. Школа (учителя)*» (нужно было оценить от минимально (1 балл) до максимально (9 баллов)):

$П1.2. = 1,896 + 0,456 \times П1.1. + 0,083 \times П1.6. + 0,095 \times П27. - 0,069 \times П8.1. - 0,017 \times П8.4. - 0,016 \times П8.9.,$ где:

П1.2. – показатель степени ответственности школы (учителей) за начало употребления наркотиков.

П1.1. – показатель степени ответственности родителей (семьи) за начало употребления наркотиков.

П1.6. – показатель степени ответственности кино, телевидения за начало употребления наркотиков.

П27. – показатель ответственности отдельного человека/общества в целом за употребление наркотиков.

П8.1. – показатель обязанности матери своими жизненными неудачами.

П8.4. – показатель обязанности самому себе своими жизненными неудачами.

П8.9. – показатель обязанности неизвестным обстоятельствам своими жизненными неудачами.

В соответствии с этим уравнением считают **школу и учителей** максимально ответственными за начало употребления наркотиков, алкоголя, курение те испытуемые, которые в наименьшей степени эту ответственность адресуют, в первую очередь, **родителям (семье)**, и, во вторую очередь, **кино и телевидению**. Со-ответственность несёт также и **общество в целом** (а не каждый отдельный человек). Эти же испытуемые в наименьшей степени винят **мать, самих себя и неизвестные обстоятельства** в своих жизненных неудачах.

Совершенно очевидно, что у данной группы испытуемых школа и учителя попадают в разряд **социальных** (общественных) ответственных за ситуацию с зависимостями. В другой группе (где школе и учителям приписывается минимальная ответственность) испытуемые видят ответственным **самого человека** (а, значит, и самих себя). Другими словами, дифференциация студентов происходит по степени проявленности у них качества **самостоятельности**.

На втором этапе, где проводились пилотажные исследования, были получены следующие результаты. Первая группа испытуемых определилась по ответам на вопрос «*Бывали ли у Вас в жизни периоды, когда Вы злоупотребляли алкоголем, наркотиками или любыми другими веществами,*

изменяющими состояние сознания?». Следовательно, факторной переменной выступала группа «злоупотреблявшие – незлоупотреблявшие», а в качестве зависимой переменной использовались данные всех апробируемых анкет.

Во-первых, «злоупотребляющие» чаще выбирали ответ «наркоманов необходимо оставить в покое и предоставить самим себе» на вопрос: «Какие законы и меры Вы считаете справедливыми по отношению к наркоманам?» ($F=3,64$, $p<0,05$), а «незлоупотребляющие» чаще выбирали ответ «да» на вопрос: «Считаете ли Вы, что репрессивные методы по отношению к наркоманам помогут искоренить употребление наркотиков?» ($F=6,02$, $p<0,01$).

Другими словами, если у испытуемых группы риска наличествует *попустительское* отношение к наркоманам (их нужно оставить в покое), то в противоположной группе, наоборот, присутствует склонность к *репрессивным* мерам. К сожалению, это отражает преобладающие в нашем обществе представления о том, как решать проблему зависимостей: или «*моя хата с края*», или «*всех сажать*».

Во-вторых, «злоупотребляющие» в меньшей степени согласны с высказыванием «наркоманы склонны к преступности» ($F=3,33$, $p<0,05$). Возможно, это связано с тем, что у них есть близкие люди, которые употребляют наркотики, и, при этом, совсем не обязательно, что они склонны к преступности.

В-третьих, в выборе будущей работы для «злоупотребляющих» в меньшей степени важно следующее:

- «шанс представить собственные идеи» ($F=3,54$, $p<0,05$);
- «хорошая атмосфера на работе» ($F=5,50$, $p<0,01$);
- «уверенность в себе на работе» ($F=3,29$, $p<0,05$);
- «признание их достижений» ($F=3,65$, $p<0,05$);
- «возможность продвижения по службе» ($F=3,28$, $p<0,05$);
- «хорошая репутация профессии» ($F=3,32$, $p<0,05$);
- «возможность для дальнейшего профессионального саморазвития» ($F=7,29$, $p<0,01$).

Иначе говоря, для противоположной группы испытуемых, наоборот, выбор профессии важен с точки зрения наличия в ней характеристик, имеющих отношение к признанию человека: *возможность для дальнейшего профессионального саморазвития, возможность продвижения по службе, признание достижений, шанс представить собственные идеи, шанс помочь другим*. Это важно для людей, которые являются сильными личностями, которые хотят достигнуть чего-то стоящего в своей профессии, и потому, можно предположить, это делает их более устойчивыми к различного рода негативным зависимостям. Также для этой группы важнее в выборе будущей работы *её хорошая репутация, хорошая атмосфера, уверенность в себе на работе*. Эти аспекты связаны, в основном, с личным комфортом и безопасностью.

В-пятых, полученное школьное образование в меньшей степени повлияло на следующие способности и качества «злоупотребляющих»:

- «справедливость и терпимость (толерантность) к мнению других людей» ($F=6,05$, $p<0,01$);
- «творческие силы» ($F=3,17$, $p<0,05$);
- «готовность разделять обязанности в своём окружении» ($F=3,48$, $p<0,05$);
- «способность входить в мысли и чувства других» ($F=3,96$, $p<0,05$);
- «выбор профессии» ($F=5,29$, $p<0,05$);
- «способность выносить и преодолевать трудности» ($F=3,19$, $p<0,05$);
- «любовь к познанию» ($F=3,90$, $p<0,05$);
- «способность успешно преодолевать личностные кризисы» ($F=4,12$, $p<0,05$).

Примечательным здесь является то, что школьное образование у «злоупотребляющих» в меньшей степени сформировало *способности выносить и преодолевать трудности, успешно преодолевать личностные кризисы*. Должным образом сформированные данные способности могли бы помочь людям быть более устойчивым к различным негативным жизненным ситуациям, в том числе, злоупотреблению веществ, изменяющих состояние сознания.

В-шестых, в вопросе: «Оцените, пожалуйста, важность перечисленных жизненных аспектов для вашей нынешней жизни», выявились следующие различия. Для «злоупотребляющих» в меньшей степени важны следующие аспекты:

- «способность входить в мысли и чувства других» ($F=3,62$, $p<0,05$);
- «любовь к познанию» ($F=4,82$, $p<0,05$);
- «способность заботиться о больных» ($F=5,48$, $p<0,05$);
- «способность видеть события нашего времени в более широком контексте» ($F=3,19$,

$p < 0,05$).

Здесь явно обнаруживается ограниченность *познавательных интересов и способностей*. Как известно, суженность сознания характерна как для людей в состоянии наркотического и алкогольного опьянения, так и для тех, кто «зависает» в интернете или за компьютерными играми.

Вторая группа испытуемых определилась по ответам на вопрос «*Играете ли Вы в компьютерные игры?*». Факторной переменной выступала группа «играющие – неиграющие», а в качестве зависимой переменной использовались данные апробируемых анкет.

Во-первых, испытуемые, не играющие в компьютерные игры, на вопрос «*Кто и в какой степени ответственен за то, что человек стал употреблять наркотики, алкоголь, стал курить?*» выбирали ответ «*Уличное окружение, друзья*» ($F=3,18$, $p < 0,05$), а испытуемые, играющие в компьютерные игры – «*Кино, телевидение*» ($F=3,18$, $p < 0,05$).

Во-вторых, «неиграющие», в отличие от «играющих», считают, что им нужно было бы приложить большие усилия, чтобы бросить употреблять наркотики (если бы они их употребляли) ($F=3,28$, $p < 0,05$). Получается, что «играющие» более самонадеянны в оценке собственной воли. При этом известно, что именно *волевых качеств*, в первую очередь, не хватает тем, кто стал зависимым человеком.

В-третьих, для «играющих» по сравнению с «неиграющими» статистически значимым на данный момент является *интерес к темам перевоплощения, кармы, судьбы* ($F=3,42$, $p < 0,05$). На наш взгляд, это очевидно, так как содержание многих компьютерных игр напрямую связано с темами перевоплощения, в них прослеживаются философские и религиозные темы. В некоторых играх человек «играет» каким-либо героем, «*перевоплощается*» в него, меняя многократно так называемые «аватарки» и уходя в другую реальность.

Третья группа испытуемых определилась по ответам на вопрос «*Бывали ли у Вас в жизни периоды, когда Вы «с головой» уходили в компьютерные игры?*». Факторной переменной выступала группа «уходившие «с головой» – неуходившие», а зависимой переменной – данные анкет.

Во-первых, группа испытуемых, «уходившая с головой» в компьютерные игры, статистически значимо чаще выбирали ответ «да» на вопросы:

– «*Знакомы ли Вы с людьми, которые употребляют наркотики, но не являются для Вас близкими, не входят в Вашу компанию?*» ($F=8,08$, $p < 0,01$);

– «*Есть ли среди близких Вам людей (друзья, члены семьи, родственники) те, кто употребляет наркотики?*» ($F=5,40$, $p < 0,01$);

– «*Попадали ли Вы в ситуацию, когда в Вашем присутствии употреблялись наркотики?*» ($F=8,79$, $p < 0,01$);

– «*Вам предлагали присоединиться (попробовать наркотики)?*» ($F=6,03$, $p < 0,01$).

Можно предположить, что испытуемым данной группы оказывается ближе опыт *зависимых* людей, так как они сами в своей жизни бывали в ситуации, когда с «головой» уходили в компьютерные игры, погружались в другую реальность, подобно людям, уходящим в другую реальность средствами различных наркотических веществ. Это указывают на то, что устойчивость или уязвимость к негативным зависимостям носят универсальный характер. Здесь явно обнаруживается сопряжённость между «старыми» и «новыми» зависимостями.

Во-вторых, та же группа испытуемых на вопрос: «*Почему, на Ваш взгляд, молодые люди начинают употреблять наркотики (токсические вещества)?*» статистически значимо реже выбирала ответ «*под влияние других людей, компаний*» ($F=3,30$, $p < 0,05$) и чаще – «*от безделья, отсутствия занятий*» ($F=5,88$, $p < 0,01$).

То, что причина видится «*в безделье, отсутствии занятий*», неудивительно, т. к. именно отсутствие позитивных интересов приводит к тому, что подростки и молодые люди «зависают» в компьютерных играх.

В-третьих, для данной группы испытуемых в выборе будущей работы в большей степени важно следующее:

– «*уверенность в себе на работе*» ($F=5,29$, $p < 0,01$);

– «*признание достижений*» ($F=3,30$, $p < 0,05$);

– «*обозримый карьерный путь*» ($F=12,63$, $p < 0,001$).

Нужно отметить, что в плане выбора будущей профессии «уходившим с головой» не чужды амбиции и честолюбие. С одной стороны, это вроде бы противоречит тому факту, что их мало волнует действительная жизнь и реальная работа. С другой стороны, во многих компьютерных играх как раз и запрограммирован «*карьерный рост*» игрока (вполне обозримый, т. к. нужно всегда достичь определённого уровня).

В-пятых, имеет свое объяснение и оценки полученного школьного образования, которое у них в большей степени повлияло на следующие жизненные способности и качества:

- «готовность разделять обязанности в своём окружении» ($F=4,12$, $p<0,05$);
- «способность работать на чём-либо вместе с другими» ($F=3,84$, $p<0,05$).

Как известно, немалая часть компьютерных игр (особенно on-line-игры) предусматривает не только соперничество, но и партнёрство. Создаются «игровые сообщества и братства», которые, конечно же, предполагают взаимные обязательства друг перед другом, умение совместно решать игровые задачи.

Выводы.

1. На основе анализа полученных результатов явно проявились изъяны традиционного образования. В ситуации размеренной, обыденной жизни они не столь очевидны. Но в контексте проблемы зависимостей, которая только усугубляется из года в год во всем мире, *недосформированность базовых жизненных способностей (компетентностей) и ключевых мотивов, отсутствие самостоятельности в мышлении и поступках, развитого чувства ответственности*, не только подводит подростков и молодых людей к пробе наркотиков, алкоголя и проч., но и делает немалое их количество впоследствии зависимыми людьми. Наивно полагать, что школьное образование в целом, конкретные школы и учителя никак не участвуют в «написании» биографии зависимого человека. Поэтому вопрос состоит в том, что должно измениться в школьном образовании, чтобы подростки и молодые люди могли **самостоятельно** противостоять различным зависимостям.

2. Результаты пилотажных исследований обнаруживают статистически значимую сопряженность (соответствие) между предрасположенностью к «старым» зависимостям и склонностью к «новым». Это указывает на необходимость дальнейшего теоретического осмысления проблемы «зависимостей» и поиска реальных практических подходов к воспитанию устойчивости к ним у детей, подростков и молодых людей в контексте формирования здорового образа жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амосов, Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритмы здоровья / Н.М. Амосов. – Донецк: Сталкер, 2002. – 590 с.
2. Андреев, А.Л. Компетентностная парадигма в образовании: опыт философско-методологического анализа / А.Л. Андреев // Педагогика. – 2005. – №4. – с.19–27.
3. Лопес-Бласко, А. Употребление наркотиков в автономном сообществе Валенсия. Предупредительные меры / А. Лопес-Бласко, Ф.П. Феррандо // Молодёжь и наркотики (социология наркотизма). – Харьков: Торсинг, 2000. – с.365–387.
4. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебник // М.Я. Виленский, А. Г. Горшков. – М.: Гардарики Disciplinae, 2010. – 224 с.
5. Гендин, А.М. Студенты о здоровом образе жизни: желаемая ситуация и реальная действительность / А.М. Гендин, М.И. Сергеев // Теория и практика физической культуры. – 2007. – №7. – С.15–19.
6. Егоров, А.Ю. Нехимические зависимости / А.Ю. Егоров. – СПб.: Речь, 2007. – 190 с.
7. Загвоздкин, В.К. Теория и практика применения стандартов в образовании / В. К. Загвоздкин. – М.: Народное образование, НИИ школьных технологий, 2011. – 344 с.
8. Пегов, В.А. Прогностическая модель обусловленности выбора здорового образа жизни на основе базовых представлений студентов вузов физической культуры: автореф. Дисс. На соиск. Уч. степ. Канд. пед. наук / В. А. Пегов. – Смоленск, 2011. – 24 с.
9. Печей, А. Человеческие качества / А. Печей. – М.: Прогресс, 1985. – 312 с.
10. Поварницын, А.П. Ценностные ориентации специалистов по физической культуре и спорту на этапе обучения в вузе / А.П. Поварницын // Теория и практика физической культуры. – 2005. – №5. – С.22–26.
11. Рущенко, И.П. Социологический мониторинг употребления психоактивных веществ в молодёжной среде / И.П. Рущенко, А.А. Сердюк // Профилактика наркомании: организационные и методические аспекты. Итоговые материалы международного проекта. – Харьков: Финарт, 2002. – С.93–101.
12. Столяров, В.И. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) / В.И. Столяров, И.М. Быховская, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1998. – №5. – С.11–15.
13. Углов, Ф. Образ жизни и здоровье / Ф. Углов. – М., 1985. – 48 с.
14. Франкл, В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М.: Прогресс, 1990. – 366 с.
15. Antonovsky, A. Health, stress, and coping: New perspectives on mental and physical well-being / A. Antonovsky. – San Francisco: Jossey-Bass, 1979. – 225 pp.
16. Baldwin, F. Research on Waldorf Graduates in North America, Phase I / F. Baldwin, D. Gerwin, D. Mitchell. – Wilton: Research Institute for Waldorf Education, 2005. – 46 pp.

17. Barz, H. Absolventen von Waldorfschulen. Eine empirische Studie zu Bildung und Lebensgestaltung / H. Barz, D. Randoll. – Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, 2007. – 369 s.
18. Glöckler, M. Education as Preventive Medicine: A Salutogenic Approach / M. Glöckler. – Rudolf Steiner College Bookstore, 2002. – 371 pp.
19. Mitchell, D. Survey of Waldorf graduates, Phase II / D. Mitchell, D. Gerwin. – Research Institute of Waldorf education, 2007. – 169 pp.
20. Woods, Ph. Steiner Schools in England / Ph. Woods, M. Ashley, G. Woods. – Bristol: University of West of England, 2005. – 208 pp.

CHALLENGES OF THE PRESENT: A HEALTHY LIFESTYLE AND «OLD» AND «NEW» DEPENDENCE

V.A. PEGOV, A.V. MALCHIKOV, A.V. PEGOVA

Summary

A questionnaire survey of high school students was aimed at identifying the characteristics of the relationship between the degree of formation of their school key faculties and resistance to the «old» and «new» types of dependencies. Analysis of the results revealed a statistically significant relationship between underdevelopment of basic competencies and vulnerability to dependence, as well as correspondence between a predisposition to the «old» dependency and addiction to the «new».

© Пегов В.А., Мальчиков А.В., Пегова А.В.

Поступила в редакцию 10 апреля 2012г.