

человека (в показателях индивидуальной и социальной субъектности) и своеобразие жизненного пространства.

Таким образом, были обобщены, систематизированы и проанализированы научные знания в данной области. В связи с этим, важно определить поле и содержание деятельности психологов в новом ракурсе и направить их усилия на формирование психологической культуры личности. Формирование психологической культуры личности — это целенаправленная превентивная работа психолога в специально организованных педагогических условиях, направленная на усиление позитивных тенденций личности, развитие ее творческого потенциала и ресурсных возможностей психики.

ЛИТЕРАТУРА

1. Демина, Л. Д. Психическое здоровье и защитные механизмы личности: учебное пособие / Л. Д. Демина, И. А. Ральникова – Алтай: Изд-во Алтайского государственного университета, 2000. — 81 с.

2. Формирование психологической культуры личности. [Электронный ресурс] – Москва, 2016. – Режим доступа: <http://old.prosv.ru/metod/egorova> – Дата доступа: 4.12.2016.

ИССЛЕДОВАНИЕ СКЛОННОСТИ СТУДЕНТОВ К АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Короткевич О.А., Новак Н.Г.

Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,

Гомель, Республика Беларусь,

E-mail: olankor@yandex.ru, natalya_novak_80@mail.ru

Резюме: В статье рассмотрены склонности студентов к аддиктивному поведению.

Ключевые слова: аддиктация, психоактивные вещества, просвещение, информирование

THE STUDY OF THE INCLINATION OF STUDENTS TO ADDICTIVE BEHAVIOR

Korotkevich O., Novak N.

Francisk Skorina Gomel State University,

Gomel, Republic of Belarus

Summary: The article examines the propensity of students to addictive behavior.

Keywords: addiction, psychoactive drugs, education, information.

Введение. Термин «аддиктивное поведение» впервые был предложен Комитетом экспертов по проблемам злоупотребления наркотиками Всемирной организации здравоохранения в 1964 году. В современной психологии «аддиктивным» (или «зависимым») считается поведение, которое характеризуется стремлением к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния [4], фиксацией внимания на определенных предметах или активностях, что сопровождается развитием интенсивных эмоций. В более широком смысле под зависимостью понимают «стремление полагаться на кого-то или что-то в целях получения удовлетворения или адаптации» [2, с. 71].

В настоящее время наиболее распространенными объектами аддикции выступают психоактивные вещества (легальные и нелегальные наркотики); алкоголь (в большинстве классификаций относится к первой подгруппе); пища; игры; секс; религия и религиозные культы. В соответствии с перечисленными объектами выделяют следующие формы зависимого поведения: химическая зависимость (курение, токсикомания, наркозависимость, лекарственная зависимость, алкогольная зависимость); нарушения пищевого поведения (переедание, голодание, отказ от еды); гэмблинг – игровая зависимость (компьютерная зависимость, азартные игры); сексуальные аддикции; религиозное деструктивное поведение (религиозный фанатизм, вовлеченность в секту) [1, с. 118]. Аддикции к еде (анорексия, булимия) являются промежуточными и характеризуются тем, что наряду с психологическими факторами задействуются биохимические механизмы.

Формирование и развитие аддиктивного поведения представляет собой непрерывный процесс, причем мотивация поведения на различных стадиях зависимости имеет свою специфику. Например, процесс формирования наркотической зависимости включает в себя несколько стадий. Первоначально под влиянием молодежной субкультуры происходит знакомство с наркотиком на фоне эпизодического употребления, положительных эмоций и сохранного контроля. Постепенно формируется устойчивый индивидуальный ритм употребления с относительно сохранным контролем. Этот этап часто называется стадией психологической зависимости, когда объект аддикции действительно «помогает» на непродолжительное время улучшать психофизическое состояние. Постепенно происходит привыкание ко все большим дозам наркотика, одновременно с этим накапливаются социально-психологические проблемы и усиливаются дезадаптивные стереотипы поведения. Для следующей стадии характерно учащение ритма употребления при максимальных дозах, появление признаков

физической зависимости с признаками интоксикации, синдромом отмены и полной утратой контроля. Наркотик перестает приносить удовольствие, он употребляется для того, чтобы избежать страдания или боли. Все это сопровождается грубыми изменениями личности (вплоть до психического расстройства) и выраженной социальной дезадаптацией. На более поздних стадиях употребления наркотиков дозы уменьшаются, употребление уже не приводит к восстановлению состояния. Зачастую исходом аддикции становятся социальная изоляция, инвалидизация, суицидальные попытки, развитие заболеваний, несовместимых с жизнью и т.д. [1; 2; 3]. Длительность и характер протекания стадий зависят от особенностей объекта (например, вида наркотического вещества) и индивидуальных особенностей аддикта (например, возраста, социальных связей, интеллекта, способности к сублимации). Характерной особенностью зависимого поведения является его цикличность.

К внешним социальным факторам формирования аддиктивного поведения можно отнести семью и ближайшее окружение, обычаи и традиции, технический прогресс в области пищевой промышленности, фармацевтической, компьютерной индустриях, выпускающих все новые и новые товары — потенциальные объекты зависимости. В некоторых случаях зависимое поведение обусловлено механизмом групповой динамики, что весьма характерно для юношеского возраста, когда влияние субкультуры максимально, что является плодотворной почвой для формирования зависимого поведения у членов малой группы. Существенным внутренним фактором являются психофизиологические особенности человека, которые определяют индивидуальное своеобразие формирования аддиктивного поведения и существенно влияют на выбор объекта зависимости, на темпы ее формирования, степень выраженности и возможность преодоления. Косвенно склонность к зависимому поведению может определяться типологическими особенностями нервной системы. Ученые считают, что такие врожденные свойства, как приспособляемость к новым ситуациям, качество настроения, чувствительность, контактность, при прочих неблагоприятных условиях влияют на формирование аддиктивного поведения [3].

Особую актуальность рассматриваемый вопрос приобретает в том случае, когда речь идет о молодежной среде. На сегодняшний день можно констатировать, что современная молодежная субкультура отличается высоким уровнем толерантности к различным видам химических и нехимических зависимостей [5].

Цель работы — выявить степень информированности студентов по вопросам аддиктивного поведения и здорового образа жизни.

Материалы и методы. Нами было проведено исследование, в котором приняли участие 155 студентов (1-5 курсов) ГГУ им.Ф.Скорины, из них 99 девушек (64 %) и 56 юношей (36 %).

В качестве психодиагностического инструментария применялась анкета для определения общей информированности студентов по проблеме аддиктивного поведения (формах, причинах, проявлениях и последствиях) и осведомленности в вопросах сохранения здорового образа жизни.

Результаты и обсуждение. По данным анкетирования, более половины студентов (62%) считают, что придерживаются здорового образа жизни, однако 20% — не считают свою модель поведения «здоровой», а 18% затруднились дать ту или иную оценку. Среди наиболее важных привычек, соответствующих «здоровому образу жизни» опрошенные назвали следующие: занятия физкультурой и спортом (39%); сон достаточной продолжительности (20%); здоровое питание (17%); эмоциональное равновесие (12%); ежедневные прогулки на свежем воздухе (7%); личная гигиена (6%). По данным опроса, ведущими мотивами здорового образа жизни юношей и девушек является стремление к сохранению здоровья и долголетия (88%) и сохранение внешней привлекательности (12%).

По мнению студентов, наиболее существенными факторами формирования химической зависимости (алкоголизма, табакокурения, наркотической зависимости и других) являются особенности семейного воспитания (75%), мода, влияние мнения большинства (35%).

При оценке отношения студентов к разным формам аддикции было выявлено следующее. Большинство студентов (89%) понимают, что наркомания является болезнью, разновидностью зависимости, а 11% даже считают, что наркомания — это преступление. Что касается никотиновой зависимости, то только 23% студентов считают табакокурение аддиктивным поведением, в то время как большинство респондентов (77%) относят его к вредной привычке, недооценивая всей тяжести последствий. Аналогичным является отношение опрошенных к проблеме алкоголизма: 48% убеждены, что это – вид зависимости, но практически такое же количество (49%) придерживаются мнения, что это просто вредная привычка, а 3% признались, что используют алкоголь как способ расслабления. 23% опрошенных указали, что друзья или знакомые предлагали им попробовать наркотические или токсические вещества. И хотя подавляющее большинство студентов (91%) утверждают, что не пробовали наркотические или токсические вещества, утвердительно на данный вопрос ответили 9%.

На вопрос «Нуждаетесь ли Вы в дополнительной информации о наркотиках, наркомании и ее последствиях?» большинство респондентов (68%) ответили, что не нуждаются, в то время как 20% испытывают недостаток информации, а 12% — не задумывались над этим. Однако, как оказалось, студенты недооценивают серьезность проблемы наркотической зависимости, считая, что ее можно разрешить собственными силами. Так, при ответе на вопрос «Что бы Вы предприняли, если бы узнали, что Ваш друг употребляет наркотики?» 85% выбрали вариант «поговорили бы с другом и предложили свою помощь», и только незначительная часть сообщили бы родителям (9%) или рекомендовали бы другу обратиться за помощью в наркологический диспансер (4%). Оставшихся 2% вообще не предприняли бы никаких действий, считая, что употребление другом наркотиков — это его личное дело.

В качестве способов борьбы с незаконным потреблением наркотиков многие студенты отметили следующие: изменение законодательства в сторону ужесточения ответственности за сбыт и распространение наркотиков (59%), введение обязательного принудительного лечения от наркомании (34%) и только 7% — усиление антинаркотической пропаганды среди молодежи и увеличение числа досуговых учреждений (доступность кружков, секций).

В вопросах безопасного секса и профилактики инфекций, передающихся половым путем, опрошенные студенты в подавляющем большинстве (84%) считают себя весьма осведомленными, а 16% хотели бы пополнить свои знания, воспринимая их как недостаточные.

Среди студентов, отметивших наличие у себя склонности к той или иной аддикции, большая часть (85%) признаются, что хотели бы избавиться от нее, однако этому препятствует отсутствие мотивации (51%), неразвитость силы воли (30%) и недостаток информации о способах преодоления зависимости (19%).

По данным анкетирования, подавляющее большинство опрошенных (75%) считают необходимым получение информации о влиянии различных вредных привычек на организм (свой и окружающих), что подтверждает актуальность популяризации знаний о здоровом образе жизни. Половина респондентов (51%) согласны с целесообразностью обязательного тестирования несовершеннолетних и молодежи на предмет раннего выявления наркотической зависимости высказались, в то же время 27% опрошенных — с этим не согласились, а 22% до сих пор не сформировали свое мнение по данному вопросу. Среди основных источников информации, которым в большей степени доверяют студенты в вопросах профилактики различных видов зависимости, были названы

лекции специалистов-наркологов (72%), выступления сотрудников правоохранительных органов (15%) и специальная литература (13%).

Выводы. На основании проведенного исследования было выявлено, что большинство студентов считают себя достаточно информированными по проблеме аддиктивного поведения, однако зачастую недооценивают тяжесть его последствий. В связи с этим важным направлением деятельности преподавателей и специалистов по-прежнему остается психологическое просвещение и информирование студентов. Основное внимание необходимо уделить тем вопросам, по которым юноши и девушки показали наименьшую осведомленность: причины и проявления различных видов зависимого поведения, его последствия, возможность и формы получения помощи специалистов. Важно делать акцент не столько на повышении уровня информированности студентов о принципах здорового образа жизни, сколько на развитие внутренней мотивации к применению имеющихся знаний в повседневной жизни. Условием эффективности профилактической работы является организация интерактивных дискуссии со специалистами в области профилактики аддиктивного поведения (психологом, наркологом, врачом-валеологом, инфекционистом и др.).

ЛИТЕРАТУРА

1. Змановская, Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений.– М. : Академия, 2004. – 288 с.
2. Кесельман, Л. Социальное пространство наркотизма / Л. Кесельман. – М. Мацкевич. – СПб: Институт социологии РАН, 2001. – 120 с.
3. Кондрашенко, В.Т. Девиантное поведение у подростков / В.Т. Кондрашенко. – Минск : Беларусь, 1988. – 204 с.
4. Короленко, Ц.П. Социодинамическая психиатрия / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – М.: Академический проект, 2000. – 460 с.
5. Проказина, Н.В. Социальная сущность аддиктивного поведения молодежи / Н.В. Проказина, Л.В. Каткова // Социология и жизнь. – 2010. – № 2. – С. 80 – 83.