

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Інститут Математики, Економіки, Механіки

Кафедра соціальної і прикладної психології

Д и п л о м н а р о б о т а

бакалавра

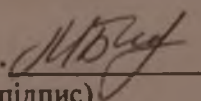
на тему: «Психологічні особливості молодих людей з нікотиновою залежністю»

«Psychological characteristics of young people with nicotine addiction»

Виконала: студентка заочної форми навчання

Напрямок підготовки 6.030102 Психологія

Городиська Ірина Анатоліївна

Керівник к.психол.н., доцент Білова М. Е. 
(підпис)

Рецензент к.психол.н., доцент Акімова Л.Н.

Рекомендовано до захисту:

Протокол засідання кафедри

№ 10 від 29 05 2017 р.

Захищено на засіданні ЕК № 8

протокол № від 29 06 2017 р.

Оцінка відм. / A / 100

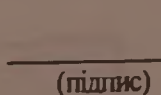
(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Завідувач кафедри


(підпис)

Подшивалкіна В.І.

Голова ЕК


(підпис)

Розіна Н.В.
(прізвище, ініціали)

ш/к. 593 580

Одеса – 2017

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ НІКОТИНОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ.	
1.1. Загальна характеристика залежної поведінки	6
1.2. Тютюнопаління (нікотинізм) як форма фармакологічної залежності	10
1.3. Причини паління молодого покоління	19
1.4. Відказ від паління та психологічні аспекти корекції поведінки.	30
Висновки до першого розділу	33
РОЗДІЛ 2. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ВИРАЖЕНОСТІ ПЕВНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСІБ, ЩО МАЮТЬ АБО НЕ МАЮТЬ ТЮТЮНОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ	
2.1 Організація та форми дослідження по виявленню психологічних особливостей молодих людей з нікотиною залежністю	35
2.2 Результати и аналіз дослідження психологічної схильності молодих людей до шкідливих звичок	38
2.3 Результати и аналізу зв'язку рівня тривожності и нікотиною залежності	39
2.4 Результати и аналізу зв'язку рівня агресивності та ворожості з нікотиною залежністю	43
2.5. Корекційні методи роботи з нікотиною залежністю	47
Висновки до другого розділу	54
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	60
ДОДАТКИ	65

ВСТУП

Здоров'я є стратегічним потенціалом держави і вимагає державного, відповідального підходу до його множення і заощадження. Кожен громадянин повинен ясно розуміти, що здоров'я є, перш за все, його багатство, його благополуччя, його майбутнє.

Здоровий спосіб життя слід розуміти, як єдність самоохоронної свідомості і поведінки. Це означає, що в цій формулі немає місця відстороненому відношенню до власного здоров'я, що кожна людина є суб'єктом власного оздоровлення, творцем свого здоров'я, що здоровий спосіб життя - це не тільки знання, що це є, але і знання як це здійснюється. Запропонована формула дозволяє подолати як саморуйнівне, так і байдуже ставлення до свого здоров'я. Вона виключає ситуацію повільного, але вірного руйнування власного фізичного, інтелектуального і духовного здоров'я засобами паління, зловживання алкоголем, пристрастю до наркотиків, неправильного харчування, гіподинамії та інших нездорових звичок.

Здоровий спосіб життя несумісний зі шкідливими звичками, і ця несумісність принципова, бо вживання алкоголю і тютюнопаління перешкоджають розвиненню будь-яких сторін здорового способу життя (оптимальна організація дозвілля, фізична активність, раціональне харчування і т.д.). Шкідливі звички входять в число найважливіших факторів ризику багатьох захворювань, істотно позначаються на стані здоров'я молоді та населення в цілому.

Паління розглядається як одна з провідних причин захворюваності та смертності сучасного населення. Щорічно внаслідок паління помирають 3,5 млн. осіб по всьому світу. Прогнозується, що до 2020 року цей показник зросте в три рази.

Оцінки вітчизняних і зарубіжних фахівців одноставні в тому, що нікотинова залежність як форма адитивної поведінки взаємопов'язана з

серцево-судинними і онкологічними хворобами, які є основними факторами сучасної структури захворюваності. Ця взаємопов'язаність і обумовлює актуальність вивчення поведінкових практик здоров'я в цілому, в тому числі і поведінки ризику.

Проблема подолання шкідливих звичок особливо актуальна, тому що аж до останнього часу відзначалася тенденція до збільшення частоти вживання алкоголю та тютюнопаління серед молоді. Недоліки у вихованні молоді послабили роль моральних регуляторів життєдіяльності. У молодіжному середовищі широко поширена інформація про види шкідливих звичок, ефекті їх впливу і звикання до них. Однак, пасивне ставлення молодих людей до опору цим звичкам, помножене на відносну простоту придбання будь-яких видів шкідливих речовин (тютюн, алкоголь, наркотики), їх включеність в дозвільний спосіб життя, і надають загрозливого характеру даної ситуації.

Дана проблема розглядалася як антисоціальна поведінка (Паттерсон Г.), як інформаційна модель поведінкових навичок (А.Г. Макєєва), як пізнавальна модель зміцнення здоров'я (М.М. Іванець, В.Є. Пелипас), як концепція копінг профілактики психосоціальних розладів в юнацькому віці (Н. Сирота, В.М. Ялтонський); як дослідження в превентивній педагогіці (Д.В. Колесов, З.В. Коробкіна, А.Н. Маюров, С.А. Завражін, А.Н. Якушев та ін.). Однак комплексних досліджень з даної проблематики все ще недостатньо.

Протиріччя між значущістю проблеми профілактики шкідливих звичок у молодих людей, зокрема тютюнопаління, і недостатньою кількістю досліджень з комплексного вирішення даної проблеми визначило актуальність даної проблеми і вибір теми дипломної роботи «Психологічні особливості молодих людей з нікотиновою залежністю».

Мета роботи - дослідити психологічні чинники, що сприяють виникненню і розвитку нікотинової залежності у молодих людей.

Об'єкт дослідження - нікотинова залежність як психологічний феномен.

Предмет дослідження - психологічні особливості молодих людей з нікотиновою залежністю.

Ми припустили, що існують відмінні риси у молодих людей схильних до нікотинової залежності.

Для виконання мети були поставлені такі **завдання**:

1. Визначити теоретико-методологічні аспекти проблеми формування нікотинової залежності.

2. Виявити чинники, що сприяють виникненню звички до тютюнопаління.

3. Експериментально перевірити припущення про існування відмінних рис у молодих людей, схильних до нікотинової залежності.

Методи дослідження: теоретичний аналіз психологічної літератури; анкетування, тестування. Використовувалися наступні **тести**: тест на нікотинову залежність Фагерстрема, особистісна шкала проявів тривоги (Дж.Тейлор, адаптація Т.А.Немчин), опитувальник Басса-Дарки.

Робота проводилася зі студентами різних ВНЗ м Одеси.

Теоретична значимість дослідження полягає в наступному: розглянута проблема нікотинової залежності в молодіжному середовищі та описані методи профілактики боротьби з нею. Виявлено зв'язок шкідливих звичок з психологічними особливостями особистості.

Практична значимість дослідження полягає в тому, що його зміст, отримані результати і висновки можуть бути використані в сучасній профілактиці шкідливих звичок у молодих людей.

Структура роботи обумовлена предметом, метою і завданнями дослідження. Робота складається з вступу, двох розділів і висновку. Результати дослідження представлені в 6 таблицях і на 3 малюнках. Список використаної літератури включає 56 найменувань.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Підводячи підсумки, можна сказати, що наше майбутнє залежить від нас самих, від нашої поведінки, режиму праці та відпочинку, харчування, одним словом, від умов життя. Від шкідливих звичок не завжди легко позбутися. Особливо при багаторічному їх вплив на людину. І хоча в наше століття загальної грамотності, люди знають про негативні наслідки алкоголю і паління, багато хто з них не поспішають позбутися шкідливих звичок, а інші (і їх також чимало), приєднуються до них.

В ході виконання дипломної роботи нами були досягнуті поставлені цілі і завдання. Було підтверджено припущення дослідження про те, що існують відмінні риси особистості молодих людей, що мають шкідливі звички.

Провівши теоретичний аналіз літератури з проблеми чинників виникнення і розвитку звички тютюнопаління у молодих людей, можна стверджувати, що:

1. Соціальна та медична проблема тютюнопаління стоїть досить гостро. Сучасні молоді люди досить добре обізнані про негативний вплив паління на здоров'я, однак вони стійко бачать позитивні моменти паління. Паління, або хронічний нікотинізм - одна з різновидів наркоманії, яка є однією з легких за клінічними проявами формою наркоманії. Але в той же час далеко не безпечною за своїми віддаленими результатами.

2. В основі закріплення шкідливих звичок у дорослих, таких як паління, вживання алкоголю, наркоманія лежить психологічна і фізична залежність:

- психічна залежність - стан, при якому вживаються шкідливі речовини викликають відчуття патологічного задоволення і психічного підйому і мають потребу в повторному вживанні, щоб повторно відчути суб'єктивне задоволення;

- фізична залежність - могутній чинник посилення психічної

залежності, яка примушує людину повторювати шкідливий вплив, або відновлювати його вживання після спроби втриматися.

Провідним симптомом є толерантність - стан пристосування організму, яке позначається в ослабленій реакції на однакову кількість додаткового речовини.

3. На відміну від алкоголю і наркотика тютюн не викликає сильних змін в поведінці людини. Однак в цьому і криється його небезпека. Курять люди завдають шкоди оточуючим. У тютюновому димі міститься багато шкідливих речовин, які, потрапляючи в організм, накопичуються і надають руйнівну дію. При цьому вони небезпечні не тільки для самого курця, але і для людей, що знаходяться поруч у момент паління.

Почавши палити, молоді люди продовжують це робити з наступних причин:

- зняття психологічної напруги;
- придбання несвідомої звички: у курців виникає рефлекс, від якого важко позбутися;
- асоціації або зв'язку з приємною обстановкою і задоволенням.

4. Результати емпіричних досліджень патернів паління дозволяють зробити висновок, що паління є досить поширеною звичкою.

Найбільш значущими, що детермінують дану поведінку факторами виявилися стать, вік і освіту.

Патерни паління в гендерному вимірі свідчать, що це як і раніше переважно «чоловічі» практики

Вплив віку і освіти не так суттєво, але також автономно, з віком залученість в паління знижується.

Освічені верстви українського суспільства частіше відмовляються від паління.

Як матеріальний достаток, так і відсутність грошових коштів не є чинниками, стримуючими паління.

Відсутність значущих зв'язків між сімейним статусом і курильних

поведінкою може свідчити про соціальну прийнятність паління в даний час. Проте, той факт, що серед сімейних людей курців менше, ніж серед не мають сім'ї, можна, мабуть, інтерпретувати як наслідок збереження культурного контексту, в якому міститься соціальне несхвалення паління.

Як інструменти для підтвердження припущення про існування відмінних рис у молодих людей, що мають нікотинову залежність використовувався комплекс психодіагностичних методик, підібраних відповідно до заявленої мети.

Проведене експериментальне дослідження показало, що:

1. Дівчат, що мають шкідливі звички, зокрема нікотинову, в даному віці виявилось досить багато, хоча більшість психологічної літератури, як вітчизняної, так і зарубіжної, розглядають шкідливі звички в ранньому молодому віці швидше як юнацький феномен. Відповідно і профілактичні заходи щодо подолання шкідливих звичок часто повинні носити виражений гендерний характер.

2. Загальний аналіз залежності наявності нікотинової залежності від рівня тривожності показав, що є середня ($\tau = 0,573$) прямий зв'язок між тривожністю особистості і її схильністю до паління. Цей зв'язок достовірний на високому рівні значущості ($p < 0,01$).

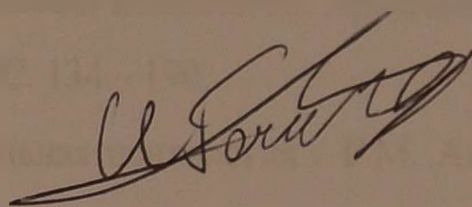
- аналіз взаємозв'язку рівня тривожності і шкідливих звичок за гендерною ознакою показав, що у юнаків є сильна залежність наявності нікотинової залежності від рівня тривожності. Цей зв'язок сильний ($\tau = 0,769$) і достовірний на високому рівні значущості ($p < 0,01$). Що стосується дівчат, то зв'язок між тривожністю і схильністю до нікотинової залежності дуже слабкий і недостовірний.

3. Загальний аналіз зв'язку нікотинової залежності і рівня агресивності показав, що немає достовірних зв'язків між цими величинами.

- загальний аналіз зв'язку нікотинової залежності і рівня ворожості показав, що немає достовірних зв'язків між цими величинами.

Теоретична значимість дослідження полягає в наступному: розглянута проблема ніотинової залежності в молодіжному середовищі та описані методи профілактики боротьби з нею. Виявлено зв'язок шкідливих звичок з індивідуально-психологічними особливостями особистості.

Практична значимість дослідження полягає в тому, що його зміст, отримані результати і висновки можуть бути використані в сучасній профілактиці шкідливих звичок у молодих людей.

A handwritten signature in dark ink, appearing to be 'A. G. ...' with a stylized flourish at the end.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. - М.: Мысль, 1991. - 336 с.
2. Александров А.А. Профилактика курения: роль и место психолога / А.А. Александров, В.Ю. Александрова // Вопросы психологии. - М., 1999. - №4. - С. 35-42.
3. Ананьев Б.Г. Структура личности / Б.Г. Ананьев // Психология личности в трудах отечественных психологов. Хрестоматия. / Сост. Куликов А.В. - С-Пб.: Питер, 2000. - С. 134 - 190.
4. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. - М: Аспект Пресс, 1999. - 445 с.
5. Березин Ф.Б. Психология и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин - Л., 1998.- 178с.
6. Бернштейн Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности/ Н. А. Бернштейн. — М.: Медицина, 1996. - 225 с.
7. Бойко В.М. Как бросить курить / В.М. Бойко. - М., 2003. - 256 с.
8. Братусь Б.С. Аномалии личности / Б.С. Братусь. - М.: Мысль, 1988. - 180с.
9. Валеология - наука о здоровом образе жизни. Информативно-методический сборник. Выпуск I. - М., 1996. - С.76 -89.
10. Выготский Л.С. Лекции по психологии / Л.С. Выготский. - СПб.: Союз, 1997. - 238 с.
11. Ги Лефрансуа. Теории научного формирования поведения человека / Ги Лефрансуа.. - СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003 - 278с.
12. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов / Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: ЧсРо, 1997. - 321 с.
13. Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А.В. Гоголева. — М.: Московский психолого-социальный институт, 2002. - 240с.
14. Грановская Р.М. Элементы практической психологии / Р.М.

- Грановская. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1988 – 564с.
15. Гримак Л.И. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности / Л.И. Гримак. – М.: Политиздат, 1987. – 286с.
 16. Ильин Е.П. Мотивации и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб., 2000. – 567 с.
 17. Каган М. С. Индивидуальность как объективная и субъективная реальность / М. С. Каган, А. М. Эткинд // Вопросы психологии, 1989. - № 6. – С. 62 - 70.
 18. Каннингем Р. Дымовая завеса. Канадская табачная война / Р. Каннингем / Пер. с англ. В.Н. Королева. – М., 2001. – 231 с.
 19. Карпов А.М. Самозащита от курения: Образовательно-воспитательные основы профилактики и психотерапии курения / А.М. Карпов, Г.З. Шакирзянов. – Казань, 2001. – 156 с.
 20. Кісарчук З.Г. Методологія і методи практичної психології// Практична психологія та соціальна робота / З.Г. Кісарчук. – 2002. - №3. – с.29-34.
 21. Комер Р. Патопсихология поведения, нарушение и патологии психики / Р. Комер. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002. – 608с.
 22. Краткий психологический словарь / Ред.-сост. Л.А.Карпенко. – 2 изд., - Ростов н/Д: «Феникс», 1998 – 512с.
 23. Кун Д. Основы психологии: Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003 – 864с.
 24. Лалаянц К. Дорогое удовольствие (о курильщиках) / К. Лалаянц // Наука и жизнь. – 1996. - № 10. – С. 80-83.
 25. Леви В. Искусство быть собой. Индивидуальная психотехника / В. Леви. – М., 1991. - 345 с.
 26. Левитский Л.М. Вред алкоголя и никотина: Пособие для учителей / Л.М. Левитский, В.С. Язловецкий. – 2-е изд., перераб. и доп. – К., 1997. – 290 с.
 27. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность А.Н./ Леонтьев. – М.: Политиздат, 1977. – 304с
 28. Максименко С.Д. Наукова психологія і психологічна практика / С. Д.

- Максименко // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. - №9. – С. 2-5.
29. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. Учебник для студ. ВУЗов / В.С. Мухина. – М., 2000. – 300 с.
 30. Науманн Ф. Курение без вреда для здоровья / Ф. Науманн / Пер. с нем. Н.А. Чупеева. – М., 2001. – 324 с.
 31. О вреде курения: метод. Материалы в помощь лектору. – М., 1997. – 111 с.
 32. Петровский А.В. Введение в психологию / А.В. Петровский. – М., 1995. – 320 с.
 33. Практическая психология: Учебник./Под.ред.акад.М.К.Тутушкиной. – М.: Изд-во Ассоциации строительных вузов, 1997. – 445 с.
 34. Профилактика и освобождение от табакокурения детей и подростков: Сборник авторских программ и практических рекомендаций для средних учебных заведений / Винда О.В. и др. – Харьков, 2000. – 223 с.
 35. Психология. Словарь / Под.общ.ред. А.В.Петровского. М.Г.Ярошевского. – М.: Политиздат, 1990. – 567 с.
 36. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – СПб., 2000. – 543 с.
 37. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 1999. – 357 с.
 38. Светлова Е. «Никотиновые» дети рождаются у курильщиков / Е. Светлова // Крестьянка. 1997. - № 15.- С. 62-63.
 39. Сельченко К.В. Психология зависимости. Хрестоматия / К.В. Сельченко. – Харвест, 2005 – Минск. – 596с.
 40. Сизанов А.Н. Модульный курс профилактики курения. Школа без табака / А.Н. Сизанов, В.А. Хриптович. – М., 2004. – 107 с.
 41. Слободчиков В.И. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. - М., 1995. – 345 с.
 42. Словарь практического психолога / сост. С.Ю.Головин. – Минск:

- Харвест, 1998 – 800с.
43. Смид Р. Групповая работа с детьми подростками: Пер. с англ / Р. Смид. – М., 1999. – 453 с.
 44. Смирнов В. Э. От вредной привычки к болезни / В. Э. Смирнов. – Издательство “Знания”: Москва, 1998. – 321 с.
 45. Соколов Ю. Как отказаться от курения / Ю.Соколов. – СПб, 1997. – 214 с.
 46. Столяренко Л.Д. Основы психологии. 4-е изд / Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д: Феникс, 2001 – 672с.
 47. Страхов И. В. Психология характера / И. В. Страхов. — Саратов: СГПИ, 1990. – 247 с.
 48. Суворова Р.А. Психология деятельности: Учеб.пособие для вузов / Р.А. Суворова. – М.: Изд-во МГУ, 2003. – 406 с.
 49. Теплов Б. М. Избранные труды: В 2-х т. Т. 1 / Б. М. Теплов.. — М.: Педагогика, 1985. – 555 с.
 50. Хриптович В.А. Проективная методика «Мое письмо курящему подростку» в психопрофилактической работе психолога / В.А. Хриптович. – Мн., 2001. – Ч.2. – С.187-192.
 51. Хриптович В.А. Психолого-педагогические основы обучения школьников здоровому образу жизни / В.А. Хриптович. – Мн., 2001. – 123 с.
 52. Хриптович В.А. Мотивационные аспекты курения // Л.С. Выготский и современная культурно-историческая психология: Материалы международной научной конференции / В.А. Хриптович, М.А. Валитов / Редколлегия Д.Г. Лин, Я.Л. Коломинский и др. – Гомель, 2001. – С.91-93.
 53. Худик В.А. Психология аномального развития личности в детском и подростковом возрасте / В.А. Худик. – К., 1993. – 198 с.
 54. Шальнова С.А. Распространенность курения в Украине: Результаты обследования национальной представительной выборки населения / С.А. Шальнова и др. // сб. конференции «Профилактика заболеваний и укрепление здоровья». – К., 2008. – С.9-32.

55. Школа выживания. Обеспечение безопасности жизнедеятельности. - Ростов-на-Дону, 1996. - 109 с.
56. Ярошевский М.Г. Психология в XX столетии / М.Г. Ярошевский. - М., 1989. - 368с.