

Секция «Актуальные проблемы психологии спорта и здорового образа жизни»  
**Особенности убеждений о табакокурении у курящих, бросивших курить и не куривших студентов**

**Марченко Николай Владимирович**

*Студент (магистр)*

Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики, Кафедра психологии управления и юридической психологии, Ростов-на-Дону, Россия

*E-mail: nickolasmarchenko@gmail.com*

<p>Особенности убеждений о табакокурении у курящих, бросивших курить и не куривших студентов Тема здорового образа жизни сегодня все заметнее выдвигается на передний план. Ее важность все более осознается как простыми людьми, так и специалистам в сфере здравоохранения, политическими деятелями, представителями научной сферы. Количество материала прямо или косвенно затрагивающего эту тему возрастает многократно. Одним из сегментов, который к ней относится, является проблема табакокурения. Даже учитывая меры, которые уже применены для ее успешного разрешения как в масштабах государственного уровня в России, так и в рамках локальных задач, по-прежнему остаются актуальными ряд вопросов, разрешение которых помочь людям отказаться от табачной зависимости [9]. Рассматривая курение табака как один из видов химической аддикции, мы изучаем психологические аспекты, выступающие необходимыми условиями освобождения от нее [1,5]. Прежде всего, особого внимания заслуживает изучение внутриличностных ресурсов, способствующих освобождению от табачной зависимости. В особенности важно изучить как ценности и убеждения, связывающие их и между собой и с другими уровнями личности способны влиять на поведение. Убеждения в наиболее общем виде являются одной из наиболее очевидных форм обобщения и выражения опыта человека [7,8]. Подход, применяющий работу с этими формами, давно и широко используется в сфере психологического консультирования, например в рационально-эмотивной терапии (РЭТ)[4]. Е.Н. Гомонова, Е.Г. Денисова и Е.В. Прокопьева проводят анализ и обобщение точек зрения об убеждениях личности в психологии. Можно выделить три ключевых вектора понимания этого феномена [2]. Последний подход дает определенные инструменты для определения и анализа убеждений. В подходе НЛП специальное исследование убеждений предпринято Р. Дилтсом, сформулировавшим уровневое строение субъективного опыта человека [3]. Он предложил модель нейрологических уровней. Согласно ей представления человека о мире, сформированные в процессе накопления опыта организуются иерархически в соответствии с ценностными ориентациями. В этой иерархической структуре выделяются шесть уровней, каждый из которых функционирует на основании особых свойственных только ему принципов и организует информацию для нижележащего уровня. Перемены в представлениях на высших логических уровнях всегда вызывают соответствующие изменения на низших [4]. На первом этапе наших исследований мы сравнивали особенности убеждений о вредной привычке курящих и бросивших курить студентов в связи с их личностными особенностями. Объектом исследования - курящие и бросившие курить студенты ЮФУ, получающие второе высшее (психологическое) образование, в количестве 54 человек. Отношение студентов к курению в связи с их личностными особенностями (уровнем субъективного контроля и выраженностью ценностных ориентаций) изучались с помощью тестирования и статистического анализа полученных данных на материалах 17-ти курящих и 22-х бросивших курить респондентов. Студенты, характеризующиеся экстернальностью в области достижений, продемонстрировали более выраженное неприятие курения, чем студенты, интернальные в своих жизненных достижениях. Более негативное отношение к табакокурению также свойственно студентам, придающим особое значение личностному развитию. По-видимому, они рас-

смаатривают курение табака как препятствие на пути саморазвития. Более подробное описание результатов этой работы было проделано нами ранее [6]. На следующем этапе мы сравнили полученные показатели с результатами тестирования 18 респондентов, которые никогда не употребляли табачные изделия. С помощью корреляционного анализа было определены положительные связи между стажем воздержания от курения и общей интернальностью, интернальностью в сфере неудач, интернальностью в сфере семейных отношений, ценностью «материально обеспеченная жизнь»; отрицательные связи имеют стаж воздержания от курения и ценности «красота природы и искусства»; «познание»; «творчество». Кроме того, односторонний дисперсионный анализ Краскела – Уоллиса позволяет обнаружить зависимость срока воздержания от табака от значений шкал «оценка» и «активность»; семантического дифференциала Ч. Осгуда, а также общей интернальностью, интернальностью в сфере достижений и семейных отношений. Полученные в данном исследовании результаты могут быть востребованы в рамках консультирования по вопросам освобождения от привычки к табакокурению.

### Источники и литература

- 1) Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2002.
- 2) Гомонова Е.Н., Денисова Е.Г., Прокопьева Е.В. Теоретический анализ основных подходов к пониманию феномена убеждений личности // Современные проблемы и перспективы развития педагогики психологии. Материалы II Международной научно-практической конференции (г.Махачкала, 30 сентября 2013 г.). – Махачкала: ООО «Апробация», 2013.
- 3) Дилтс Р. Фокусы языка: Изменение убеждений с помощью НЛП.- СПб.: Питер, 2000.
- 4) Дилтс Р., Халлбом Т., Смит С. Убеждения: Пути к здоровью и благополучию.- Портленд - Орегон: Метаморфоз Пресс, 1993.
- 5) Малинина Е.В., Андрющенко И.В. Табакокурение и наркопотребление как формы аддиктивного поведения студентов-медиков // Лечащий врач.- 2011.- [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.lvrach.ru/2011/10/15435286>.
- 6) Марченко Н.В., Белова Е.В. Особенности убеждений о привычке табакокурения курящих и бросивших курить студентов // Актуальные вопросы психологии здоровья и психосоматики Под ред. Далгатова М.М., Муталимовой А.М.– Махачкала: АЛЕФ (ИП Овчинников М.А.), 2015. – с. 183 - 188
- 7) Прокопьева Е.В. О возможностях изучения особенностей Я-концепции с позиций нейролингвистического программирования // Северо-Кавказский психологический вестник. - Ростов-на-Дону, 2004.- № 2.
- 8) Прокопьева Е.В. Ограничивающие убеждения как основание интолерантного отношения // Политическая толерантность в мультиэтническом регионе. Материалы межрегиональной конференции (Ростов-на-Дону, 11-13 ноября 2003 г.) - Ростов-на-Дону, 2003.

### Слова благодарности

Выражаю благодарность своему научному руководителю Беловой Екатерине Владимировне. Ее помощь и безграничное терпение - весомая инвестиция, позволившая этому исследованию быть.