

О. А. Короткевич, Н. Г. Новак, Ю. В. Никитюк

Факультет психологии и педагогики,
кафедра социальной и педагогической психологии;
проректор по воспитательной работе

МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ ПРОБЛЕМЫ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ

Аддиктивное, или зависимое поведение (табакокурение, алкоголизм, наркомания, интернет-зависимость, пристрастие к азартным играм), является одним из типов девиантного поведения, распространение которого в Республике Беларусь представляет серьёзную угрозу здоровью населения, экономике страны, правопорядку и безопасности государства. Аддиктивное поведение – форма деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путём изменения своего психического состояния посредством приёма некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определённых предметах или активностях, что сопровождается развитием интенсивных эмоций (Ц. П. Короленко, Т. А. Донских). В результате личность перестаёт обогащать свой жизненный опыт, значительно сужает круг своего общения, частично или полностью утрачивает работоспособность, наносит ощутимый ущерб своему здоровью, совершает правонарушения. Среди причин аддиктивного поведения выделяют наследственность, социальную среду, обучение, воспитание, особенности взаимосвязи и взаимодействия человека с окружающим миром и другое.

С целью мониторинга состояния проблемы аддиктивного поведения в студенческой среде на базе университета был развернут проект «Психологическая профилактика аддиктивного поведения в студенческой среде». Реализация данного проекта осуществляется в соответствии с программой, разработанной сотрудниками кафедры социальной и педагогической психологии. Одним из важных этапов стало

проведение психодиагностического исследования по изучению степени склонности студентов к различным видам аддиктивного (зависимого) поведения. Был использован следующий психодиагностический инструментарий: методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей Лозовой Г. В.; тест Кимберли С. Янг на интернет-зависимость (Internet Addiction Test); тест на выявление нарушений, связанных с употреблением алкоголя AUDIT (Alcohol use disorders identification test); анкета для определения общей информированности студенческой молодёжи об аддиктивном поведении, его формах, причинах, проявлениях и последствиях. В исследовании приняли участие 155 студентов (1–5 курсов), из них 99 девушек (64 %) и 56 юношей (36 %). Были задействованы студенты следующих факультетов: психологический (25 %); экономический (21 %); геолого-географический (21 %); исторический (1,5 %); юридический (1,5 %); биологический (30 %).

При обработке и анализе данных, полученных с помощью методики «Диагностики склонности к 13 видам зависимостей» Лозовой Г. В., было выявлено, что более чем у половины респондентов (54,4 %) – средняя и у 43 % – низкая степень склонности к алкогольной зависимости. Высокие показатели по данному параметру диагностированы только у 2,6 % студентов. Однако результаты, полученные при анализе данных теста на выявление нарушений, связанных с употреблением алкоголя AUDIT, свидетельствуют о том, что 23 % респондентов отличаются чрезмерным или рискованным потреблением алкоголя. По определению ВОЗ, чрезмерным (опасным или рискованным) считается тот уровень потребления алкоголя, который приводит к ущербу для соматического и психологического здоровья, нарушению социального функционирования. О чрезмерном потреблении алкоголя свидетельствует приём более 20 г (для женщин) и 40 г (для мужчин) этанола в сутки. Другими словами, 1/5 опрошенных студентов входят в группу риска. О том, что студенты при диагностике зачастую дают социально одобряемые ответы, свидетельствуют данные по шкале склонности к никотиновой зависимости: подавляющее большинство (81 %) отрицают наличие и 44 % имеют средний уровень предрасположенности к данной аддикции. Только у 2 % опрошенных был констатирован высокий показатель склонности к табакокурению. Безусловно, это не отражает реальную картину состояния данной проблемы. Так, по данным Национального статистического комитета Беларуси, на начало 2015 года доля курящего населения в возрасте от 16 лет и старше составила 24,4 %, при этом возрос процент зависимых от табака женщин в 1,9 раз, что составляет 9,3 %.

Результаты по шкале склонности к наркотической аддикции свидетельствуют о том, что у подавляющего большинства (69 %) была

диагностирована низкая вероятность и у 21 % средняя вероятность развития наркотической зависимости. Около 10 % молодых людей можно отнести к категории высокого риска возникновения проблем, обусловленных употреблением психоактивными веществами.

При изучении склонности к телевизионной зависимости высокие показатели констатированы практически у четверти (24 %) участвовавших в опросе молодых людей. Такие студенты проводят более 3–4 часов в сутки за просмотром телепередач, не осуществляя их осознанного выбора, что приводит к невротическим расстройствам, развитию депрессивных состояний, раздражительности, диссомнических нарушений, хронической усталости (Сосин И., 2008). При изучении пищевой зависимости низкие показатели были констатированы у трети опрошенных (30 %), средние – у 43 %. Высокий уровень склонности к пищевой аддикции характерен для 27 % опрошенных, т. е. они используют пищу не для утоления голода, а чтобы справиться с тревогой и волнением, развлечь себя и получить приятные эмоции. Разного рода нарушения пищевого поведения обусловлены биологическими, культуральными, семейными и интрапсихическими факторами. Систематическое переедание или, напротив, навязчивое стремление к похудению, вычурная избирательность в еде, изнурительная борьба с «лишним весом», увлечение все новыми и новыми диетами стали весьма актуальными проблемами современного общества.

Что касается общей склонности к аддиктивному поведению, то низкая степень выявлена практически у трети студентов (28 %), средняя степень – у 44 %. У 27 % опрошенных был выявлен высокий уровень склонности к зависимому поведению, что при воздействии неблагоприятных факторов может привести к развитию у них различных видов аддикции. Наиболее высокие показатели склонности к аддиктивному поведению были выявлены по таким видам, как: зависимость от любовных отношений (40 %), пищевая зависимость (27 %), телевизионная зависимость (24 %), наркотическая зависимость (10 %) и зависимость от здорового образа жизни (8 %).

Результаты теста К. С. Янг позволяют говорить, что большинство (71 %) опрошенных чрезмерно увлечены Интернетом, а у трети (29 %) – выражена Интернет-зависимость (навязчивое стремление использовать Интернет, желание проводить большое количество времени в сети).

Определенный интерес вызывают ответы студентов, полученные с помощью «Анкеты информированности об аддиктивном поведении среди студенческой молодёжи». Так, подавляющее большинство (75 %) считают необходимым получение студентами и молодежью

информации о влиянии различных вредных привычек на организм (свой и окружающих), что подтверждает актуальность популяризации знаний о здоровом образе жизни. Оценивая свой образ жизни, более половины студентов (62 %) охарактеризовали его как «здоровый». Среди наиболее важных привычек, соответствующих «здоровому образу жизни», опрошенные назвали: занятия физкультурой и спортом (39 %); достаточной продолжительности сон (20 %); здоровое питание (17 %); эмоциональное равновесие (12 %); ежедневные прогулки на свежем воздухе (7 %); личная гигиена (6 %). Ведущими мотивами здорового образа жизни, по мнению интервьюируемых юношей и девушек, является стремление к сохранению здоровья и долголетия (88 %) и сохранение внешней привлекательности (12 %).

Довольно внушительный процент опрошенных (23 %) ответили, что сталкивались с ситуацией, когда друзья или знакомые предлагали им попробовать наркотические или токсические вещества. Подавляющее большинство студентов (91 %) утверждают, что не пробовали наркотические или токсические вещества. Однако 9 % ответили утвердительно на данный вопрос. Среди факторов, которые оказывают наибольшее влияние на формирование зависимости (алкоголизма, табакокурения, наркотической зависимости и других) среди молодых людей, опрошенными были названы особенности семейного воспитания (75 %) и мода, влияние мнения большинства (35 %).

Большинство студентов считают себя достаточно информированными по проблеме аддиктивного поведения, однако часто недооценивают тяжесть его последствий. При организации мероприятий по профилактике различных видов зависимостей, первоочередное значение имеет просветительская деятельность с привлечением специалистов наркологической службы, службы гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья, а также сотрудников правоохранительных органов, авторитет которых среди студенческой молодежи наиболее высок. Основное внимание при этом следует обращать на вопросы, в которых юноши и девушки показали наименьшую осведомленность: причины и проявления различных видов зависимого поведения, его последствия и возможности. Важную позицию в профилактике аддикций занимает популяризация здорового образа жизни среди молодых людей. Основной акцент здесь должен быть сделан на повышении информированности о принципах здорового образа жизни, развитие внутренней мотивации их внедрения в повседневную жизнь.