

ИССЛЕДОВАНИЕ СКЛОННОСТИ К САМОПОВРЕЖДАЮЩЕМУ ПОВЕДЕНИЮ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Введение. Самоповреждающее поведение является актуальной проблемой нашего общества — в последнее десятилетие усиливается тенденция к росту случаев проявления такого поведения.

Данное поведение, характеризующееся намеренным причинением вреда собственному телу, может проявляться в различных формах, включая порезы, ожоги, удары и другие. Несмотря на то, что в большинстве случаев самоповреждающее поведение не связано с суицидальными намерениями, оно является значимым фактором риска суицидальных мыслей и попыток.

Основная часть. В литературе среди причин самоповреждений выделяют внутренние и внешние. К первым относят личностные особенности лиц, склонных к самоповреждениям, ко вторым — факторы окружающей социальной среды.

Внутренние причины включают психологические, личностные и биологические аспекты. Ключевую роль играют психические расстройства, такие как пограничное расстройство личности, депрессия, тревожные и травма-ассоциированные расстройства, часто связанные с выраженной эмоциональной дисрегуляцией и импульсивностью. Личностные особенности, включая низкую самооценку, перфекционизм, алекситимию и дефицит адаптивных копинг-стратегий, также повышают уязвимость [1].

Внешние причины охватывают неблагоприятные факторы окружающей среды и стрессогенные события. К этим причинам можно отнести травматический опыт (насилие, пренебрежение), дисфункциональные межличностные отношения (семейные конфликты, буллинг, социальная изоляция), социально-экономические трудности. Влияние социального окружения, включая подражание сверстникам и воздействие медиа, также может способствовать развитию самоповреждающего поведения [1].

Психологические аспекты играют ключевую роль в понимании самоповреждающего поведения. Оно часто является способом справиться с сильными эмоциональными переживаниями, такими как боль, печаль, гнев и стресс. Юноши и девушки могут использовать самоповреждение, чтобы подавить болезненные воспоминания, высвободить эмоциональную боль или наказать себя. Это может быть попыткой перевести эмоциональную боль в физическую, почувствовать контроль над своей жизнью или отвлечься от душевных страданий. Для некоторых самоповреждение становится способом почувствовать что-то, даже боль, когда они испытывают эмоциональную пустоту. Кроме того, самоповреждающее поведение может служить способом выразить внутренние чувства, которые трудно передать словами, или способом сообщить о своем стрессе окружающим.

Также существует целый спектр менее очевидных, неагрессивных форм самоповреждения, которые могут быть столь же разрушительными для психического и физического здоровья человека. Эти формы часто остаются незамеченными как окружающими, так и самим человеком, поскольку они могут маскироваться под привычки, особенности характера или даже способы самовыражения. В них входят такие проявления, как хроническая самокритика и самоуничтожение, эмоциональное подавление и самоизоляция, принятие роли жертвы, рискованное поведение, трудовоголизм до изнеможения и т. д.

Целью нашего исследования было выявление склонности к самоповреждающему поведению среди молодежи. Базой исследования являлся Барановичский государственный университет, выборка состояла из 150 студентов. Для выявления склонности к самоповреждающему поведению мы воспользовались шкалой «Самоповреждающее поведение» теста «Склонность к девиантному поведению» (СДП) (Э. В. Леус, А. Г. Соловьев).

Результаты исследования оказались следующими. 34 % испытуемых не проявляют признаки самоповреждающего поведения. Это может говорить о том, что данные испытуемые не прибегают к физическим и/или иным способам нанести себе вред; также могут иметь место социально положительные ответы, которые искажают реальные показатели исследования.

Наибольшая доля респондентов — 50 % — показала ситуативную предрасположенность к самоповреждающему поведению. Это указывает на то, что, хотя у данных индивидов еще не сформирована устойчивая модель поведения, они потенциально могут прибегать к самоповреждению в определенных стрессовых или эмоционально нагруженных ситуациях.

Остальные 16 % обследованных имеют высокий уровень склонности к самоповреждающему поведению. У данной категории испытуемых, по всей видимости, уже сформирована устойчивая модель поведения, где самоповреждение выступает в качестве основного или одного из ключевых способов совладания с интенсивными эмоциональными переживаниями.

Заключение. Таким образом, полученные в исследовании данные свидетельствуют о заметной распространенности различной степени выраженности предрасположенности к самоповреждающему поведению в исследованной выборке, что требует дальнейшего изучения факторов риска и разработки дифференцированных подходов к профилактике и интервенции в ситуациях подозрения на самоповреждающее поведение.

Список цитируемых источников

1. Григорьева, М. И. Личностные особенности лиц молодого возраста с самоповреждающим поведением / М. И. Григорьева, Е. С. Мозгачева // Бюллетень медицинских Интернет-конференций. — 2020. — Т. 10, № 1. — С. 39–40.

УДК 613.84

В. В. Шенвальд, Н. Н. Шавель
*Учреждение образования «Барановичский государственный университет»,
Барановичи, Республика Беларусь*

К ПРОБЛЕМЕ ВЫРАЖЕННОСТИ НИКОТИНОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Введение. Никотиновая зависимость представляет собой значимую проблему общественного здравоохранения, которая затрагивает людей всех возрастов, но особую серьезность приобретает среди молодежи, включая студентов высших учебных заведений. Молодой возраст является ключевым этапом в формировании устойчивых поведенческих паттернов, и начало употребления никотина в студенческие годы может стать отправной точкой для развития хронической зависимости, сопряженной с многочисленными негативными последствиями для здоровья в долгосрочной перспективе.

Зависимость от никотина можно отнести к одной из наиболее распространенных мировых проблем. А. Б. Покатиллов и О. Ю. Тириченко приводят такие данные:

- ежегодно в стране умирают от 300 до 500 тысяч человек, страдающих от никотиновой зависимости;
- более 70 % людей, умерших от бронхита, были заядлыми курильщиками;
- 25 % смертей от сердечно-сосудистых недугов были спровоцированы никотиновой интоксикацией организма [1].

Исходя из этих данных, мы можем понять, что табачная зависимость приводит к серьезным проблемам со здоровьем.

Основная часть. Среди психологических предпосылок к началу курения некоторые авторы отмечают низкую устойчивость к эмоциональным нагрузкам, повышенную тревожность, трудности социальной адаптации, склонность к рискованному поведению, низкую самооценку, ориентацию на мнение большинства, внешний локус контроля и т. д. [2].

Среди молодежи курение чаще всего выполняет коммуникативную функцию, с помощью курения многие молодые люди заполучают способ завести новые знакомства, поддержать разговор.

Также стоит отметить, что в последние годы наблюдается заметная тенденция к росту популярности не только традиционных табачных изделий, но и альтернативных форм никотинсодержащей продукции среди молодежи, в том числе среди студентов. К таким продуктам относятся электронные сигареты (вейпы) и никотиновые паучи. Зачастую эти новые продукты воспринимаются молодыми людьми как менее вредные или более привлекательные по сравнению с традиционными сигаретами, что может объяснить их быстрое распространение в молодежной среде. Появление электронных сигарет и никотиновых паучей представляет собой новый аспект проблемы никотиновой зависимости, поскольку эти продукты могут привлекать лиц, которые в противном случае могли бы и не начать курить традиционные сигареты. Традиционные стратегии борьбы с табакокурением были в основном ориентированы на снижение распространенности курения сигарет.

Целью нашего исследования было выявление никотиновой зависимости среди молодежи. Базой исследования являлся Барановичский государственный университет, выборка состояла из 68 студентов, обучающихся по педагогическим специальностям. Для выявления выраженности никотиновой зависимости мы использовали тест Фагерстрема, состоящий из 6 прямых вопросов.

Результаты исследования оказались следующими. Для 75 % испытуемых не свойственна традиционная никотиновая зависимость. Это может говорить о том, что данные испытуемые не курят сигареты либо имеют никотиновую зависимость от других различных средств. Также, возможно, имели место социально положительные ответы, которые могут снижать реальные показатели исследования. У 10 % респондентов выявлена слабая никотиновая зависимость, следовательно, данные респонденты могут иногда покурить, но не курят на постоянной основе. Остальные 15 % опрошенных имеют сильную никотиновую зависимость. Данные респонденты не могут устоять перед сигаретой, у них уже сложились стереотипы, ритуалы, связанные с курением, а также курение вошло у них в постоянную привычку.