

УДК 613.846

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ПОДРОСТКОВ

¹Кожокина О.М., ²Складчикова Г.В., ³Ковалева Т.А., ²Колмыкова М.Р., ²Ряскин К.А.

¹ГБОУ ВПО «Воронежская государственная медицинская академия

им. Н.Н. Бурденко» Минздравсоцразвития России, Воронеж;

²МБОУ «Лицей № 1», Воронеж;

³ФГБОУ ВПО «Воронежский государственный университет», Воронеж, e-mail: makarova7809@mail.ru

Проведена оценка вероятности негативного воздействия курения на эмоционально-психическое здоровье подростков. Установлено, что у 70% курящих подростков наблюдается несколько повышенный уровень школьной тревожности, у 40% – самооценочной, у 20% – межличностной тревожности. Показатель общей тревожности несколько повышен у 30% курильщиков. Обнаружено, что у 20% курящих подростков повышен индекс агрессивности, у 50% – индекс враждебности. Выявлено, что у 20% курящих подростков снижен объем внимания.

Ключевые слова: курение, тревожность, агрессивность, враждебность, объем внимания

INFLUENCE OF SMOKING ON THE PSYCHO-EMOTIONAL HEALTH OF TEENAGERS

¹Kozhokina O.M., ²Skladchikova G.V., ³Kovaleva T.A., ²Kolmykova M.R., ²Ryaskin K.A.

¹Voronezh State Medical Academy n.a. N.N. Burdenko, Voronezh;

²Municipal Budget Educational Establishment «Lyceum № 1», Voronezh;

³Voronezh State University, Voronezh, e-mail: makarova7809@mail.ru

The article evaluates the probability of negative influence of smoking on psycho-emotional health of teenagers. It is estimated that 70% of smoking teenagers have slightly increased level of school anxiety; 40% of smoking teenagers have slightly increased self-esteem; 20% of smoking teenagers have slightly increased level of interpersonal anxiety. The level of general anxiety is slightly increased in 30% of smokers. It has been revealed the increased aggressiveness index in 20% of smoking teenagers; the increased hostility index – in 50% of smoking teenagers. It has been found out that 20% of smoking teenagers have lowered attention capacity.

Keywords: smoking, anxiety, aggressiveness, hostility, attention capacity

Проблема подросткового курения становится год от года все острее. Все больше подростков оказываются втянутыми в курение. Курение отрицательно влияет на успеваемость школьников, замедляя их физическое и психическое развитие [1, 2, 4, 6].

Проявление агрессии в учебных заведениях является проблемой, которая все больше волнует педагогов и родителей. Каждый индивид должен обладать определенной степенью агрессивности, однако чрезмерное развитие ее может формировать весь облик личности, которая может стать конфликтной, неспособной на самостоятельную кооперацию [3].

Повышенная тревожность способна ухудшать возможности учащегося, снижать результативность его деятельности, что в свою очередь еще более усиливает эмоциональное неблагополучие.

Внимание – залог хорошей успеваемости учащихся. Уменьшение объема внимания безусловно отражается на учебной деятельности.

Целью данной работы явилось исследование влияния курения на такие со-

ставляющие эмоционально-психического здоровья подростков как агрессивность, враждебность, тревожность, внимание.

Материал и методы исследования

К исследованиям привлекались учащиеся 9-х классов МБОУ «Лицей № 1» (возраст 15–16 лет).

В первую группу входили учащиеся, некурящие в данный момент и не курившие прежде. Вторая группа состояла из курящих подростков. Исследования проводились анонимно. Обе группы включали одинаковое количество человек и состояли из мальчиков.

Оценка тревожности осуществлялась с использованием «Шкалы тревожности» (по Кондашу). Методика «Шкала тревожности» разработана по принципу «Шкалы социально-ситуационной тревоги» Кондаша. Особенность шкал такого типа состоит в том, что человек оценивает не наличие или отсутствие у себя каких-либо переживаний, симптомов тревожности, а ситуацию с точки зрения того, насколько она может вызывать тревогу. Преимущество шкал такого типа заключается, во-первых, в том, что они позволяют выявить области действительности, объекты, являющиеся для школьника основными источниками тревоги, и, во-вторых, в меньшей степени, чем другие типы опросников, оказываются зависимыми от особенностей развития у учащихся интроспекции.

Диагностика уровня агрессии проводилась по вопросу А. Басса – А. Дарки. Вопросник состоит

из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет». Ответы оцениваются по восьми шкалам. Индекс враждебности включает в себя шкалы «Обида» и «Подозрительность»; индекс агрессивности – «Физическая агрессия», «Раздражение», «Вербальная агрессия».

Для оценки влияния курения на внимание применялась методика Шульте «Объем внимания». Для проведения исследования использовали пять таблиц с написанными на них в беспорядке числами от 1 до 25. Определялось время, за которое испытуемый показывал и называл вслух все числа по порядку. Подсчитывалось количество допущенных ошибок. Суммарное время поиска по всем таблицам характеризует объем внимания испытуемого: чем меньше время выполнения задания, тем больше объем.

Результаты исследования и их обсуждение

Обнаружено, что 90% некурящих подростков характеризуются нормальным уровнем общей тревожности, у 10% выявлено «чрезмерное спокойствие». Следует отметить, что только у 10% учащихся уровень школьной тревожности несколько повышен. Наиболее благоприятно состояние

самооценочной тревожности: для 90% подростков характерен нормальный уровень, для 10% – «чрезмерное спокойствие». При исследовании межличностной тревожности выявлено 10% случаев «чрезмерного спокойствия», 10% – тревожность несколько повышена, 80% – норма.

Таким образом, некурящие подростки характеризуются в целом нормальным уровнем тревожности.

Для курящих подростков были получены следующие данные: у 70% курильщиков наблюдается несколько повышенный уровень школьной тревожности, у 40% – самооценочной, у 20% – межличностной тревожности. Показатель общей тревожности несколько повышен у 30% курящих подростков.

Результат проведенных исследований указывает на связь курения с повышенным уровнем тревожности. Вероятно, подростки прибегают к курению как к средству снятия тревожного состояния. Средние показатели по всем видам тревожности приведены в табл. 1.

Таблица 1

Влияние курения на уровень тревожности подростков

	Вид тревожности			
	школьная	самооценочная	межличностная	общая
Норма (мальчики)	10,5 ± 6,5	11,0 ± 7,0	11,0 ± 6,0	35,5 ± 18,5
Некурящие подростки	13,0 ± 2,0	16,0 ± 2,0	13,0 ± 2,0	42,0 ± 6,0
Курящие подростки	19,0 ± 2,0	18,0 ± 2,0	16,0 ± 2,0	53,0 ± 6,0

Известно, что повышенная тревожность вызывает переутомление. Энергия расходуется не на учебную деятельность, а на подавление тревожности, вследствие чего истощаются внутренние ресурсы индивида, и если проблема не решается, то это может привести к развитию невротического

состояния. Зачастую подростки основным способом борьбы с тревожностью считают курение, которое, как показали наши исследования, только усугубляет проблему.

Результаты оценки индекса агрессивности и враждебности курящих и некурящих подростков приведены в табл. 2.

Таблица 2

Влияние курения на индексы агрессивности и враждебности подростков

	Индекс агрессивности	Индекс враждебности
Норма	21,0 ± 4,0	(6,5-7,0) ± 3,0
Некурящие подростки	13,0 ± 4,0	7,0 ± 3,0
Курящие подростки	22,0 ± 4,0	10,0 ± 2,0

Выявлено, что для 90% некурящих подростков индекс агрессивности ниже нормы, враждебности – норма. Обнаружено, что у 20% курящих учащихся индекс агрессивности повышен, у 50% индекс враждебности превышает норму.

Подростковая агрессивность – комплексное личностное образование [3]. Причинами агрессивного поведения могут

быть как психологические, так и социально-психологические факторы. Подростков с повышенной агрессивностью отличают озлобленность, самоуверенность, несдержанность. Среди агрессивных подростков все чаще встречаются дети хорошо интеллектуально и социально развитые. У них агрессивность выступает средством поднятия престижа, демонстрацией своей са-

мостоятельности, взрослости. При этом именно курение используется в среде подростков в качестве символа независимости, приводя к обострению проявлений беспричинной агрессии [6].

С использованием методики Шульте был исследован объем внимания некурящих подростков (табл. 3).

Обнаружено, что объем внимания у некурящих подростков соответствует норме.

Таблица 3

Влияние курения на объем внимания подростков

	Время поиска цифр, мин	Ошибки
Норма	159 ± 48	0,1
Некурящие подростки	142 ± 37	0,1
Курящие подростки	169 ± 39	0,1

Установлено, что курение негативно отражается на внимании: у 20% подростков его объем снижен.

Внимание – один из главных психологических процессов, от характеристики которого зависит оценка познавательной готовности подростка к обучению, успешность его учебной деятельности. Многие проблемы, возникающие при обучении, непосредственно связаны с недостатками в развитии внимания. Они могут быть устранены, если заранее известны индивидуальные особенности внимания ученика, уровень, на котором оно находится в данный момент, и причины, вызывающие его снижение. Как показали наши исследования, курение является одним из факторов, способствующим снижению объема внимания, а, значит, негативно сказывающимся на процессе обучения.

Выводы

По результатам проведенных исследований можно сделать следующие выводы:

1. У 70% курящих подростков наблюдается несколько повышенный уровень школьной тревожности, у 40% – самооценочной, у 20% – межличностной тревожности. Показатель общей тревожности несколько повышен у 30% курильщиков.

2. У 20% курящих подростков повышен индекс агрессивности, у 50% – индекс враждебности.

3. У 20% курящих подростков снижен объем внимания.

Таким образом, обнаруженное в данной работе отрицательное влияние курения на такие составляющие эмоционально-психического здоровья подростков как агрессивность, тревожность, враждебность, внимание подтверждают необходимость активной пропаганды борьбы против курения [1, 2, 5].

Список литературы

1. Бабанов С.А. Табакокурение в молодежной среде и пути профилактики // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2002. – № 1. – С. 13–15.
2. Баранов А.А., Кучма В.Р., Звездина И.В. Табакокурение детей и подростков. – М.: Изд-во «Литтерра», 2007. – 216 с.
3. Берковиц Л.Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002. – 512 с.
4. Киселева Е.А. Влияние табакокурения на здоровье // Новые Санкт-Петербургские врачебные ведомости. – 2003. – № 4. – С. 64–68.
5. Сафаев Р.Д. Подходы к лечению табакокурения // Военно-медицинский журнал. – 2003. – № 4. – С. 28–33.
6. Шальнова С.А. Распространенность курения в России. Результаты обследования национальной представительной выборки населения // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 1998. – № 3. – С. 9–12.