

Л. Ф. Тихомирова, А. В. Басов

### Современные методы исследования установок в отношении употребления алкоголя и курения у подростков и студентов

Статья посвящена актуальной теме – сохранению, укреплению здоровья молодежи и формированию установки на здоровый образ жизни. Для проведения эффективной профилактики наркотизма у подростков и студентов необходимо использование современных информативных методов для выявления причин приобщения к вредным привычкам. Анализируя сложившуюся ситуацию и отношение ученых к разным методам исследования причин приобщения молодежи к вредным привычкам, авторы предлагают для проведения исследования метод конструкторов Келли. Авторы отмечают, что к своему первому физическому употреблению алкоголя и курению человек приходит уже с соответствующей установкой. Зная эти установки, можно прогнозировать поведение человека в будущем по мере того, как он будет попадать в соответствующие обстоятельства. Особенно важно знание эмоционального компонента установки, так как эмоциональное начало способно объединить противоположные понятия, соединить кажущееся несоединяемым. Зная законы эмоциональных явлений, можно объяснить такие вещи, которые при рациональном подходе кажутся необъяснимыми. Используя метод Келли, авторы провели исследование установок учащихся среднего и старшего звена школы и студентов в отношении употребления алкоголя и курения и проанализировали полученные результаты. Полученные с помощью метода конструкторов сведения об изменении с возрастом установок учащихся и студентов в отношении употребления алкоголя и курения, по мнению авторов, позволяют более эффективно проводить профилактическую работу в школах и высших учебных заведениях. Авторы также приводят некоторые рекомендации по проведению профилактической работы.

Ключевые слова: установки в отношении употребления алкоголя и курения, школьники, студенты, методы исследования, метод конструкторов Келли, профилактика наркотизма.

L. F. Tikhomirova, A. V. Basov

### Modern Methods to Research Teenagers and Students' Mindsets in Relation of Alcohol Intake and Smoking

The article is devoted to the urgent topic – preservation, strengthening and formation of the youth's health. To carry out effective prevention of teenagers and students' drug addiction it is necessary to use modern informative methods to identify the reasons of addiction. Analyzing the current situation and the relation of scientists to different methods of research of the reasons of attracting of the youth to addictions, the authors offer a method of constructs of Kelly to carry out the research. The authors note that a person comes to the first physical alcohol intake and smoking with the corresponding mindsets. Knowing these mindsets, it is possible to predict behaviour of the person in the future as he occurs in corresponding circumstances. The knowledge of the emotional component of the mindset is especially important as the emotional beginning is capable to unite the most opposite concepts, to connect what seems not to be connected. Knowing laws of the emotional phenomena, it is possible to explain such things which seem inexplicable at the rational approach. Using Kelly's method, the authors conducted the research of mindsets of the secondary and high school pupils and students concerning alcohol intake and smoking and analysed the received results. The received data by means of the method of constructs on change with age of pupils and students' mindsets concerning alcohol intake and smoking, according to the authors, allow carrying out preventive work more effectively in schools and higher educational institutions. The authors also provide some recommendations about carrying out preventive work in the article.

Keywords: mindsets in alcohol intake and smoking, schoolchildren, students, research methods, a method of constructs of Kelly, prevention of drug addiction.

В условиях модернизации образования одной из главных задач является сохранение и укрепление здоровья детей в процессе их обучения, однако практика демонстрирует ухудшение здоровья школьников. За годы обучения в школе число учащихся с близорукостью, нарушениями опорно-двигательного аппарата возрастает в 5 раз, с психоневрологическими отклонениями – в 1,5–2 раза. В работе школы необходимо констатировать наличие следующей ведущей проблемы: противоречия между потребностью учащихся и их се-

мей, требованиями государства в сохранении и укреплении здоровья обучающихся в школе и отрицательной динамикой физического состояния детей. Но ни школьная мебель, ни учебники, ни тетради, ни школьная экология, ни даже школьная физическая культура не несут того потенциала оздоровления, который помог бы школьнику быть здоровым.

Исследования, проведенные Г. К. Зайцевым, А. В. Царенко, В. И. Сытник и др., показали удивительную неосведомленность школьников и

студентов о самых элементарных понятиях, касающихся здоровья, режима дня, вредных факторов, влияющих на организм. По данным этих ученых, 20 % подростков уже в возрасте 14–15 лет употребляют алкоголь, а 80 % 16–17-летних употребляют алкоголь даже систематически. Первая информация о половом созревании, о половых взаимоотношениях в большинстве случаев запаздывает. 94 % опрошенных студентов оценили уровень полового воспитания в школе как низкий или заявили о полном его отсутствии [4].

Н. П. Абаскалова считает, что школа – единственный институт, через который проходит все население страны, а учебно-воспитательный процесс – единственный систематизированный процесс возможного формирования мотивов полезного для индивида и общества поведения, в том числе и здорового образа жизни. Она подчеркивает, что существует потребность формирования ЗОЖ у школьников, в то же время отсутствует целостная интегративная теория и технология здорового образа жизни [1].

В последние годы отмечен рост табакокурения и употребления алкоголя среди подростков и юношей. Эти вредные привычки являются наиболее распространенными формами наркотизма. Л. Ф. Тихомирова и А. В. Басов дают следующее определение наркотизма: «Наркотизм – это реализация потребности в изменении своего психического состояния с помощью различных химических и физических факторов для достижения внутреннего психофизиологического псевдокомфорта». Наркотизм в значительной мере является проявлением дезадаптации, то есть неприспособленности к изменяющимся условиям жизни, неподготовленности к решению сложных проблем [2].

И к курению, и к употреблению алкоголя дети приобщаются в школьном возрасте. По данным В. Ф. Матвеева и А. П. Гройсмана, «пики» относятся к 14, 17 и 19 годами. Курение является одной из наиболее распространенных привычек, наносит урон как здоровью отдельного человека, так и обществу в целом. В курение вовлечены практически все слои населения, и что наиболее опасно, женщины и юношество. Многочисленные исследования ученых указывают на сохранение тенденций роста приобщения молодежи к курению. А. В. Ляхович и Т. И. Широкова выявили следующие закономерности: если в 8 классе курит 25,2 % школьников, в 9-м – 31 %, в 10-м – уже 40,9 %. Число курящих в России достигает, по некоторым данным, 70 млн человек.

В связи с этим борьба с курением в настоящее время приобретает особую актуальность. Многие ученые исследовали распространенность вредных привычек у подростков и юношей. Следует назвать работы А. В. Басова, М. А. Ковальчук, Н. Я. Копыта, А. В. Мартыненко, В. Г. Запорожченко, Е. Н. Скворцовой. Но значительно меньше исследований посвящено разработке рекомендаций по профилактике наркотизма в этой возрастной группе, вопросам формирования таких личностных качеств и свойств, которые позволили бы молодому человеку при встрече с нестандартной ситуацией найти правильное решение, не прибегая к различным формам наркотизма.

С нашей точки зрения особое внимание следует уделить поиску современных достоверных методов изучения отношения молодежи к табакокурению и употреблению алкоголя, а также способов формирования у школьников и студентов правильного отношения к своему здоровью.

Это заставило нас обратиться к современным и точным методам, направленным на изучение установок подростков. К таковым относится метод конструкторов Келли.

Ж. Годфруа определяет установку, как готовность, предрасположенность к определенным действиям или реакциям на конкретные стимулы [3].

Установки имеют три измерения: когнитивное, аффективное, поведенческое.

Когнитивное измерение включает мнения и убеждения, которых человек придерживается относительно тех или иных предметов, людей и которые позволяют ему судить, что, на его взгляд, является истинным, правдоподобным или возможным.

Аффективное измерение составляют положительные или отрицательные эмоции, связанные с этими убеждениями, они придают установке эмоциональную окраску и ориентируют действие, которое человек собирается совершить. Это действие и есть поведенческое измерение установки, которое предполагает реакцию человека, соответствующую его убеждениям и переживаниям.

Все свои мнения, оценки, убеждения подростки приобретают через контакты в семье, социальной группе, школе, со знакомыми и т. д. Таким образом, формирующиеся в результате этих контактов установки – это тоже в основном продукт влияний, которым человек подвергается с самого раннего детства, его личного опыта и взаимодействий с другими людьми.

В детстве очень многие установки развиваются в соответствии с родительской моделью. Свою окончательную форму они, однако, приобретают между 12 и 30 годами жизни. Структурировав-

шись в отрочестве, установки между 20 и 30 годами «кристаллизуются». После этого они меняются с большим трудом.

Следует различать центральные установки, которые образуют ядро системы убеждений, используемой при «расшифровке» общества, и установки периферические, основанные на мнениях и убеждениях, играющих меньшую роль в социальной адаптации. Поскольку периферические установки значат для человека меньше, они меняются легче, чем центральные. Например, легче сменить марку зубной пасты, чем свои политические убеждения или установки, заложенные воспитанием.

Человек постоянно подвергается влиянию телевидения, радио, газет, семьи, преподавателей, друзей и подруг, сознательно или бессознательно пытающихся изменить его установки.

В связи с этим следует отметить, что установка на здоровый образ жизни тоже не появляется у человека сама собой, а формируется в результате определенного воздействия. В общественном мнении существуют определенные нормы на употребление алкоголя и курение – от абсолютной недопустимости до частого употребления алкоголя и частого курения.

К своему первому физическому употреблению алкоголя и курению человек приходит уже с соответствующей установкой. Зная эти установки, можно прогнозировать поведение человека в будущем по мере того, как он будет попадать в соответствующие обстоятельства. Очень важно знание эмоционального компонента установки, так как эмоциональное начало способно объединить противоположные понятия, соединить кажущееся не соединяемым (если исходить из логических оценок). Эмоции являются синтезирующим образованием в психической организации человека. Зная законы эмоциональных явлений, можно объяснить такие вещи, которые при рациональном подходе кажутся необъяснимыми.

На эмоциональной основе построены особые личностные образования, целые системы представлений о мире, об обществе, о самом себе. Эти системы зачастую уникальны, они наполняют особым содержанием традиционные понятия, образуя сложные взаимосвязи между собой. Одно и то же понятие может значить совершенно противоположное для разных людей.

Об эффективности педагогического воздействия свидетельствует изменение установок на здоровый образ жизни у ребенка с возрастом. Для изучения изменения эмоционального компонента установок у подростков и молодежи нами был использован современный метод конструк-

тов Келли, который описан Ф. Франселлой и Д. Баннистером [7].

Метод Дж. Келли позволяет проникнуть в индивидуальный мир представлений человека. Основное понятие в этой теории – понятие конструкта. Конструкт – это особое субъективное средство, созданное (сконструированное) самим человеком, проверенное им на практике и помогающее ему воспринимать, конструировать (понимать) окружающую действительность, прогнозировать и оценивать события. В самом общем виде конструкт – это биполярный признак, альтернатива, противоположные отношения или способы поведения.

Конструкты соединяются в системы, стремящиеся к непротиворечивости. Идет постоянная перестройка этой системы конструктов. В соответствии с этой системой человек оценивает окружающий мир, строит гипотезы, совершает поступки. Каждый человек является своего рода исследователем.

Ф. Франселла, Д. Баннистер пишут о том, что Келли разработал технику репертуарных решеток в качестве метода изучения системы личных конструктов как способ влезть в шкуру другого, увидеть мир его глазами, войти в его положение [7].

Внутренний мир, мировоззрение человека обеспечивает и физическое, и психическое здоровье. Очень сложно проникнуть в этот мир. Нужно всегда помнить, что должен выявляться именно этот конструкт, а не «вербальный ярлык».

Келли показал, что систему личных конструктов целесообразно и удобно представить в виде находящихся в иерархических отношениях совокупностей биполярных конструктов: например, «здесь – там», «уродливый – красивый».

Это положение мы использовали при составлении триад, с помощью которых изучали установки подростков и молодежи в отношении употребления алкоголя и курения.

1. Для изучения установок в отношении курения:

- 1) сигарета – ум – глупость,
- 2) сигарета – болезнь – удовольствие,
- 3) сигарета – успокоение – наркотик,
- 4) сигарета – отец – друзья,
- 5) сигарета – болезнь – здоровье,
- 6) сигарета – учеба – отдых,
- 7) яд – лекарство – сигарета,
- 8) друзья – враги – сигарета,
- 9) вечеринка – работа – сигарета,
- 10) водка – сок – сигарета,
- 11) сигарета – общение – одиночество,
- 12) сигарета – стресс – радость.

2. Для изучения установок в отношении употребления алкоголя:

- 1) преступление – радость – вино,
- 2) вино – ум – глупость,
- 3) болезнь – вино – удовольствие,
- 4) друзья – болезнь – вино,
- 5) свадьба – радость – шампанское,
- 6) вино – сок – наркотик,
- 7) вино – яд – сок,
- 8) вино – учеба – праздник,
- 9) здоровье – болезнь – вино,
- 10) вода – пиво – водка,
- 11) вино – друзья – враги,
- 12) шоколад – шампанское – лимонад.

Всего было опрошено 160 человек. Учащиеся 5-го класса – 29 человек. Учащиеся 7-го класса – 25 человек. Учащиеся 9-го класса – 23 человека. Учащиеся 11 класса – 24 человека. Студенты 1 курса – 20 человек. Студенты 3 курса – 21 человек. Студенты 5 курса – 18 человек.

Для обработки и анализа полученных данных были использованы такие методы, как расчет экстенсивных показателей, сравнение показателей, графическое изображение статистических величин. Эти методы хорошо зарекомендовали себя, являются статистически надежными. Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Распределение подростков и студентов в зависимости от распространенности вредных привычек

Вредные привычки	5 класс	7 класс	9 класс	11 класс	1 курс	3 курс	5 курс
Не пробовали алкоголь	41 %	4 %	13 %	4 %	5 %	0	0
Пробовали алкоголь	59 %	96 %	87 %	96 %	95 %	100 %	100 %
Итого	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %
Курят	3 %	0	16 %	33 %	40 %	33 %	50 %
Не курят	97 %	100 %	84 %	67 %	60 %	67 %	50 %
Итого	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %	100 %

Поскольку в работе исследовались представления подростков и юношества от 11 до 22 лет, то очень интересным становится вопрос о динамике изменений этих представлений и об эволюции системы конструкторов.

Д. Баннистер показал, что с возрастом согласованность системы конструкторов увеличивается. Более сильные эмоциональные связи побеждают, приводя к согласию, гармонии менее значимые отношения.

Теперь рассмотрим изменение отношения подростков и молодежи к курению отдельно по некоторым ведущим конструкторам.

По конструктору «сигарета-глупость» отмечено, что школьники в большем проценте случаев считают курение сигарет «глупостью», с возрастом эти показатели достоверно снижаются. С возрастом уже меньший процент опрошенных считает, что курение наносит вред здоровью.

С возрастом меньшее количество респондентов считает сигареты наркотиком. Различия между показателями достоверны ( $t = 2,8; P < 0,05$ ).

Курение большинство опрошенных в студенческих группах уже связывает с компанией друзей. Различия показателей достоверно ( $t = 5; P < 0,01$ ).

С возрастом большее количество опрошенных связывают курение с отдыхом и «ничегонеделанием». Различия показателей достоверны ( $t = 2,5; P < 0,05$ ).

Совместный отдых, музыка, танцы, употребление спиртных напитков способствуют курению. Различия показателей достоверны, то есть с возрастом большее число респондентов выбирает данный конструктор ( $t = 2,5; P < 0,05$ ).

С возрастом увеличивается процент лиц, ответивших, что курение облегчает общение, необходимо для эффективного общения. Различия показателей достоверно ( $t = 3; P < 0,01$ ).

Младшие подростки считают, что сигарета помогает справиться с одиночеством, затем распространенность данной установки снижается. Различия показателей достоверны ( $t = 2; P < 0,05$ ).

Изменение установок подростков и студентов в отношении употребления алкоголя также было рассмотрено нами по ряду конструкторов.

Нами установлено, что с возрастом снижается уровень восприятия алкоголя как источника и причины преступлений. Различия показателей достоверны ( $t = 4; P < 0,01$ ).

К студенческому возрасту более чем в 4 раза возрастает число лиц, считающих вино радостью. Различия показателей достоверны ( $t = 4; P < 0,01$ ).

Почти в 10 раз с возрастом увеличивается число респондентов, связывающих вино с удовольствием. Различия показателей достоверны ( $t = 5; P < 0,01$ ).

С возрастом достоверно снижается число лиц,

считающих употребление алкоголя глупостью. Различия показателей достоверны ( $t = 2$ ;  $P < 0,05$ ).

С возрастом более чем в 2 раза увеличивается число респондентов, выбравших конструкт «вино – праздник», то есть употребление алкоголя связывается с праздником. Различия показателей достоверны ( $t = 3$ ;  $P < 0,01$ ).

С возрастом почти в 2 раза уменьшается число лиц, связывающих употребление алкоголя и возникновение болезней. Различия показателей достоверны ( $t = 2,5$ ;  $P < 0,05$ ).

С возрастом более, чем в 2 раза уменьшается число лиц, выбравших конструкт «вино – яд». Различия показателей достоверны ( $t = 2,5$ ;  $P < 0,05$ ).

Практически в 2 раза уменьшается с возрастом количество респондентов, выбравших конструкт «вино-наркотик». Студенты не верят в то, что может возникнуть привыкание к алкоголю. Различия показателей достоверны ( $t = 2,6$ ;  $P < 0,05$ ).

На основании проведенного исследования и полученных результатов можно сделать следующие выводы:

1. Проведенное исследование показало, что для изучения установок подростков и молодежи в отношении употребления алкоголя и курения целесообразно использовать метод конструктов Келли.

2. С возрастом существенным образом изменяется отношение подростков и молодых людей к курению и употреблению алкоголя.

3. Метод конструктов позволил установить, что с возрастом снижается число молодых людей, связывающих курение и болезнь, считающих курение глупостью, относящих сигареты к наркотикам, и в то же время значительно возрастает число лиц, считающих, что курение связано с общением, является его обязательным атрибутом, с друзьями, обязательно сопровождает отдых и вечеринки.

4. Студенты, в отличие от подростков, уже в большинстве своем не считают вино преступлением, не называют употребление алкоголя глупостью, уже не считают употребление алкоголя вредным для здоровья, не считают алкоголь ядом, не относят вино к наркотикам. И в то же время с возрастом значительно возрастает число респондентов, выбравших конструкты «вино – удовольствие», «вино – радость», «вино – празд-

ник», связывающих употребление алкоголя с дружеской компанией.

5. Полученные с помощью метода конструктов сведения об изменении с возрастом установок учащихся и студентов в отношении употребления алкоголя и курения позволяют более эффективно проводить профилактическую и коррекционную работу в школах и высших учебных заведениях.

#### Библиографический список

1. Абаскалова, Н. П. Теория и практика формирования ЗОЖ учащихся и студентов в системе непрерывного образования школа-вуз [Текст] : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Н. П. Абаскалова. – Барнаул, 2000. – 48 с.
2. Басов, А. В. Здоровье и здоровый образ жизни [Текст] / А. В. Басов, Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, 2001. – 56 с.
3. Годфруа, Ж. Что такое психология [Текст] / Ж. Годфруа. – М. : Мир, 1996. – 377 с.
4. Зайцев, Г. К. Здоровье школьников [Текст] / Г. К. Зайцев // Здоровье и образование. – СПб., 1997. – С. 11–12.
5. Тихомирова, Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики [Текст] : монография / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, 2004. – 240 с.
6. Тихомирова, Л. Ф. Как сформировать у школьника здоровый образ жизни [Текст] / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль : Академия развития, 2007. – 160 с.
7. Франселла, Ф. Новый метод исследования личности [Текст] / Ф. Франселла, Д. Баннистер. – М. : Прогресс, 1997. – С. 13–16.

#### Bibliograficheski spisok

1. Abaskalova, N. P. Teorija i praktika formirovanija ZOZh uchashhihsja i studentov v sisteme neprerывnogo obrazovanija shkola-vuz [Tekst] : avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk / N. P. Abaskalova. – Barnaul, 2000. – 48 s.
2. Basov, A. V. Zdorov'e i zdoro-vyj obraz zhizni [Tekst] / A. V. Basov, L. F. Tihomirova. – Jaroslavl', 2001. – 56 s.
3. Godfrua, Zh. Chto takoe psihologija [Tekst] / Zh. Godfrua. – M. : Mir, 1996. – 377 s.
4. Zajcev, G. K. Zdorov'e shkol'nikov [Tekst] / G. K. Zajcev // Zdorov'e i obrazovanie. – SPb., 1997. – S. 11–12.
5. Tihomirova, L. F. Teoretiko-metodicheskie osnovy zdorov'esberegajushhej pedagogiki [Tekst] : monografija / L. F. Tihomirova. – Jaroslavl', 2004. – 240 s.
6. Tihomirova, L. F. Kak sformirovat' u shkol'nika zdorovyj obraz zhizni [Tekst] / L. F. Tihomirova. – Jaroslavl' : Akademija razvitija, 2007. – 160 s.
7. Fransella, F. Novyj metod issledovanija lichnosti [Tekst] / F. Fransella, D. Bannister. – M. : Progress, 1997. – S. 13–16.