

**СБОРНИК РАБОТ  
60-Й НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ  
СТУДЕНТОВ И АСПИРАНТОВ  
БЕЛГОСУНИВЕРСИТЕТА**

Минск, 14 – 16 мая 2003 г.

**В ТРЕХ ЧАСТЯХ**

**ЧАСТЬ III**

УДК 082.2  
ББК 94я43  
С23

Рецензенты:

доктор юридических наук, профессор Г. А. Василевский;  
доктор филологических наук, профессор Я. С. Яковлев;  
доктор исторических наук, профессор В. П. Шадурской;  
кандидат филологических наук, доцент Ф. С. Шумчик и др.

С23 **Сборник** работ 60-й научной конференции студентов и аспирантов Белгосуниверситета: В 3 ч. ч.3 – БГУ, 2003. – 268 с.  
**ISBN 985-445-369-3 (ч.3).**

В третьей части сборника включены доклады студентов и аспирантов юридического, филологического факультетов, а также факультета международных отношений и факультета философии и социальных наук на 60-й научной конференции студентов и аспирантов Белгосуниверситета (14–16 мая 2003 года).

УДК 082.2  
ББК 94я43

ISBN 985-445-369-3 (ч.3)  
ISBN 985-445-358-5

© БГУ, 2003

ук (помимо его критической ориентации) заключается в интуиции общества как тотальности. Мы не можем столкнуться с обществом лицом к лицу, так как социум – везде, не в том смысле, что нас повсюду окружают люди, а в том, что социум образует предельную рамку нашего существования, образа мысли, поступков, возможно, формы самых интимных душевных движений. Используя слова Фредерика Джемисона можно сказать, что в такой ситуации аутентичный опыт относительно мира и самого себя невозможен без четкого осознания, что в окружающей нас действительности «нет ничего, что не было бы социальным и историческим, что все в конечном счете является политическим» [4, с. 20].

#### Литература

1. *Андерсон П.* Размышления о западном марксизме. М., 1991.
2. *Фуко М.* Что такое автор? // Фуко М. Воля к истине. М., 1995.
3. *Castoriadis C.* Imaginary Institution of Society. Cambridge, 1987.
4. *Jameson F.* The Political Unconscious. Ithaca, New York, 1991.

### ВОСПРИЯТИЕ КУРЯЩИМИ СТУДЕНТАМИ ЗАВИСИМОСТИ ОТ НИКОТИНА

Е. В. Плужина

В большинстве случаев курение рассматривается как фармакологическая зависимость от никотина. Очень мало исследований, особенно в отечественной психологии, проводится в направлении психологических особенностей курящих. Тем не менее, именно психологическая зависимость признается курящими как более сильная и более стойкая.

С психологической точки зрения никотин – это психоактивное вещество, способное вызывать зависимость, такое же, как героин или кокаин. Никотин обладает как возбуждающими так и успокаивающими свойствами, что дает возможность использовать его в разнообразных ситуациях. Для одних это способ поднять настроение, для других – успокоиться в стрессовой ситуации. Но эти эффекты, которые оказывает никотин на организм курящего, не являются единственной причиной курения. Наряду с ними курящие часто говорят о курении по привычке или потому, что они уже не могут жить без никотина. На основе этого курящих можно разделить на две группы: (1) испытывающие положительный (возбуждающий) либо отрицательный (успокоение) эффект от курения; (2) курящие в силу привычки или из-за зависимости. Такое деление на группы, скорее всего, можно соотнести с временными интервалами, так как положительный либо отрицательный эффекты никотина обычно являются при-

чиной курения на начальных стадиях, а привычка и зависимость развиваются с течением времени.

По данным американских исследователей около 2/3 курящих предпринимали 3 или более серьезных попыток бросить курить. К сожалению, от 75 % до 80 % из тех, кто бросил курить, возобновили курение в течение 6 месяцев после прекращения курения. Даже после 6 месяцев успешного воздержания многие вновь начинают курить в течение следующих 6 месяцев [1]. Принимая во внимание то, что никотин очень быстро метаболизируется и выводится из организма, разумно было бы предположить, что причиной рецидивов является не просто потребность организма в пополнении запаса никотина, а нечто большее.

В последнее время внимание исследователей начинают привлекать не только фармакологические особенности курения, но так же и когнитивные и поведенческие аспекты поведения, связанного с курением. Прежде всего, необходимо понять, что курящие, как группа, неоднородны. Внутри ее можно выделить различные подгруппы, которые будут качественно отличаться друг от друга. В частности, Ричард Спос с соавторами [2] на основе модели Прохазки и Диккленге «стадии изменения поведения» выделил следующие стадии в поведении курящих: (а) стадия предварительных рассуждений – те, кто отмечает, что, в общем, они хотели бы бросить курить, но серьезно не планируют бросать в ближайшие полгода; (б) стадия размышления – те, кто серьезно рассматривает возможность бросить курить в ближайшие полгода, но не намерены бросать в ближайший месяц или не делали попытки отказаться от курения на 24 часа или и то и другое вместе; (в) стадия готовности к действию – те, кто серьезно намерен бросить курить в ближайшем месяце и имеют попытку отказа от курения на 24 часа в прошлом.

Такое деление позволяет не только разрабатывать программы отказа от курения в соответствии со стадией изменения поведения, на которой находится курящий человек, но и соответствующую рекламу, способную заинтересовать и привлечь к участию в данной конкретной программе.

Нам было проведено большое исследование, частью которого является проведение фокус-групп с целью выяснения представлений студентов о причинах начала и продолжения курения. Было проведено 3 фокус-группы (20 студентов г. Минска). В результате анализа полученного материала оказалось, что в большинстве случаев зависимость понималась студентами как психологическая. Физическая зависимость от никотина имела для них второстепенное значение и рассматривалась как более слабая. Более того, физическую зависимость принимавшие участие в исследовании студенты воспринимали как наиболее легкий в преодолении

фактор на пути прекращения курения. Значительно большие трудности вызывает, по их мнению, преодоление психологических факторов, лежащих в основе курения. Это зависимость от ситуации, окружения, привычки, ритуалов. Некоторые курящие испытывают приятные ощущения от того, какие именно сигареты они курят (например, очень дорогие марки), какими зажигалками или спичками они пользуются, как они вынимают сигарету из пачки и прикуривают ее. То, что курение носит характер ритуала, не раз озвучивалось и самими участниками исследования: «Если хорошие сигареты, хороший табак, то, на самом деле, приятно выкурить сигару, трубку забить»; «...Придешь, уже темно, сидеть на скалы где-нибудь, откроешь бутылку вина, закуришь – сидишь тебе просто хорошо».

Часто курение может помочь просто заполнить паузу между словом и действием, вопросом и ответом. Чтобы выгадать минутку, курящий человек закуривает. Курящей женщине легче познакомиться с мужчиной, стоит только достать сигарету – и мужчина сам делает первый шаг и предложит огонь. Кроме того, сигарета – это уже что-то общее, то, что объединяет и сплачивает не только знакомых людей, но и просто случайных встречных и попутчиков, которые закурили в одном и том же месте, образуя нечто вроде тайного сообщества. Сигарета – это своего рода катализатор, который способствует налаживанию и поддержанию коммуникации.

Курящие в силу привычки не всегда даже осознают, что в данный момент они раскуривают сигарету. «Срабатывает автоматом, привыкаешь просто». Осознание того, что человек курит, может прийти только после первой затяжки, когда сигарета уже выкурена наполовину или вообще прошло некоторое время после того, как человек докурил её до конца. «А иногда бывает, что так покуришь, а потом не помнишь. Идешь и думаешь, курил только что или нет»? Другими словами, сила привычки настолько велика, что даже может не быть полной уверенности в том, что только что была выкурена сигарета, если не существует доказательства в виде свежего окурка. Такая «забывчивость» может стать причиной, создающей дополнительные трудности в прекращении курения. Автоматически закурив сигарету многие сдадутся и прервут период воздержания, а после того, как такая ситуация повторится несколько раз, и вовсе откажутся от попыток бросить курить.

Помимо психологических особенностей курения участники групп упоминали и о физических последствиях курения. Но здесь, на наш взгляд, необходимо отметить одну особенность. Курящие признают, что курение вредно, оно вызывает ряд заболеваний (которые, кстати, они са-

ми же и называют), но на них оно влияет очень мало – отдышка при занятиях физкультурой, жёлтые ногти, может быть кашель. Любимая отговорка курящих – *«можно и не курить, и умереть от рака лёгких»*. Более того, оценивая своё здоровье через 10 лет, только один человек сказал, что для него риск заболеть раком лёгких через 10 лет выше среднего, остальные же оценили этот риск такой же, как у любого другого человека, который не курит, или даже ниже. И одновременно с этим рак лёгких называется в числе первых заболеваний, вызванных курением.

В нашем исследовании мы интересовались так же мнением студентов по поводу прекращения курения. Большинство опрошенных считают, что курящий человек может самостоятельно отказаться от курения, либо только силой воли, либо из-за какой-то причины, связанной со смертью. Не редкими являются случаи, когда курящий уверен, что в любой момент может бросить курить, а не бросает потому что не хочет. Возможно, так считают курящие с небольшим стажем, или те кто не имеет опыта прекращения курения. Те же, кто уже пытался бросить курить, отмечают, что не смогли сами справиться, не смотря на то, что были уверены в успехе: *«На данный момент я не хочу бросить сам, но, наверное, и не смог бы. Я раньше пытался... и не смог»*.

Таким образом, курение для большинства людей является не просто вредной привычкой. Охватывая все сферы жизнедеятельности человека, курение становится неотъемлемой частью его жизни. Невозможно выделить одну причину, по которой множество людей становятся регулярными курильщиками. Безусловно, зависимость от никотина как психоактивного вещества, играет не последнюю роль, но в феномен курения вовлечены и многие другие аспекты – когнитивные, мотивационные, эмоциональные и поведенческие.

Скорее всего, у человека, которому всё-таки удалось бросить курить, можно говорить, что он всё ещё остаётся «курящим», так как даже одна сигарета может привести к возобновлению курения: *«Если он <человек, который бросит курить> действительно видит, что ему это надо, у него есть какой-то стимул, то он может бросить, но никто не гарантирует, что он потом опять не начнёт курить»*.

### Литература

1. Carmody T. P. Nicotine Dependence: Psychosocial Approaches to the Prevention of Smoking Relapse // Psychology of Addictive Behaviors, 1993. Vol.7, No.2, p.96–102.
2. Spoth R., Redmond C., Ball A. D. Stage of Quitting and Motivational Factors Relevant to Smoking Cessation Program Choices // Psychology of Addictive Behaviors. 1993, Vol.7, No.1. P. 29–42.