

Секция «Клиническая психология, психосоматика и психология телесности»

## Особенности совладающего поведения у вейперов

Научный руководитель – Василенко Татьяна Дмитриевна

*Федотова Анастасия Викторовна*

*Студент (специалист)*

Курский государственный медицинский университет, Кафедра общей и клинической психологии, Кафедра общей и клинической психологии, Курск, Россия

*E-mail: fedotova2196@mail.ru*

Последние тенденции в мире заставляют человека все больше задумываться о своем здоровье. В наше время курение сигарет становится все менее популярным, мода на отравляющий табак уходит. Актуальным стало не так давно появившееся в России движение под названием вейпинг. Это субкультура, объединяющим элементом которой является курение электронных сигарет.

Термин «копинг» (англ. coping) впервые появился в психологической литературе в 1962г. при изучении преодоления детьми кризисов развития. Р. Лазарус в книге «Психологический стресс и процесс совладания с ним» (1966) описал копинг как стратегию совладания с тревогой и стрессом: «непрерывно меняющиеся попытки в когнитивной и поведенческой областях справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека». [5] Р. Лазарус определяет копинг как сумму когнитивных и поведенческих усилий, затрачиваемых индивидом для ослабления влияния стресса. В настоящее время под копинг-стратегиями понимаются осознанно используемые человеком приемы совладания с трудными ситуациями, состояниями, совокупность различных поведенческих стратегий, меняющиеся попытки в когнитивной и поведенческой областях справиться со специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как чрезмерные или превышающие ресурсы человека.

Проблему вейпинга можно рассматривать в контексте исследований совладающего поведения как формы психической активности, направленной на преодоление жизненных трудностей и овладение ситуацией. Способы совладания (проблемно-ориентированные и эмоционально-ориентированные) являются средствами саморегуляции. «Соотнесение категорий деятельностного подхода и саморегуляции предполагает, на наш взгляд, как преодоление упрощенной трактовки копинга поведения. Ресурсы, актуализируемые в стилях и стратегиях совладания, представляют динамическое единство когнитивных и личностных возможностей человека в выборе им направленности и способов действий». [1]

Суть совладания заключается в том, чтобы человек либо полностью смог преодолеть негативные жизненные трудности, либо уменьшил их отрицательное воздействие на организм. Поэтому совладающее поведение - это «целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессором) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации, - через осознанные стратегии действия». [2]

Так, например. С. К. Нартова-Бочавер в своих исследованиях отмечает, что «...ситуация во многом определяет логику поведения человека и меру ответственности за результат его поступка». [3] Х. Хекхаузен пишет о том, что «особенности ситуации... в большей степени детерминируют поведение, чем диспозиции субъекта». [5]

Теоретический анализ научных исследований проблемы совладающего поведения позволяет сделать вывод, что при выборе копинг-стратегий человеку необходимо учитывать

свои субъективные ощущения, осознавать цели своего поведения, принимать во внимание все особенности ситуации.

Таким образом, копинг следует рассматривать как процесс, предполагающий динамику или постоянные изменения приемов совладания, поскольку личность и среда образуют неразрывную динамическую взаимосвязь и оказывают друг на друга взаимное влияние. [4]

Данное исследование проводилось под руководством Василенко Т. Д. и Селина А. В. В исследовании принимали участие 24 респондента, 12 из них вейперы (парящие), 6 девушек и 6 юношей, и 12 условно здоровые (непарящие), 6 девушек и 6 юношей, в возрасте от 18 до 25 лет. Группы формировались по анкетным данным с наличием/отсутствием вейпинга (парения). В ходе работы были изучены следующие характеристики: стратегии совладающего поведения, тип курительного поведения, а также выбор базисных стратегий поведения.

Нами была рассмотрена проблема особенностей способов совладания у вейперов и непарящих, проведен теоретический анализ не только проблемы вейпинга, но и психологических феноменов связанных со способами совладания: конфронтацией, дистанцированием, самоконтролем, поиском социальной поддержки, принятием ответственности, бегством - избеганием, планированием решения проблемы, положительной переоценкой.

В результате проведенного исследования было выявлено, что у вейперов уровень положительной переоценки ниже, чем у непарящих, что обусловлено снижением ориентированности на надличностное, философское осмысление проблемной ситуации, включение ее в более широкий контекст работы личности над саморазвитием.

Также были обнаружены значительные различия в группах, было выявлено, что у вейперов, уровень принятия ответственности ниже, чем у непарящих, что обусловлено семейным и социальным положением.

Таким образом, в результате исследования нами было подтверждено, что имеет место особенности способов совладания у вейперов в сравнении с непарящими людьми.

### Источники и литература

- 1) Корнилова Т.В. Интеллектуально-личностный потенциал человека в стратегиях совладания // Вестник Московского университета.- Серия 14 «Психология» . – 2010 . – № 1, с. 46-57.
- 2) Крюкова, Т.Л., Куфтяк, Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ)// Журнал практического психолога. М.: 2007. №3 С. 93- 112.
- 3) Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20-30.
- 4) Сухова Е.В. Понятие «копинг-стратегии» и пример асоциальных копинг-стратегий. Прикладная юридическая психология № 1 2014 г. С.76-83
- 5) Хекхаузен Х. Личностные и ситуационные подходы к объяснению поведения // Психология социальных ситуаций: Хрестоматия / Сост. и общ. ред. Н. В. Гришиной. СПб.: Питер. 2001. С. 58-91.