

Тинькова Елена Львовна, Носенко Мария Александровна

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ К УПОТРЕБЛЕНИЮ
ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ У ДЕВУШЕК И ЖЕНЩИН**

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/1/2010/5/32.html

Статья опубликована в авторской редакции и отражает точку зрения автора(ов) по рассматриваемому вопросу.

Источник

Альманах современной науки и образования

Тамбов: Грамота, 2010. № 5 (36). С. 84-86. ISSN 1993-5552.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/1.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/1/2010/5/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: almanac@gramota.net

УДК 612.8

Елена Львовна Тинькова, Мария Александровна Носенко
Ставропольский государственный педагогический институт

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ К УПОТРЕБЛЕНИЮ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ У ДЕВУШЕК И ЖЕНЩИН[©]

Формирование в современных условиях свободной, с хорошей самооценкой, творческой личности, с выраженной индивидуальностью и социально одобряемой направленностью невозможно без решения проблемы профилактики злоупотребления психоактивными веществами (ПАВ) среди подростков и молодежи, особенно когда вопрос касается девушек и молодых женщин, от которых зависит здоровье будущих поколений.

В связи с серьезностью данной проблемы нами были изучены психофизиологические механизмы предрасположенности к употреблению ПАВ среди девушек и молодых женщин. При обилии теоретических и практических работ, выполненных в данном направлении, бросается в глаза явный дефицит психофизиологических исследований, касающихся вопросов предрасположенности женщин к употреблению ПАВ. Между тем, формирование навыков отказа на основе психологических и психофизиологических методик является основной целью первичной профилактической работы в данной области.

Психологические исследования, проведенные нами, были направлены на изучение аффективной сферы девушек и женщин 18-25 лет, характера изменения личности в процессе коррекции с помощью психофизиологического оборудования, выявление преморбидных особенностей личности, обуславливающих склонность к употреблению ПАВ.

Для проведения лабораторных исследований нами были созданы две группы - экспериментальная и контрольная по 15 человек в каждой. В состав обеих групп вошли девушки и женщины от 18 до 25 лет, различного социального статуса, уровня физического здоровья и наличия вредных привычек.

На констатирующем этапе эксперимента обе группы подверглись диагностике с помощью аппарата «Психофизиолог» и аппарата «BioMouse» по различным категориям тестов, а также психофизиологическому тестированию по тестам Т. Холмса и Р. Райха «Оценка степени напряжения адаптационных систем организма», определению уровня испытываемого стресса (УИС) Шейх-Заде Ю.Р. Также было проведено анкетирование по установлению отношения испытуемых к употреблению ПАВ.

Суммируя полученные результаты в обеих группах установлены различные психофизиологические особенности, которые представлены в Табл. 1, 2, 3.

Таблица 1. Функциональные особенности ЦНС и ВНС у женщин на констатирующем этапе эксперимента

группа	Функциональное состояние ЦНС					
	очень плохо ≥ 400	плохо 350-400	удовлетвор. 300-350	хорошо 250-300	оч. хорошо 200-250	отлично <200
Экспериментальная n=15	1	2	7	3	2	-
Контрольная n=15	-	3	6	3	3	-

Таблица 2. Уровень стрессорного напряжения организма женщин на констатирующем этапе эксперимента

группа	Уровень стрессорного напряжения организма		
	1,0-1,5 норма	1,51-2,0 средний стресс	более 2,0 выраженный стресс
Экспериментальная n=15	7	4	4
Контрольная n=15	8	4	3

Таблица 3. *Отношение к ПАВ женщин на констатирующем этапе эксперимента*

Группа	Отношение к ПАВ		
	негативное	положительное	нейтральное
Экспериментальная n=15	6	5	4
Контрольная n=15	8	4	3

Анализ полученных результатов позволил установить у испытуемых зависимость между уровнем стрессоустойчивости и отношением к употреблению ПАВ. Так девушки и женщины с выраженным уровнем стрессорного напряжения, плохим и удовлетворительным состоянием ЦНС и ВНС показали положительное и нейтральное отношение к употреблению ПАВ. В тоже время девушки и женщины с хорошим и очень хорошим состоянием ЦНС и ВНС в своем большинстве показали негативное отношение к употреблению ПАВ.

На формирующем этапе эксперимента в экспериментальной группе проводилась коррекция психофизиологического состояния испытуемых с помощью БОС-терапии. В основе этого метода лежит принцип целесообразного саморегулирования произвольных функций с использованием систем внешней обратной связи. Метод биологической обратной связи применяется только в тех случаях, когда обеспечивается предъявление информации о состоянии физиологических функций для того же индивида, который генерирует данную физиологическую информацию, является ее источником. В обычных условиях мы не получаем точной количественной информации о состоянии физиологических функций: частоте пульса или величине артериального давления. Однако с помощью биологической обратной связи, которая позволяет регистрировать тончайшие изменения физиологических процессов, можно научиться сознательно управлять ими и справляться со стрессовыми ситуациями, избавляться от зависимостей.

В исследованиях обратной биологической связи нами брались за основу разнообразные биологические данные: температура, электромиограмма, электрическая активность кожи, сердечный ритм, дыхание, электроэнцефалография.

На контрольном этапе эксперимента нами были повторно проведены исследования функционального состояния ЦНС и ВНС, уровня стрессорного напряжения, отношения испытуемых к ПАВ.

Таблица 4. *Функциональные особенности ЦНС и ВНС у женщин на контрольном этапе эксперимента*

Группа	Функциональное состояние ЦНС					
	очень плохо ≥ 400	плохо 350-400	удовлетвор. 300-350	хорошо 250-300	оч. хорошо 200-250	отлично <200
Экспериментальная n=15	-	-	7	5	3	-
Контрольная n=15	-	3	6	4	2	-

Таблица 5. *Уровень стрессорного напряжения организма женщин на контрольном этапе эксперимента*

Группа	Уровень стрессорного напряжения организма		
	1,0-1,5 норма	1,51-2,0 средний стресс	более 2,0 выраженный стресс
Экспериментальная n=15	10	4	1
Контрольная n=15	7	6	2

Таблица 6. *Отношение к ПАВ женщин на контрольном этапе эксперимента*

группа	Отношение к ПАВ		
	негативное	положительное	нейтральное
Экспериментальная n=15	10	2	3
Контрольная n=15	8	4	3

Анализ повторного анкетирования об отношении респондентов к зависимостям от ПАВ. Получены также различные результаты в контрольной и экспериментальной группах (Рис. 1, 2).

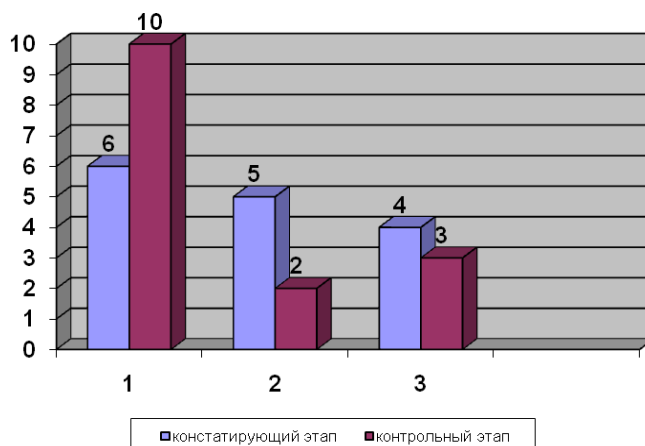


Рис. 1. Динамика изменения отношения к ПАВ в экспериментальной группе
(1- негативное отношение к ПАВ, 2- положительное отношение к ПАВ, 3 - нейтральное отношение к ПАВ)



Рис. 2. Динамика изменения отношения к ПАВ в контрольной группе
(1- негативное отношение к ПАВ, 2- положительное отношение к ПАВ, 3 - нейтральное отношение к ПАВ)

Анализ результатов, представленных на Рис. 1, 2, показал, что в контрольной группе отношение к употреблению ПАВ не изменилось и мотивация к ЗОЖ стагнировала в период всего времени исследования. Однако в экспериментальной группе установлена заметная положительная динамика по негативному отношению к употреблению ПАВ.

Таким образом, на основании проведенных исследований нами сделаны выводы о положительном влиянии на психофизиологическое состояние девушек и женщин применение БОС-терапии.

Положительный эффект по-нашему мнению стал возможен благодаря комплексу изменений со стороны психосоматических реакций организма испытуемых. Так важную роль сыграл эффект плацебо, который в первую очередь был связан с вниманием к испытуемым со стороны исследователей, тем более, что женщины эмоционально воспринимают любое внимание к себе, а особенно если это внимание связано со здоровьем. Значительное влияние оказал эффект общей релаксации во время проведения психофизиологической работы, позволивший испытуемым научиться справляться со стрессовой ситуацией и выдерживать негативные эмоции извне. Важным, по нашему мнению, является полученный познавательный эффект, который возникает у испытуемых в результате формирования навыков собственного контроля над психофизиологической системой.