

9. Hoyt Crystal L., Simon S. Social Psychological Approaches to Women and Leadership Theory. *Jepson School of Leadership Studies articles, book chapters and other publications*. 2017. P. 248. URL: <http://scholarship.richmond.edu/jepson-faculty-publications/248>.
10. Hutagalung F. Sexual Harassment: A Predictor to Job Satisfaction and Work Stress among Women Employees. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2012. Vol. 65. P. 723–730.
11. Kaminskienė L. Jurgilė V.. Women Overeducation: Falling into Opportunity Trap. 2018. URL: <http://gestproject.eu/wp-content/uploads/2017/04/Final-GeStProceedingsKyiv2018.pdf>.
12. Lamanaukas V., Augienė D. University student career understanding, work value, competence and study influence on professional career evaluation. *Education, policy, management and quality*. 2015. № 7 (1). P. 8–26.
13. Work in the EU: women and men at opposite ends. 2017. URL: <https://eige.europa.eu/rdc/eige-publications/work-eu-women-and-men-opposite-ends>.

УДК 316.64: 316.35

doi: 10.15330/psp.22.40–48

Надія Вітюк, Святослав Вітюк

ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ТЮТЮНОПАЛІННЯ

У статті репрезентовано результати проведеного авторами емпіричного дослідження проблеми ставлення студентської молоді до тютюнопаління. Обґрунтовано теоретико-методологічну основу дослідження, проаналізовано рівень поширення тютюнопаління в студентському середовищі та окремі аспекти ставлення молоді до паління і курців, визначено соціально-психологічні чинники тютюнопаління. За результатами проведеного дослідження визначено основні напрями корекційно-профілактичної роботи щодо запобігання розвитку у молоді схильності до тютюнопаління та формування ціннісного ставлення до здоров'я й здорового способу життя.

Ключові слова: ставлення, ставлення до тютюнопаління, залежність від нікотину, ціннісне ставлення до здоров'я, здоровий спосіб життя.

The article presents the results of an empirical study on the problem of the young students' attitudes toward tobacco smoking. The theoretical and methodological basis of the research has been substantiated, the level of tobacco use among students and some aspects of young people's attitudes towards smoking and smokers have been analyzed, and the social and psychological factors of tobacco smoking have been determined. According to the results of the study, the main directions of corrective and preventive work have been identified in order to prevent the development of the tobacco use among young people and to promote a good attitude to health and healthy lifestyles.

Keywords: attitude, attitude toward tobacco smoking, nicotine dependence, good attitude to health, healthy lifestyle.

Актуальність дослідження. Поширення в молодіжному середовищі звички тютюнопаління є досить серйозною соціальною та психологічною проблемою. Попри те, що нині багатьма офіційними і неофіційними каналами трансляції масової інформації систематично поширюються повідомлення про шкідливий вплив нікотину, все ж таки багато молодих людей скептично ставляться до таких месиджів і починають палити ще з підліткового або юнацького віку.

Керівництво нашої країни протягом останніх 15 років проводить активну політику боротьби з тютюнопалінням. Зокрема, вітчизняним законодавством було прийнято низку антитютюнових законів, згідно з якими заборонено транслювати рекламу сигарет у ЗМІ, палити в громадських приміщеннях, продавати тютюнові вироби особам, які не досягли 18 років, а також у приміщеннях і на території закладів освіти та охорони здоров'я. Різноманітні профілактичні заходи щодо запобігання поширенню серед дітей і молоді схильності до вживання алкоголю, наркотичних засобів та тютюнопаління активно проводяться в навчальних закладах. Здебільшого й батьки намагаються здійснювати виховний вплив, спрямований проти раннього початку паління їхніми дітьми. Однак, як показує практика, усі ці заходи не завжди є ефективними. Тютюнова індустрія активно використовує маркетингові інструменти для залучення дітей до куріння: замовляє приховану рекламу тютюнопаління в художніх та документальних фільмах, яскраво оформлює вітрини кіосків і магазинів із тютюновими виробами, додає солодкі смакові добавки та ароматизатори до цигарок, щоб зробити їх привабливішими й приємнішими на смак. Крім того, впродовж кількох останніх років серед молоді набувають популярності куріння кальяну та електронних сигарет. Зазначені дії збільшують соціальну прийнятність паління, маскуючи його смертельну шкоду для потенційних і активних курців.

Психологічні аспекти тютюнопаління висвітлено у роботах, які присвячені вивченню мотивації паління (В. Битенський, Л. Шпилея, Г. Старшенбаум та ін.), особливостей міжособистісної взаємодії осіб з різним статусом тютюнопаління (Дж. Брук, Дж. Кахан, В. Крамченкова, К. Фоменко та ін.), психологічних механізмів формування тютюнозалежності (Н. Арінчина, В. Дунай, Р. Уест, В. Сидоренко, Р. Теперик та ін.), особистісних характеристик курців і некурців (В. Позняков, В. Хромова, Дж. Хагес, Дж. Пенні, Дж. Робінсон та ін.), напрямів та психологічних умов профілактики поширення тютюнопаління серед дітей та молоді (А. Александров, М. Котова, Л. Маценко, І. Риткіс, Р. Сопівник та ін.), специфіки психотерапії залежності від нікотину (Б. Бутома, О. Єрічев, О. Коцюбинський, І. Риткіс, Н. Лаззаріні, Ф. Пістеллі, С. Сенченко, С. Сорока, О. Софронов та ін.).

Дослідники традиційно характеризують тютюнопаління в кількох аспектах: як шкідливу звичку, поведінковий акт, форму стереотипної і залежної поведінки тощо. Водночас вчені наголошують на відсутності особистісно-орієнтованого підходу у психологічному дослідженні проблеми тютюнопаління, на необхідності аналізу паління як специфічної людської діяльності, пов'язаної зі смислами, цінностями і поведінкою індивіда [3; 5].

Загалом, рішення про те, палити чи не палити, є особистим вибором кожної людини, що визначається насамперед її ставленням до тютюнопаління. Ставлення зумовлює характер оцінок того чи іншого об'єкта, ступінь зацікавлення ним, потреби в ньому, а також відповідної поведінкової активності. Відтак психологічний аналіз особливостей ставлення студентської молоді до паління, як однієї з особистісних детермінант формування психологічної залежності або незалежності людини від нікотину, є актуальним завданням сього-

дення. Вивчення структури і соціально-психологічних чинників ставлення до тютюнопаління дозволить оптимізувати процес вироблення в дитячому та юнацькому віці позитивної установки щодо здорового способу життя загалом та розвитку стійкості щодо початку паління зокрема.

Метою нашого дослідження є психологічний аналіз характеру ставлень студентської молоді до тютюнопаління, а також визначення соціально-психологічних чинників виникнення схильності до відповідної звички та поведінки, що з нею пов'язана.

Виклад основних положень. Значний внесок у дослідження проблеми ставлення особистості було зроблено такими корифеями у галузі психології, як В. Вундт, О. Лазурський, М. Басов, В. М'ясищев, С. Рубінштейн, О. Алфьоров, О. Ковальов та ін. В якості теоретико-методологічної основи психологічного дослідження ставлення молоді до тютюнопаління нами використовується концепція В. М'ясищева, згідно якої особистість розглядається як система ставлень. Психологічні ставлення людини вчений трактував як цілісну систему індивідуальних, усвідомлених, вибіркових зв'язків особистості з різними сторонами дійсності, які ґрунтуються на досвіді, виявляються в діях, реакціях і переживаннях [4]. Ставлення виникає там, де є суб'єкт та об'єкт таких зв'язків, воно є однією з форм відображення людиною дійсності, інтегральною «позицією», «рушійною силою особистості», потенціалом її психічної реакції у зв'язку з будь-яким предметом, процесом або фактами дійсності [4].

В. М'ясищев стверджував, що психологічний аналіз ставлень передбачає їх розгляд у пізнавальному, емоційному та вольовому аспектах, а також у взаємозв'язку із потребами та діяльністю індивіда [4]. На основі цього підходу ми виокремлюємо когнітивний, емоційний, мотиваційний та поведінково-вольовий компоненти ставлення до тютюнопаління.

Когнітивний аспект такого ставлення включає знання людини про складники сигарет, усвідомлення наслідків впливу паління на людський організм, розуміння ризику виникнення залежності від нікотину тощо. Емоційна сторона ставлення до тютюнопаління відтворює весь спектр позитивних і негативних оцінок, реакцій, почуттів, які виникають внаслідок зіткнення індивіда з різноманітними ситуаціями, пов'язаними з курінням. Мотиваційний компонент ставлення ми розглядаємо як систему стимулів до дій стосовно тютюнопаління, які пов'язані із задоволенням певних людських потреб; ця складова ставлення відображає особливості мотивації індивіда щодо куріння або відмови від нього. Поведінково-вольовий компонент залежить від рівня вияву інших трьох компонентів і виявляє готовність індивіда до здійснення конкретної діяльності стосовно тютюнопаління: здатність виявляти стійкість до початку паління або ж навпаки – опір чинникам, які перешкоджають палінню у випадку позитивного ставлення до нього, виробляти й дотримуватися певної стратегії поведінки в життєвих ситуаціях у зв'язку з тютюнопалінням (власним або інших людей). Зазначені компоненти ставлення можуть як узгоджуватися поміж собою, так і суперечити один одному.

Емпіричне дослідження ставлення студентської молоді до тютюнопаління проводилося нами протягом 2017–2018 рр. Вибірка включала 71 студента з різних вищих навчальних закладів м. Івано-Франківська, в тому числі 31 представника чоловічої статі і 40 – жіночої. Збір даних відбувався методом письмового опитування. Нами була розроблена анкета, яка включала питання як відкритого, так і закритого типів, які були згруповані відповідно до розроблених нами змістових критеріїв. Зокрема, вивчалися показники рівня схильності студентської молоді до тютюнопаління, характер та структура ставлення реципієнтів до паління і до тих осіб, які палять, соціально-психологічні чинники паління. Результати анкетування підлягали кількісному та якісному аналізу. Деякі дані, отримані нами, піддавалися порівнянню за статусом тютюнопаління та за критерієм статі респондентів.

На підставі аналізу отриманих нами даних щодо рівня поширення тютюнопаління в студентському середовищі було з'ясовано, що 33,8% опитаних юнаків і дівчат палять регулярно або час від часу. Ще 15,5% респондентів відповіли, що постійно не палять, але пробували палити хоча б кілька разів у своєму житті. Не палять зараз 38% опитаних, але вони не зазначили, що ніколи не пробували палити, отже, ймовірно, палили раніше. Тільки 12,7% студентів вказали у відповідях до анкети, що ніколи не пробували курити цигарки.

Вивчення частоти паління респондентів-курців показує, що 20,8% з них викурюють одну–дві цигарки на тиждень, 41,7% студентів із цієї категорії опитаних зізналися, що викурюють одну-дві цигарки щодня, 22,5% курців палять від двох до п'яти сигарет щодня, а 15% таких респондентів є ще більш затятими курцями, які викурюють в середньому десять цигарок щодня. Таким чином, ми з'ясували, що принаймні кожен третій з опитаних нами студентів є активним курцем, причому 37,5% студентів-курців можна характеризувати як залежних від нікотину.

Порівняльний аналіз одержаних показників за критерієм статі показав, що з-поміж опитаних нами студентів регулярно палять 42% юнаків і 27,5% дівчат. Із загальної вибірки 17,5% дівчат і тільки 3,2% юнаків не курили жодного разу. З цього напрашується висновок, що майже усі хлопці-студенти і 82,5% дівчат, що взяли участь у дослідженні, палили принаймні один-два рази у своєму житті. Отримані нами результати дослідження підтверджують дані інших науковців про збільшення числа дівчат та жінок, що палять, як одну з сучасних тенденцій тютюнозалежності [1; 3].

Розгляд показників емоційного аспекту ставлення молоді до тютюнопаління показав переважання негативних і нейтральних оцінок респондентами цієї звички. Було виявлено, що 50,7% студентів ставляться до паління негативно, 43,7% – нейтрально і лише 5,6% – позитивно. Такі дані дозволили нам припустити, що навіть ті юнаки й дівчата, які палять зараз або палили раніше, ставляться до паління негативно або нейтрально.

Більш детальне вивчення результатів анкетування дійсно показало, що навіть з-поміж опитаних нами курців позитивно ставляться до паління тільки 16,7%. Більшість курців, а саме 70,8%, ставляться до паління нейтрально, а

негативно – 12,5%. Більш послідовні позиції у ставленні до тютюнопаління ми помітили у студентів, які не палять: 70,2% з них до куріння ставляться негативно. Нейтральне ставлення щодо паління було зафіксовано у 29,8% респондентів із цієї групи.

Як бачимо, значна частина опитаних нами студентів (як від загальної кількості опитаних, так і з умовної групи курців) ставиться до тютюнопаління нейтрально. Очевидно, виявляючи нейтралітет, індивід і не схвалює паління, але й не виступає проти нього. Така позиція є свідченням байдужості або ж несформованості чіткої власної думки стосовно проблеми тютюнопаління. Згодом нейтральне ставлення молоді щодо паління може перейти як у позитивне, так і в негативне.

Результати анкетування також продемонстрували, що кожен восьмий з тих, хто палить, негативно ставиться до цього процесу. Це дозволяє зробити висновок про наявність протиріч між емоційним та поведінково-вольовим компонентами ставлення до тютюнопаління, що є ознакою актуального або потенційного внутрішньоособистісного конфлікту цих курців.

Важливим аспектом ставлення індивіда до тютюнопаління є вияв його ставлення до людей, які палять. Суб'єктивне ставлення однієї людини до іншої якісно визначає специфіку сприймання, оцінювання й розуміння людьми один одного, їх поведінкові реакції, особливості міжособистісної взаємодії. Дані проведеного нами опитування показали, що до людей, які палять, студенти загалом ставляться здебільшого нейтрально: про це вказали у своїх анкетах 70,4% респондентів. На їхню думку, куріння є справою самої людини, і якщо вона робить такий вибір, то й сама несе відповідальність за нього. Негативно до тих, хто палить, ставляться 26,8% опитаних студентів, а позитивно – тільки 2,8% респондентів.

Однак ставлення до гіпотетичної ситуації паління і до курців у багатьох молодих людей істотно змінюється, якщо ця ситуація набуває особистої значущості. Приміром, ми з'ясували, що до людей, які палять у їх присутності, нейтрально ставляться уже тільки 40,9% наших респондентів, негативно – 56,3% (як бачимо, удвічі більше), а позитивно – так само 2,8% опитаних. Причому якщо з числа студентів-курців нейтрально ставляться до паління у їх присутності 79,2% респондентів, то з-поміж тих, які не палять самі, до паління у своїй присутності ставляться нейтрально тільки 21,3%. Негативно щодо паління у своїй присутності ставляться 78,7% тих юнаків і дівчат, які не палять, а також навіть 12,5% студентів, які палять зараз або палили в минулому. Ми ще зауважили, що якщо нейтральне ставлення стосовно курців мають 61,7% респондентів-некурців, то до осіб, які палять у їхній присутності, індивідентне ставлення мають уже втричі менше студентів-некурців – тільки 21,3%. Як бачимо, рівень толерантності студентів, які не палять, відносно тих осіб, які палять, в ситуації, коли некурці вимушено стають пасивними курцями, суттєво зменшується.

Результати проведеного опитування також показали, що студентська молодь загалом усвідомлює негативні наслідки тютюнопаління для здоров'я людини, про що зазначили у своїх відповідях 97,9% учасників дослідження. За-

хворювання дихальної та серцево-судинної систем, зниження імунітету, статеві дисфункції, втрата ваги, дратівливість, погіршення стану шкіри та зубів – на ці та інші проблеми у функціонування людського організму, пов'язані з тютюнопалінням, вказали опитані нами студенти. При цьому 90,1% від загальної кількості респондентів розуміють, що тютюнопаління шкодить як курцеві, так і його оточенню, 8,5% вказали, що воно шкодить тільки курцеві, а 1,4% опитаних вважають, що куріння шкодить тільки оточенню.

Порівняння даних анкетування за статусом тютюнопаління респондентів показало, що більш об'єктивно негативні наслідки паління для людського організму оцінюють ті студенти, які самі не палять. Зокрема, 16,7% курців вважає, що нікотин шкодить тільки їм – тоді як шкоду внаслідок паління виключно для самого курця визнають тільки 4,3% некурців. Про те, що паління шкодить і активним і пасивним курцям, стверджують 93,6% противників тютюнопаління і 83,3% опитаних із числа курців. Однак, при тім, що практично усі наші респонденти знають про шкідливість паління, все ж таки значна частина з них продовжує палити.

Дослідження мотиваційного аспекту тютюнопаління дозволило встановити, що 62,5% респондентів зі статусом курця палять для того, аби розслабитися, заспокоїтися в стані стресу. Така поведінка тютюнопаління пов'язана з необхідністю психологічного захисту особистості в ситуаціях емоційної напруги, дискомфорту. 45,8% опитаних нами студентів-курців стверджують, що палять за звичкою. Це свідчить про те, що тютюнопаління стало для них способом стереотипної поведінки, її здійснення доводиться до автоматизму і за певних умов стає потребою для цих юнаків і дівчат. 20,8% студентів з категорії курців палять, щоб отримати задоволення, що знову ж таки вказує на певний рівень формування в них залежності від паління. 12,5% курців палять тому, що палять усі їхні друзі, а вони прагнуть скласти їм компанію. З-поміж одиничних відповідей респондентів (показники до 10%) вказані такі причини, як наслідування батьків, необхідність скоротати вільний час, збіг обставин тощо. Жоден із курців не пояснив власне паління прагненням здаватися дорослим і незалежним або ж необхідністю уникати насмішок з боку однолітків. Це є свідченням того, що у студентському віці, на відміну від підліткового і раннього юнацького, вже немає потреби самостверджуватися в середовищі ровесників через тютюнопаління. При тім, що майже половина студентів-курців пояснюють паління звичкою, тільки 4,2% цих респондентів визнають свою залежність від паління.

Детальніший аналіз і порівняння отриманих даних за критерієм статі стосовно основних причин тютюнопаління в цілому показує відсутність відмінностей у відповідній мотивації юнаків і дівчат. Їх провідні потреби в палінні приблизно співпадають: заспокоїтися, розслабитися, скласти компанію друзям тощо. Однак юнаки значно частіше пояснюють прихильність до тютюнопаління звичкою (76,9% юнаків і 18,2% дівчат, що палять).

Отже, мотиваційний компонент ставлення до тютюнопаління студентів-курців визначається насамперед їхнім прагненням задовольнити актуальні потреби в позитивних емоціях та в розрядці негативних емоцій, а також потребою

у приєднанні до товариства інших людей. За умови задоволення цих потреб тютюнопаління виступає специфічним видом активності. Молодь, що палить, здійснює усвідомлений вибір ризику для власного здоров'я як засіб для міжособистісного контакту, афіліації, боротьби зі стресом, розслаблення, психічного захисту.

Досліджуючи соціально-психологічні чинники паління, ми вирішили проаналізувати також вплив сім'ї на цей процес. Сім'я є одним із найбільш важливих інститутів соціалізації особистості, де відбувається становлення світогляду, соціальних норм, а отже – й джерелом формування певного ставлення до тютюнопаління. На запитання анкети «Чи курять члени вашої сім'ї?» ми отримали від усіх наших респондентів 43,7% позитивних відповідей і 56,3% негативних. Було встановлено, що курцями є члени сім'ї у 50% опитаних нами студентів-курців і дещо менше, а саме 40,4%, – у тих, що не палять. При цьому тільки 8,4% респондентів-курців визнали, що провідною причиною їх тютюнопаління є наслідування батьків. Разом з тим ставлення батьків щодо цієї шкідливої звички своїх дорослих дітей все ж таки має значення для останніх. Адже в результаті анкетування ми дізналися, що 33,3% студентів, які палять, приховують цей факт від своїх батьків.

Виходячи з отриманих даних, приходимо до висновку, що в юнацькому віці вплив сім'ї на прийняття рішення щодо паління чи не паління цигарок є вагомим, але не визначальним. Більше значення стосовно залучення молоді до паління має наслідування ровесників. У студентських компаніях багато молодих людей (як юнаків, так і дівчат) з'являються з цигаркою, а інші члени групи, включаючись у спілкування з курцями, наслідують їх. Поступово вони й самі залучаються до тютюнопаління. Систематичність паління, знаходження особистого сенсу в цьому процесі, можливість задоволення актуальних потреб призводять до закріплення паління цигарок у стереотипну поведінку й залежність індивіда від нікотину.

В анкеті ми також запитали студентів про те, наскільки складно, на їхню думку, утримуватися від тютюнопаління підліткам та юнакам, які не палять. «Дуже складно, тому що це потребує великих вольових зусиль», – відповіли тільки 2,8% респондентів; «складно, але можна утриматися», – дали відповідь 28,2% учасників дослідження; про те, що у цьому немає нічого складного, зазначили 69% опитаних. Паління цигарок, на думку студентів, можна замінити заняттями спортом, хобі, вживанням солодоців та інших смаколиків, а також палінням електронних сигарет або кальяну. Як бачимо, студенти не завжди розуміють, що куріння кальяну, як і вейпу, є не менш небезпечним, ніж паління звичайних цигарок, адже речовини, які в них застосовуються, містять нікотин та викликають залежність від паління.

На запитання про чинники, які вплинули б на прийняття рішення студентами-курцями про відмову від паління, найчастіше ми отримували наступні відповіді (подаємо їх в порядку зменшення частоти їх згадування): цікава література з даної проблеми; таке саме рішення друзів; пізнавальні передачі по телебаченню і радіо; особистий приклад батьків і друзів; смерть когось із близь-

ких від раку чи інших захворювань, спричинених палінням, тощо. 12,5% опитаних студентів-курців зауважили, що в них нема потреби в тому, аби облишити паління. Стільки ж студентів не визначилися з тим, які чинники могли б мати на них серйозний вплив у прийнятті такого рішення. Як бачимо, студенти, які палять, характеризуються невисоким рівнем готовності до відмови від паління. Жоден із курців не вказав на такі чинники припинення ними паління, як переконання з боку батьків чи інших членів родини, а також педагогів.

Висновки. Аналізуючи отримані результати дослідження, ми прийшли до висновку, що опитані нами студенти різних вишів м. Івано-Франківська мають здебільшого негативне або нейтральне ставлення до тютюнопаління. Активними курцями наразі є третя частина з-поміж наших респондентів, однак ще половина опитаних мають досвід тютюнопаління в минулому. Гіпотетично, юнаки і дівчата досить толерантно ставляться до людей, які палять. Однак особиста включеність студентів у ситуацію паління іншими людьми та необхідність вимушено бути пасивними курцями часто викликає у них зміну ставлення щодо курців на більш негативне, особливо у тих осіб, які самі не палять.

Сучасна студентська молодь палить, здебільшого керуючись потребами в зниженні емоційної напруги, отриманні задоволення від процесу паління та приєднанні до інших людей. Зіставлення результатів дослідження за критерієм статі показало, що курцями в даний час є практично кожен другий з опитаних нами юнаків і кожна третя з опитаних нами дівчат-студенток. Мотиви тютюнопаління юнаків і дівчат практично співпадають, окрім того, що респонденти-юнаки в чотири рази частіше пояснюють своє паління звичкою.

Тютюнопаління наділяється студентами-курцями особливим сенсом, виконуючи у їхньому житті функції контакту, афіліації, релаксу і психічного захисту. Значний вплив на схильність молоді до паління, як і на відмову від нього, мають такі соціально-психологічні чинники, як особливості міжособистісної взаємодії з ровесниками, оцінка рівня складності життєвих ситуацій, здатність індивіда протистояти стресовим чинникам і розв'язувати проблеми; менше значення в цьому контексті має вплив сім'ї та педагогічного колективу навчального закладу.

Студенти чітко усвідомлюють негативні наслідки тютюнопаління для людського організму. Більшість із них зауважує, що утримуватися від паління є не надто складно, хоч і потребує певних вольових зусиль; однак значна частина юнаків і дівчат продовжує палити й надалі. Зазначене є свідченням того, що у свідомості молодого покоління здоровий спосіб життя і відповідальне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей не є пріоритетним. Навпаки, у багатьох студентів, які палять, формується специфічна поведінка, що вже зараз або потенційно може характеризуватися як залежна від нікотину. Відсутність чітко виражених ознак особистісних змін та психічних порушень при такому різновиді залежності збільшують соціальну прийнятність паління в студентському середовищі.

Нами були виявлені протиріччя між різними компонентами ставлення студентів до тютюнопаління, що зумовлює нестійкість і невизначеність їх по-

зицій щодо цієї звички. Такі суперечності можуть призвести до виникнення внутрішньоособистісного конфлікту, наслідком якого стане формування більш чіткого ставлення до тютюнопаління і відповідна поведінка індивіда. Вирішенням конфлікту може стати або прийняття рішення про відмову від паління, або ж, навпаки, зміна ставлення до паління на більш приязне і закріплення звички тютюнопаління.

Загалом, така ситуація актуалізує проблему розвитку у дітей, підлітків та студентської молоді відповідального ставлення до свого здоров'я. Вважаємо, що це є можливим через формування у них ставлення до здоров'я як термінальної цінності особистості і здорового способу життя як інструментальної цінності. Враховуючи результати проведеного нами емпіричного дослідження, профілактично-розвивальну роботу щодо запобігання розвитку у молоді схильності до тютюнопаління варто спрямувати на навчання дітей та юнацтва конструктивним технікам раціоналізації негативних емоцій, розвиток комунікативних здібностей, вироблення культури міжособистісної взаємодії та структуривання часу без тютюнопаління. Звісно, ці напрями психологічної роботи слід реалізовувати паралельно з інформуванням дітей і молоді про шкідливість впливу нікотину на фізичне й психічне здоров'я людини.

Перспективи наступних розвідок у даному напрямку вбачаємо у розробці програми превентивної діяльності щодо поширення схильності до тютюнопаління серед студентів вишу, у якій буде враховано результати проведеного нами емпіричного дослідження.

1. Андрух Г. П., Добростомат У. Н. Психотерапия зависимости от никотина. *Медицинская психология*. 2011. Т. 6. № 4. С. 80.
2. Добрянська О. В. Світові тенденції поширеності тютюнопаління підлітків. *Гігієна населених місць*. 2013. № 62. С. 274–281.
3. Котова М. Б. Психологические условия обеспечения эффективности профилактики курения у подростков : автореф. дис. ... канд. психолог. наук. Москва, 2008. URL: <http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-13/dissertaciya-psihologicheskie-usloviya-obespecheniya-effektivnosti-profilaktiki-kureniya-u-podrostkov>.
4. Мясичев В. Н. Психология отношений / под ред. А. А. Бодалева. Москва : Изд-во «Институт практической психологии» ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 1995. 356 с.
5. Теперик Р. Ф. Психологические механизмы функционирования и трансформации курения : автореф. дис. ... канд. психолог. наук. Москва, 1997. 23 с.