

## «ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ТА ПОЛІТИЧНІ ПРОБЛЕМИ У ТРАНСФОРМАЦІЙНИХ ПРОЦЕСАХ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА»

УДК: 159.922.8 ; 613.84

**Олена Іванівна Беспарточна,**  
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології, педагогіки та філософії,  
**Ганна Юрївна Зюман,**  
магістрант напрямку «Педагогіка вищої школи»,  
Кременчуцький національний університет імені Михайла Остроградського,  
вул. Першотравнева, 20, м. Кременчук, Україна

### ВПЛИВ ТЮТЮНОПАЛІННЯ НА ЯКІСТЬ МІЖОСОБИСТІСНОГО СПІЛКУВАННЯ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

*У статті розглянуті особливості міжособистісного спілкування курців та некурців у юнацькому віці. Досліджено інтерперсональну соціальну орієнтацію, особливості емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні, особливості поведінки курців у юнацькому віці. У результаті дослідження виявлено специфічні особливості курців, а також той факт, що юнаки та дівчата використовують тютюнопаління як засіб подолання емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні.*

**Ключові слова:** тютюнопаління, міжособистісне спілкування, юнацький вік, емоційні бар'єри, референтна група.

**Постановка проблеми.** У сучасній Україні, у рамках програми боротьби з тютюнопалінням, широко застосовується розповсюдження інформації про шкоду здоров'ю від паління. Але обізнаність про його наслідки, а інколи і наявність вже існуючої хвороби, яку викликало саме паління, часто не зупиняє курців.

Причини, що спонукають до початку тютюнопаління у підлітковому віці, часто втрачають актуальність у юнацькому віці. Проте, незважаючи на ще несформовану фізіологічну залежність, людина, перейшовши до нового вікового періоду, все одно може продовжувати або почати палити.

Тютюнопаління тісно пов'язане з міжособистісним спілкуванням, адже саме під час нього відбувається і перша спроба і вироблення постійної звички. Для юнацького віку міжособистісне спілкування набуває особливого значення, і пошук шляхів подолання перешкод, з ним пов'язаних, є досить актуальним. На нашу думку, тютюнопаління є одним із деструктивних засобів впливу на якість міжособистісного спілкування.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливості, причини та засоби боротьби з тютюнопалінням досліджували науковці різних країн світу: Ф. Райс, А. Спир, А. Красило, В. Барцалкіна, М. Котова, К. Лисецькій, та багато інших. Проблема паління охоплює багато сфер життя людини, тому вона актуальна для багатьох наук. З точки зору медицини, паління досліджували К. Фагерстрем, А. Бисков, Х. Чековей, Г. Лисенко, Г. Максимов, Ю. Гічев, Ю. Лісидин, М. Голуб, Е. Спіндель. З точки зору медичної психології – В. Менделевич, І. Орешнікова, А. Кулагін, В. Смирнова, А. Рапорт і

Д. Лахман, М. Рассел; соціальної психології – С. Березин, В. Соскін; педагогічної психології – І. Мещерякова, Н. Флорова, В. Аршинові, В. Барабанова та інші.

Науковці сходяться в думках, що як початок паління, так і труднощі позбавлення від цієї шкідливої звички викликані соціально-психологічними причинами. Але при цьому не існує єдиного підходу визначення цих причин та їх ієрархії. Зокрема, зазначаючи, що причини початку паління є соціально-психологічними, більшість вчених не акцентують увагу на тому, що набуває поширення процес паління саме в процесі міжособистісного спілкування.

Багато авторів заперечують наявність специфічної структури особистості курців. Інші, навпаки, виділяють наявність саме особистісних особливостей, які сприяють початку паління. Так О. Кісліцина виділяє низьку самооцінку [3], М. Котова звертає увагу на агресивність, високу тривожність, дратівливість, екстравертовність, схильність до ризикованої поведінки, негативізм тощо [4], Н. Сирота і В. Ялтонский – труднощі у соціальній адаптації [10], В. Спасова і С. Тотева відзначали, що у курців більш виражені невротичні розлади, екстравертовність, знижений інтрапсихічний контроль [9].

**Мета статті** – дослідити вплив тютюнопаління на якість міжособистісного спілкування юнаків та дівчат.

**Виклад основного матеріалу.** Людина – соціальна істота, саме тому без спілкування її життя втрачає сенс. Спілкування є тією сферою життя людини, без якої вона не може не тільки реалізуватись як

особистість, а й взагалі існувати як вид. У спілкуванні людина розвивається, засвоює нове, реалізує власне. За допомогою спілкування відбувається взаємодія, взаємовплив індивідів одне на одного, виникає взаєморозуміння, або навпаки – конфлікт.

В. Менделєвч характеризує потребу у спілкуванні в юнацькому віці як друге «Я», зазначаючи, що вона є найважливішою в ранній юності [5].

Юнаки та дівчата знаходяться в постійному очікуванні спілкування. Цей душевний стан змушує їх активно шукати комунікації з оточуючими. Кожна нова людина привертає до себе увагу як можливий партнер для спілкування. Комунікація в юності відрізняється особливою довірливістю, інтенсивністю, сповідністю, що накладає відбиток інтимності і пристрасності на відносини, що зв'язують юнаків та дівчат з близькими їм людьми. У силу цього в ранній юності так гостро переживаються невдачі в спілкуванні [8].

У ранньому юнацькому віці у багатьох юнаків та дівчат відзначається підвищена невротичність. Це вік специфічних психологічних контрастів, які характеризують як внутрішній світ людини, так і сферу її міжособистісних відносин [7]. В юнацькому віці ситуація формування «Я» змінюється: орієнтація одночасно на кількох значущих інших робить психологічну ситуацію невизначеною, суперечливою, часто внутрішньо конфліктною. Неусвідомлюване бажання позбутися дитячих або нав'язаних дорослими ідентифікацій активізує рефлексію і почуття власної неповторності. Саме тому для юності є характерними почуття і страх самотності [1].

Хоча в юнацькому віці гострі потреби становлення підлітка серед однолітків вже втрачають сенс, психологічні проблеми міжособистісного спілкування у людини, яка не досягла соціальної зрілості, ще достатньо яскраво виражені. Це, на нашу думку, може викликати потребу в тютюнопалінні як засобу, що здатен полегшити труднощі міжособистісного спілкування.

Проводячи дослідження форм тютюнової залежності, В. Менделєвч вказує вік початку етапу систематичного паління для дисоційованої форми –  $20 \pm 1,6$  років, для ідеаторної форми відсутнє чітко виділене настання етапу систематичного паління, але у половини респондентів він наступав через 1-2 роки після першої проби тютюну у  $13 \pm 3,5$  років, для психосоматичної форми етап систематичного паління наступав у  $19,8 \pm 3,5$  років [6].

Вплив нікотину на людину має досить широкий спектр, але він сильно залежить від установок курця щодо його дії, чим і викликана наявність багатьох міфів дії тютюну. Досить цікаві дані щодо дії нікотину на людину, в залежності від темпераменту, наводить В. Менделєвч. Він зазначає, що в осіб, які палять, нікотин викликає пом'якшення реакції на психологічний стрес. Одночасно після випалювання цигарки спостерігалось зменшення тривоги і хворобливих відчуттів через регулюючий вплив паління тютюну

на акт гальмівного контролю у інтровертів і його активуюча дія на моторні процеси у екстравертів [6].

Психологічний портрет курця відрізняється емоційною ригідністю і внутрішньою відстороненістю від оточуючих. Високий рівень потреби в приналежності до групи і соціальної бажаності робить курця більш піддатливим маніпуляціям з боку оточуючих, думка яких має велике значення для його самооцінки. В системі мотиваційних установок турбота про здоров'я і прагнення до виконання правил не є провідними і можуть не враховуватися при прийнятті рішення, внаслідок чого шкідливий вплив тютюну на організм людини може не бути суттєвим аргументом відмови від куріння [2].

Аналізуючи дослідження багатьох науковців щодо причин початку паління, ми дійшли висновку, що паління відіграє соціальну функцію, як за формою, так і за своїми причинами, особливо на перших етапах генезису тютюнопаління, і лише коли розвивається фізіологічна залежність від нікотину, соціальні фактори припиняють грати роль основоположних.

Психічна залежність проявляється у двох формах: психосоціальної, яка відображає прагнення курця до самоствердження, досягнення соціальної довіри і визнання, і сенсорно-руховій, пов'язаній з естетичним і чуттєвим задоволенням від самої процедури паління [10].

Паління, на наш погляд, як прояв адиктивної поведінки обов'язково відображається на особистісних якостях особистості, проявляючись в агресивності, тривожності й одночасній емоційній ригідності, внутрішній відстороненості від оточуючих, труднощах у соціальній адаптації. В той же час для курця досить важливим є відчуття належності до групи.

Тютюнопаління призводить до формування певного ставлення до оточуючих і себе, з різким протиставленням курців та некурців. Таким чином, паління сприяє виробленню певного стилю життя курця зі зниженою критичністю до себе та ознаками агресивно-захисної поведінки.

Задля дослідження взаємозв'язку між особливостями міжособистісного спілкування та паління у юнацькому віці нами були використані наступні методи: спостереження, бесіда, авторська анкета «Чи палите Ви?», методика «Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні» В. Бойко та FIRO-B – опитувальник інтерперсональної соціальної орієнтації В. Шутца.

У дослідженні взяли участь студенти віком від 16 до 21 року у кількості 67 осіб. Усіх досліджуваних було розділено на дві групи:

1. ЕГ1 – 33 особи – 49,25% – респонденти, які палять;
2. ЕГ2 – 34 особи – 50,75% – респонденти, які не палять.

За допомогою спостереження та бесіди нами було встановлено, що людина, використовуючи цигарку

під час міжособистісного спілкування, отримує наступні «переваги»:

1. Цигарка – це атрибут достатку та винятковості.

2. Тримаючи в руках цигарку, людина звільняється від питання, куди подіти руки.

3. Паління дозволяє зайняти вільний час.

4. Паління допомагає отримати додатковий час на обмірковування відповіді та подолати курцеві незручну паузу, якщо та виникла під час розмови, створюючи ілюзію зайнятості завдяки установці, що коли людина палить, вона не байдикує, а зайнята ділом, тому час, який витрачається на запалювання цигарки або довгу затяжку, не враховується як час обмірковування відповіді.

5. Приналежність до референтної групи дозволяє навіть незнайомим курцям вільно спілкуватись.

6. Цигарка допомагає розпочати розмову. Питання «вогнику не знайдеться?» дозволяє вільно звернутись майже до будь-якої людини на вулиці, не почувуючись при цьому незручно.

7. Під час спільного тютюнопаління курці обмінюються новинами та поширюють чутки.

8. Можливість усамітнення та відчуття впевненості, що людину не будуть турбувати, поки вона палить.

Спираючись на дані, отримані за допомогою анкети «Чи палите Ви?», ми можемо зазначити, що перша спроба тютюнопаління не завжди призводить до появи постійної звички, але найчастіше не продовжують палити ті, хто спробував цигарку з цікавості. Задовольнивши власну потребу пізнання, людина не бачить подальшого сенсу у процесі тютюнопаління. Основні причини першої спроби тютюнопаління представлено у таблиці 1.

Таблиця 1.

**Причини першої спроби тютюнопаління**

	ЕГ 1 (%)	ЕГ 2 (%)
Щоб здаватися більш дорослим	2,17	4,35
Тому, що всі друзі палили (за компанію)	10,87	17,39
Назло батькам	2,17	0
Щоб влитися у компанію	4,35	4,35
Щоб заспокоїтись (відволіктись)	30,43	17,39
Було цікаво спробувати	28,26	47,83
Від нудьги (від того, що нічого було робити)	13,04	0
Власний варіант	8,71	8,69
Разом	100	100

Бажання запалити у повсякденні виникає не тільки у курців (таблиця 2). Але, при цьому, ситуації, що викликають бажання запалити, у ЕГ1 та ЕГ2 дещо різняться. На наш погляд, важливим є те, що у людей, які не палять, серед причин бажання запалити повністю відсутні ситуації типу «під час важкої або складної розмови» та «коли я споглядаю за реакцією людей на мої слова, дії», що може свідчити про використання цигарки як засобу спілкування для ЕГ1.

За даними опитувальника міжособистісних відносин (FIRO-B – опитувальник інтерперсональної орієнтації), показники середніх даних поведінки респондентів, відповідно до груп ЕГ1 та ЕГ2, не є однорідними, деякі середні показники видів поведінки більші у ЕГ1, деякі навпаки – вищі у ЕГ2. Тому для об'рахунку оцінки розходження показників за видами поведінки у ЕГ1 та ЕГ2 нами був обраний математичний критерій Манна-Уїтні. За його допомогою нами було виявлено достовірне розходження у вираженій поведінці в області афекту між ЕГ1 та ЕГ2 на рівні 5% (таблиця 3).

Це означає, що індивід, який належить до ЕГ1, схильний бути дуже обережним при встановлюванні близьких міжособистісних стосунків, а поведінка респондентів ЕГ2 в області вираження афекту може варіюватися в залежності від ситуації.

Спираючись на дані середніх показників, отриманих за методикою «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні», ми бачимо, що респондентам, які належать до ЕГ2, притаманний більш високий рівень перешкод під час міжособистісного спілкування. Для виявлення оцінки розбіжностей у показниках емоційних бар'єрів між ЕГ1 та ЕГ2 використовуємо математичний критерій Манна-Уїтні (таблиця 4). Згідно з показниками нами виявлено достовірне розходження у наявності емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні між респондентами, що належать до ЕГ1 та ЕГ2: респонденти з ЕГ2 мають більш високий рівень перешкод у вигляді негнучкості, нерозвиненості, невизначеності емоцій та небажання зближуватись з людьми на емоційній основі.

Таблиця 2.

**Ситуації, що викликають бажання запалити**

	ЕГ 1 (%)	ЕГ 2 (%)
Коли мені потрібно зайнятися яким-небудь ділом, а я не хочу	3,07	0
Коли я не знаю, що мені робити	9,82	10,71
Коли я відчуваю незручність	3,07	10,71
Коли мені нудно	10,43	7,15
Коли я чекаю	10,43	10,71
Під час складної або важкої розмови	5,52	0
Коли я хочу справити на людину враження	0,61	0
Перед початком якої-небудь справи. Коли мені потрібно зосередитись.	7,36	0
Коли я нервую	12,27	14,29
Коли мені добре	5,52	3,57
Коли я розслаблююсь	6,75	14,29
Коли у спілкуванні настає незручний момент	5,52	3,57
Коли я хочу показати та відчути власну важливість і значущість	2,45	3,57
Коли я споглядаю за іншими людьми	3,07	3,57
Коли я споглядаю за реакцією людей на мої слова, дії	3,07	0
в компанії, під час вживання спиртного	6,75	10,71
Коли я хочу, щоб мене не турбували	3,68	7,15
Власний варіант	0,61	0
Разом	100	100

Таблиця 3.

**Показники FIRO-B-опитувальника інтерперсональної орієнтації**

Найменування шкали	Показники емоційних перешкод (середній бал)		Показники критерію Манна-Уїтні на рівні P=0,05	
	ЕГ1	ЕГ2	U	достовірність
Ie - виражена поведінка включення.	4,87	4,76	506,5	Розходження недостовірне
Iw - вимагаюча поведінка включення.	3,90	4,00	506,5	Розходження недостовірне
Се - виражена поведінка в галузі контролю.	5,63	5,18	434,5	Розходження недостовірне
Sw - вимагаюча поведінка в галузі контролю.	3,90	3,53	469	Розходження недостовірне
Ae - виражена поведінка в області афекту.	3,40	4,24	339	Розходження достовірне
Aw - вимагаюча поведінка в області афекту.	3,20	3,74	409	Розходження недостовірне

На нашу думку, курці, будучи досить емоційно вразливими людьми, використовують паління як засіб подолання перешкод у міжособистісному спілкуванні. Цигарка використовується як своєрідний атрибут, адже паління часто являє собою ритуал, призначення якого досить різноманітні: заповнити паузу, отримати час на роздуми, емоційно відгородитися від співрозмовника, отримання приводу для початку розмови.

Велике значення задля встановлення продуктивних відносин має наявність спільних дій співрозмовників. Для курців такою дією є акт тютюнопаління. Стаючи поєднуючою справою, сумісне тютюнопаління знімає напругу, спонукає людину до емоційного відкриття та розслаблення.

Таблиця 4.

**Показники наявності «емоційних перешкод» у міжособистісному спілкуванні згідно з методикою «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні»**

Найменування шкали	Показники емоційних перешкод		Показники критерію Манна-Уїтні на рівні P=0,05	
	ЕГ1	ЕГ2	U	Достовірність
1. Невміння керувати емоціями, «дозувати» їх.	1,94	2,06	517,5	Розходження недостовірне
2. Неадекватний прояв емоцій.	2,78	3,03	477,5	Розходження недостовірне
3. Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій.	1,69	2,29	385	Розходження достовірне
4. Домінування негативних емоцій.	1,69	1,82	517	Розходження недостовірне
5. Небажання зближуватись з людьми на емоційній основі.	2,03	2,68	371,5	Розходження достовірне
Разом	10,13	11,88	389,5	Розходження достовірне

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Таким чином, курцям в більшій мірі, ніж некурцям, властивий емоційно дефіцитний тип поведінки. Вони «поверхнево дружні», тримаються від інших на відстані та вважають, що інші роблять те саме по відношенню до них. Вони «бояться», що їх не можна любити, що вони не придатні для любові, тобто, якщо курець зав'яже с ким-небудь близькі відносини, це відкриє його негативні якості. В той же час при міжособистісному спілкуванні у курців виникає менше емоційних бар'єрів.

Курці, маючи емоційно дефіцитний тип поведінки, використовують тютюнопаління як засіб подолання власних емоційних проблем у

міжособистісному спілкуванні. Вдало використовуючи цей засіб спочатку у референтній групі, курці поступово переносять таку «поведінкову милицю» на інші сфери життя. Саме з цим, на нашу думку, пов'язана складність подолання шкідливої звички тютюнопаління. Додавання до цієї причини фізіологічної залежності, віри у тютюнові міфи, захисних механізмів значно ускладнюють процес подолання тютюнозалежності.

Перспективними напрямами подальшого дослідження впливу тютюнопаління на якість міжособистісного спілкування в юнацькому віці є вивчення особистісних особливостей курців та їх поведінка у групі.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Павелків Р. В. Вікова психологія: підручник / Р. В. Павелків. – К. : Кондор, 2011. – 469 с.
2. Дубровинская Е. И. Социально-психологические условия формирования мотивации первичного отказа от табакокурения среди студенческой молодежи : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. псих. наук : спец. 19.00.05 – «социальная психология» / Е. И. Дубровинская. – Москва, 2012. – 25 с.
3. Кислицина О. А. Социально-экономические факторы риска психических расстройств подростков / О. А. Кислицина // СОЦИС. – 2009. – № 8. – С. 92-99.
4. Котова М. Б. Психологические условия обеспечения эффективности профилактики курения у подростков : автореф. дис. на получение науч. степени канд. псих. наук : спец. 19.00.13 «психология развития, акмеология (психологические науки)» / М. Б. Котова. – Москва, 2008. – 25 с.
5. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология / В. Д. Менделевич. – М. : МЕДпресс, 2001. – 592 с.
6. Менделевич В. Д. Руководство по аддиктологии / В. Д. Менделевич. – С-Петербург : Речь, 2007. – 768 с.
7. Немов Р. С. Психология. Учеб. для студентов высш. пед. учеб. Заведений, в 3 кн. Кн. 2. Психология образования – 2-е изд. / Р. С. Немов. – М. : Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 496 с.
8. Семенюк Л. М. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов / Под ред. Д. И. Фельдштейна: издание 2-е, дополненное. / Л. М. Семенюк. – М. : Институт практической психологии, 1996. – 304 с.
9. Спасова В., Тотева С. Характеристика личностных особенностей курящих и некурящих, устанавливаемая с помощью двух психологических методик // Теоретические и клинические проблемы современ-

ной психиатрии и наркологии: Материалы международного симпозиума. – М., 1986. – С. 220-223.

#### REFERENCES

1. Pavelkiv, R. V. (2011). *Vikova psykholohiia [Age-related psychology]*. Kyiv: Kondor [in Ukrainian].
2. Dubrovynskaia, E. Y. (2012). *Sotsialno-psikhologicheskie usloviya formirovaniya motivatsii pervichnogo otkaza ot tabakokureniya sredi studencheskoi molodezhi [Socially-psychological conditions of forming motivation of primary smoking cessation among students]*. *Extended abstract of candidate's thesis*. Moscow [in Russian].
3. Kyslytsyna, O. A. (2009). *Sotsialno-ekonomicheskie faktory riska psikhicheskikh rasstroistv podrostkov [Socio-economic risk factors of mental disorders in adolescents]*. *SOTSIS – SOTSIS*, 8. 92-99. Moscow [in Russian].
4. Kotova, M. B. (2008). *Psikhologicheskie usloviya obespecheniya effektivnosti profilaktiki kureniya u podrostkov [Psychological conditions of providing the effectiveness of smoking prevention in adolescents]*. *Extended abstract of candidate's thesis*. Moscow [in Russian].
5. Mendelevych, V. D. (2001). *Klinicheskaya i meditsinskaya psikhologiya [Clinical and medical psychology]*. Moscow: MEDpress [in Russian].
6. Mendelevych, V. D. (2007). *Rukovodstvo po addiktologii [Guidelines for addictology]*. Saint Petersburg: Rech [in Russian].
7. Nemov, R. S. (1995). *Psikhologiya: uchebnik dlya studentov vysshykh uchebnykh zavedeniy [Psychology: textbook for university students]*. (Vols. 3). Moscow: VLADOS [in Russian].
8. Semenyuk, L. M. (Eds.). (1996). *Khrestomatiya po vozrastnoi psikhologii [Readings on the psychology]*. Feldshtein, D. I. (Ed.). 2<sup>nd</sup> ed. Rev. Moscow: Institute of Applied Psychology [in Russian].
9. Spasova, V. & Toteva, S. (1986). *Kharakteristika lichnostnykh osobennosti kuryashchykh i nekuryashchykh, ustanavlivaemaya s pomoshchyu dvukh psikhologicheskikh metodik [Characteristics of personality traits of smokers and nonsmokers, installed with the help of two psychological techniques]*. *Teoreticheskie i klinicheskie problemy sovremennoy psikhiiatrii i narkologii: Materialy mezhdunarodnogo simpoziuma – Theoretical and clinical problems of modern psychiatry and narcology: Proceedings of the International Symposium*. Moscow: [in Russian].
10. Starshenbaum, H. V. (2006). *Addiktologiya: psikhologiya i psikhoterapiya zavisimostey [Addictology: psychology and psychotherapy of additions]*. Moscow: Kohyto-Tsentr [in Russian].

**Елена Ивановна Беспарточная,**

*кандидат педагогических наук, доцент кафедры психологии, педагогики и философии,*

**Анна Юрьевна Зюман,**

*магистрант направления «Педагогика высшей школы»,*

*Кременчугский национальный университет имени Михаила Остроградского,*

*ул. Первомайская, 20, г. Кременчуг, Украина*

#### ВЛИЯНИЕ ТАБАКОКУРЕНИЯ НА КАЧЕСТВО МЕЖЛИЧНОСТНОГО ОБЩЕНИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Табакокурение тесно взаимосвязано с межличностным общением, поскольку в его процессе происходит первая проба сигареты и дальнейшее привыкание к ней. Причины, которые чаще всего побуждают к началу табакокурения в подростковом возрасте, теряют актуальность в юношеском возрасте. В тоже время для юношеского возраста межличностное общение приобретает особое значение, и поиск путей преодоления преград, связанных с ним, весьма актуален. Мы считаем, что табакокурение при этом становится способом влияния на качество межличностного общения. Цель статьи – изучить влияние табакокурения на качество межличностного общения юношей и девушек. В процессе исследования были сравнены особенности эмоциональных барьеров в межличностном общении и интерперсональная социальная ориентация курильщиков и некурильщиков, а также были определены особенности акта табакокурения, которые помогают курильщикам преодолевать сложности в межличностном общении. В результате нами было выявлено, что курильщикам в большей мере, чем некурильщикам, свойственен эмоционально дефицитный тип поведения. Они «поверхностно дружелюбны», держатся от других на расстоянии, боясь, что их нельзя любить, и сближение с кем-либо может открыть их отрицательные стороны. В тоже время у курильщиков во время межличностного общения возникает меньше эмоциональных барьеров. Мы считаем, что курильщики, будучи довольно эмоционально ранимыми людьми, используют курение как средство преодоления преград в межличностном общении. Сигарета при этом используется как своеобразный атрибут, курение часто представляет из себя ритуал, имеющий множество назначений, таких как

заполнение пауз, получение времени для раздумий, возможность эмоционально отгородиться от собеседника, получить повод для начала разговора и так далее. Кроме того, для установления продуктивных взаимоотношений имеет значение наличие совместных действий собеседников. Таким образом, являясь совместной деятельностью, табакокурение снимает напряжение, побуждает человека к эмоциональному раскрытию и расслаблению. Удачно используя такой способ облегчения межличностного общения в референтной группе, курильщики постепенно переносят данный «поведенческий костыль» на другие сферы жизни. На наш взгляд, именно с этим связана сложность борьбы с табакокурением. Добавление к этой причине наличия физиологической зависимости, веры в табачные мифы, защитных и других механизмов значительно усложняют процесс преодоления табакозависимости.

**Ключевые слова:** табакокурение, межличностное общение, юношеский возраст, эмоциональные барьеры, референтная группа.

**Olena Bespartochna,**  
*PhD (Candidate of Pedagogical Sciences), associate professor,*  
*Department of Psychology, Pedagogy and Philosophy,*  
**Anna Ziuman,**  
*Master's degree student, specialty "Pedagogy of Higher School"*  
*Kremenchuk Mykhailo Ostrohradskyi National University,*  
*20, Pershotravneva Str., Kremenchuk, Ukraine*

#### **INFLUENCE OF TOBACCO SMOKING ON THE QUALITY OF INTERPERSONAL COMMUNICATION IN YOUNG ADULTHOOD**

Tobacco smoking is closely connected with the interpersonal communication since this is a good occasion for the very first cigarette to be smoked which can become the addiction in the future. The reasons, which are a significant factor for tobacco smoking in adolescence, are less relevant in young adulthood. As interpersonal communication becomes more significant in young adulthood, the finding of ways of crossing barriers is vitally important. So, it is considered that tobacco smoking can assist in crossing these barriers and as such improves the quality of the interpersonal communication. The article is aimed at studying the effect of tobacco smoking on the quality of young males' and females' interpersonal communication. In the course of the study the authors have compared specific features of emotional barriers which can arise during the interpersonal communication and interpersonal social orientation of both smokers and non-smokers. Besides there have been revealed the special aspects of the tobacco smoking process, which help smokers to cope with interpersonal communication barriers. It has been concluded that smokers more often than non-smokers demonstrate emotionally deficient type of behaviour. They communicate in a "superficially friendly" way, holding themselves aback from others, they are afraid that they cannot be loved, and if they get close to anyone, their disadvantages can be discovered. At the same time smokers face less emotional barriers during interpersonal communication. The authors believe that smokers, being emotionally vulnerable, use smoking as a means of crossing the interpersonal communication barriers. Thus, a cigarette is used as a symbol; smoking is considered as a ritual which allows pauses to be filled, time to be gained for thinking, the building of an emotional block, an excuse for a conversation starting, etc. Moreover, a fruitful relationship to be established requires the joint actions of two interlocutors. Thus, smoking, as a joint activity, relieves stress, encourages people for emotional openness and relaxing. The successful usage of this method for the interpersonal communication facilitation in the referent group makes smokers to gradually transfer such a "behaviour criterion" to other areas of life. This is considered to be the main reason of the unsuccessful antismoking campaign. Together with the physiological dependence, faith in tobacco myths, protective and other mechanisms – all of these complicate the overcoming of the tobacco addiction.

**Keywords:** tobacco smoking, interpersonal communication, adolescence, emotional barriers, referent group.

*Подано до редакції 22.02.2016*

*Рецензент: д. пед. н., проф. Т. Б. Поясок*