

©Набойченко Е.С., Ходченко И.А.

УДК 004.9"502"(470.54-25)

ВОЗМОЖНОСТИ СПОРТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ПРИБРЕТЕННОГО ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ НИКОТИНА СРЕДИ МОЛОДЕЖИ

Набойченко Е. С., Ходченко И. А.

*ФГБОУ ВО Уральский государственный медицинский университет Минздрава РФ, кафедра
Клинической психологии и педагогики*

Аннотация. Описан общий (для всех возрастных и социально-демографических категорий) механизм формирования продолжительного потребления никотин-содержащих средств – представленные в статье сведения основываются на эмпирических данных научных отраслей нейрофизиологии, медицины, психологии, философии и социологии. Акцентировано внимание на возможных профилактических мероприятиях по снижению никотинового потребления среди молодежи, в частности, несовершеннолетних, в особенности, школьников-подростков. Отдельно рассмотрены общие представления о формировании продолжительного использования никотин-содержащих средств.

Ключевые слова: никотин, табак, вейп, электронные сигареты, психология, зависимость, профилактика.

POSSIBILITIES OF SPORTS PSYCHOLOGY IN PREVENTION OF ACQUIRED CHRONIC NICOTINE CONSUMPTION AMONG YOUNG PEOPLE

Naboichenko E.S., Khodchenko I.A.

FSBEI HE Ural State Medical University of the Ministry of Health of the Russian Federation, Department of Clinical Psychology and Pedagogy

Annotation. A general (for all age and socio-demographic categories) mechanism of the formation of long-term consumption of nicotine-containing drugs is described – the information presented in the article is based on empirical data from scientific branches of neurophysiology, medicine, psychology, philosophy and sociology. Attention is focused on possible preventive measures to reduce nicotine consumption among young people, in particular, minors, in particular, schoolchildren and adolescents. General ideas about the formation of long-term use of nicotine-containing drugs are considered separately.

Keywords: nicotine, tobacco, vaping, electronic cigarettes, psychology, addiction, prevention

Введение

Никотин и способы его доставки в организм известны большей части населения благодаря средствам массовой информации и социальному окружению, и механизм действия никотина представляется общественным сознанием по аналогии с другими психоактивными веществами (ПАВ). Принцип его действия с одной стороны отличается легкостью и малой химико-физической "силой", если сравнивать с остальными ПАВ, с другой – представляет одно из средств формирования принципиально отличной потребности – возникающей от психологических первопричин.

Цель исследования – определение существующих продуктивных инструментов профилактики никотинового потребления среди молодежи с возможностью бюджетной реализации вне зависимости от территории проведения избранных мероприятий и используемых средств.

Материалы и методы исследования

В настоящей работе были проанализированы статьи отечественных и зарубежных авторов по психологии, педагогике, нейрофизиологии, медицине и социологии, что позволило рассмотреть вопрос о формировании и профилактике хронического потребления никотин-содержащих средств с различных методологических оснований, определить общий механизм процесса никотинового потребления: от начала использования до отказа, – выявить распространенные представления о никотине и его действии и сравнить их с научными воззрениями; а также отметить наиболее продуктивные инструменты в работе с профилактикой никотинового потребления.

Результаты исследования и их обсуждение

Пролог: распространенные представления о мероприятиях по профилактике никотинового потребления

Неопределенность в представлении здорового образа жизни опосредует специфическую последовательность и связность изложения идей по вопросам профилактики пагубных привычек: множественность факторов, возрастно-нейрофизиологическо-социальные детерминанты и влияние культуры составляют совокупность, недоступную к удержанию и воспроизведению психическим ресурсом одного человека [1]. Включение компетентных лиц в просветительскую деятельность, включающую раскрытие вопросов о влиянии различных факторов на снижение качества здоровья и жизни в целом, среди профессиональных обществ позволит скоординировать отрасли

влияния на население в векторе большего понимания природы формирования пагубных копинг-стратегий.

Иллюстрацией финансируемых субъектно-детерминированных житейских представлений о психических процессах и образованиях для научного освещения является представление идей о сочетаемости внутри одной личности таких свойств, как: крайняя эгоцентрически-гедонистическая направленность с элементами синдрома дефицита внимания и гиперактивности и подчиняемость / зависимость от обстоятельств, максимализм с повышенной требовательностью и стремление к избеганию ответственности в принятии решений, – особенно, когда подобное используется для аргументации при решении актуальных проблем [2]. Вовлечение житейской психологии в настоящие научные исследования не только искажает восприятие психологии как адекватного научного направления, но и приводит к выводам, описывающим поведенческие установки и текущие конфликтные поля исключительно авторов проведенного исследования.

Исследователи отличных от психологических отраслей научных направлений отмечают статистическую представленность хронически использующих никотин людей в обществе (около 1/3) и выражают стремление оказать личное посильное влияние на профилактику подобного поведения, рассматриваемого ими в рамках отклоняющейся психической реакции, при помощи организации и проведении просветительских мероприятий [3]. Аналогичные подходы к интерпретации феномена никотинового потребления могут основываться на житейских представлениях о формировании устойчивого поведения с использованием употребляемых веществ, в связи с чем представляется необходимым разработка памяток или иных наглядных материалов для нивелирования опосредованности исключительным опытом рассуждающих сторон.

Предлагаются следующие последовательности действий для реализации профилактики хронического потребления психоактивных веществ в подростковой среде посредством педагогического влияния:

- «На первом этапе основное внимание обращается на исправление отрицательных качеств личности...»;
- «На втором этапе, когда преобладающим стимулом к занятиям становится увлеченность, большое внимание уделяется индивидуальной работе с каждым подростком»;

- «На третьем этапе предусматриваются развитие и совершенствование у занимающихся навыков самовоспитания и контроля в основных видах деятельности (учебной, спортивной, общественно значимой)» [4, С. 84].

Аналогичные модели воздействия на поведенческую сферу, основанные на житейском представлении о психических процессах, продуктивны для гистрионно-ориентированных личностей и их семей, обеспечивающих среду формирования подобных состояний несовершеннолетнего, в силу особенностей организации восприятия мира и влияния на него у описанных категорий населения: планирование и наполнение содержанием приведенных этапов может быть усовершенствовано за счет рекомендаций специалистов смежных отраслей гуманитарного знания, например, психологии и социологии.

Примером выраженных житейско-психологических оснований при разработке профилактических мер являются рассуждения следующего вида: «Если цель живет в душе в форме намерения, она более прочна. Намерение формируется в первую очередь головой, но без развитой воли намерение является пустым» [5, С. 180]. При выдержанности организационных моментов и структурности в процессе описания шагов реализации профилактических мер предложенное их содержательное наполнение явно не представляет идейное ядро планируемой деятельности, относясь к парапсихологическим / философским рассуждениям.

Представителям социальных сфер рекомендуется рассматривать категориальный базис методических пособий и моделей для последовательного внедрения инновационных технологий психолого-педагогического воздействия с целью исключения нестандартизированных инструментов. При определении тревожности через индивидуальную особенность субъекта деятельности, а школьной тревожности – через форму проявления «неблагополучия ребенка» существуют риски формирования квази-цели и непродуктивных тактических задач: модели профилактики истощающих состояний несовершеннолетних для предлагаемых элементов психолого-педагогического рассмотрения ориентируются на субъективно-идеальный образ внешнего поведения, достижение которого 3-ми лицами может быть затруднено [6].

Нейрофизиология: актуальные представления о никотиновом воздействии на нервную систему

Результаты современных нейробиологических исследований позволяют рассуждать в категориях психического привыкания субъекта относительно формирования хронич-

ческой потребности в использовании никотин-содержащих препаратов немедицинского предназначения: химико-физические свойства никотина в меньшей степени обуславливают процесс адаптации к используемой концентрации никотина за одно потребление, по сравнению с другими веществами наркотического действия (например, кокаином); а также, метаболические пути, включающие следование никотина внутри систем организма, различны у низших и высших млекопитающих [7]. Никотин-содержащие препараты оказывают влияние, как минимум, на дофаминергические рецепторы мезолимбической части лимбической системы и серотонинергические рецепторы периферии лобных долей больших полушарий у млекопитающих, что при стабильно продолжающимся воздействии никотина приводит нейроны указанных областей в адаптивное состояние к повышенной его концентрации. По прошествии периода, определяемого индивидуально нейрофизиологическими и психологическими показателями субъекта потребления никотин-содержащих препаратов, система дофаминового поощрения реагирует с меньшей интенсивностью и на меньшее количество стимулов среды индивида. Отмечено, что сенсорная стимуляция оказывает положительный эффект в формировании хронической потребности в применении никотина у низших млекопитающих, и предположено, что высшие млекопитающие способны искусственно создавать условия подобной самостимуляции за счет развитых “когнитивных функций” [Там же]. Опосредованность переживаемыми впечатлениями при первичном потреблении никотин-содержащих препаратов немедицинского назначения и в продолжении его пользования поиск стимулов, помогающих преобразовать восприятие условий окружающей среды к впечатлениям, полученным на ранних этапах знакомства с никотином, могут быть использованы исследователями для анализа изменений поведенческих реакций у человека как путь создания нового инструмента, содержащего элементы психоанализа, для профилактики и сопровождения хронического никотинового потребления в обществе.

В психологических исследованиях подтверждается “духовное” формирование хронического обращения к средствам доставки никотина нелечебного назначения и объясняется в психоаналитическом подходе через виды «голода» – метафорическая интерпретация работы подкорковых структур (неосознаваемые процессы) [8]. Независимое получение идентичных результатов в психологических и нейрофизиологических исследованиях причин обращения к никотину сигнализирует о найденном фундаментальном основании хронического использования данного вещества. Предлагается ме-

тод коррекции, включающий экстремальные инструменты воздействия на личность, вызывающие чувство стыда, собственной малой значимости и другие впечатления / ощущения, что находит свое обоснование в возможности отказа от использования никотина исключительно за счет субъектно-сформированной мотивированности [Там же].

В некоторых работах посредством психоаналитической метафоричности описываются методы экстремального воздействия на субъект профилактического мероприятия: контролируемый неподготовленный поход в географически трудные природные зоны, влияние толпы, гипнотический транс с включением тревожных состояний, гиперболизированные ритуальные действия и др. [9]. Существует гипотеза о возможности реактивного преобразования имеющихся копинг-стратегий в ситуациях новейшего крайнего стрессового влияния.

В клинических исследованиях на мышах подтверждено неонатальное влияние никотиновых средств на развивающийся организм, оказывающее опосредующее влияние на дальнейшую предрасположенность к потреблению никотин-содержащих препаратов [10]. Поступление на раннем этапе в формирующийся организм никотин-содержащих средств за счет нейропластичности вызывает изменения в среднем мозге млекопитающих (мышей), что обращает синапсы данной локализации на никотиновый метаболизм, в следствие чего дальнейшее обеспечение оптимальных условий жизнедеятельности становится возможным при потреблении никотина, частота и количество которого определяется индивидуально-физиологически. Вопрос о влиянии никотина в процессе постнатального нейрогенеза у человека актуален для современного общества: доступность никотин-содержащих средств на открытых и закрытых рынках, культура их потребления взрослым населением и масс-медийная пропаганда среди молодежи способны оказать долгосрочное влияние, последствия которых будет необходимо разрешать за сжатые сроки в будущем.

Генетическая опосредованность хронического потребления никотина к настоящему моменту остается дискуссионным предметом в близнецовых исследованиях, однако там же выявлена детерминация активного пользования никотин-содержащих средств и депрессивных эпизодов среднего-тяжелого течения [11]. В подобных случаях о низкой мотивации к отказу от использования средств, содержащих никотин, говорят, прибегая к описанию поведенческой симптоматики недуга: помимо нейроорганизации, определяющим параметром выступает форма взаимодействия человека

с окружающим миром – (здесь) сниженное проявление или отсутствие интенции когнитивного характера. Никотин стимулирует когнитивную деятельность субъекта с депрессией, и для поддержания приближенного к оптимальному состояния требуется учащенное прибегание к никотин-содержащим препаратам для таких лиц в силу специфической структуры нервной системы.

При ингаляционном применении никотин-содержащих препаратов немедицинского назначения никотин достигает головного мозга менее, чем за 1-ну минуту, и остается в бронхах около двух часов – на основе устойчивой потребности в использовании подобных препаратов психофизиологические механизмы стимулируют субъекта во время, отличное от периода сна, накапливать действующее вещество за счет более частого прибегания к средствам доставки никотина [12]. Малый период, по сравнению с продолжительностью полного акта потребления никотин-содержащих средств, достижения рецепторов головного мозга может служить объяснением продолжения использования никотина лицами, имеющими специфическую организацию нейронной системы. Помимо биологических предпосылок к формированию устойчивого потребления никотина, подобное поведение детерминируют социально-культурные факторы: положительная корреляция между потреблением никотина и примером аналогичных действий значимыми лицами из окружения субъекта, отсутствием или приостановлением, в том числе и недостаточностью, образовательного совершенствования субъекта/-ом, а также проводимой политикой в отношении образа здоровьесберегающего жизнеобеспечения на территории проживания субъекта как в совокупности, так и по отдельности [Там же]. Перечисленные факторы являются определяющими в прогнозе рецидивной реакции – возвращения к потреблению никотина, – при параллельном ведении психофармакологической терапии.

Обнаружено большее поступление никотина в организм человека при использовании классических сигарет, чем при задействовании продуктов-аналогов [13]. Концентрация никотина в аналогах может быть больше, чем в привычных сигаретах, однако доля его усвоения значительно меньше. На данный момент исследование причин большего усвоения никотина из сигарет представляется актуальной задачей: при понимании (нейро-)физиологических процессов его усвоения станет возможной разработка-корректировка программ профилактики / реабилитации приобретенной хронической потребности в использовании никотин-содержащих средств немедицинского назначения.

При продолжительном использовании никотин-содержащих средств характер дистресса, купируемого посредством потребления указанных препаратов, приобретает никотиновую природу: обращение подобным веществам представляется единственно действенным способом профилактики абстинентного синдрома [14]. Природа хронического потребления никотина заключается в преобразовании психологического привыкания до нейрофизиологических изменений в структурах головного мозга, что в совокупности представляет многоплановую задачу для исследователей при разработке программ по профилактике данного варианта потребления психостимулирующих веществ. Параметром, имеющим прогностическое значение в предвидении возвращения к никотину или полного отказа от него, является наличие/отсутствие просоциальных установок [Там же]. Деструктивные установки стимулируют качественное развитие дистресса, что опосредует более частое потребление никотин-содержащих средств.

Люди с хроническим ингаляционным использованием никотин-содержащих дымных средств демонстрируют конформное поведение, малые выраженность планирования деятельности и концентрацию внимания, сложности в быстром переключении с одного объекта внимания на другой, склонность к аддиктивным состояниям аутоагрессивного характера, сниженный контроль проявления эмоционального реагирования, социально-эмоциональная замкнутость [15]. Ранее вмешательство позволяет провести профилактику или предотвращение потребления никотина с сохранением высших психических функций.

Для принятых в научном обществе типов стрессов: физиологический, эмоциональный, или психологический, интеллектуальный и поведенческий, – психологическая устойчивость определяется ведущим свойством индивида в реализации «гомеостаза» [16]. Направленность организма корректирует распределение ресурсов в ходе метаболизма и открытость систем к изменениям, что определяется психосоматической регуляцией.

Организм физиологически реагирует на интеллектуальный тип стресса общей активацией симпатической нервной системы – физически выносливые несовершеннолетние имеют меньшие вегетативные проявления стресс-реакционных ответов на умственные нагрузки и находятся в более инертном состоянии [17]. Регистрация тревожных состояний может учитывать аспект физической подготовленности индивида в силу детерминации ей психофизиологических путей реагирования и применяться для

планирования медико-психолого-педагогического сопровождения, его коррекции, во время образовательного процесса.

Взаимосвязь повышенной потребности в использовании никотин-содержащих препаратов немедицинского назначения и низким социально-экономическим статусом подтверждена статистически – в качестве одной из причин детерминации частого прибегания к принятию никотиновых средств исследователи выдвигают концепцию копинг-стратегии совладания со стрессом, вызванным неблагоприятными жизненными условиями исследуемых [18]. При большей возможности приобретения средств с никотином качества выше предложенного на бюджетном рынке люди с высоким социально-экономическим статусом демонстрируют меньшую зависимость от никотин-содержащих препаратов: поиск причинно-следственной связи данного феномена является актуальной задачей для представителей естественно-научных и социальных наук.

Значительно большее количество потребителей никотина среди лиц с диагностированной шизофренией, чем в группе без наличия диагностической записи о шизофрении, объясняется стимулирующим действием никотина на нейроны, обеспечивающие высшие когнитивные функции [19]. Для лиц с шизофренией использование никотина является бюджетным средством для облегчения текущей симптоматики и приближения к нормальному-оптимальному уровню жизнедеятельности. Магнитно-резонансные исследования головного мозга людей с шизофренией, использующих никотин-содержащие средства немедицинского назначения, подтверждают положительное влияние никотина на мыслительную деятельность исследуемых [Там же]. При особенностях нейронной организации и психофармакологического сопровождения шизофрении никотиновое влияние происходит за меньший период, чем у людей без нее, поэтому пациенты шизофренией чаще прибегают к никотин-содержащим средствам – имеют большее количество проблем со здоровьем, меньший период жизни.

Молодежь: особенности формирования непросоциальных и непродуктивных привычек

Возраст случая первого употребления никотин-содержащих средств в немедицинских целях приходится на 11 лет – период перехода из младшего звена общеобразовательной траектории обучения в средне-старшее, – чаще пробование никотина в этом возрасте возникает из-за недостаточного внимания к несовершеннолетнему со стороны ближайшего окружения и / или любопытства [20]. При большей самостоя-

тельности ребенка в средней школе необходимо продолжить его сопровождать по пути формирования жизненных стратегии и тактики.

Современные проводимые мероприятия по предотвращению распространения респираторных вирусных инфекций оказывают влияние на формирование и качество реализации института семьи в перспективу малого образования супружеских пар и дистанционирования участников детско-родительских отношений друг от друга – вводимые профилактические меры для сохранения культуры воспитания подрастающего поколения: передачи необходимого опыта и адекватного психо-эмоционального сопровождения, – могут лишь частично основываться на предыдущем опыте и в большей мере должны быть ориентированы на текущие социально-исторические преобразования общественного сознания [21]. Становится исследовательски-актуальным прогнозирование тенденций молодежи в следствие все большей недоступности к извлечению информации о здоровье-ориентированных ценностях младших поколений: тенденция к внешнему проявлению открытости с сохранением личностно-значимых аспектов деятельности вне поля внимания социального окружения, в том числе ближайшего, – неэффективность используемых педагогических средств воздействия с целью формирования востребованных навыков и умений.

Необходимо учитывать роль современного историко-культурного контекста в социально-экономических и духовно-просветительских областях при анализе динамики представленности деликвентного поведения среди представителей молодежного общества [22]. Гуманитарные науки по своей сущности ориентированы на социальные течения – поведенческие показатели каждого индивида должны быть согласованы с окружающими стимулами, если не рассматривается клинический случай реактивного ответа.

Количество несовершеннолетних лиц, начавших использовать никотин-содержащие средства, уменьшилось за последние 50 лет, что связывают с доступностью высшего образования – его наличия у родителей, в частности матерей [23]. Определяющими параметрами в прогнозировании формирования никотинового потребления у конкретного ребенка обозначают социально-демографическое окружение и менторов периода раннего детства и подросткового периода: в первом случае возможна реализация нейрофизиологической предрасположенности, во втором – социальной детерминированности.

В Индии исследователи выявили следующие детерминанты никотинового потребления: семейный анамнез (мужская линия), пропагандирование в масс-медиа, социализация (приобретение знакомств и формирование дружеских отношений, их поддержка) и средство досуга [24]. Принципы формирования культуры потребления никотин-содержащих средств в Индии схожи с общими представлениями об образовании стереотипного акта в использовании никотина.

Социальные группы по мировоззренческим интересам, где реализуется культура потребления никотина, с большей интенсивностью влияют на выбор субъекта использования никотин-содержащих средств, чем любое другое окружение [25]. Принадлежность индивида к конкретной группе обязывает его следовать локальным правилам поддержания оптимального уровня жизнедеятельности и обеспечения психологического благополучия посредством ритуальных актов деятельности, поэтому включение человека в определенное общество может послужить стимулом к развитию хронического потребления никотина.

Продолжительный стресс, вызванный конкретным стимулирующим эффектом, способствует формированию состояния тревоги у субъекта, чья организация нервной системы предрасположена к неспецифическому сохранению мобилизации [26]. Тревожные люди характеризуются эмоциональной лабильностью, снижением или отсутствием социальной и личностной активности [Там же]. Определение выраженности «тревожности» как свойства индивида отвечать на стресс и его вызвавший объект посредством мысле-поведенческой реакции имеет прогностическую ценность для представителей науки социальной сферы в силу паттернизации формирования копинг-стратегий у тревожных людей: детерминированность специфической работы синапсов образует специфический психофизиологический путь восприятия окружающего мира и выбора способов для взаимодействия с ним.

Наряду с поведенческими стратегиями – «Юмор», «Чувство уверенности в себе» и «Релаксация» – как социо-культурной реализации посредством когнитивной сферы генотипа (задатков) в адаптации к стрессогенным ситуациям у подростков также отмечается эффект организации их нейронной системы: продуктивное совладание с дистрессом у «Перекрестного» и «Смешанного» типов индивидуальных профилей латеральной (функциональной) асимметрии коры больших полушарий головного мозга [27]. Представляется необходимым уточнение описания типов индивидуальных профилей функциональной асимметрии в силу исключаящих друг друга данных о путях

передачи информации в нервной системе человека: авторами рассматривается тривиальность управления каждым полушарием головного мозга органов соответствующей стороны или комбинации, при которых противоположное полушарие частично или полностью оказывает значимый эффект на реализацию действия противоположной стороны; когда анатомически известно о “перекрещивании” нервных волокон – переходе проводящих путей на противоположную сторону от центра генерации импульса, – что подразумевает полное или частичное управление противоположной, но не соответствующей полушарию (!), стороной организма каждым из полушариев. Идея о влиянии межполушарных связей на уровень совладания с дистрессом может быть концептуально обоснована в ближайших исследованиях.

«Любопытство», «скука» и «стресс» – определяются как наиболее распространенные причины обращения к никотину в подростковой среде: фигурирование никотинсодержащих изделий в средствах массовой информации обеспечивает привычное восприятие присутствия подобных продуктов в собственной жизни [28]. После анализа причин удержания в обществе образов средств доставки никотина станет доступным к пониманию дальнейшее планирование профилактических мероприятий и необходимость в них.

При рассмотрении множества теорий возникновения и классификаций копинг-стратегий совладающее поведение универсально может определяться как результат реализации выбранных тактики и стратегии действий на основе анализа текущего контекста и личного потенциала, а также сопутствующая коррекция на каждом этапе [29]. Деструктивные элементы хотя бы на одном этапе данного процесса приводят к общему непросоциальному эффекту – формированию психических образований невротического, акцентуированного или психотического уровня организации.

Объяснение толерантного отношения или ему противоположного к людям с хроническим обращением к средствам никотиновой доставки основывается на положениях социальной психологии и социологии: предрасположение субъекта является выраженным к представителям, имеющим сходные с ним черты в большем количестве [30]. При наличии задач по трансформациям общественного сознания относительно использования никотина полезно согласовывать содержание информирования и качественный состав аудитории – представляется, что масс-информирование способно стимулировать человека к консультациям со специалистами или ознакомлению с блоками информации.

Предлагается авторская классификация жизнесберегающих стратегий: “Устаревший” – направленный на устранение текущих болезненных ощущений, “Перспективный” – направленный на улучшение текущих физических свойств и поддержание экологической обстановки на уровне выше средне-положительного [31]. Необходимость в методологической разработке классификации адаптационного поведения к сохранению здоровья – дискуссионный аспект исследовательской работы, так как существует классификация отношений к болезни по О.К. Труфановой (клиническая психология).

Высокий уровень тревожности у лиц возраста 13-18 лет дестабилизирует реализацию таких высших когнитивных функций, как: концентрация и удержание зрительного внимания и зрительного распознавание объекта, причем организм мужского биологического типа демонстрирует более выраженную параметрические сведения – меньшую реализацию указанных ВПФ при соответствующем уровне тревожности представителей женского пола [32]. Приведенные сведения видятся полезными в применении к разработке диагностических методических пособий и мероприятий по профилактике хронического потребления никотин-содержащих препаратов нелечебного назначения: никотин способен как оказать влияние на формирование состояния тревожности с сопутствующими физиологическо-поведенческими проявлениями, так и выступить в качестве средства оперативного купирования подобного состояния, что в последствии приводит к более частотному возникновению тревоги и недостаточности раннее принимаемых концентраций никотина для снижения выраженности симптомо-комплекса.

Подростки, проживающие в условиях низкого социально-экономического комфорта, менее вегетативно устойчивы, чем их сверстники, воспитывающиеся при достаточном для психофизиологического развития содержании, – первые статистически чаще демонстрируют формы девиантного поведения и проявляют признаки состояний патологического изменения личностной структуры, причем организм представителей биологического женского пола демонстрирует большую реакцию – меньшую вегетативную устойчивость [33]. Доступность методов экспресс-диагностики вегетативной устойчивости позволяет работникам социальных сфер оперативно обнаруживать непродуктивные формы адаптаций и начинать профилактику социально-неэффективных копинг-стратегий, вызванных особенностями структуры нервной системы подсознательной части. Действенным фармацевтическим средством предотвращения девиантного поведения в подростковой среде зарекомендовал себя энерготропный препарат из группы L-карнитина в возрастной дозировке [Там же].

В ближайшее время на рынке фармацевтических препаратов можно будет встретить фермент NicA2-J1 как средство для физиологического отказа от использования никотина: фермент ликвидирует поступающие концентрации никотина до его вступления в метаболические процессы головного мозга, что при длительном повторении вызывает перестройку синапсов ГМ и приостанавливает потребностное стремление к использованию никотин-содержащих средств [34]. В рамках психотерапевтического сопровождения с включением клинических психологов при применении фермента NicA2-J1 профилактика хронического использования никотина станет более эффективно реализуемой процедурой по предотвращению распространения пагубных привычек среди населения – представляют научный интерес психологические исследования людей, использующих препарат действующим веществом «фермент NicA2-J1».

В Китае исследователями переход от потребления молодежью классических сигарет к использованию электронных аналогов охарактеризован в аспекте общемировых тенденций и проводимой рекламы здорового образа жизни: производители электронных средств доставки никотина учитывают стремление населения к сохранению собственного здоровья и финансируют исследования по подтверждению безвредности их товара, что формирует образ безопасности применения предоставленной продукции [35].

Приверженность к потреблению никотина встречается чаще у мужской доли населения, использует чаще никотин-содержащие средства молодежь в возрасте 18-25 лет [36]. Мужчины с меньшей готовностью отказываются от использования никотина, чем женщины, и больше прибегают альтернативным способам его потребления, если классические ингаляционные средства становятся социально-отвергаемыми: тренд на бездымные никотиновые препараты немедицинского назначения.

Распространенность хронического потребления никотина среди студентов первого курса биологического женского пола ниже, чем – содержащих алкоголь продуктов, и сопровождается следующими признаками: значительный уровень эмоционального комфорта и самопринятия, а также агрессивности при малой стрессоустойчивости [37]. Высокий уровень психологического благополучия при наличии аддикций, связанных с никотин-содержащими средствами, объясняется влиянием действующего психоактивного вещества на нервную систему стимулирующим эффектом, приводящим к искусственному увеличению энергетического потенциала для осуществления деятельности, в том числе когнитивной.

В исследовании факторов, связанных со старением, у представителей женского биологического пола обнаружена отрицательная связь между стратегией «нездорового образа жизни» и совокупностью параметров: табакокурение, употребление алкоголя и агрессивность, – и положительная – по тем же входным данным у представителей мужского биологического пола [38]. Для женского пола значимыми стратегиями оказались «построение карьеры», «быть хорошей», «построение карьеры», что также – для мужского, за исключением отсутствия стратегии «быть хорошим» как оказывающей решающее влияние, – представления о целеполагании в деятельности субъекта способствуют более качественной организации программ по профилактике состояний хронического пользования психоактивными веществами, в частности, никотина.

Формирование приверженности к соблюдению рекомендаций по организации здорового образа жизни у подростков необходимо начинать (но не избирать исключительным инструментом) с предварительных мероприятий, нацеленных на максимально-возможное полное информирование несовершеннолетнего об эффектах использования никотин-содержащих средств, после чего станет доступна поведенческая модификация [39]. Информирование необходимо для организации осознанности в процессе профилактических мероприятий, в отсутствие которой результаты манипуляций носят краткосрочный характер.

В семьях, где родители имеют высшее немедицинское или медицинское образование, а также реальный доход не может быть причислен к финансовому статусу человека, материально обеспеченного в профицитном достатке, несовершеннолетние совсем не или реже используют никотин-содержащие средства, чем в семьях иной характеристики [40]. Ограниченная доступность никотин-содержащих товаров, определенная ценовой политикой Российской Федерации, снижает потребление никотина в подростковой среде у категорий населения со средним и низким социально-экономическим положением, когда в других странах аналогичные статусные ситуации способствуют распространению применения никотина в обществе того же возраста и уровня обеспечения.

Дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, выбирают эмоционально-творческую деятельность как ведущую и исключают занятия спортом, напряженную интеллектуальный труд, в малой степени осведомлены о способах организации здоровьесберегающих мероприятий – общее качество жизни значительно снижено, в связи с чем возникают благоприятные условия для формирования пагубных привычек [41].

Комплексное медико-психолого-социальное сопровождение детей, переживающих трудную жизненную ситуацию, является инструментом для формирования трудоспособного в практической и теоретической ориентации поколения.

Медико-психологическая система сопровождения детей младшей школы достоверно приводит к соматическим улучшениям и сопутствующему развитию когнитивного потенциала [42]. Психосоматические проявления возникают на фоне малого уделения внимания к психофизиологическому состоянию несовершеннолетних, что в последствии образует устойчивый паттерн реагирования с метафорической генерализированной симптоматикой.

Никотиновое потребление опосредовано кумулятивным эффектом, проявляющимся у представителей подросткового периода старшей школы в формах функциональной дестабилизации различных систем органов как в отдельности, так и в совокупности; а вызвано в среде представителей мужского пола дистрессовыми состояниями, женского – социальным ориентированием [43]. Причинно-следственная аргументация позволяет разрабатывать более сильные профилактические методики для привлечения молодежи к поддержанию здорового образа жизни личным практико-результативным деятельностным примером.

Простейшим способом экспресс-диагностики функционального состояния организма человека является измерение его основных антропометрических показателей: соотношения длин / пропорциональности выступающих частей тела друг с другом и со всем организмом, веса и возраста, – а также первичное медицинское обследование: измерение частоты сердечных сокращений, частоты дыхательных движений, артериального давления до, во время и после физической нагрузки [44]. Обращение к полученным данным с целью определения динамики физического развития организма человека в медицинском сообществе педиатров используется для мониторинга возрастного развития детей, что является прогностическим методом в определении устойчивых к повышенным нагрузкам категорий несовершеннолетних.

Представители возрастного периода 7-14 лет могут быть оценены по параметрам «симпатическая регуляция функционального состояния» и «эффективность когнитивной деятельности» на основании внешних наблюдений в процессе педагогического воздействия учебного дня: наблюдение за частотой сердечных сокращений во время относительного спокойствия, интеллектуальной и физической деятельности субъекта, соотношении ЧСС с продуктивностью / эффективностью текущей деятельности [45].

Иные диагностические критерии, приводимые авторами настоящего исследования функционального состояния детей, не могут быть оценены без привлечения минимально необходимого медицинского инструментария. Подобная оперативная диагностика способствует раннему определению состояний, требующих внеплановых консультаций межпрофильных специалистов, – специфика действия никотина на организм может проявляться в повышенной активности индивида до использования никотин-содержащих средств и в ухудшении на неопределенный период когнитивных способностей – после приема.

Исключающие пассивное и активное потребление никотина подростки больше информированы о негативных последствиях его использования, чем – тем, кто подвержен его влиянию [46]. Адаптационный механизм формирует привыкание к никотину как к элементу, часто встречающемуся в обыденной жизни, поэтому группы подростков, не имеющие опыта взаимодействия с ним, настроены более скептически к использованию никотин-содержащих средств и имеют представление об их многообразии.

Раннее начало использования никотин-содержащих средств детьми обуславливается поведенческим примером супругов: у родителей, активно пользующихся никотиновыми препаратами, дети приобретают аналогичную привычку в возрасте 10-11-ти лет, у отказавшихся – в возрасте 12-ти лет, у никогда ранее не использовавших – в возрасте 13-14 лет [47].

В условиях пассивного курения находятся более половины всех несовершеннолетних, и большая их часть слабо информирована о влиянии вынужденного поступления никотина в организм; активные пользователи никотин-содержащих средств имеют представление об аналогах классических сигарет: доставка никотина посредством продукции с растворимой и полурастворимой оболочкой, электронных устройств и приспособлений газообразующего на углях типа – как о товарах с меньшим содержанием психоактивного вещества [48]. Разработка образовательных программ, включающих профилактику пагубных привычек, должна быть дифференцирована / адаптирована для различных проявлений отношения субъекта и контекста прибегания к психоактивному веществу в силу неуниверсальности восприятия эффективности стратегий с включением дополнительной неспецифической химико-психической самостимуляции.

Определены наиболее распространенные поло-ролевые тенденции в поведении у лиц возраста 16-17 – учащихся выпускных классов школ, – менее субъективно значимое переживание стрессовых агентов или их нейтральное восприятие у представителей мужского пола, преобладание научных интересов в гуманитарных отраслях – у представителей женского пола, социальных – у мужского [49] (значимыми, полученными исследователями сведениями были приняты данные о психофизиологической выраженности диагностических критериев). Иные результаты исследования цитируемого источника могут быть распространены в области парапсихологического знания: настоящими авторами исследования предлагается использование полученных данных для адаптации образовательных программ под выявленные социотипы (по А. Аугустинавичюте); вопрос о достоверности выбранной методики, возможности распространения ее результатов и реализации на практике предложенной операцией – дискуссионный.

Спорт: влияние физической подготовки на формирование хронического никотинового потребления

При слабой взаимосвязи реализации физической культуры в школах и адаптационно-резервных возможностей несовершеннолетних именно двигательная активность является наиболее эффективным инструментом в стимулировании развития устойчивости молодежи к ситуациям с повышенной психо-физиологической нагрузкой [50]. Ориентация педагогического процесса на подвижную деятельность может позволить образовать в сознании молодежи социально-приемлемые копинг-стратегии жизненного пути.

Занятия по физической культуре способствуют улучшению когнитивных функций человека: выполнение одного из простейших элементов физической активности – ходьбы – в течение 20-ти минут стимулирует специфические центры головного мозга, что повышает концентрацию / внимательность [51]. Малую активность (устойчивое положение тела длительный период, однообразные движения малой амплитуды и прочее) в течение трудового-учебного дня рекомендуется периодически сменять динамической работой различных групп мышц – проявлять всякую возможную двигательную активность непродолжительное время для поддержания оптимального функционального состояния опорно-двигательного аппарата.

Исследования подростков возраста 12-13 лет показали: физическая подготовленность организма адаптирует вегетативную нервную систему к высокой производи-

тельности в периоды повышенного стрессового ответа и тем самым повышает качество функционирования высших когнитивных функций [52]. Направленность педагогического сопровождения на физическое совершенствование молодого поколения обеспечит появление в обществе специалистов, подготовленных для решения задач повышенной психофизиологической напряженности.

В дополнительных исследованиях взаимосвязи физической и умственной активностей конкретизировали подверженные операционному переключению с симпатической нервной системы – на парасимпатическую высшие когнитивные функции: «...Школьники с высоким и средним уровнями двигательной активности показали более высокие оценки по тестам концентрации, устойчивости внимания и кратковременной памяти, но в тоже время у них более низкая умственная работоспособность (показатель эффективности работы) и им требуется больше времени на подготовку к основной работе» [53, С. 102]. Эффективность работы выше у школьников с низкой физической активностью, что может быть описано как преобладание парасимпатических процессов, обеспечивающих головной мозг повышенным кровоснабжением, в состоянии покоя – при тех же условиях симпатические процессы более выражены у физически активных несовершеннолетних.

Функциональное преобладание симпатической или парасимпатической нервной системы детерминирует интенсивность и экстраверсированность-интроверсированность реагирования человеческого организма на стрессовые ситуации, иные характеристики социального поведения определяются действием культуры и опыта, а также особенностей нейрогенеза центральной нервной системы – головного мозга [54]. Физиологические пробы позволяют исследователям определить энергетический потенциал индивида и создать гипотетическую модель его ответа на специфическое стимулирование.

Методология и диагностика: некоторые сведения об эффективности организации и получения результатов

Исследователями была обнаружена низкая результативность опросников при оценке субъективных ощущений длительно использующих никотин-содержащие средства немедицинского назначения индивидов: данные электроэнцефалограммы позволили продемонстрировать отвлеченные от сознательных процессов воздействия никотина на когнитивные способности, что выражалось в мельчайших рассеянных изменениях концентрации и избирательности внимания при получении мозгом повышенной кон-

центрации никотина [55]. Парадоксальные отзывы исследуемых о большем влиянии на их состояние препаратов с низким содержанием никотина, чем – со значительно повышенным, может быть объяснено в путях и скорости всасывания активного вещества и его доставки до нейронов коры больших полушарий головного мозга у каждого примененного средства – значительную роль играет упаковочное вещество, сопутствующие макро- и микро-элементы. Поступающие к головному мозгу повышенные концентрации никотин-содержащего препарата достоверно влияют на длину альфа- и дельта-волн, которые принято ассоциировать с деятельностью избирательного внимания и его концентрации [Там же]. Стимулирующее действие никотина на когнитивную деятельность и постепенная адаптация нейронов к его поступающим концентрациям опосредуют формирование хронического потребления никотин-содержащих средств при отсутствии мер профилактики и терапии подобных состояний.

Долгосрочное внешнее стимулирование мотивации к отказу от использования ингаляционных средств доставки никотина немедицинского назначения является действенным методом в формировании здорового образа жизни у исследуемых [56]. При психологической детерминации никотинового потребления оказание с некоторой периодичностью внешнего адекватного влияния на субъект обеспечивает условия формирования для его устойчивого психического образования, выраженного или в убеждении, или в стремлении, или в мотивации, или в ином, а также совокупности перечисленного, что позволяет ему [субъекту] с большей легкостью отказаться от потребления никотина.

Мероприятия по пропаганде здорового образа жизни формируют у молодежи механические социально-приемлемые ответы на вопросы о правилах жизнеспасающих стратегий: основное влияние на мировоззренческие позиции относительно сохранения пагубных привычек оказывает воспитание [57]. Необходим качественно иной подход к молодежи по части образования аксиологической парадигмы, направленной на сохранение здоровья.

Школа: роль в профилактике потребления никотин-содержащих средств

Школа как социальный институт, сопровождающий психо-физиологическое развитие несовершеннолетних до достижения полностью трудоспособного возраста, занимает значимое положение в формировании молодого поколения: дети длительно находятся в образовательном пространстве, в частности, в контакте с преподавателями, выступающими наставниками в социально-адаптационном пути юных лиц, и пере-

нимают культуру, заложенную в академическом коллективе сотрудниками организации [58]. Воздействие на аксиологическую парадигму подрастающего поколения может быть эффективным посредством педагогической практики, направленной на формирование социально-приемлемых копинг-стратегий у несовершеннолетних, например, образование совладающего поведения относительно предложений употребления психоактивных веществ в пользу соблюдения здоровьесберегающих рекомендаций.

Образовательная среда для несовершеннолетних является одновременно и ресурсом получения основных известных научных сведений по организации мира, и органом воспитания молодого поколения – инструментом образования и поддержания базовых культурных и здоровьесберегающих ценностей общества [59]. Воспитание в социуме как фактор, определяющий парадигму молодого общества.

В силу особенностей проявления организации нервной системы дети возраста 10-12 лет мужского пола содержат больше энергии для предметно-деятельностной (физической) активности, женского – наглядно-образной (мыслительной), вместе с тем мальчики чаще выбирают задачи алгоритмизированного типа в качестве области образовательных интересов [60]. Биологическая детерминированность психических процессов дифференцирует мышление на “мужской” и “женский” типы, выделяемые с осторожностью и требующие непрерывного историко-социального мониторинга: корреляции могут быть различны в зависимости от контекста исследования.

Высокий уровень физической активности у школьников психофизиологически детерминирует меньшие волевые качества, по сравнению – с низким и средним уровнями; и обеспечивает сохранность энергетического потенциала для интенсивных длительных нагрузок (выносливости) [61]. В зависимости от запланированных социальных политик могут избираться необходимые для формирования определенного по качеству общества педагогические воздействия на подрастающее поколение.

Налаживание взаимодействия со школьниками зависит от структуры семьи и ее гендерной представленности: в большей методологической проработке требуются методы воздействия на детей из неполных семей – сохраняют дистанцию в общении со взрослыми, в особенности, противоположного пола [62]. Проведение профилактических мероприятий по предупреждению никотинового потребления среди “неконтактных” детей нуждается в отдельных разработках информирования и поведенческих трансформаций: при малой доступности к получению опыта от взрослых сведения в

различной интерпретации приходят от сверстников и распространяются среди них, что создает риски возникновения непросоциальных копинг-стратегий.

Эпилог: дополнительные научные сведения об общественном представлении здоровьесберегающих мероприятий

В житейском представлении приверженность к здоровому образу жизни проявляется как соблюдение режима питания, занятия спортом и соблюдение общественных положений о здоровьесберегающем поведении; родители отмечают необходимость в кураторстве 3-ми лицами детей для формирования "здорового" поведения, учителя считают, что родителям необходимо уделять внимание ребенку для образования совладающего поведения со стремлением к пагубным привычкам [63]. Представляется, что ответы в подобных исследованиях стереотипно-механистичны и не всегда подразумевают реализацию активных действий, озвученных респондентами в процессе опроса, – помимо метода информирования необходимо внедрять такие инструменты воздействия, которые более практико-ориентированы, например, тренинговые формы взаимодействия с преобладанием компонента физической активности.

Физическая подготовленность достоверно не связана с уровнем представления ЗОЖ – опосредует общие энергетически-функциональные возможности организма [64]. Приведенный факт допустимо использовать как параметр, приводящий к осознанности осуществляемой деятельности, при информировании людей в начале реализации профилактических мер посредством спорта: развитие способностей за счет физической активности вне ее сферы (например, высших когнитивных) возможно при дополнительных усилиях / занятиях по направлению – кинетико-моторный подход обеспечивает реализацию психофизиологической энергии.

Активные потребители никотин-содержащей продукции представляют соблюдение рекомендаций по реализации здорового образа жизни финансово-ёмким мероприятием и сохраняют текущее поведение как ведущее в здоровьесберегающем рассмотрении, иные категории населения ЗОЖ представляют бюджетно-доступным [65]. Вместе с формированием определенных признаков здорового образа жизни необходима разработка комфортного перехода от пагубных привычек к полезным в воплощении общих рекомендаций для различных категорий населения – с учетом особенностей восприятия никотинового потребления.

Вредные привычки определяются как стереотипные непродуктивные для субъекта и / или непросоциальные действия, формирующиеся у лиц с подвижной нервной систе-

мой, в частности, подростков, и нацеленные на купирование исключительно текущего дискомфорта; малые меры реализации которых представляются допустимыми к осуществлению в силу недостаточности их результирующего эффекта для формирования потребности в повторном обращении [66]. Общее понимание усиления эффекта с качественным улучшением (интенсивности, концентрации, длительности и частоты, др.) данных стереотипных действий не приводит к отказу от них в обществе: бессознательная регуляция лимбической системы выбора осуществляемых потребностей и мотивов создает квази-образ рациональности принятых решений и стимулирует субъекта к действию.

Проведение политики в рамках моральной психологии: популяризация “чистого” / здорового образа жизни и иные способы распространения информации о важности сохранения собственного здоровья посредством отказа от употребления никотин-содержащих средств немедицинского назначения – способны оказать социально осязаемое влияние в большей степени на семьи, в которых культура потребления никотина отсутствует [67]. Те категории населения, культура которых включает социально-деструктивные установки или принципы, отличающиеся от мировых представлений об организации безопасной и продуктивной среды жизнедеятельности личной и окружающих, в меньшей степени подвержены рекламе позитивных установок на отказ от потребления никотин-содержащих средств. Вариативность формирования культур и воззрений их участников подобных категорий населения является дополнительным фактором при составлении программ воздействия на общество с целью повышения качества жизни: учитываются аксиологические установки, поведенческие стереотипы, локально закреплённые в историческом процессе, и иные детерминанты мыслительных актов.

Био-психо-социальная концепция применяется при разработке образовательных модулей, нацеленных на студенческое общество, – последовательно рассматриваются генетические, адаптационные и культурные детерминанты формирования копинг-стратегий субъекта [68]. В рамках учебных дисциплин такой подход к информированию представляется малоэффективным вследствие особенностей восприятия, обработки и практического применения студенческим обществом преподаваемых материалов – механизм “понять-чтобы-сдать”.

«Модель конструктивно-позитивной профилактики считается наиболее эффективной и активно применяется в образовательных учреждениях за границей. В нашей

стране в профилактической работе самой популярной является информационная модель» [69, с. 87]. Включение современных методов педагогического воздействия, содержащие большую часть практико-ориентированных элементов, в настоящую систему поддержки здоровья населения позволит привлечь аудиторию к активному соблюдению здоровьесберегающих рекомендаций.

При углубленном изучении эффекта использования дымных никотин-содержащих средств на сердечно-легочную систему в качестве мер профилактики предлагаются методы информирования и изменения отношения к образу жизни [70]. Значительная часть исследовательских ресурсов в Российской Федерации включена в медицинское рассмотрение феномена пагубных привычек при малом включении психологического обоснования.

Рассматривается возможность использования современных цифровых технологии с целью облегченного масштабного мониторинга социально-демографической ситуации относительно использования психоактивных веществ среди молодежи [71]. Мобильность и оперативность тестирования в условиях многозадачности современности являются теми параметрами, которые определяют количество респондентов исследования, – применение актуальных технологических решений позволяет своевременно проводить мониторинг общественности.

Выводы:

1. В ближайшем будущем на фармацевтическом рынке появятся энерготропный препарат из группы L-карнитина и препарат с содержанием фермента NicA2-J1, зарекомендовавшие себя как эффективные никотинзаменяющие средства;
2. Механизм формирования продолжительного использования никотин-содержащих средств имеет психологическую природу как первичную и физиологическую – как вторичную;
3. На формирование психологического никотинового потребления оказывают личностно-значимые стимулы во время использования никотин-содержащих средств;
4. Тревожность является фактором, предрасполагающим к началу использования никотина в качестве стимулирующего средства;
5. Никотин мобилизует когнитивные ресурсы человека и со временем становится необходимым веществом для данной активации;
6. Спортивные нагрузки в значительной мере влияют на нервную систему, позволяя эффективнее справляться со стрессом / тревогой;

7. Информирование как метод профилактики никотинового использования должно быть дополнено или заменено на тренинговые / практико-ориентированные методы взаимодействия;
8. Существующие житейские представления о формировании продолжительного никотинового потребления способствуют разработке квази-эффективных моделей профилактики в силу неопределенных по парадигматическим положениям стратегий и тактик;
9. Механизм начала и поддержания, а также и завершения никотинового потребления универсален в силу психологических оснований;
10. Социальные институты создают условия для начала и поддержания никотинового потребления;
11. Успешное завершение никотинового потребления носит основывается на интенциях субъекта.

Список литературы

1. Конычев А. А. Возникновение мотивации к сохранению своего здоровья, в современном образовательном пространстве [Текст]: научная статья / А. А. Конычев, Ю. А. Меркулова, А. А. Чебаев // Эпоха науки. 2019. №19. С. 39-42
2. Дугнист П. Я. Исследование склонности молодежи к вредным привычкам [Текст]: научная статья / П. Я. Дугнист и др. // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №4 (15). С. 86-90
3. Капленко О. М. Табакокурение как аутодеструктивное поведение индивида в обществе [Текст]: научная статья / О. М. Капленко, А. Р. Байорис // Интерэкспо Гео-Сибирь. 2019. №. С. 228-230
4. Горбачева О. А. Предупреждение и коррекция наркомании путём вовлечения подростков к занятиям спортом [Текст]: научная статья / О. А. Горбачева, А. И. Горбачев // Наука-2020. 2019. №2 (27). С. 82-86
5. Тихомирова Л. Ф. Самоорганизация здоровья подростков [Текст]: научная статья / Л.Ф. Тихомирова, Т. Г. Киселева, Н. М. Бурыкина [и др.] // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2019. №4 (15). С. 175-182
6. Ширванова Ф. В. Особенности проявления школьной тревожности [Текст]: научная статья / Ф. В. Ширванова, Д. Н. Каримова // Санкт-Петербургский образовательный вестник. 2019. №1-2 (29-30). С. 74-79
7. Balfour D. The Neuronal Pathways Mediating the Behavioral and Addictive Properties of Nicotine [Text]: Handbook of experimental pharmacology. 2009. 192 p.
8. Крамченков В. О. Мотиваційно-потребова модель тютюнової аддиктивної поведінки [Текст]: наукова стаття / В. О. Крамченкова // м. Харків: Національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, 2017. С. 96-108
9. Чеурин Г. С. Во спасение тела и души (предотвращение зависимости от психоделиков) [Текст]: научная статья / Г. С. Чеурин // Педагогическое искусство. 2020. №1. С. 42-49
10. Romoli B. Neonatal Nicotine Exposure Primes Midbrain Neurons to a Dopaminergic Phenotype and Increases Adult Drug Consumption [Text]: research article / B. Romoli and others // Biological psychiatry. 2019. 86(5), P. 344-355.

11. Ranjit A. Depressive symptoms predict smoking cessation in a 20-year longitudinal study of adult twins [Text]: research article / A. Ranjit, T. H. Kinnunen, J. Kaprio [and others] // Addictive Behaviors, Volume 108, 2020
12. Fiammetta C. Nicotine dependence and psychological [Text]: research article / F. Cosci, F. Pistelli, N. Lazzarini [and others] // Psychol Res Behav Manag. 2011;4:P. 119-128
13. Nollen N. Tobacco toxicant exposure in cigarette smokers who use or do not use other tobacco products [Text]: research article / N. Nollen and others // Drug and alcohol dependence. 2017. 179(Addict. Behav. 33 2008), P. 330-336
14. Versella M. V. Rutgers University; School of Graduate Studies Profiles of reactive transdiagnostic vulnerabilities among cigarette smokers [Text]: research article / M. V. Versella, T. Leyro, S. Rizvi [and others] // Psychology, Smoking--Health aspects. 2018. 39 p.
15. Запесоцкая С. Я. Особенности произвольной саморегуляции у студентов со склонностью к никотиновой зависимости [Текст]: научная статья / С. Я. Запесоцкая, М. В. Сергеева // Коллекция гуманитарных исследований. 2019. №2 (17). С. 11-19
16. Соловьев М. Н. Психологическая устойчивость личности как "инструмент" от стресса [Текст]: научная статья / М. Н. Соловьев // Вестник Курганского государственного университета. 2019. №2 (53). С. 70-74
17. Чернова М. Б. Функциональное состояние школьников 14-15 лет в зависимости от двигательной подготовленности [Текст]: научная статья / М. Б. Чернова, Е. В. Савушкина, И. А. Криволапчук // Новые исследования. 2017. №4 (53). С. 178-185
18. Hobkirk A. L. Income as a moderator of psychological stress and nicotine dependence among adult smokers [Text]: research article / A. L. Hobkirk, N. M. Krebs, J. E. Muscat // Addictive Behaviors, Volume 84, 2018, P. 215-223
19. Magdalena K. Relationship between schizophrenia and tobacco smoking – literature analysis. Journal of Education [Text]: research article / K. Magdalena and others // Health and Sport. 2019;9(8): P. 127-137
20. Карасева В. В. Результаты мониторинга мнения обучающихся старших классов по вопросам курения [Текст]: научная статья / В. В. Карасева, Е. В. Лаврова, А. Д. Чистяков // Universum: психология и образование. 2019. №7 (61)
21. Грудина Т. Н. Установки подростков и родителей на личные сроки жизни и самосохранительное поведение (по результатам социолого-демографических исследований) [Текст]: научная статья / Т. Н. Грудина // Социология. 2020. №6. С. 121-128
22. Липская Л. А. Факторы распространения деструктивного поведения в подростковой среде [Текст]: научная статья / Л. А. Липская // Социум и власть. 2019. №1 (75). С. 53-59
23. Staff J. Risk factors associated with early smoking onset in two large birth cohorts [Text]: research article / J. Staff, J. L. Maggs, G. B. Ploubidis, C. Bonell // Addictive Behaviors, Volume 87, 2018, P. 283-289
24. Singh M. Prevalence and Pattern of Nicotine Use among College Students in Northern India [Text]: research article / M. Singh, V. Sinha, S. Mitra // International Journal of Research and Review. 2019. 6(3), P. 26–32
25. Walker M. W. The Hip Hop peer crowd: An opportunity for intervention to reduce tobacco use among at risk youth [Text]: research article / M. W. Walker and others // Addictive Behaviors, Volume 82, 2018, P. 28-34
26. Грехов Р. А. Роль тревоги в психофизиологии стресса [Текст]: научная статья / Р. А. Грехов, Г. П. Сулейманова, Е. И. Адамович // Природные системы и ресурсы. 2017. №1. С. 57-66

27. Алексеева П. С. Особенности стратегий регуляции эмоций у старшеклассников с различным профилем латеральной организации мозга [Текст]: научная статья / П. С. Алексеева, С. М. Афанасьева // Педагогика. Психология. Философия. 2020. №4 (20). С. 91-99
28. Кохановская И. А. Социально-психологические аспекты формирования привычки к курению в детском возрасте [Текст]: научная статья / И. А. Кохановская // Скиф. 2020. №8 (48). С. 217-220
29. Рогозян А. Б. Стресс-устойчивость в контексте теоретического конструкта психологических ресурсов личности [Текст]: научная статья / А. Б. Рогозян // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2011. №1.
30. Лазуренко Н. В. Профилактика табакокурения и формирование здорового образа жизни у учащихся профессиональных учебных заведений [Текст]: научная статья / Н. В. Лазуренко и др. // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. 2020. №3. С. 405-410
31. Журавлева И. В. Региональные особенности отношения подростков к здоровью и окружающей среде [Текст]: научная статья / И. В. Журавлева, Н. В. Лаконова // СНИСП. 2020. №4 (32). С. 88-104
32. Козлова П. И. Особенности зрительных когнитивных вызванных потенциалов у школьников 13-18 лет с высоким уровнем тревожности в зависимости от пола [Текст]: научная статья / П. И. Козлова, Ю. С. Джос // Журнал медико-биологических исследований. 2014. №1. С. 80-83
33. Дадаева О. Б. Особенности вегетативной устойчивости у школьников в зависимости от социально-педагогических условий обучения и проживания [Текст]: научная статья / О. Б. Дадаева, В. М. Ганузин, Е. В. Шубина [и др.] // Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2016. №4. Публикация 7-6
34. Пудикова М. А. Влияние никотина на организм человека. Новый метод в борьбе с никотиновой зависимостью [Текст]: научная статья / М. А. Пудикова // FORCIPE. 2019. №Приложение. С. 249
35. Wang X. Electronic cigarette use and smoking cessation behavior among adolescents in China [Text]: research article / X. Wang, X. Zhang, X. Xu [and others] // Addictive Behaviors, Volume 82, 2018, P. 129-134
36. Soulakova J. N. Prevalence and factors associated with use of hookah tobacco among young adults in the U.S. [Text]: research article / J. N. Soulakova, T. Pham, V. L. Owens [and others] // Addictive Behaviors, Volume 85, 2018, P. 21-25
37. Лебедев А. В. Психофизиологические особенности девушек со склонностью к алкогольной и табачной зависимостям [Текст]: научная статья / А. В. Лебедев, Е. И. Ильиных, Н. И. Айзман // Вестник НГПУ. 2015. №4 (26). С. 50-58
38. Березина Т. Н. Личностные стратегии жизненного пути и их связь с биологическим возрастом [Текст]: научная статья / Т. Н. Березина // Психология и психотехника. 2020. №4. С. 13
39. Филимонова Е. Н. Формирование у подрастающего поколения потребности в здоровом образе жизни [Текст]: научная статья / Е. Н. Филимонова, Е. И. Коробейникова // Наука-2020. 2020. №4 (40). С. 79-82
40. Васильева Т. П. Семейные факторы в приобщении к курению несовершеннолетних [Текст]: научная статья / Т. П. Васильева и др. // Бюллетень Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н. А. Семашко. 2021. №1. С. 24-29
41. Миронова Т. А. Стиль и качество жизни детей подросткового возраста, попавших в трудную жизненную ситуацию [Текст]: научная статья / Т. А. Миронова и др. // Смоленский медицинский альманах. 2019. №4. С. 46-49

42. Рычкова Л. В. Состояние основных функциональных систем у школьников в зависимости от формы обучения [Текст]: научная статья / Л. В. Рычкова, В. В. Долгих, С. И. Немова // Acta Biomedica Scientifica. 2006. №3. С. 234-236
43. Большакова П. Н. Табакокурение в среде подростков: воздействие на интеллектуальный и репродуктивный потенциал [Текст]: научная статья / П. Н. Большакова, С. Н. Черкасов // Проблемы стандартизации в здравоохранении. 2019. №11-12. С. 22-27
44. Митрофанова Л. Исследование зависимости влияний физических перегрузок и состояния здоровья школьников [Текст]: научная статья / Л. Митрофанова, Н. В. Сторожева, Е. Н. Митрофанова // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2008. №3. С. 50-53
45. Баранцев С. А. Комплекс показателей педагогического контроля функционального состояния подростков 13-14 лет [Текст]: научная статья / С. А. Баранцев и др. // Ученые записки университета Лесгафта. 2019. №8 (174). С. 27-34
46. Мельникова И. М. Клинические, социальные аспекты употребления табакосодержащих изделий среди подростков [Текст]: научная статья / И. М. Мельникова, Н. Л. Доровская, А. П. Седова, Ю. Л. Мизерницкий // Рос вестн перинатол и педиат. 2020. №4. С. 306-307
47. Тимербулатова А. Ф. Пропаганда здорового образа жизни как средство профилактики табакокурения среди подростков [Текст]: научная статья / А. Ф. Тимербулатова // Цифровая наука. 2020. №10. С. 146-153
48. Мельникова И. М. Структура потребления табакосодержащих изделий подростками по результатам анкетирования [Текст]: научная статья / И. М. Мельникова, Н. Л. Доровская, А. П. Седова [и др.] // Рос вестн перинатол и педиат. 2020. №4. С. 307
49. Головин М. С. Гендерные особенности психологического состояния обучающихся выпускных классов [Текст]: научная статья / М. С. Головин // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Социология. Педагогика. Психология. 2021. №1. С. 118-125
50. Гозак С. В. Морфофункциональное состояние школьников и его зависимость от организации физического воспитания [Текст]: научная статья / С. В. Гозак, Е. Т. Елизарова // Медицинский альманах. 2013. №6 (30). С. 156-159
51. Акрамова Г. М. К. Как физическая культура в школах приносит пользу учащимся [Текст]: научная статья / Г. М. К. Акрамова // Academy. 2020. №10 (61). С. 41-43
52. Криволапчук И. А. Эффективность реализации когнитивной нагрузки школьниками 12-13 лет в зависимости от уровня двигательной подготовленности [Текст]: научная статья / И. А. Криволапчук и др. // Новые исследования. 2015. №4 (45). С. 33-39
53. Флянку И. П. Характеристика умственной работоспособности школьников 12-14 лет в зависимости от уровня двигательной активности [Текст]: научная статья / И. П. Флянку, Г. А. Оглезнев, Н. А. Приешкина // ОНВ. 2013. №1 (118). С. 99-102
54. Мозолевская Н. В. Психологические и психофизиологические аспекты акцентуаций характера подростков (на примере детей с девиантным и нормативным поведением) [Текст]: научная статья / Н. В. Мозолевская, Н. В. Буравцова // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. №3.
55. Cruz-Cano R. The acceptability of smokeless tobacco products depends on nicotine levels [Text]: research article / R. Cruz-Cano and others // Addict Behav, 2019. P. 1-8
56. Perski O. Does consistent motivation to stop smoking improve the explanation of recent quit attempts beyond current motivation? A cross-sectional study [Text]: research article / O. Perski, N. Herd, J. Brown [and others] // Addictive Behaviors, Volume 81, 2018, P. 12-16
57. Журавлева И. В. Здоровье молодежи и социальная политика [Текст]: научная статья / И. В. Журавлева, Н. В. Лакомова // Россия: тенденции и перспективы развития. 2020. №15-1. С. 607-610

58. Мусаева С. Д. К вопросу об актуальных проблемах сохранения здоровья подрастающего поколения [Текст]: научная статья / С. Д. Мусаева, Н. Т. Магдиева // Вестник науки и образования. 2019. №22-2 (76). С. 44-46
59. Петрова Л. В. Роль здоровьесберегающего пространства школы в формировании ценности здоровья [Текст]: научная статья / Л. В. Петрова // Бюллетень науки и практики. 2019. №10. С. 280-284
60. Прояева Л. В. Динамика некоторых психофизиологических показателей школьников в зависимости от типа темперамента [Текст]: научная статья / Л. В. Прояева // Вестник Курганского государственного университета. 2017. №1 (44). С. 123-127
61. Флянку И. П. Характеристика физического здоровья школьников 12-14 лет в зависимости от уровня двигательной активности [Текст]: научная статья / И. П. Флянку, Г. А. Оглезнев, Н. А. Приешкина // ОНВ. 2013. №1 (118). С. 103-105
62. Суворова О. В. Отношение младших школьников к значимым взрослым в зависимости от пола и структуры семьи [Текст]: научная статья / О. В. Суворова, И. А. Сингина, М. С. Савлова // Проблемы современного педагогического образования. 2018. №60-3. С. 464-468
63. Кудрявцев В. А. Представленность здоровьесберегающих установок в среде единого образовательного пространства коррекционной школы [Текст]: научная статья / В. А. Кудрявцев, М. А. Брусникина // Проблемы современного педагогического образования. 2019. №63-4. С. 134-137
64. Лиходед Я. В. Зависимость здоровья школьников от их образа жизни [Текст]: научная статья / Я. В. Лиходед, Р. В. Клопов, В. С. Лиходед // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2008. №8.
65. Новоселова Е. Н. Борьба с курением как фактор формирования здорового образа жизни [Текст]: научная статья / Е. Н. Новоселова // Вестник Московского университета. Серия 18. Социология и политология. 2019. №4. С. 309-324
66. Червоненко Д. В. Вредные привычки [Текст]: научная статья / Д. В. Червоненко, А. Н. Шелудько, Е. В. Ермолаева // БМИК. 2016. №1. С. 81
67. Kozlowski L. T. Minors, Moral Psychology, and the Harm Reduction Debate: The Case of Tobacco and Nicotine [Text]: research article / L. T. Kozlowski // Health Polit Policy Law. 2017. 42 (6): p. 1099–1112
68. Малах О. Н. К вопросу о формировании культуры здорового образа жизни у учащихся-спортсменов [Текст]: научная статья / О. Н. Малах, Д. Д. Глинка, А. Н. Дударев // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. 2020. №1 (26). С. 110-113
69. Макаров А. В. Профилактика никотиновой зависимости как одной из форм аддиктивного поведения подростков [Текст]: научная статья / А. В. Макаров, А. О. Доронина // Вестник Таганрогского института имени А.П. Чехова. 2019. №1. С. 82-89
70. Скачкова М. А. Функциональное состояние дыхательной и сердечно-сосудистой систем подростков при табакокурении [Текст]: научная статья / М. А. Скачкова и др. // Оренбургский медицинский вестник. 2019. №3 (27). С. 24-29
71. Чухрова М. Г. Программа мониторинга психоэмоционального состояния молодежи и подростков с целью контроля и профилактики потребления алкоголя и психоактивных веществ [Текст]: научная статья / М. Г. Чухрова, С. В. Пронин // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2020. №XI. С. 177-181