

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ

УДК 159.91:159.821.3

DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.2.3>

Заушнікова М. Ю.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, педагогіки та суспільних дисциплін
Державного податкового університету
ORCID: 0000-0002-9308-3559*

Берташ М. І.

*доктор філософії (PhD) у галузі психології,
доцент кафедри психології, педагогіки та суспільних дисциплін
Державного податкового університету
ORCID: 0000-0002-5554-2531*

Павлусик І. М.

*здобувачка вищої освіти спеціальності С4 «Психологія»
Державного податкового університету
ORCID: 0009-0007-2670-1322*

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТА МОТИВАЦІЙНІ ОСОБЛИВОСТІ НІКОТИНОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS AND MOTIVATIONAL FEATURES OF NICOTINE DEPENDENCE IN YOUTH STUDENTS

У статті здійснено теоретико-емпіричне дослідження проблеми формування нікотинової залежності у студентському середовищі та визначено психологічні детермінанти й мотиваційні особливості. Зазначено, що актуальність дослідження обумовлена стрімким поширенням тютюнопаління серед молоді та необхідністю пошуку нових підходів до превенції залежної поведінки в умовах сучасних соціально-психологічних викликів. З'ясовано сутність нікотинової залежності як складного соціально-психологічного феномену, що детермінований не лише фізіологічними чинниками, а й соціокультурними установками, груповими цінностями та субкультурною модою.

Проаналізовано результати емпіричного дослідження, проведеного на базі Державного податкового університету. З використанням валідизованого інструментарію (тест К. Фагерстрема, анкета Хорна, тест «Індекс тяжкості куріння») встановлено, що для більшості студентів характерним є слабкий та середній рівні залежності. Особливу увагу приділено вивченню мотиваційної структури тютюнопаління серед молоді. Виявлено, що провідними мотивами вживання нікотинових продуктів є прагнення до психологічної підтримки в стресових ситуаціях та релаксації. Встановлено, що куріння часто виступає ілюзорною копінг-стратегією, спрямованою на зниження соціальної тривожності та емоційну саморегуляцію.

Доведено наявність гендерних розбіжностей у структурі мотивації: для жінок куріння частіше є засобом емоційного розвантаження, тоді як для чоловіків – атрибутом соціалізації та дозвілля. Уточнено психологічні детермінанти, що підтримують розвиток адикції на етапі юності, коли фізична залежність ще не є домінуючою. Обґрунтовано використання результатів дослідження для розробки диференційованих психопрофілактичних та психокорекційних програм, спрямованих на формування у студентів навичок стресостійкості та свідомої відмови від адиктивних патернів. Зазначено необхідність переходу від загальних заборонних методів до розвитку емоційного інтелекту та валеологічної свідомості особистості.

Ключові слова: студентська молодь, нікотинова залежність, адиктивна поведінка, мотиваційні особливості, психологічні детермінанти, теоретико-емпіричне дослідження.

The article carries out a theoretical and empirical study of the problem of nicotine addiction formation in the student environment and identifies psychological determinants and motivational features. It is noted that the relevance of the study is due to the rapid spread of tobacco smoking among young people and the need to find new approaches to the prevention of addictive behavior in the context of modern socio-psychological challenges. The essence of nicotine addiction as a complex socio-psychological phenomenon is clarified, which is determined not only by physiological factors, but also by socio-cultural attitudes, group values, and subcultural fashion. The results of an empirical study conducted at the State Tax University are analyzed. Using validated tools (K. Fagerström test, Horn questionnaire, Smoking Severity Index test), it was established that the majority of students are characterized by weak and medium levels of addiction. Special attention is paid to studying the motivational structure of tobacco smoking among young people. It was found that the leading motives for using nicotine products are the desire for psychological support in stressful situations and relaxation. It was established that smoking often acts as an illusory coping strategy aimed at reducing social anxiety and emotional self-



regulation. The presence of gender differences in the structure of motivation is proven: for women, smoking is more often a means of emotional relief, while for men it is an attribute of socialization and leisure. The psychological determinants that support the development of addiction at the stage of adolescence, when physical dependence is not yet dominant, are specified. The use of the research results for the development of differentiated psychoprophylactic and psychocorrective programs aimed at forming stress resistance skills and conscious rejection of addictive patterns in students is justified. The need to transition from general prohibitive methods to the development of emotional intelligence and valueological consciousness of the individual is noted.

Key words: student youth, nicotine addiction, addictive behavior, motivational features, psychological determinants, theoretical and empirical research.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві нікотинова залежність залишається однією з найбільш деструктивних та поширених форм адиктивної поведінки, що становить пряму загрозу національній безпеці через стрімке погіршення показників громадського здоров'я. За офіційною статистикою Всесвітньої організації охорони здоров'я, вживання тютюнових продуктів є головною причиною превентивної смертності, виступаючи критичним фактором ризику розвитку захворювань: онкологічних патологій легень, серцево-судинних хвороб, інсультів та хронічних обструктивних захворювань дихальної системи.

Особливою науковою та практичною актуальністю ця проблема набуває у контексті дослідження студентської молоді. Період навчання у закладі вищої освіти збігається з етапом юності – сензитивним періодом розвитку, коли завершується формування ієрархії ціннісних орієнтацій та закріплюються стійкі поведінкові паттерни, що визначатимуть стиль життя особистості в майбутньому.

У студентському середовищі нікотинова залежність постає не лише як індивідуальна фізіологічна звичка, а як складний соціально-психологічний феномен, детермінований груповими цінностями й соціокультурними установками. Важливим чинником поширення адиктивної поведінки серед молоді є феномен соціальної атрибуції куріння як елемента субкультурної моди та стилю життя.

Вживання нікотину часто інтегрується в структуру самопрезентації особистості, виконуючи функцію символічного маркера приналежності до певної референтної групи або трансляції ілюзорного статусу «дорослості» та «модерності». Куріння трансформується у специфічний комунікативний ритуал, який сприймається молодим поколінням як засіб полегшення соціальної інтеграції та обов'язковий атрибут неформального спілкування. Така символічна значущість вживання нікотинових продуктів призводить до викривленого сприйняття ризиків: естетика та романтизація образу курця у медіапросторі нівелюють усвідомлення реальної небезпеки для здоров'я молоді. Водночас, специфіка сучасних реалій, що характеризуються високим рівнем емоційної напруги та соціальної невизначеності, спонукає студентів до пошуку засобів адаптації та психологічного розвантаження [3]. У цьому контексті куріння часто помилково сприймається як ефективна копінг-стратегія для «самопомогі», де нікотин виступає швидким, доступним інструментом для подолання тривожності, гніву чи сором'язливості. Проте така форма адаптації створює замкнене коло залежності,

де намагання зняти стрес через куріння з часом призводить до посилення емоційної лабільності та формування симптомів абстиненції, що лише поглиблює дезадаптацію особистості [7].

Попри значну кількість досліджень, психологічні аспекти формування адикції, зокрема вивчення індивідуальних мотивів вживання нікотину та типів поведінки курців у молодіжному середовищі, залишаються недостатньо висвітленими. Існує нагальна потреба у поглибленому аналізі психологічних детермінант нікотинової залежності, що дозволить відійти від загальних заборонних методів на користь розробки науково обґрунтованих психопрофілактичних та корекційних програм. Такі програми мають бути спрямовані на формування свідомої відмови від куріння через зміну поведінкових установок та розвиток навичок психоемоційної саморегуляції студентів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У науковому дискурсі феномен тютюнопаління, нікотинова залежність традиційно інтерпретуються як багатоаспектні детермінанти деформації особистісного розвитку та є предметом дослідження української психологічної та медичної спільнот. Сучасні вітчизняні розвідки спрямовані на вивчення багатфакторної природи адикції, де мотивація виступає ключовим пусковим і підтримуючим механізмом.

Грунтовний аналіз клінічної картини, симптоматики та специфічних форм тютюнової залежності представлений у працях таких дослідників, як Л. С. Апончук [2], І. Я. Криницька [10], В. Ф. Левшин, Т. Я. Шевчук [2], Х. С. Чабан [10]. Питання соціальної обумовленості адиктивної поведінки, зокрема вплив мікросоціального середовища та групової динаміки на формування мотивації до куріння, висвітлено у наукових розвідках О. О. Омельчук, Ю. П. Фурманова.

Окрему увагу науковці приділяють вивченню індивідуально-психологічного профілю осіб, схильних до нікотинової залежності. Зокрема, особистісні характеристики курців стали об'єктом емпіричних досліджень К. І. Дубровінської, В. П. Познякова та інших. Водночас механізми нівелювання негативних наслідків вживання тютюну, обґрунтування шкоди адикції для соматичного стану, а також розробка стратегій і терапевтичних рекомендацій щодо деактуалізації потягу до паління відображені в роботах Т. І. Андрєєвої, С. В. Баранова, А. К. Деміна, Н. М. Харченко та ін.

Значний внесок у дослідження клінічних аспектів та етапів формування нікотинового синдрому зробили І. К. Сосін [8], В. О. Крамченкова. Дослід-

ники акцентують увагу на тому, що тютюнопаління у молодіжному середовищі швидко трансформується з епізодичної поведінки у психофізичну залежність, де фізіологічна потреба в нікотині тісно переплітається з патологічним потягом до самого ритуалу куріння.

Вивченню соціально-психологічних детермінант та групових механізмів формування адикції присвячені праці Т. І. Андрєєвої [1], В. О. Хрипович та Н. Д. Філіпець. Дослідники акцентують увагу на тому, що в студентському середовищі панує орієнтація на соціоцентричні мотиви. Зокрема, прагнення до ідентифікації з референтною групою спонукають молодь до копіювання поведінкових паттернів, які в їх свідомості хибно асоціюються з атрибутами соціального успіху, самостійності та дорослості. Куріння у такому контексті трансформується у специфічний символ приналежності до певної субкультурної спільноти.

У свою чергу, Ж. П. Вірна зазначає, що соціокультурне середовище в період юності постає як багатогранна структура, де інтегрована взаємодія структурних елементів визначає цілісну систему адаптаційних механізмів, спонукальних чинників та специфічних поведінкових моделей особистості [3, с. 43].

Проблема мотивації до відмови від куріння та розробка превентивних стратегій у вищій школі є фокусом досліджень Т. І. Андрєєвої. Вона наголошує на важливості трансформації внутрішніх установок студента та переходу від зовнішнього соціального контролю до формування свідомої валеологічної позиції особистості.

Генетичні та спадкові передумови схильності до адикцій, що також впливають на мотиваційну сферу, досліджуються у сучасних працях В. М. Помогайбо, що дозволяє глибше зрозуміти індивідуальну резистентність або схильність студентів до швидкого формування адиктивного стану. В. М. Помогайбо наголошує на тому, що цей стан характеризується потужним внутрішнім потягом до нікотину та втраченою контролю над частотою його вживання, а фізіологічний аспект пов'язаний із взаємодією нікотину з ацетилхоліновими рецепторами та стимуляцією викиду дофаміну [11]. Психологічна ж складова, як зазначають Н. Д. Філіпець, Х. С. Чабан, базується на прагненні до емоційного комфорту, зниження тривожності та закріпленні куріння як соціального ритуалу [9]. У науковій праці С. М. Citrenbaum, М. Е. King, W. I. Cohen «Modern Clinical Hypnosis for Habit Control» шкідлива звичка розглядається як деструктивна форма поведінки, що набуває ознак нав'язливості. Ключовою характеристикою такого стану є неспроможність особистості самостійно регулювати або припиняти адиктивні дії.

Таким чином, аналіз наукових досліджень українських та зарубіжних вчених дозволяє констатувати, що нікотинова залежність студентської молоді є динамічною системою, в якій соціальні мотиви поступово поступаються місцем індивідуально-психологічним механізмам підтримки адикції, що

потребує інтегрованого підходу до розробки психопрофілактичних та корекційних програм.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично виявити психологічні детермінанти й мотиваційні особливості формування нікотинової залежності у студентів.

Виклад основного матеріалу. Емпіричне дослідження психологічних особливостей нікотинової залежності у студентському середовищі було реалізоване через комплексне психодіагностичне обстеження 57 осіб юнацького віку (30 дівчат та 27 хлопців віком від 18 до 24 роки) на базі Державного податкового університету. Використання валідизованого інструментарію, зокрема: «Методика оцінки ступеня нікотинової залежності» (автор К. Фагерстрем) та методика діагностики мотивів паління Д. Хорна, дозволило встановити, що для переважної більшості здобувачів характерним є слабкий (73,3%) або середній (26,7 %) рівень адикції.

Відсутність у вибірці осіб із високим ступенем фізичної залежності вказує на те, що тютюнопаління в цей період ще не набуло ознак неконтрольованого фізіологічного розладу, а на думку О. О. Фільц, К. В. Седих, С. В. Михайлів це залежить від «фіксованої уяви» [9].

Значну роль у розвитку залежності відіграє особливий стан психіки особистості, який можна назвати «фіксованою уявою». Тобто у думках людини певна деталь реальності (наприклад, образ курця як спокійної чи впевненої особистості) надмірно перебільшується, уява добуває цю картину, роблячи її дуже яскравою та привабливою і в результаті створюється стійка емоційна ідеалізована образ-картинка, яка переконує людину, що паління допоможе їй досягти бажаного стану (наприклад: спокою, статусу чи впевненості), хоча в реальності це не так [9]. Така теорія пояснює те, що студенти часто «закохуються» в сам образ процесу паління раніше, ніж у них виникає реальна фізична потреба в нікотині.

Тенденція щодо переважання помірної залежності серед студентства фіксується і в працях інших українських вчених, зокрема, у дослідженнях Н. Д. Філіпець, які підтверджують, що на етапі здобуття вищої освіти фізичний компонент адикції часто поступається поведінковому, оскільки стаж паління у молоді ще не є критичним для формування незворотної толерантності до тютюну.

Інтерпретація мотивів куріння за методикою Д. Хорна демонструє виражену перевагу психологічних чинників над фізіологічними. Провідним типом поведінки курця виявлено «підтримку» (53,3 %), що свідчить про використання нікотину як інструмента емоційної саморегуляції. Для студентів тютюновий продукт стає засобом нівелювання соціальної тривожності, подолання сором'язливості та стримування гніву в складних комунікативних ситуаціях.

Другим за значущістю є тип «розслаблення» (40,0%), де куріння асоціюється з комфортними умовами відпочинку. Дані результати корелюють із висновками Х. С. Чабан, яка вказує на домінування саме релаксаційного та копінг-орієнтованого моти-

вів у структурі вживання тютюну серед осіб молодого віку [10]. Як і в нашому дослідженні, де тип «жага» зафіксовано лише у 6,7% випадків, українські науковці відзначають, що справжня фізіологічна потреба в нікотині у студентів зустрічається значно рідше, ніж психологічна прив'язаність до самого процесу.

Гендерний аналіз виявив специфіку мотиваційних профілів: встановлено, що дівчата-студентки більш схильні розглядати куріння як механізм психологічного розвантаження (75,0% – тип «підтримка»), тоді як у чоловічій підвибірці домінує тип «розслаблення» (57,1%). Ця диференціація узгоджується з науковими розвідками Т. І. Андрєєвої, Н. М. Харченко, які наголошують на тому, що жінки частіше використовують нікотин для модуляції негативних емоцій, а чоловіки – як атрибут соціалізації та дозвілля.

Т. І. Андрєєва, Н. М. Харченко обґрунтовують взаємозв'язок між рівнем соціально-економічної нестабільності та зростанням негативних поведінкових проявів. Автор зазначає, що поширення нікотинової залежності є своєрідною реакцією на стресогенні умови життєдіяльності в сучасному суспільстві [1].

Узагальнюючи результати емпіричного дослідження, можна констатувати, що нікотинова залежність студентської молоді має переважно психосоціальну природу. Виявлений слабкий зв'язок із фізіологічною потребою та висока значущість нікотину як засобу адаптації до стресу повністю відповідають загальноукраїнському вектору досліджень адиктивної поведінки. Це відкриває перспективи для впровадження психопрофілактичних програм, спрямованих на розвиток навичок емоційного інтелекту та формування конструктивних копінг-стратегій особистості.

Висновки. Узагальнення результатів теоретичного аналізу та емпіричного дослідження дає під-

стави констатувати, що нікотинова залежність у студентському середовищі є складним багатофакторним феноменом, у структурі якого психосоціальні детермінанти домінують над суто фізіологічними чинниками. Встановлено, що для сучасної студентської молоді характерним є переважно слабкий та середній рівні адикції, що свідчить про незавершеність процесу формування стійкої фізичної толерантності та підтверджує можливість ефективної корекції поведінки на даному віковому етапі.

Ключовим психологічним механізмом підтримки куріння виступає інструментальна мотивація: використання нікотину як ілюзорної копінг-стратегії для психоемоційної саморегуляції, подолання соціальної тривожності та адаптації до умов стресогенного навчального середовища. Виявлена гендерна специфіка (переважання мотиву «підтримки» у жінок та «розслаблення» у чоловіків) вказує на необхідність диференційованого підходу до розробки профілактичних заходів.

Таким чином, нікотинова адикція студентів значною мірою підтримується за рахунок соціальної атрибуції куріння як елемента субкультурної моди та засобу полегшення міжособистісної комунікації, що потребує зміщення акцентів із загальних заборонних методів на розвиток внутрішніх ресурсів особистості та навичок конструктивного подолання стресу.

Перспективи подальших досліджень. Напрями подальших наукових пошуків полягають у розробці та апробації програми психолого-педагогічного супроводу студентів, спрямованих на зміну їх поведінкових установок щодо вживання тютюнових продуктів студентської молоді. Актуальним вбачається дослідження взаємозв'язку між рівнем нікотинової залежності та індивідуально-типологічними властивостями нервової системи студентів, а також вивчення впливу цифрового медіапростору на романтизацію адиктивних паттернів у молодіжному середовищі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Андрєєва Т., Захожа В., Харченко Н. Статус щодо куріння очима самої людини та членів її родини. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2011. № 1. С. 116–127.
2. Апончук Л. С., Шевчук Т. Я. Науково-методологічні дослідження впливу тютюнопаління на функціональний стан жіночого організму: монографія за результатами завершених у 2018 році наукових досліджень і розробок. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 137 с.
3. Вірна Ж. П., Коширець В. В. Структурно-функціональна організація особистісного простору студентської молоді. *Психологічні перспективи*. 2014. Вип. 23. С. 39–54.
4. Заушнікова М. Ю., Богатова К. О., Гук С. Ю. Ментальне здоров'я особистості під час воєнного стану. *Науковий журнал «Габітус»*. Видавничий дім «Гельветика», 2025. Вип. 71., 2025. С. 167–170. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2025/71-2025/31.pdf>, DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.29>
5. Крамченкова В. О. Базисні переконання особистості курців. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2017. Вип. 35. С. 246–258/
6. Крамченкова В.О. Мотиваційно-потребова модель тютюнової адиктивної поведінки. (2017). *Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія*.(56), С. 96-108.
7. Огоренко В. В., Шустерман Т. Й., Ніколенко А. Є., Кокашинський В. О. дослідження нікотинової залежності та психоемоційного стану студентів-медиків в умовах війни в Україні. *Український вісник психоневрології*. 2025. Том 33, випуск 4 (125). С. 66-71. DOI: <https://doi.org/10.36927/2079-0325-V33-is4-2025-9>
8. Сосін І. К., Крамченкова В. О., Фоменко К. І. Розробка та апробація опитувальника мотивації відмови від паління. *Доеженківські читання : Редукція вживання алкоголю – нова наркологічна парадигма* : матеріали XVI Укр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю, (7–8 квіт. 2015 р.) / Ін-т неврології, психіатрії та наркології НАМН України, Харків. мед. акад. післядиплом. освіти, Харків. нац. мед. ун-т [та ін.]; під заг. ред. проф. П. В. Волошина. Харків : Пляда, 2015. С. 192–197.
9. Фільц О. О., Седих К. В., Михайлів С. В. Фіксована уява як механізм виникнення узалежнення. *Психологія і особистість*. 2018. № 2 (14). С. 9–22.

10. Чабан Х. С., Криницька І. Я. Визначення типу поведінки курця у відвідувачів поліклініки Заліщицької центральної районної комунальної лікарні. *Медсестринство*. 2017. N 2. С. 54–57.

11. Romohaibo, V., Berezan, O., & Petrushov, A. (2024). Генетика нікотинової залежності. *Психологія та особистість*, (1), 225–238. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2024.1.298787>

Дата першого надходження статті до видання: 14.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 17.04.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 29.05.2026