

УДК 614.2

***ПОТРЕБЛЕНИЕ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ КАК
ИНСТРУМЕНТ АКАДЕМИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ: НОВАЯ МОДЕЛЬ
РИСКОВАННОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ***

Габдрахманова А. Р

*студентка 4 курса педиатрического факультета,
Ижевская государственная медицинская академия,
Ижевск, Россия*

Смирнова А. А.

*студентка 4 курса педиатрического факультета,
Ижевская государственная медицинская академия,
Ижевск, Россия*

Толмачёв Д.А.

*доктор медицинских наук, доцент,
Ижевская государственная медицинская академия,
Ижевск, Россия*

Аннотация:

В статье исследуется феномен употребления психоактивных веществ (ПАВ) как инструмента академической адаптации среди студентов-медиков. Исследование основано на данных анонимного анкетирования 110 студентов 4 курса педиатрического факультета Ижевской государственной медицинской академии. Целью исследования являлось выявление распространенности и структуры «инструментального» потребления ПАВ для оптимизации учебного процесса. Результаты демонстрируют высокую распространенность данной практики: 84,5% опрошенных активно используют хотя бы один вид ПАВ для учебы, при этом 71,8% связывают их употребление исключительно с сессионным периодом и подготовкой к экзаменам. Из них 62,7% регулярно

употребляют кофе и энергетики для подготовки к занятиям, 18,2% используют безрецептурные ноотропы для улучшения концентрации, а 3,6% прибегали к рецептурным стимуляторам. Установлено, что основной мотивацией является высокий уровень академического стресса и необходимость поддержания успеваемости. Делается вывод о формировании устойчивой поведенческой стратегии, требующей разработки целевых профилактических программ.

Ключевые слова: студенты-медики, психоактивные вещества (ПАВ), академическая адаптация, инструментальное потребление, учебный стресс, когнитивные функции.

***PSYCHOACTIVE SUBSTANCE USE AS AN ACADEMIC ADAPTATION
TOOL: EMERGING RISKY BEHAVIOR PATTERN AMONG MEDICAL
STUDENTS***

Gabdrakhmanova A. R.

Student of the 4th year of pediatric faculty

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Smirnova A. A.

Student of the 4th year of pediatric faculty

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.

Doctor of Medical Sciences, associate professor,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Abstract:

This article investigates the phenomenon of using psychoactive substances (PAS) as a tool for academic adaptation among medical students. The study is based on data from an anonymous survey of 110 fourth-year pediatric faculty students of the Izhevsk State Medical Academy. The aim of the research was to identify the prevalence and structure of "instrumental" PAS use for optimizing the educational process. The results demonstrate a high prevalence of this practice: 84.5% of respondents actively use at least one type of PAS for their studies, with 71.8% linking their use exclusively to the examination period and exam preparation. Among these users, 62.7% regularly consume coffee and energy drinks for study sessions, 18.2% use over-the-counter nootropics to improve concentration, and 3.6% have resorted to prescription stimulants. It was found that the primary motivation is a high level of academic stress and the need to maintain academic performance. The conclusion is drawn about the formation of a stable behavioral strategy that requires the development of targeted prevention programs.

Keywords: medical students, psychoactive substances (PAS), academic adaptation, instrumental use, academic stress, cognitive functions

Введение. Современная система высшего медицинского образования характеризуется исключительно высокими академическими требованиями, интенсивной нагрузкой и хроническим стрессом, что создает серьезные вызовы для адаптационных ресурсов студентов [2, 4]. В этих условиях формируются различные поведенческие стратегии, среди которых все более распространенной становится практика «инструментального» потребления психоактивных веществ (ПАВ). Данный феномен определяется как целенаправленное использование стимуляторов в качестве инструмента для решения конкретных учебных задач:

повышения продуктивности, продления времени работы и оптимизации когнитивных функций в периоды интенсивной нагрузки [5].

Актуальность изучения инструментального потребления ПАВ среди студентов-медиков обусловлена несколькими факторами. Во-первых, формируется устойчивая поведенческая модель, которая воспринимается самими студентами как рациональная и вынужденная мера в условиях академического прессинга [3, 5]. Во-вторых, инструментальное потребление, будучи изначально ситуативным, несет в себе риск трансформации в устойчивую поведенческую модель поведения и наносит ущерб психическому и соматическому здоровью будущих медицинских работников [2].

Данная проблема требует междисциплинарного подхода, находясь на стыке психологии образования, медицины труда и общественного здоровья. Исследования подтверждают, что потребление тонизирующих напитков студентами напрямую связывается с необходимостью повышения академической работоспособности [3]. При этом высокие требования к успеваемости, особенно у студентов с изначально высоким уровнем подготовки, создают почву для поиска подобных способов оптимизации учебного процесса [4]. Потребность в повышенной концентрации внимания является одним из ключевых мотивов для использования стимулирующих средств [1].

Цель настоящего исследования — выявление распространенности, структуры и детерминантов инструментального потребления ПАВ как стратегии академической адаптации среди студентов-медиков старших курсов.

Результаты и их обсуждение. В рамках исследования инструментального потребления психоактивных веществ (ПАВ) как стратегии академической адаптации было проведено анкетирование 110 студентов 4 курса педиатрического факультета. Полученные данные выявили значительную распространенность среди студентов 4 курса педиатрического факультета и четкую структуру изучаемого феномена.

Подавляющее большинство респондентов (84,5%) подтвердили, что используют хотя бы один вид ПАВ для оптимизации учебного процесса. При этом 71,8% связывают их употребление исключительно с сессионным периодом и подготовкой к экзаменам, что подтверждает целенаправленный "инструментальный" характер данной практики.

Структура потребления различных видов ПАВ. Анализ ответов на вопрос о видах используемых ПАВ для улучшения академических результатов выявил лидерство кофе и энергетических напитков, которые регулярно употребляют 62,7% опрошенных (рисунок 1). Безрецептурные ноотропы применяют 18,2% студентов, тогда как рецептурные стимуляторы практически не распространены (3,6%). Каждый седьмой респондент (15,5%) не использует ПАВ в учебных целях.

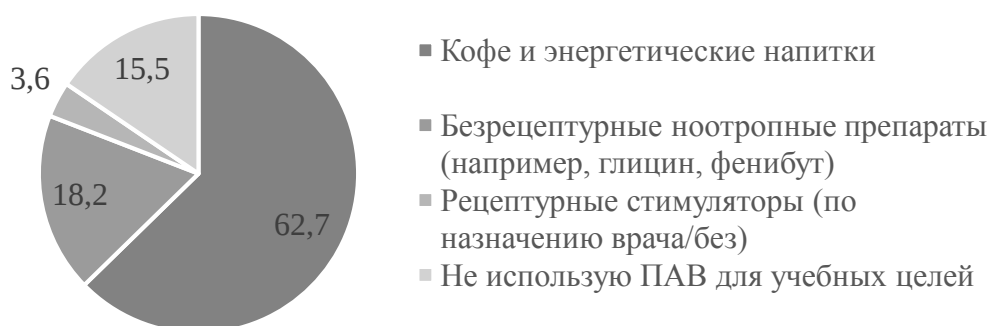


Рисунок.1. Структура потребления различных видов ПАВ с целью оптимизации учебного процесса (%)

Факторы, детерминирующие инструментальное потребление. Анализ факторов, обуславливающих инструментальное потребление ПАВ, в ответ на вопрос «В каких ситуациях у Вас возникает потребность использовать ПАВ для учебы?» выявил, что ключевым триггером является интенсивная нагрузка в период сессии (94,5% респондентов). Значительное влияние также оказывают высокий уровень академического стресса (89,1%) и хроническое недосыпание (76,4%). Конкурентная среда и высокие ожидания выступают провоцирующим

фактором для 67,3% опрошенных, что демонстрирует комплексное давление академической среды на формирование изучаемого поведения (рисунок 2).

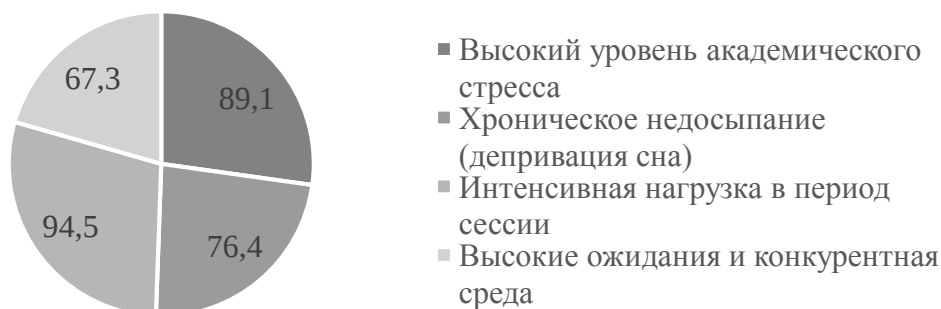


Рисунок. 2. Факторы, детерминирующие инструментальное потребление (%)

Влияние инструментального потребления на академические показатели. Оценка субъективного восприятия эффективности данной стратегии, полученная из ответов на вопрос «Как, на Ваш взгляд, использование ПАВ влияет на Вашу успеваемость?», показала неоднозначные результаты. Почти половина респондентов (42,7%) отмечают положительное влияние на академические показатели, в то время как 38,2% не наблюдают значимого эффекта. Важно, что каждый пятый студент (19,1%) констатирует ухудшение общего состояния, которое негативно сказывается на успеваемости, что указывает на потенциальные риски инструментального потребления (рисунок 3).

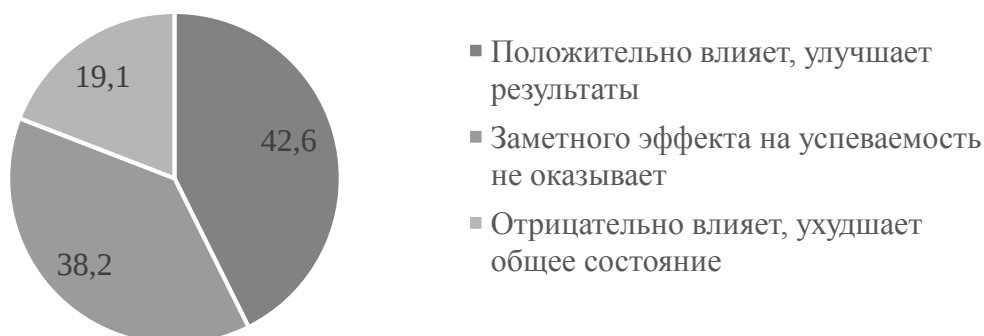


Рисунок. 3. Влияние инструментального потребления на академические показатели (%)

Мотивационная структура инструментального потребления.

Исследование мотивационной сферы через утверждение «Я использую ПАВ во время учебы, чтобы...» позволило установить доминирование сугубо инструментальных целей. Основным мотивом выступает необходимость продлить время продуктивной работы (85,5% респондентов). Следующими по значимости являются повышение концентрации внимания (78,2%) и ускорение обработки информации (52,7%). Потребность в снижении уровня стресса и тревоги как мотив использования ПАВ была отмечена 45,5% студентов, что подчеркивает связь данной практики с психоэмоциональным напряжением (рисунок 4).

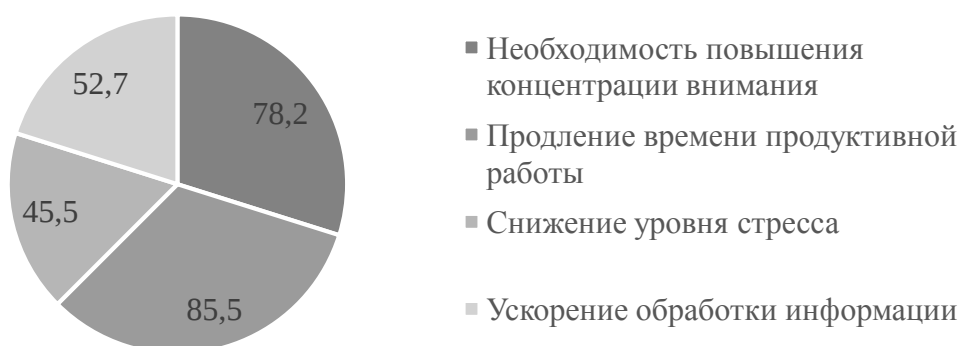


Рисунок. 4. Мотивационная структура инструментального потребления (%)

Обсуждение результатов. Полученные данные свидетельствуют о формировании устойчивой поведенческой модели инструментального потребления ПАВ среди студентов-медиков. Выявленная высокая распространенность (84,5%) согласуется с исследованиями, демонстрирующими использование тонизирующих напитков для повышения академической работоспособности [3]. Однако наше исследование расширяет эти данные, показывая, что феномен не ограничивается кофеиносодержащими продуктами, а включает более широкий спектр ПАВ.

Структура мотивации подтверждает концепцию Рычковой О.В. о новом векторе наркотизации, связанном с использованием ПАВ для улучшения когнитивных функций [5]. Доминирование мотивов "продления времени работы" (85,5%) и "повышения концентрации" (78,2%) указывает на осознанный инструментальный характер потребления.

Выявленная связь между академическим стрессом (89,1%) и инструментальным потреблением соответствует данным о роли употребления ПАВ в формировании расстройств адаптации [2]. Это подтверждает, что данная практика является дезадаптивной стратегией преодоления учебных трудностей.

Особого внимания заслуживает факт, что 19,1% респондентов отмечают ухудшение состояния при использовании ПАВ, что свидетельствует о рисках данной поведенческой стратегии. Это согласуется с исследованиями влияния образа жизни на когнитивные функции [1] и подтверждает необходимость разработки альтернативных, здоровьесберегающих стратегий адаптации.

Полученные результаты обосновывают необходимость разработки целевых профилактических программ, направленных на формирование адаптивных стратегий преодоления академического стресса и оптимизации когнитивных функций без использования ПАВ.

Вывод. Проведенное исследование выявило высокую распространенность феномена инструментального потребления психоактивных веществ среди студентов-медиков 4 курса педиатрического факультета, что свидетельствует о формировании новой поведенческой нормы в академической среде. Установлено, что 84,5% опрошенных целенаправленно используют ПАВ для оптимизации учебного процесса, при этом в структуре потребления доминируют кофе и энергетики (62,7%), что создает иллюзию контролируемости и безопасности данной практики.

С другой стороны, выявлена прямая зависимость между интенсивностью учебной нагрузки и частотой употребления ПАВ. Основными триггерами

выступают сессионный период (94,5%), академический стресс (89,1%) и хроническое недосыпание (76,4%), что указывает на системный характер проблемы. При этом каждый пятый студент (19,1%) отмечает негативное влияние употребления ПАВ на общее состояние, что свидетельствует о скрытых рисках для здоровья будущих медицинских работников.

Рекомендации. Полученные данные подчеркивают необходимость пересмотра подходов к профилактике употребления ПАВ в студенческой среде. Вместо запретительных мер следует сосредоточиться на:

1. Разработке целевых программ по развитию адаптивных стратегий преодоления академического стресса;
2. внедрении в образовательный процесс тренингов по тайм-менеджменту и когнитивной гигиене;
3. создании системы психологической поддержки для студентов в периоды интенсивной учебной нагрузки;
4. формировании осознанного отношения к использованию стимулирующих средств среди будущих врачей.

Таким образом, инструментальное потребление ПАВ представляет собой комплексную проблему, требующую как индивидуальной работы со студентами, так и оптимизации образовательной среды в медицинских вузах.

Библиографический список:

1. Бежанян, К. О. Влияние образа жизни на концентрацию внимания у студентов медицинского вуза / К. О. Бежанян, И. К. Матвеева, Д. А. Толмачев // Дневник науки. – 2024. – № 9(93). – EDN JITOCQ.
2. Бешуля, О. А. Роль употребления психоактивных веществ в формировании расстройств адаптации у студенческой молодежи / О. А. Бешуля // Университетская клиника. – 2019. – № 4(33). – С. 46-51. – DOI 10.26435/UC.V0I4(33).406. – EDN AJENQC.

3. Гайнутдинова, А. Р. Влияние тонизирующих напитков на работоспособность студентов / А. Р. Гайнутдинова, П. А. Мельникова, Д. А. Толмачев // Дневник науки. – 2024. – № 10(94). – EDN YFDYLS.

4. Комкова, О. Г. Исследование взаимосвязи учебной успеваемости студентов-первокурсников медицинского вуза с высокими стартовыми показателями / О. Г. Комкова, С. Е. Переведенцева, Е. В. Ворсина // Психолого-педагогический журнал Гаудеамус. – 2024. – Т. 23, № 3. – С. 38-47. – DOI 10.20310/1810-231X-2024-23-3-38-47. – EDN MSQWGG.

5. Рычкова, О. В. Новый путь к наркотизации: использование студентами психоактивных веществ для улучшения когнитивных функций / О. В. Рычкова // Медицинская психология в России. – 2023. – Т. 15, № 4(81). – EDN ZWHABD.

Оригинальность 81%