

УДК 159.9.07

Воронцова Евгения Геннадьевна

кандидат психологических наук,
кафедра социологии и психологии и специальность,
Байкальский государственный университет
ewgeniavorontsova@yandex.ru

Малахаева Светлана Карловна

кандидат философских наук,
кафедра социологии и психологии,
Байкальский государственный университет
smalahaeva@yandex.ru

Evgeniya G. Vorontsova

PhD. psychology. n.,
Department of Sociology and Psychology and specialty
Baikal State University

Svetlana K. Malakhaeva

Candidate of Philosophy. n.,
Department of Sociology and Psychology,
Baikal State University

Анализ результатов исследования психологического здоровья студентов психологов и студентов медиков

Analysis of the results of the study of psychological health of psychology students and medical students

***Аннотация.** В статье представлены результаты исследования различий в показателях психологического здоровья среди студентов психологов и студентов медиков. Представлен состав показателей психологического здоровья, сравнительный анализ этих показателей у респондентов двух групп. Продемонстрированы результаты эмпирического исследования, в которых показаны следующие различия: выявлены статистически значимые различия в общем самочувствии и активности с тенденцией к снижению, уровень профессионального стресса, показатели личностной и ситуативной тревожности выше у студентов экспериментальной группы.*

***Ключевые слова:** студенты психологи, студенты медики, психологическое здоровье.*

***Abstract.** The article presents the results of a study of differences in psychological health indicators among psychology students and medical students. The composition of indicators of psychological health is presented, a comparative analysis of these indicators in the respondents of two groups. The results of*

an empirical study are demonstrated, which show the following differences: statistically significant differences in general well-being and activity with a tendency to decrease were revealed, the level of professional stress, indicators of personal and situational anxiety were higher among students of the experimental group.

Key words: *psychology students, medical students, psychological health.*

Проблема психологического здоровья будущего специалиста актуальна в отношении тех специалистов, чья профессиональная деятельность протекает в стрессовых условиях, характеризующихся повышенными эмоциональными нагрузками [2]. В силу специфики профессии психологов и медицинских работников (их социальной значимости, высокого уровня ожиданий общества от результатов труда, стрессогенность), возникает риск накопления тяжелых неврозов, синдрома профессионального выгорания и жесткого ролевого поведения. Сохранение психологического здоровья будущих специалистов рассматривается как процесс развития осознания и осмысления себя, своей жизни, стремление к самоактуализации, развитию профессиональных качеств и личностных характеристик, что позволяет осуществлять профессиональную деятельность эффективно и сохранять высокий уровень работоспособности и эмоциональное равновесие [3].

В современной психологии однозначно не определены: понятие, состав компонентов, единые критерии понимания психологического здоровья. Остаются недостаточно изученными вопросы специфики психологического здоровья студентов медиков и студентов психологов. Сохраняется высокая значимость проблемы именно у этих специальностей, поскольку здоровая личность может оказывать качественную профессиональную помощь нуждающимся в ней [4].

Критериями психологического здоровья авторы называют: «развитую рефлексивность, стрессоустойчивость, умение находить собственные ресурсы в трудной ситуации, полноту эмоциональных и поведенческих проявлений личности, опору на собственную внутреннюю сущность, самопринятие и умение справляться со своими эмоциональными трудностями без ущерба для окружающих, «самообъективность» как четкое представление о своих сильных и слабых сторонах, наличие системы ценностей, содержащих главную цель и придающей смысл всему, что делает человек» [1;4].

Мы предположили, что существуют особенности психологического здоровья студентов психологов, в сравнении со студентами - медиками, выраженные в наличии депрессивного состояния, отклонений в психоэмоциональном статусе, проявлении тревожности, выраженности стресса. Цель исследования: выявить особенности психологического здоровья студентов психологов и студентов медиков.

Выборку составили 41 человек, студенты-психологи, обучающиеся в

ФГБОУ ВО «БГУ» (Иркутск) и студенты-медики (ИГМУ, г Иркутск). Применялись соответствующие критериям методики: тест-опросник САН (самочувствие, активность, настроение); методика дифференциальной диагностики состояний В.А. Жмурова; шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Спилберга-Ханина; тест на профессиональный стресс (Т. Д. Азарных, И. М. Тыртышников). Оценка различий в показателях экспериментальной и контрольной группы осуществлялась с применением U-критерия Манна-Уитни.

Анализ данных по методике САН у студентов экспериментальной группы, показал наличие низких значений шкал «самочувствие» и «активность». Настроение находится на среднем (нормальном) уровне, а полученное соотношение шкал «самочувствие», «активность», «настроение» свидетельствует о общей усталости студентов, снижении общего тонуса, что выступает предвестником развития ухудшения состояния психологического здоровья, либо являться результатом начального этапа данного процесса [5]. В контрольной группе показатели самочувствие, активность и настроение лежат в области выше 4-х баллов: достаточно благоприятное состояние. Самочувствие составляет 4,3 балла, что говорит о нормальном субъективном состоянии психологического здоровья студентов медиков; активность также находится на достаточно высоком уровне (4,4 балла), что свидетельствует об активной позиции в процессе обучения в вузе. Настроение стабильное позитивное: временные трудности, с которыми сталкиваются студенты на раннем этапе обучения в вузе, не оказывают значимого влияния на их настроение.

Результаты дифференциальной диагностики депрессивных состояний В. А. Жмурова, демонстрируют особенности переживания стресса и депрессии: у большинства студентов экспериментальной группы депрессия минимальна, количество баллов колеблется от 10 до 24. В то же время в 35 % случаев в данной группе наблюдается выраженная депрессия, а у 10 % студентов - отсутствует. У студентов контрольной группы депрессия не ярко выражена в 60 % случаев; отсутствует полностью у 25 % и у 15 % студентов наблюдается выраженная депрессия.

Анализ распределения показателей личностной и ситуативной тревожности в группах по методике Спилбергера-Ханина показал умеренный уровень личностной тревожности в контрольной группе, а личностная и ситуативная тревожность выше у студентов экспериментальной группы.

Результаты выраженности уровня профессионального стресса (тест Т. Д. Азарных, И. М. Тыртышников) у студентов экспериментальной и контрольной групп показали: у студентов экспериментальной группы наиболее представлена вторая степень профессионального стресса, умеренный уровень, а наименее представлена 1-я степень. В контрольной группе у студентов выражена 1-я степень. Уровень профессионального стресса выше у студентов экспериментальной группы.

В ходе эмпирического исследования выявлены статистически значимые различия: у студентов экспериментальной группы снижено общее самочувствие и активность; есть тенденция к общей усталости, что может быть предпосылкой к развитию ухудшения психологического здоровья, либо являться ее результатом; у студентов контрольной группы, самочувствие, активность и настроение находятся в пределах желаемой нормы; настроение у них в целом положительное.

Существуют статистически значимые различия в уровне профессионального стресса, который выше у студентов экспериментальной группы. Результаты исследования свидетельствуют о том, что профессиональная психологическая подготовка будущих специалистов создаёт для студентов экспериментальной группы дополнительные факторы риска, которые способствуют накоплению тревожности. Есть тенденция проявления признаков отклонения состояния психологического здоровья у студентов экспериментальной группы в сравнении со студентами контрольной группы. Наша гипотеза о наличии специфики характеристик психологического здоровья, нашла подтверждение. Полученные результаты исследования выступают основанием для разработки и организации системы психогигиенических, психопрофилактических и психокоррекционных мероприятий, направленных на укрепление психологического здоровья и психоэмоционального состояния студентов психологов и медиков. Дальнейшее изучение проблемы показателей психологического здоровья мы видим в направлении определения различий по гендерному признаку, а так-же изучение различий у студентов других направлений обучения.

Литература

1. Деркач А. А. Психолого-акмеологические основания и средства оптимизации личностно-профессионального развития конкурентноспособного специалиста // *Акмеология*. 2012. № 4(44). С.13.

2. Волченко Л.Ю. Роль вуза в вопросах трудоустройства студентов / Л.Ю. Волченко, С.А. Малютина // *Известия Байкальского государственного университета*. — 2019. — Т. 29, №2. — С.207–212. — DOI: 10.17150/2500-2759.2019.29(2).207-212.

3. Зими́на Е.В., Бахматова Т.Г., Санина Л.В. Изучение ожиданий работодателей - партнеров образовательных организаций как необходимый элемент стратегического развития и формирования имиджа университета *Известия Байкальского государственного университета*. 2021. Т. 31. № 3. С. 391-399.

4. Кожевина А. П. Сформированность психического здоровья у студентов вуза // *Baikal Research Journal*. 2018. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sformirovannost-psihicheskogo-zdorovya-u-studentov-vuza> (дата обращения: 19.06.2023).

5. Никулина Т.И. Взаимосвязь академической прокрастинации и учебной мотивации у студентов на начальном этапе обучения в вузе / Т.И. Ни-

кулина, А.И. Гуляева, В.А. Канцыба. — DOI 10.17150/2411-6262.2023.14(2).645-654. — EDN CKYDYR // *Baikal Research Journal*. — 2023. — Т. 14, № 2. — С. 645–654.

Literature

1. Derkach A. A. *Psychological and acmeological bases and means of optimization of personal and professional development of a competitive specialist* // *Acmeology*. 2012. No. 4(44). p.13.

2. Volchenko L.Yu. *The role of the university in the issues of student employment* / L.Yu. Volchenko, S.A. Malyutina // *Proceedings of the Baikal State University*. — 2019.— Vol. 29, No. 2.— p.207–212.— DOI: 10.17150/2500-2759.2019.29(2) .207-212.

3. Zimina E.V., Bakhmatova T.G., Sanina L.V. *Studying the expectations of employers - partners of educational organizations as a necessary element of strategic development and formation of the image of the University* *Izvestia of Baikal State University*. 2021. Vol. 31. No. 3. pp. 391-399.

4. Kozhevina A. P. *Formation of mental health among university students* // *Baikal Research Journal*. 2018. No. 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sformirovannost-psihicheskogo-zdorovya-u-studentov-vuza> (accessed: 06/19/2023).

5. Nikulina T.I. *Interrelation of academic procrastination and educational motivation among students at the initial stage of study at the university* / T.I. Nikulina, A.I. Gulyaeva, V.A. Kanzyba. — DOI 10.17150/2411-6262.2023.14(2).645-654. — EDN CKYDYR // *Baikal Research Journal*. — 2023. — Vol. 14, No. 2. — pp. 645-654.