

УДК 159.9.072.43

## ИЗУЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

О. В. Черенкова, С. Ю. Берлева

*Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко*

Поступила в редакцию 12 апреля 2016 г.

**Аннотация:** в данной статье представлены результаты эмпирического исследования, проведенного в Воронежском государственном медицинском университете им. Н. Н. Бурденко, целью которого было изучить и сравнить особенности проявления неотреагированных переживаний, уровень депрессии и чувства вины у обучающихся 2 и 5 курсов.

**Ключевые слова:** психологическое здоровье; депрессия, неотреагированные переживания; личностная ориентация; обучающийся; высшая медицинская школа.

**Abstract:** this article presents the results of empirical research conducted in Voronezh State Medical University named after N. N. Burdenko, the purpose of which was to study and compare the characteristics of unreacted experiences as well as the rate of depression and guilt among the 2<sup>nd</sup> year and 5<sup>th</sup> year students.

**Key words:** psychological well-being; depression, unreacted experiences; personal orientation; student; higher medical education.

Одним из важных условий эффективного обучения обучающегося высшей школы является состояние его здоровья. Здоровье – правильная, нормальная деятельность организма, его полное физическое и психическое благополучие [1]. Термин «психологическое здоровье» был введен И. В. Дубровиной. Психологическое здоровье является ключевым условием полноценного функционирования и развития обучающегося в процессе его жизнедеятельности. С одной стороны, оно является условием адекватной реализации обучающимся своих возрастных, социальных и культурных ролей (сын, дочь, студент, любимый человек, россиянин и т.п.), с другой – обеспечивает ему возможность непрерывного развития в течение всей его жизни [2].

Под «психологическим здоровьем обучающегося» будем понимать динамическую совокупность психических свойств, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи [3]. Нарушения психологического здоровья – это стойкие негативные изменения в работе психических процессов, склонность к дискомфортным психическим состояниям, расстройства характера, наличие аддиктивных зависимостей, проявление весьма необычных интересов и склонностей. Это, в свою очередь, может повлиять на успеваемость

обучающегося высшей медицинской школы [4]. В связи с этими фактами мы изучили особенности проявления неотреагированных переживаний, уровень депрессии и вины у обучающихся 2-го и 5-го курсов Воронежского государственного медицинского университета им. Н. Н. Бурденко и провели эмпирическое исследование. Испытуемые 40 человек – студенты 2-го (10 девушек, 10 юношей) и 5-го (10 девушек, 10 юношей) курсов. Для изучения вышеуказанных параметров были выбраны методики «Экспресс-диагностика склонности к воспроизводству неотреагированных переживаний», автор В. В. Бойко; «Определение уровня депрессии», автор Т. И. Балашова и «Опросник личностной ориентации Шострома», краткая форма, разработанная Джоунс и Крэндэлл. Рассмотрим результаты исследования.

Неотреагированные переживания проявляются в произвольном воспроизводстве отрицательных впечатлений от минувшего. Человек надолго сохраняет впечатления о пережитом. В основном, это память чувств негативного содержания, не дающая покоя, «теребящая душу». Неприятное впечатление каждое по своим причинам неотреагировано и потому произвольно часто напоминает о себе: оживает под влиянием обстоятельств, ассоциаций или без видимых причин. Личность находится в плену своих переживаний, почти постоянно занимается «жвачкой чувств», что, естественно, неблагоприятно влияет на исполнение учебно-профессиональных обязаннос-

тей, общение с окружающими, на отношение к действительности, ожидание будущего [5].

В нашей выборке оказались подвержены восприятию неотрагированных переживаний 10,0 % девушек и 30,0 % юношей 2-го курса; 40,0 % девушек и 70,0 % юношей 5-го курса. Остальным респондентам не свойственны данные переживания. Обучающиеся медицинского университета с ярко выраженными неотрагированными переживаниями в нашей выборке не наблюдаются.

Отметим, что неотрагированные переживания в большей степени свойственны обучающимся 5-го курса, чем второкурсникам. Данные результаты, возможно, свидетельствуют о том, что пятикурсникам необходимо в большей степени сдерживать себя, подавлять эмоции и выполнять большую умственную работу. В результате этого создаются предпосылки для возникновения неотрагированных эмоций, подавления переживаний, что может привести к формированию застойного очага возбуждения в центральной нервной системе. Необходимо учитывать, что неотрагированные переживания могут играть важную роль в развитии неврозов и психосоматических расстройств.

Проведя качественный анализ результатов методики (таблица), можем отметить, что испытуемые легко переносят вид крови, поскольку обучаются в высшей медицинской школе и часто на практических занятиях в различных учебных ситуациях «работают с кровью». Как у второкурсников, так и у пятикурсников в равной степени накоплен неудачный опыт взаимодействия с друзьями, подругами, что, с свою очередь, может свидетельствовать о более внимательном отношении и подборе друзей и подруг. Обучающимся пятого курса некоторые неприятные эпизоды их биографии в какой-то степени больше омрачают нынешнюю жизнь, чем обучающимся второго курса. Данный факт может быть связан с большей степенью сдерживания своих эмоций, возможным их подавлением.

Оставшиеся ситуации, рассматриваемые в методике, среди обучающихся распределены примерно в равной степени. Так, например, для них в большей степени свойственно следующее: наличие людей, среди знакомых, близких, которые часто раздражают; жизненный опыт не научил в первую очередь замечать мрачные стороны бытия; наличие привычки не пересказывать друзьям, близким горестные события своей жизни, а намечая новые планы, не проявлять большую осторожность; мелочи жизни постоянно не расстраивают респондентов.

Также существуют гендерные различия (см. таблицу): девушки больше, чем юноши, осторожны в выборе друзей, подруг, потому что им не везло в дружбе; жизненный опыт девушек не научил замечать мрачные стороны бытия, в то время как юноши отметили обратный вариант развития ситуации. Однако некоторые неприятные эпизоды биографии в какой-то степени омрачают нынешнюю жизнь девушек больше, чем юношей. Это, в свою очередь, может свидетельствовать о том, что девушки в меньшей степени осторожны в выборе друзей, возможно, не анализируют тщательно ситуации их жизни с неприятными эпизодами, что позволяет, вероятно, тем повторяться. Это и омрачает их нынешнюю жизнь. Юноши же осторожнее в выборе друзей, делают осознанные выводы из «мрачных» жизненных ситуаций и стараются больше обращать внимание на «глобальные события» своей биографии.

Рассматривая результаты методики «Определение уровня депрессии» (автор Т. И. Балашова), можем отметить, что только у одной девушки (2,5 %) наблюдается легкая депрессия ситуативного или невротического генезиса, 97,5 % респондентов – без депрессии. Отсутствие депрессии у большинства респондентов свидетельствует об их умении преодолевать стрессовые ситуации.

Результаты опросника личностной ориентации Э. Шострома, измеряющего чувства вины как состояния и как черты, показал, что интенсивность

Т а б л и ц а

Процентное содержание некоторых параметров склонности к воспроизводству неотрагированных переживаний

Параметры (%)	Легко переносят вид крови	Осторожны в выборе друзей, подруг	Неприятные эпизоды их биографии в какой-то степени омрачают нынешнюю жизнь	Жизненный опыт не научил замечать мрачные стороны бытия
Обучающиеся				
2 курс	100,0	50,0	35,0	50,0
5 курс	100,0	50,0	55,0	50,0
Юноши	100,0	55,0	30,0	45,0
Девушки	100,0	45,0	60,0	75,0

реакции чувства вины у второкурсниц и пятикурсниц выше уровня обычных переживаний. Однако у девушек 2-го курса эмоциональное переживание чувства вины больше характеризуется как генерализованная Я-концепция (черта), у пятикурсниц – как состояние. Юноши-обучающиеся больше склоняются к эмоциональному переживанию чувства вины как генерализованной Я-концепции (черта). Таким образом, можем отметить, что девушкам-пятикурсницам в меньшей степени свойственно переживать чувства недовольства собой или своими поступками, а также некоторым диссонансом между поведением личности и принятыми в обществе ценностями, чем остальным респондентам.

Отметим, что обучающиеся-девушки 2-го курса, описывая то, что они чувствовали на момент проведения исследования, отмечали свое состояние «спокойнее», однако и «раздражительнее», чем девушки-пятикурсницы. В равной степени на низком уровне выражены следующие состояния: «невинные», «подавленные», «постыдные», «разочарованные», «находящиеся в состоянии упадка», «незаслуживающие прощения».

Обучающиеся-юноши 2-го и 5-го курсов, описывая то, что они чувствовали на момент проведения исследования, отмечали свое состояние как «спокойное», «сдерживаемое», «раздражительное», «разочарованное» и «находящееся в состоянии упадка».

Ведущие состояния обучающихся на момент проведения методики – «спокойные» и «раздражительные». Это можно объяснить как доверием обучающихся к преподавателям, проводившим исследование, так и волнением по поводу происходящего события.

При анализе слов, выбранных обучающимися, которые описывают, как обычно они переживают чувство вины, отметим, что девушки 2-го курса выбирают фразы «подавленные», «спокойные», «постыдные», «находящиеся в состоянии упадка»; юноши 2-го курса – «спокойные», «подавленные»; девушки 5-го курса – «подавленные», «находящиеся в состоянии упадка», «невинные», «разочарованные», «раздражительные», «незаслуживающие прощения»; юноши 5-го курса – «постыдные», «спокойные», «подавленные», «разочарованные».

Респонденты нашей выборки переживают чувство вины в состояниях «подавленности», «спокойствия» и «стыда». Девушки в большей степени подавляют чувство вины, находясь в состояниях стыда и упадка. Юноши «спокойнее» переживают чувство вины, подавляя его и стыдясь. Вообще не свойственно обучающимся (как сейчас, так и обычно) переживать состояние «осуждающего», и

только 2,5 %, переживая чувство вины, выбирают состояния «невинного», «сдерживаемого», «недостойного».

Обучающимся свойственно подавлять собственные переживания, в том числе и чувство вины, стыда, однако внешне они могут демонстрировать спокойствие.

Результаты обработки полученных нами эмпирических данных с применением критерия  $\phi^*$  – угловое преобразование Фишера [6] – позволили оценить достоверность различий между двумя выборками (обучающимися 2-го и 5-го курсов). Приняв, что **H<sub>0</sub>** – доля лиц, у которых проявляется исследуемый эффект в выборке 1 группы (второй курс) не больше, чем в выборке 2 группы (пятый курс); **H<sub>1</sub>** – доля лиц, у которых проявляется исследуемый эффект в выборке 1 группы больше, чем в выборке 2 группы, получили следующие результаты.

Эмпирическое значение  $\phi^*$  находится в зоне незначимости. **H<sub>1</sub>** отвергается. Таким образом, неотрагированные переживания ( $\phi^*_{эмп} = 0,338$ ), чувство вины ( $\phi^*_{эмп} = 0,639$ ), уровень депрессии в выборке обучающихся 2-го курса проявляются не больше, чем в выборке обучающихся 5-го курса. Также мы определили, что неотрагированные переживания ( $\phi^*_{эмп} = 0,338$ ), чувство вины ( $\phi^*_{эмп} = 0,323$ ), уровень депрессии в выборке юношей проявляются не больше, чем в выборке девушек.

Исходя из представленного выше анализа результатов эмпирического исследования, можем заключить, что обучающимся высшей медицинской школы не свойственна депрессия; жизненный опыт юношей в большей степени научил их замечать мрачные стороны бытия, анализировать и быть осторожными в выборе друзей и подруг, чем девушек.

Эмоциональное переживание чувства вины как состояния характеризуется такими фразами, как «спокойные», «раздражительные»; как генерализованной Я-концепции (черты) – «подавленные», «спокойные», «постыдные».

Статистических различий особенностей проявления неотрагированных переживаний, уровня депрессии и чувства вины у обучающихся 2-го и 5-го курсов не выявлено. На наш взгляд, увеличение выборки и расширение диагностического инструментария позволит выявить иные аспекты изучаемой проблемы.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка [Электронный ресурс] / С. И. Ожегов. – Режим доступа : <http://www.ozhegov.org/words/10147.shtml>
2. Ларских М. В. Перфекционизм личности студента : интерперсональные аспекты : монография /

М. В. Ларских, Н. И. Вьюнова. – Воронеж : Воронежский государственный педагогический университет, 2015. – 148 с.

3. Психологическое здоровье человека и психологическая помощь [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.studfiles.ru/preview/2231627/>

4. Берлева С. Ю. Психолого-педагогические рекомендации для повышения мотивации обучающегося медицинского вуза к устному ответу / С. Ю. Берлева,

*Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко*

*Черенкова О. В., кандидат медицинских наук, ассистент кафедры пропедевтики внутренних болезней*

*Берлева С. Ю., кандидат психологических наук, ассистент кафедры педагогики и психологии ИДПО*

*E-mail: romazzzhka@mail.ru*

*Тел.: 8-920-411-62-22*

Л. Н. Цветикова, И. Е. Плотникова // Современная педагогика. – 2015. – № 9 (34). – С. 59–63.

5. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении : взгляд на себя и на других / В. В. Бойко. – М. : Филинь, 1996. – 472 с.

6. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2003. – 350 с.

*Voronezh State Medical University named after N. N. Burdenko*

*O. V. Cherenkova, PhD in Medicine, Teaching Assistant of the Department of Propaedeutics of Internal Medicine*

*S. Yu. Berleva, PhD in Psychology, Teaching Assistant of the Department of Pedagogy and Psychology, Institute of Further Vocational Education*

*E-mail: romazzzhka@mail.ru*

*Tel.: 8-920-411-62-22*