

Выводы:

1. Существуют определенные факторы, которые оказывают влияние на развитие аддиктивного (зависимого) поведения у человека. Аддиктивному поведению будут более подвержены лица с трудностями в адаптации к обстоятельствам жизни, а также со сложностями переносить психологические затруднения, такие люди будут пытаться достичь собственного комфорта путем реализации аддикций.

2. Психотерапия для людей с аддиктивным поведением оказывает необходимую поддержку в осознании и отказе от проблемы. Она осуществляется в различных направлениях, помогая аддиктивным личностям справиться с возникающими трудностями и переживаниями, а также снова адаптироваться к социальной жизни. В каждом направлении ставятся свои цели и пути решения данной проблемы.

3. Из рассмотренных подходов, для психотерапии пациентов с аддиктивным поведением когнитивно-бихевиоральный подход будет более успешен, связано это с его более быстрым подходом к решению проблем, что важно для лиц с зависимым поведением. А также наличием множества методов, которыми пациент сможет пользоваться и дома.

Список литературы:

1. Усова Е.Б., Психология девиантного поведения // Учебно-методический комплекс – Минск.: Изд-во МИУ., 2010.

2. Менделевич В.Д., Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В. Д. Менделевича. СПб.: Речь, 2007. – 768 с.

3. Старшенбаум Г.В Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей – М., 2006.

4. Сэбшин Э., Психоаналитические исследования аддиктивного поведения: обзор // Психология и лечение зависимого поведения / Под ред. С. Даулинга М.: "Класс", 2000.

УДК: 612.821:159.98:614.253.4

Жукова Е.Д., Онучина Ю.Н.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ МЛАДШИХ КУРСОВ ВО ВРЕМЯ ЭКЗАМЕНАЦИОННОГО ПЕРИОДА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ГЕНДЕРА

Кафедра биологии

Кировский государственный медицинский университет

Киров, Российская Федерация

Zhykova E.D., Onychina Y.N.

PSYCHOLOGICAL STATE OF MEDICAL STUDENTS OF YOUNGER COURSES DURING EXAMINATION IN DEPENDING ON THE GENDER

Department of biology

Kirov state medical university

Аннотация. В статье рассмотрено психологическое состояние студентов-медиков девушек и юношей после экзамена по биологии на первом курсе и тех же студентов после экзамена по анатомии на втором курсе. Для выяснения внутриличностных конфликтов, стандартного отклонения от аутогенной нормы, вегетативного коэффициента, который характеризует энергозатраты, использовали компьютерный тест М. Люшера.

Annotation. In the article psychological state of medical students of girls and young men after the examination in biology at the first year and the same students after the examination in anatomy on the second year is considered. For clarification of the intra personal conflicts, a standard deviation from autogenic norm, vegetative coefficient which characterizes energy consumption used the computer Lyushera test.

Ключевые слова: тест Люшера, психофизиологическое состояние, студенты-медики, внутриличностные конфликты.

Key words: Lyushera test, psychophysiological state, medical students, intra personal conflicts, gender features.

Введение

Студенты медицинских Вузов сталкиваются в межсессионный период с большим объемом учебных нагрузок, сложностью изучаемого материала [1,4]. Особенно эти проблемы обостряются в экзаменационную сессию. Для студента это серьезное событие, от которого будет зависеть стипендия, самооценка, уверенность в способности реализовать себя в будущей профессии. Экзаменуемые оказываются в состоянии эмоционального стресса и психологического перенапряжения. С первого курса студенты-медики сталкиваются с нарушением режима труда и отдыха, несбалансированность и неравномерность питания. В рамках дисциплины «Биология» студенты осваивают навыки микроскопирования, диагностики микропрепаратов, решения генетических задач, диагностики и профилактики паразитарных заболеваний. Несмотря на то, что основы биологии студенты изучали в школе, они испытывают большие трудности при сдаче экзамена. В зимнюю сессию второго курса студенты сдают анатомию – предмет трудный для усвоения и запоминания. По мнению студентов, второй экзамен гораздо сложнее первого. И это требует от студентов-медиков еще большей мобилизации всех сил организма. В создавшихся условиях очень важно, каким образом студент справляется со стрессом. На развитие последствий стрессовой ситуации и на адаптацию к ней большое влияние оказывают личностные особенности человека.

Цель исследования - изучить гендерные особенности психического состояния студентов-медиков после экзамена по биологии во время летней сессии и по анатомии во время зимней с помощью цветового теста Люшера.

Материалы и методы исследования

Обследованы 90 человек в возрасте 17-21 лет первого курса во время летней после экзамена по биологии и те же студенты во время зимней сессии после экзамена по анатомии. В исследовании приняли участие 60 девушек и 30 юношей.

Для выявления внутриличностных конфликтов, стандартного отклонения от аутогенной нормы и вегетативного коэффициента, характеризующего энергетический баланс, использовалось компьютерное приложение «Цветовой тест М.Люшера». Суть теста: из нескольких предложенных цветов студент должен был выбрать наиболее приятный в данный момент времени цвет. По окончании тестирования присваивался код, состоящий из 8 цифр, которые имеют свою особенную интерпретацию. 1,2,3,4 - символизируют положительные эмоции, в норме они располагаются на первых позициях. 5,6,7,0 обозначают негативные эмоции.

Стандартное отклонение рассчитывалось от аутогенной нормы - 34251607, которая принята М.Люшером в качестве нормы цветовых предпочтений и является эталоном для определения нервно-психического благополучия. Чем выше значение стандартного отклонения, тем более выражена напряженность, неуверенность, нестабильность, утомляемость, преобладание переживаний. Степень удаленности цветовых предпочтений испытуемого от аутогенной нормы предложена Юрьевым А.И. [2]. Значения стандартного отклонения от аутогенной нормы располагаются в диапазоне от 0 до 32 баллов и могут быть только четными. Средневыборочная норма = 14-20 баллов, незначительное отклонение = 8-12, 22-26 баллов, значительное отклонение = 2-6, 28-30 баллов, большое отклонение = 0-2, 32 баллов.

Вегетативный коэффициент [3], характеризующий баланс, рассчитывался по формуле: $18 - \text{место красного цвета} - \text{место желтого цвета} / 18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета}$. Значение коэффициента изменяется от 0,2 (низкие энергозатраты) до 5 (высокие энергозатраты) баллов.

Результаты исследования и их обсуждение

По наличию и отсутствию конфликтов среди юношей и девушек наблюдаются следующие показатели: у 32% девушек выявлены внутриличностные конфликты во время обеих сессий. Также у 35% студенток наблюдались конфликты во время обеих сессий. Среди юношей у 50% испытуемых прослеживались конфликты во время обеих сессий. 17% девушек имели конфликты только во время летней сессии, 16% - только во время зимней. У 24% юношей наблюдались внутриличностные конфликты только во время летней сессии, во время зимней сессии - у 14% студентов. Количество внутриличностных конфликтов ко второй сессии уменьшалось как у девушек, так и у юношей, то есть обучающиеся адаптировались к стрессовому фактору в виде сессии.

Проанализировав данные во время летней и зимней сессий, выяснили, что большинство конфликтов у девушек в летнюю сессию было связано с потребностью в самоутверждении (32%), так как амбиции первокурсниц и

ложное чувство, что предмет не новый, вызывало потребность в получении высокой оценки и тем самым желание самоутвердиться. В зимнюю сессию конфликт был связан с потребностью в активном действии, добиваться успеха. Во время второй сессии, после сдачи экзамена по анатомии, студентки так же желали получить высокую оценку, успешно сдать экзамен по анатомии, и теперь они были готовы приложить для этого все свои силы.

Юноши как во время летней (39%), так и во время зимней (45%) сессии имели большинство внутриличностных конфликтов по поводу потребности в перспективе, надеждах на лучшее. Молодые люди желали самоутвердиться, состояться, поэтому сдача экзаменов для них – своеобразное испытание, чтобы подтвердить свою состоятельность.

Девушки компенсировали свои внутриличностные конфликты, в большинстве случаев (63% студенток летом и 57% - зимой), положительными эмоциями, например, спокойствием, оптимизмом, выжидательной позицией, но в зимнюю сессию рос процент девушек, которые компенсировали конфликты пассивностью (14% девушек в первую сессию, 24% - во вторую сессию).

Юноши по своей природе более агрессивны, это отображается в их показателях: они компенсировали внутриличностные конфликты агрессией – 57% молодых людей в первую сессию и 38% - во вторую, - а также пассивностью, безразличием – 19% юношей во время летней и 38% - во время зимней сессии. Реже компенсация конфликтов шла за счет положительных эмоций: 14% студентов и 12% во время первой и во время второй сессии соответственно.

Стандартное отклонение среди девушек находилось в пределах «незначительного отклонения от аутогенной нормы» в большинстве случаев – 42% обучающихся в летнюю сессию, 49% - в зимнюю сессию, а также наблюдался значительный процент (37% девушек в первую сессию, 35% во вторую) в группе «средневыборочной нормы». Процент в группе «незначительного отклонения» увеличивался к зимней сессии, так как процент со «значительным отклонением» показательно понизился – 21% во время летней сессии и 14% во время зимней. То есть происходила адаптация к стрессовому фактору.

Стандартное отклонение среди юношей также находилось в группе «незначительного отклонения от аутогенной нормы» - 57% студентов в первую сессию, 43% - во вторую. Также среди юношей имелся высокий процент со «значительным отклонением от аутогенной нормы» - 24% обучающихся в летнюю сессию, 33% - в зимнюю. Проанализировав полученные данные, можно сделать вывод, что адаптация у юношей, по сравнению с девушками, происходила медленнее, так как рос показатель «значительного отклонения от аутогенной нормы».

Показатель энергозатрат как у юношей, так и у девушек статистически незначим, в целом он колеблется в пределах 1,1 – 0,9, что ближе к низким энергозатратам, это связано с тем, что студенты тестировались после сдачи экзамена и уже потратили свои силы на его сдачу.

Выводы:

1. Конфликты как у девушек, так и у юношей чаще наблюдались в обе сессии. Также имелось большое количество (32%) девушек, не имеющих конфликтов ни в одну из сессий. В первую сессию наблюдался больший процент студентов с внутриличностными конфликтами.

2. Внутриличностные конфликты девушек были связаны с потребностью в самоутверждении, активном действии, юношей – с надеждами и потребностями в перспективе.

3. Девушки компенсировали внутриличностные конфликты чаще положительными эмоциями, а юноши – агрессией.

4. У большей части студентов (42% в летнюю и 49% в зимнюю сессию среди девушек, 57% в летнюю и 43% в зимнюю сессию среди юношей) наблюдалось «незначительное отклонение от аутогенной нормы». Среди юношей отмечался весомый процент (24% и 33% в летнюю и зимнюю сессию соответственно) со «значительным отклонением от аутогенной нормы».

Список литературы:

1. Алтынова Н.В. Физиологический статус студентов-первокурсников в условиях адаптации к обучению в вузе / Н.В. Алтынова, А.В. Панихина, Н.И. Анисимов, А.А. Шуканов // В мире научных открытий. – 2009. – № 3 (2). – С. 99-103.

2. Иванов А.Е. Гендерные особенности взаимосвязи уровня коммуникативной агрессии и психофизиологических показателей теста Люшера у студентов / А.Е. Иванов, А.А. Зайченко // Наука и общество. - 2012. - №1 – С. 157-161

3. Иванова Н.Л. Влияние магнитных бурь на психическую устойчивость и вегетативный коэффициент студентов / Иванова Н.Л. // Наука и бизнес: пути развития. – 2016. - №11 – С.13-16

4. Lombardi F. Heart rate variability: a contribution to a better understanding of the clinical role of heart rate / F. Lombardi // Eur. Heart J. – 1999. – Vol. 20. – Н. 44 –51.

УДК 159:99

Журавлев А.А., Тумасова Е.Р.
ПСИХОТЕРАПИЯ ПАЦИЕНТОВ С ДЕПРЕССИВНЫМ
РАССТРОЙСТВОМ

Уральский государственный медицинский университет
Кафедра клинической психологии и педагогики
Екатеринбург, Российская Федерация

Zhuravlev A.A., Tumasova E.R.
PSYCHOTHERAPY OF PATIENTS WITH DEPRESSIVE DISORDER

Ural state medical university
Department of clinical psychology and pedagogy