

СОСТОЯНИЕ САМООЦЕНОЧНОЙ, УЧЕБНОЙ И МЕЖЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ КАК МАРКЁРОВ НЕЙРОПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Газенкампф К.А., Шнайдер Н.А., Дмитренко Д.В., Медведева Н.Н., Николаев В.Г., Романенко А.А., Соломатова Е.С., Яковлева К.Д., Магомедова Э.М., Гавердовская Л.С., Петров К.В.

ГБОУ ВПО «Красноярский государственный медицинский университет имени профессора В.Ф. Войно-Ясенецкого» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Красноярск, Россия, (660022, Красноярск, Россия, ул. Партизана Железняка, 1), e-mail: Hassenkampf@mail.ru

Настоящая статья рассматривает вопросы тревожности и депрессии в студенческой среде как социально значимых явлений, оказывающих весомое влияние на процесс обучения и здоровье студентов, так как высшее образование связано с большими психо-эмоциональными нагрузками, не только в сфере образовательного процесса: большой объём новых знаний, более суровые требования к учебному процессу, более частые и сложные контрольные, зачёты, экзамены, но и в повседневной жизни: переезд в чужой город, проживание отдельно от родителей в новых условиях с новыми не знакомыми людьми, новый коллектив, новый темп жизни. Исследование показало, что в целом психоэмоциональный фон по тревожно-депрессивным показателям в студенческой среде первых курсов КрасГМУ спокойный, но есть группы студентов, требующие к себе индивидуального психо-педагогического подхода.

Ключевые слова: юношеский возраст, тревога, депрессия, студент, высшее образование.

STATE SELF-ASSESSMENT, TRAINING AND INTERPERSONAL ANXIETY AS MARKERS NEYROPSIHO FIZIOLOGICHESKOGO HEALTH OF FIRST-YEAR STUDENTS MEDICAL UNIVERSITY

Gazenkampf K.A., Shnayder N.A., Dmitrenko D.V., Medvedeva N.N., Nicolaev V.G., Romanenko A.A., Solomatova E.S., Yakovleva K.D., Magomedova E.M., Gaverdovskaja L.S., Petrov K.V.

Medical University "Krasnoyarsk State Medical University professor V.F.Voyno-Yasenetsky" the Ministry of Health of the Russian Federation, Krasnoyarsk, Russia, (660022, Krasnoyarsk, Russia, st. Partizana Zheleznyaka 1), e-mail: Hassenkampf@mail.ru

This article addresses issues of anxiety and depression among students as socially significant phenomena that have an important influence on the process of learning and health of students, as higher education is associated with high psycho-emotional stress, not only in the educational process a large amount of new knowledge, more severe requirements to the educational process, more frequent and sophisticated monitoring, test, exams - but in everyday life: moving to a strange city, living separately from their parents in a new environment with new not familiar people, a new team, a new pace of life. The study showed that the overall psycho-emotional background of anxiety-depressive indicators among the students of the first courses KrasGMU calm, but there is a group of students identified for the individual psycho-pedagogical approach

Keywords: adolescence age, anxiety, depression, student, higher education.

Современное высшее образование и педагогическая практика совместно с решением проблемы профессионального и жизненного становления студента требуют глубокого анализа человека, знания и учета личностных особенностей. Обучение в высших учебных заведениях сопряжено с большим количеством стрессовых ситуаций, которые влияют не только на качество образования, но и на здоровье студентов [1, 2]

Переход из средней школы в высшую уже сам по себе является фактором стресса и сильного эмоционального напряжения, особенно если он связан с переездом из сельской местности в крупный город. Абсолютно новый коллектив, совершенно новые требования к образовательному процессу, огромный объём информации, и малый объём времени, выделенный на её усвоение, характерные для обучения в медицинских высших учебных заведениях [5].

В процессе адаптации первокурсников к ВУЗу возникают такие трудности, как:

- отрицательное переживание, связанное с уходом вчерашних школьников из школьного коллектива;
- недостаточная психологическая подготовка к профессии;
- неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности;
- недостаточно развитое стремление к самообразованию и т.д. [3].

В совокупности эти факторы оказывают значимое влияние на психическое состояние студентов, подвергая его большим испытаниям, что может приводить к нарастанию тревожности и в дальнейшем – депрессивной симптоматики. У студентов с высокой тревожностью изменяется межличностное взаимодействие, снижается самооценка, что приводит к формированию замкнутости студентов, что смещает вектор внимания с учебного процесса на внутриличностные переживания, тем самым снижая успеваемость и дополнительно провоцируя нарастание тревожности. Дальнейшее ухудшение состояния приведёт к развитию депрессивной симптоматики вплоть до клинически значимой, что может спровоцировать развитие психосоматических заболеваний.

Цель исследования: Изучить уровень тревожности и депрессивной симптоматики у студентов 1-2 курсов КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого.

Материалы и методы. Исследование проведено на базе научно-исследовательской лаборатории кафедры медицинской генетики и клинической нейрофизиологии ИПО в рамках комплексных исследований по теме № 210-16 «Эпидемиологические, генетические и нейрофизиологические аспекты заболеваний нервной системы (центральной, периферической и вегетативной) и превентивная медицина» (номер госрегистрации 0120.0807480) и НОЦ «Морфология» КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого (далее – КрасГМУ) и в рамках исследования «Система маркёров для оценки соматонейропсихологического статуса здорового человека».

Объектом исследования выбрана совокупность здоровых молодых людей (добровольцев). Все обследуемые были осмотрены нами активно и проходили предварительный анамнестический и клинический отбор с использованием критериев

включения и исключения. Критерии включения: студенты 1-2 курсов КрасГМУ, отсутствие патологии ЦНС в анамнезе и на момент обследования. Критерии исключения: наличие текущей психоневрологической патологии, указание на заболевания ЦНС в анамнезе. Всего обследовано 104 добровольца. Возраст испытуемых варьировался от 17 до 22 лет, средний возраст составил $18,8 \pm 0,84$ [18; 19] лет. Распределение по полу: девушки – 78 (75%), юноши – 26(25%), человек. Выбор объекта исследования обусловлен сопоставимым уровнем образования, возраста, степени умственной и физической нагрузки. Участие обследуемых в исследовании было добровольным, в рамках работы СНО кафедры медицинской генетики и клинической нейрофизиологии ИПО. Исследование проводилось в дневное время суток, бесплатно и не представляло риска для здоровья испытуемых. Исследование проводилось с учетом принципов конфиденциальности и беспристрастности. Исследование уровня депрессивной симптоматики проводилось по «Опроснику депрессивной симптоматики Бека», исследование тревожности – по «шкале тревожности» с использованием компьютерного программного обеспечения АПК «НС-ПсихоТест», элитная версия (Нейрософт, Иваново). Описательная статистика для качественных учетных признаков представлена в виде абсолютных значений, процентных долей. Вид распределения определялся с помощью гистограммной оценки. Для сравнения параметрических (количество нормально распределенных признаков) данных в группах наблюдения применяли t-критерий Стьюдента с учетом параметра равенства дисперсий. Статистическая обработка результатов проводилась с помощью пакетов прикладных программ STATISTICA v.7.0 (StatSoft, USA).

Результаты. В результате проведенного исследования нами показано, что, в целом, у студентов первых курсов КрасГМУ отмечается низкий уровень личностной, межличностной и ситуативной тревожности, что можно объяснить организацией на базе нашего университета факультета фундаментального медицинского образования (ФФМО), слаженной работой деканов, кураторов студенческих групп и органов студенческого самоуправления (табл. 1).

Таблица 1

Уровень тревожности («Шкала тревожности»)

| Уровень тревоги | Самооценочная тревожность | | Школьная тревожность | | Межличностная тревожность | |
|------------------------|---------------------------|---------|----------------------|---------|---------------------------|---------|
| | жен., % | муж., % | жен., % | муж., % | жен., % | муж., % |
| Чрезмерное спокойствие | 49% | 76% | 13% | 32% | 22% | 44% |
| Нормальный уровень | 34% | 16% | 71% | 56% | 57% | 48% |
| Повышенный уровень | 11% | 8% | 5% | 8% | 11% | 4% |
| Высокий уровень | 4% | 0% | 7% | 4% | 3% | 4% |
| Критичный уровень | 3% | 0% | 4% | 0% | 8% | 0% |

Обращает на себя внимание наличие большого процента студентов с «чрезмерным спокойствием» по шкале самооценочной и межличностной тревожности. Частота встречаемости «чрезмерного спокойствия» среди юношей по вышеуказанным шкалам (76% и 44% соответственно) была выше, чем среди девушек (49% и 22% соответственно), что является статистически достоверным ($p=0,0001$ и $0,0009$, соответственно).

Подобное безразличие в студенческой среде носит, как правило, компенсаторный, защитный характер и препятствует адекватному восприятию действительности (университетской среды, в частности) и себя как личности [4, 5], что характерно для людей, воспринимающих окружающий мир более дружелюбно, не видящих угрозы, что также является фактором риска социальной дезадаптации. С другой стороны, эти респонденты способны находить формы поведения, обеспечивающие решение необходимых социальных задач.

Так же у студентов первых курсов преобладали отсутствие депрессивной симптоматики, либо её умеренная выраженность (табл 2), что свидетельствует о благоприятном психологическом климате в коллективе начальных курсов КрасГМУ.

Таблица 2

Уровень депрессивной симптоматики («Опросник депрессивной симптоматики Бека»)

| Уровень депрессии | Когнитивно-аффективная субшкала | | Субшкала соматизации | | Суммарный бал | |
|----------------------------------|---------------------------------|---------|----------------------|---------|---------------|---------|
| | жен., % | муж., % | жен., % | муж., % | жен., % | муж., % |
| Отсутствие симптомов | 46% | 58% | 55% | 73% | 46% | 65% |
| Умеренная выраженность | 28% | 27% | 41% | 23% | 35% | 27% |
| Критический уровень выраженности | 4% | 4% | 3% | 4% | 3% | 4% |
| Явная выраженность | 22% | 12% | 1% | 0% | 17% | 4% |

Однако обращает на себя внимание преобладание явно выраженной симптоматики над критическим уровнем симптоматики по когнитивно-аффективной субшкале: 22%/4% ($p=0,0002$) у девушек, а так же о преобладании явно выраженной симптоматики по

когнитивно-аффективной субшкале, по сравнению с субшкалой соматизации: 22% и 1% ($p=0,0001$) и 12% и 0% ($p=0,0004$) у девушек и юношей соответственно, что свидетельствует о превалирующем страдании именно когнитивных функций, нежели развитии психосоматических заболеваний

Выводы: в целом в среде первого-второго курсов КрасГМУ преобладает отсутствие депрессивной и тревожной симптоматики, но обращают на себя внимания студенты с критическими уровнями тревоги и депрессии, которые требуют индивидуального психолого-педагогического подхода.

Список литературы

1. Брагина К. Р. Тревожная и депрессивная симптоматика в рамках невротических и адаптационных расстройств у студентов-медиков на различных этапах обучения // Вісник Вінницького державного медичного університету. – 2003. – Т. 7 (2) / 2. — С. 849-851.
2. Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б., Евлокимова Я.Г. и др. Предэкзаменационный стресс и эмоциональная дезадаптация у студентов младших курсов // Социальная и клиническая психиатрия. – 2007. – Т. 7, № 2. – С. 38-43.
3. Николаев В.Г., Медведева Н.Н., Шульмин А.В., Синдеева Л.В., Деревцова С.Н. / Биофизические маркеры и их роль в оценке физического статуса человека // Сибирское медицинское обозрение.- 2013.- №6.- С.30-33
4. Евдокимова Я.Г. Интерперсональные факторы эмоциональной дезадаптации у студентов в условиях мегаполиса // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2008. - №49. – С. 270-274.
5. Олейчик И.В., Эндогенные депрессии юношеского возраста (клинико-психопатологическое, клинико-катамнестическое и фармако-терапевтическое исследование) : автореф. дис. док. мед. наук / И.В. Олейчик - Москва, 2011. – С.20-25.
6. Ротштейн В. Г., Богдан М.Н., Суетин М.Е. Теоретический аспект эпидемиологии тревожных и аффективных расстройств // Психиатрия и психофармакотерапия. – 2005. – Т. 7, №2. – С. 56-58.
7. Шнайдер Н.А., Николаев В.Г., Медведева Н.Н., Васильева Е.Э., Пен О.В., Газенкамф К.А., Говорина Ю.Б., Романенко А.А., Деревцова С.Н. / Коэффициент межполушарной когерентности как показатель интегративных процессов головного мозга у здоровых людей юношеского возраста // Известия Самарского научного центра Российской Академии наук. - 2014. - Т. 16, №5(4).- С.1351-1353

Рецензенты:

Матюшин Г.В., д.м.н., профессор, заведующий кафедрой кардиологии и функциональной диагностики ИПО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России, г. Красноярск;

Логинова И.О., д.псих.н., профессор, декан факультета клинической психологии, заведующая кафедрой клинической психологии и психотерапии с курсом ПО КрасГМУ им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России, г. Красноярск.