

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ

Зарытовская Н.В.¹, Калмыкова А.С.¹, Федько Н.А.¹

¹ФГБОУ ВПО «Ставропольский государственный медицинский университет» Минздрава России, Ставрополь, e-mail: leda54@mail.ru

Обследовано 243 девушки и 239 юношей в возрасте 16-17 лет, обучавшихся в общеобразовательных (ОК), технологических с углубленным изучением компьютерных программ (КК) и спортивных (СК) классах. Психологическое здоровье оценивалось по опросникам А. Личко, Айзенка, Спилбергера, Гавлиновой, А.М. Прихожан. Полезная ситуативная и личностная тревожности выявлены у большей части подростков. Им свойственна нормальная или высокая социальная адаптированность, вегетативная стабильность, оптимальные и реалистические оценки своих способностей и притязаний. Подростки ОК отличались нереалистичными притязаниями, испытывали затруднения в общении со сверстниками и учителями. В КК гендерные отличия показали низкую личностную тревожность, социальную адаптированность и высокую вегетативную устойчивость юношей, высокие личностную тревожность, социальную адаптированность и низкую вегетативную устойчивость девушек. Юношам СК присуща высокая ситуативная и низкая личностная тревожность, оптимальная самооценка, девушкам - высокая личностная тревожность. Состояние психологического здоровья учащихся старших классов требует разработки и осуществления комплексных, межотраслевых мероприятий по его укреплению в зависимости от профилизации обучения. Необходима разработка и внедрение в программы подготовки врачей, педагогов, психологов, социологов разделов по особенностям проявления, профилактики и коррекции различных форм психической дезадаптации подростков.

Ключевые слова: подростки, психологическое здоровье, профильное обучение.

PSYCHOLOGICAL HEALTH OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Zarytovskaya N.V.¹, Kalmykova A.S.¹, Fedko N.A.¹

¹FSBEI HE "Stavropol State Medical University" Russian Ministry of Health, Stavropol, e-mail: leda54@mail.ru

A total of 243 girls and 239 boys aged 16-17 enrolled in general education grades (GEG), technology grades with in-depth study of computer programs (TG) and sports grades (SG) were examined. Psychological health was assessed by questionnaires of A. Lichko, Eysenck, Spielberger, Gavlinova, A.M. Prikhozhan. Useful situational and personal anxiety was detected in most of the teenagers. They are characterized by normal or high social adaptation, autonomic stability, optimal and realistic assessment of their abilities and aspirations. GEG teens showed unrealistic claims, had difficulty in communicating with peers and teachers. In TG group gender differences showed low personal anxiety, social adaptability and high autonomic stability of the boys, high personal anxiety, social adaptability, and low autonomic stability of the girls. SG schoolboys have high situational and low trait anxiety, optimal self-esteem, the girls are characterized by high trait anxiety. Status of psychological health of high school students requires the development and implementation of integrated, cross-sectoral measures to strengthen it, depending on the education profiling. It is necessary to develop and implement the sections on features of manifestations, prevention and correction of various forms of mental maladjustment of adolescents into training programs of doctors, teachers, psychologists, sociologists.

Keywords: adolescents, mental health, specialized education.

В настоящее время сохранение психологического здоровья является важнейшей задачей как школы, так и родителей. По данным ВОЗ, 70% школьников нуждаются в коррекционной помощи. В современной школе постоянно возрастает школьная нагрузка, которая пагубно сказывается на здоровье девочек: 75% из них имеют хронические заболевания (среди мальчиков 35%). Из-за постоянной занятости родителей и жесткого ритма жизни исчезла размеренность семейного общения, беседы за ужином, прогулки с разговорами обо всем. Вместо этого - педагогическое давление на подростка и стрессовая тактика воспитательных воздействий [2; 4].

В современном обществе широко распространены акцентуации: гипертимность, циклоидность, лабильность, интровертированность и др. Для гипертимных подростков характерна демонстрация своих возможностей. Для циклоидов присущи субдепрессивные состояния, которые проявляются снижением настроения и работоспособности, раздражением. Лабильные подростки чутки ко всякого рода знакам внимания, похвалам. Интровертированность - это замкнутость, недостаток интуиции и сопереживания в процессе общения [2; 5; 6].

Акцентуации личности, как варианты нормы, играют важную роль в формировании характера подростка, выступая преморбидным фоном для развития нервно-психических расстройств и устойчивости социальной адаптации. Известно, что структура личности является генетически детерминированной, поэтому психологические типы представляют собой некую комбинацию высокой или низкой оценки экстраверсии-интроверсии вместе с высокой или низкой оценкой нейротизма-стабильности [1; 7; 9].

Современным подросткам 15-летнего возраста свойственны «выученная» беспомощность, кардинальная смена настроений, рафинированный инфантилизм, нежелание взрослеть, т.к. у них формируется подспудное недоверие к окружающему миру, миру взрослых и родителей. Образованность в понимании детей, их настойчивость, решительность, ориентация на высокий уровень достижения, а также хорошее здоровье, презентабельная внешность становятся особенно значимыми качествами. Но при этом эмоциональные и нравственные ценности занимают последние места в этой иерархии [8].

Ведущая медико-социальная проблема века - психосоматические заболевания детей. Неуклонно возрастает число детей, страдающих бронхиальной астмой и сахарным диабетом, заболеваниями ЖКТ и желчного пузыря, расстройствами со стороны сердечно-сосудистой системы, нейродермитом и т.д. Роль психологических факторов в развитии этих болезней считается доказанной. Исследованиями последних лет установлено, что неблагоприятные социальные факторы приводят к заострению слабых сторон типов личности и нивелируют их сильные [1; 3; 4].

Поведение подростка как в обыденной жизни, так и при экстремальных ситуациях определяет тревожность, оптимальный, желательный уровень которой обеспечивает активную деятельность личности. Различные уровни ситуативной и личностной тревожности приводят или к социально-психологической дезадаптации, или способствуют высокому уровню социально-психологической адаптации, проявляющемуся в принятии себя и окружающих, внутренней комфортности [3; 7].

Оптимальное представление о своих возможностях является важным фактором личностного развития и позволяет подростку испытать гордость за себя, определить степень

удовлетворенности собой. Завышенная самооценка указывает на личностную незрелость, неумение правильно оценивать результаты своей деятельности. Информативным показателем, свидетельствующим о социально-психологическом благополучии подростков, является самооценка здоровья, причем она напрямую связана с осознанием собственных усилий для его поддержания [2; 8].

Уровни социальной адаптированности и вегетативной лабильности определяют характер адаптации подростка. Низкие показатели социальной адаптированности, свидетельствующие о сложной адаптации, характерны для подростков, испытывающих затруднения в общении со сверстниками, учителями или родителями. Высокий уровень вегетативной лабильности имеют дети и подростки с большим числом жалоб различного характера, плохо переносящие повышенные нагрузки любого характера [6; 7].

Цель исследования

Установить особенности психологического здоровья учащихся старших классов в зависимости от профилизации обучения.

Материал и методы исследования

В исследовании приняли участие 243 девушки и 239 юношей в возрасте 16-17 лет, обучавшихся в профильных классах: общеобразовательных (ОК, I группа), с углубленным изучением компьютерных программ (КК, II группа) и спортивных (СК, III группа). В I группе было 74 девушки и 89 юношей, во II – 98 девушек и 81 юноша, в III – 71 девушка и 69 юношей. Психологическое здоровье оценивалось по типам акцентуации личности (А. Личко), определению экстра-интровертированности, нейротизму (опросник Айзенка), уровням ситуативной и личностной тревожности (опросник Спилбергера), по выявлению социальной адаптированности и вегетативной устойчивости (Гавлинова), по самооценке личных качеств и уровню притязаний (А.М. Прихожан) [2]. Математическая обработка материала исследования осуществлялась с помощью пакета статистических функций табличного процессора Microsoft Excel 2010. Оценка достоверности различий полученных результатов проводилась с помощью метода ϕ для определения доверительных границ долей (процентов).

Результаты исследования и их обсуждение

Преимущественным типом акцентуации у старшеклассников обоего пола был гипертимный (табл. 1). Чаще всего этот тип акцентуации встречался у юношей, обучающихся в спортивных классах – 69,7% ($p < 0,05$). У девушек гипертимность достоверно чаще выявлялась в общеобразовательных классах – 45,5%. Для гипертимных подростков характерна демонстрация своих возможностей, может быть, поэтому в компьютерных и

спортивных классах их число преобладающее, т.к. профили этих классов способствуют развитию демонстративности характера.

Таблица 1

Распределение подростков по типам акцентуации личности (А. Личко), %

Психотипы	Юноши			Девушки		
	ОК	КК	СК	ОК	КК	СК
Гипертимный	32,6*	40,4*	69,7*	45,5**	44,1**	38,4**
Циклоидный	7,7	9,1*	3,9*	3,3**	5,5**	11,7**
Лабильный	13,1*	7,2*	3,6*	15,2**	21,9**	23,4**
Интровертированный	14,8*	6,3*	7,7*	11,9**	3,3**	2,5**
Возбудимый	9,5*	12,1*	3,6*	5,4**	8,3**	15,6**
Неустойчивый	11,0*	16,3*	7,6*	15,5**	6,5**	0,0**

Примечания: * - достоверные различия внутри классов у юношей, $p < 0,05$;

** - достоверные различия внутри классов у девушек, $p < 0,05$

Субдепрессивные состояния у подростков с циклоидным типом, проявляющиеся снижением настроения, работоспособности и раздражением, установлены у 11,7% девушек-спортсменок и 9,1% юношей, обучающихся в КК, что достоверно больше, чем в двух других классах. Лабильный тип акцентуации личности более характерен для девушек (23,4% и 21,9% соответственно КК и ОК). Лабильные подростки чутки ко всякого рода знакам внимания, похвалам. Видимо, именно этот тип характера и способствовал определению подростка в спортивные классы, где наиболее ярко выражаются степени оценки их достижений.

Для подростков обоего пола, обучающихся в ОК (14,8% юношей и 11,9% девушек), характерен интровертированный тип акцентуации личности, главными чертами которого являются замкнутость, недостаток интуиции и сопереживания в процессе общения. Возбудимый тип акцентуации чаще выявлялся у юношей, обучающихся в КК (12,1%), и девушек-спортсменок (15,6%). Неустойчивый тип со стремлением вырваться из-под опеки родителей, неспособностью занять себя, установлен у юношей, обучающихся в КК (16,3%) и ОК (11,0%), и у девушек из ОК (15,5%), что является достоверным по отношению к двум другим классам. Большая часть подростков всех классов и обоего пола были экстравертами, общительными, открытыми в чувствах, уверенными в себе (табл. 2).

Таблица 2

Распределение подростков по опроснику Айзенка, %

Показатели	Юноши			Девушки		
	ОК	КК	СК	ОК	КК	СК
Экстраверсия	81,1*	78,1*	47,4*	86,5**	86,2**	68,4**
Интроверсия	7,9	13,5*	27,4*	9,2	10,3	15,9
Эмоциональная нестабильность	3,6*	25,6*	37,3*	49,2**	45,6**	55,0**
Стабильность	88,6*	63,8*	28,0*	34,7	31,9	32,5

Примечания: * - достоверные различия внутри классов у юношей, $p < 0,05$;
 ** - достоверные различия внутри классов у девушек, $p < 0,05$

Преобладающее количество экстравертов обоего пола установлено в ОК и КК, в спортивных классах – 47,4% юношей и 68,7% девушек ($p < 0,05$). Эмоциональная нестабильность присуща большей части девушек всех исследуемых классов, а также 25,6% юношей из КК и 37,3% спортсменов. Полезная ситуативная тревожность характерна для большей части подростков (табл. 3).

Таблица 3

Распределение подростков по опроснику Спилбергера, %

Показатели	Юноши			Девушки		
	ОК	КК	СК	ОК	КК	СК
Ситуативная тревожность						
Высокая	15,9*	13,7*	3,9*	22,7**	15,6**	13,4**
Низкая	14,3*	39,6*	41,5*	20,6	23,8	24,2
Личностная тревожность						
Высокая	23,7*	19,0*	3,6	39,9**	34,0**	57,5**
Низкая	10,1*	26,2*	33,8*	5,9**	5,6**	22,5**

Примечания: * - достоверные различия внутри классов у юношей, $p < 0,05$;
 ** - достоверные различия внутри классов у девушек, $p < 0,05$

Высокая ситуативная тревожность, равно как и низкая, встречалась у 1/6 части юношей ОК, 1/5 части девушек ОК и КК. У юношей из КК и спортсменов чаще выявлялась низкая эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию (39,6% и 41,5% соответственно), число девушек с низкой ситуативной тревожностью в 1,7 раза превышает число девушек с высокой тревожностью.

Полезная личностная тревожность, как компонент развитой личности, присуща подросткам обоего пола, обучающимся в ОК, КК и юношам-спортсменам. Для спортсменов характерна высокая личностная тревожность, что может указывать на оценку ситуаций обучения в СК как угрожающую их самоуважению, наличие чувства неуверенности в своих силах или связано с особой психологической установкой на достижение спортивного результата. Высокий уровень личностной тревожности установлен и у девушек, обучающихся в ОК и КК, возможно, что старшеклассницы расценивали свои последние годы обучения в школе как угрожающие их самооценке и самоуважению.

Среди школьников нормальную социальную адаптированность проявили юноши КК и СК (63,9% и 62,9% соответственно) и около половины школьниц всех классов (табл. 4). В ОК 48,4% юношей обладали способностями лидера, что качественно отличало их от обучающихся в КК и СК, в то же время 39,3% юношей ОК обладали низкими коммуникативными способностями, что указывало на особенности психологического

развития подростков этих классов. Выраженными качествами лидера обладали 39,4% спортсменок. Испытывали затруднения в общении со сверстниками, учителями в ОК и КК 20,9% и 18,3% школьниц соответственно, $p > 0,05$. Во всех изучаемых классах с нормальной вегетативной устойчивостью было около половины подростков обоего пола. Высокая вегетативная устойчивость чаще выявлялась у девушек-спортсменок (38,4%). Среди юношей не выявлено достоверной разницы между классами по количеству подростков с высокой вегетативной устойчивостью и высокой лабильностью.

Таблица 4

Распределение подростков по опроснику М. Гавлиновой, %

Показатели	Юноши			Девушки		
	ОК	КК	СК	ОК	КК	СК
Социальная адаптированность						
Низкая (1)	39,3*	13,5*	11,6*	20,9**	18,3	12,9**
Высокая (4)	48,4*	22,6*	25,6*	29,2**	27,1**	39,4**
Нормальная	12,3*	63,9*	62,8*	49,9	54,6	47,7
Вегетативная устойчивость						
Высокая (1)	21,2*	29,1*	29,4*	30,9**	35,5**	38,4**
Низкая (4)	23,1*	23,4*	18,7*	19,2	20,4	22,2
Нормальная	55,7*	47,5*	51,9*	49,9**	44,1	39,4**

Примечания: * - достоверные различия внутри классов у юношей, $p < 0,05$;

** - достоверные различия внутри классов у девушек, $p < 0,05$

Неумение правильно оценивать результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими, нечувствительность к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих (табл. 5) проявили 57,3% юношей и 63,1% девушек, обучающихся в КК, и 44,4% и 37,5% школьниц ОК и СК. Причем если у юношей наиболее нереалистичная оценка была дана своему авторитету у сверстников, умению многое делать своими руками, уверенности в себе, то у девушек не критическое отношение выявлено в отношении характера, внешности и ума.

Таблица 5

Распределение подростков по методике Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан, %

Показатели	Юноши			Девушки		
	ОК	КК	СК	ОК	КК	СК
Уровень притязаний						
Очень высокий (нереалистичный)	39,3*	55,7*	45,1*	63,3**	56,3**	52,5**
Высокий (оптимальный)	48,4*	42,9*	22,6*	36,7**	41,1**	40,0**
Средний (реалистичный)	12,3*	1,4*	32,3*	0,0**	2,3**	7,5**
Уровень самооценки						
Очень высокий (нереалистичный)	26,2*	57,3*	29,4*	44,4**	63,1**	37,5**
Высокий (оптимальный)	35,5*	30,5*	51,2*	40,5**	33,4**	41,7**
Средний (реалистичный)	38,3*	12,2*	18,7*	15,1**	3,5**	20,8**

Примечания: * - достоверные различия внутри классов у юношей, $p < 0,05$;

** - достоверные различия внутри классов у девушек, $p < 0,05$

Остальные подростки проявили оптимальную или реалистичную самооценку своих способностей. Девушки и юноши всех трех классов переоценивали собственные возможности (63,3, 56,3 и 52,5% девушек и 39,3, 55,7 и 45,1% юношей соответственно ОК, КК, СК). Причем наиболее некритично относились к своим возможностям юноши из КК (55,7%) и девушки из ОК (63,3%). Оптимально оценивали свои способности 48,4% и 42,9% юношей ОК и КК против 22,6% спортсменов ($p < 0,05$), 36,7, 41,1 и 40,0% девушек соответственно ОК, КК и СК, что является важным фактором личностного развития.

Заключение

Большая часть подростков-старшеклассников обоего пола - экстраверты, общительные, открытые в чувствах, уверенные в себе. Преимущественным типом акцентуации личности явился гипертимный. Эмоциональная нестабильность присуща большей части девушек, а для юношей более характерна эмоциональная стабильность. Полезная ситуативная и личностная тревожности выявлены у большей части подростков. Значительной доле юношей свойственна нормальная или высокая социальная адаптированность и вегетативная стабильность; оптимальные и реалистические оценки своих способностей и притязаний. Для девушек характерны высокая социальная активность и низкая вегетативная устойчивость.

Число девушек в общеобразовательных классах с низкой ситуативной тревожностью превысило количество девушек с высокой тревожностью. Все подростки отличались нереалистичными притязаниями, но в гендерном отношении - юноши проявили реалистичную самооценку и переоценку среди сверстников своего авторитета, девушки нереалистичную самооценку и переоценку своей внешности и ума. Подростки часто испытывали затруднения в общении со сверстниками и учителями.

В классах с углубленным изучением компьютерных программ гендерные отличия показали низкую личностную тревожность, социальную адаптированность и высокую вегетативную устойчивость юношей, высокие личностную тревожность, социальную адаптированность и низкую вегетативную устойчивость девушек. Видимо, у девушек имелось больше факторов, расцениваемых ими как опасные для самооценки, самоуважения.

Подросткам спортивных классов свойственна низкая социальная адаптированность, высокая вегетативная стабильность. Для юношей присуща высокая ситуативная и низкая личностная тревожность, оптимальная самооценка. Для девушек - высокая личностная тревожность, что может указывать на наличие чувства неуверенности в себе или на особую установку при обучении в СК, завышенная самооценка.

Состояние психологического здоровья учащихся старших классов требует разработки и осуществления комплексных, межотраслевых мероприятий по его укреплению на макро-, микросоциальном и личностном уровнях в зависимости от профилизации обучения. Для этого требуется разработка и внедрение в программы подготовки врачей, педагогов, психологов, социологов расширенных разделов по особенностям проявления, профилактики и коррекции различных форм психической дезадаптации детей и подростков.

Список литературы

1. Ананьев В.А. Психология здоровья. — СПб. : Речь, 2006. - 384 с.
2. Бобошко И.Е., Жданова Л.А., Епифанова О.С. Новые формы медико-социального сопровождения детей разных типов психосоматической конституции // Материалы 3-го Всероссийского конгресса с международным участием по школьной и университетской медицине. – М., 2012. – С. 67-69.
3. Бочарова Е.А. Специальная психология : учебное пособие. – Архангельск, 2009. – 58 с.
4. Гигиеническая оценка особенностей течения процессов социально-психологической и психологической адаптации учащихся 14-17 лет и пути преодоления школьного стресса / И.В. Сергета, О.П. Мостовая, О.Ю. Браткова и др. // Материалы 3-го Всероссийского конгресса с международным участием по школьной и университетской медицине. – М., 2012. – С. 369-371.
5. Зарытовская Н.В. Психическое здоровье школьников старших классов г. Ставрополя // Материалы XV Конгресса педиатров России с международным участием «Актуальные проблемы педиатрии». – М., 2011. – С. 309.
6. Зарытовская Н.В., Калмыкова А.С., Хрипунова А.А. Прогностическая модель индивидуального здоровья школьников старшего возраста // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. - 2013. - № 4. – С. 46-52.
7. Соколова М.С. Оценка школьной тревожности у юношей 15-17-летнего возраста, обучающихся в образовательных учреждениях разного типа // Материалы XVI Конгресса педиатров России с международным участием «Актуальные проблемы педиатрии». – М., 2012. – С. 700.
8. Фельдштейн Д.И. Приоритетные направления психолого-педагогических исследований в условиях значимых изменений ребенка и ситуации его развития // Бюллетень ВАК. – 2010. - № 5. – С. 3-9.