

ТРЕВОЖНЫЕ И ДЕПРЕССИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ УНИВЕРСИТЕТОВ В КОНТЕКСТЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПОКОЛЕНИЯ Z

Задорожная О.В.¹, Кушнерев И.С.¹

¹ФГБОУ ВО «Северо-Западный государственный медицинский университет имени И.И. Мечникова» Министерства здравоохранения РФ, Санкт-Петербург, e-mail: ov_zador@mail.ru

В статье рассматривается распространенность депрессивных и тревожных расстройств у студентов первого и шестого курсов Омского государственного медицинского университета и Северо-западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова (г. Санкт-Петербург). Субклинический уровень тревоги отмечался у 20,68% (n=60) всех участников исследования, а клинический – у 19,31% (n=56). Субклинический уровень депрессии выявлен у 14,48% (n=42), а клиническая депрессия – у 7,58% (n=22) всех студентов. Также сочетание тревоги и депрессии встречалось в 13,79% случаев. У студентов Северо-западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова клинически выраженная тревога отмечалась достоверно чаще по сравнению с аналогичным показателем у студентов Омского государственного медицинского университета, как на первом (n=21, 27,27% и n=6, 9,67% соответственно), так и на шестом курсах (n=22, 31,4% и n=7, 8,64% соответственно). Показаны результаты анализа представлений студентов, касающихся их будущей профессии и некоторых мировоззренческих аспектов. Выявлена взаимосвязь уровня тревоги и депрессии у студентов – участников исследования с дефицитом некоторых экзистенциальных представлений, что в контексте теории поколений может представляться одной из особенностей так называемого поколения Z. Учет особенностей мышления, специфика коммуникационных навыков, отношение к себе представителей поколения Z определяют новые задачи в профессиональной деятельности преподавателей: поиск новых форм и подходов при формировании ценностных ориентаций студентов медицинских университетов.

Ключевые слова: тревога, депрессия, студенты, медицинское образование, поколение Z.

ANXIETY AND DEPRESSIVE DISORDERS OF MEDICAL UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONTEXT OF PECULIARITIES OF GENERATION Z

Zadorozhnaya O.V.¹, Kushnerev I.S.¹

¹FGBOU VO «Northwestern State Medical University named after I.I. Mechnikov» Ministry of Health of Russia, Saint-Petersburg, e-mail: ov_zador@mail.ru

The article examines the prevalence of depressive and anxiety disorders among first and sixth year students of Omsk State Medical University and Northwestern State Medical University named after I.I. Mechnikov (St. Petersburg). Subclinical anxiety was noted in 20.68% (n = 60) of all study participants, and clinical – in 19.31% (n=56). The subclinical level of depression was found in 14.48% (n=42), and clinical depression in 7.58% (n=22) of all students. Also, a combination of anxiety and depression occurred in 13.79% of cases. Students of the Northwestern State Medical University named after I.I. Mechnikov, clinically pronounced anxiety was noted significantly more often, compared with the same indicator among students of Omsk State Medical University, both in the first (n=21, 27.27% and n=6, 9.67%, respectively) and in the sixth year (n=22, 31.4% and n=7, 8.64%, respectively). The results of the analysis of students' ideas concerning their future profession and some worldview aspects are shown. The interrelation of the level of anxiety and depression among students-participants of the study with a deficit of some existential ideas was revealed, which, in the context of the theory of generations, may seem to be one of the features of the so-called generation Z. tasks in the professional activity of teachers – the search for new forms and approaches in the formation of value orientations of students of medical universities.

Keywords: anxiety, depression, students, medical education, generation Z.

Тревожные и депрессивные расстройства широко распространены в юношеском возрасте. В ряде исследований студенты-медики демонстрируют высокий уровень тревожности чаще, чем другие люди той же возрастной группы. Более того,

распространенность депрессивных симптомов у студентов-медиков также значительно выше, чем в общей популяции [1]. Не вызывает сомнений тот факт, что психическое благополучие важно как для студентов-медиков, так и для пациентов, с которыми они встречаются, а также для их будущей медицинской практики. Студенты-медики, страдающие депрессией, чаще думают о прекращении учебы, у них снижена критика к состоянию собственного здоровья [2]. Основными факторами возникновения тревожно-депрессивной симптоматики у студентов медицинских вузов многие авторы считают стресс, возникающий из-за большой академической нагрузки, недостаточной способности к концентрации внимания, частых конфликтных ситуаций, отсутствия возможности полноценно отдыхать [3, 4].

Учитывая все вышеперечисленное, нам видится важным рассмотрение проблемы тревожных и депрессивных расстройств у студентов медицинских университетов с учетом специфических особенностей поколения Z, к которому относится подавляющее большинство обучающихся в настоящий момент.

Цель исследования. Изучение и сравнение показателей тревожных и депрессивных расстройств у студентов первых и шестых курсов, обучающихся в разных регионах России; выявление факторов, влияющих на обозначенное психическое состояние.

Материал и методы исследования. В исследовании приняли участие 290 студентов. Исследование в форме анонимного анкетирования проводилось с октября 2018 по декабрь 2019 гг. Среди участников исследования было 147 студентов Северо-западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова (СЗГМУ) и 143 студента Омского государственного медицинского университета (ОмГМУ). Среди участников исследования было 139 (47,93%) первокурсников и 151 (52,07%) шестикурсник. Среди студентов СЗГМУ было 77 (52,38%) первокурсников и 70 шестикурсников (47,62%); среди студентов ОмГМУ – 62 первокурсника (43,35%) и 81 (56,65%) студент шестого курса соответственно.

Всего в исследовании приняли участие 219 (75,5%) девушек и 71 (24,5%) юноша. Средний возраст участников исследования составил $21,05 \pm 2,62$ года (ОмГМУ) и $20,92 \pm 2,75$ года (СЗГМУ), первокурсников – $18,3 \pm 0,83$ года, шестикурсников – $23,45 \pm 0,97$ года.

Основной инструмент исследования – разработанная нами базисная карта, включающая в себя вопросы мировоззренческого характера и вопросы выбора будущей профессии, а также Госпитальная шкала тревоги и депрессии HADS [5]. Статистическая обработка полученных результатов производилась с использованием программы STATISTICA 10.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ полученных в ходе анкетирования данных показал высокую распространенность тревожных и депрессивных расстройств среди студентов медицинских вузов. Особенно высокими оказались показатели тревоги: субклинический уровень тревоги отмечался у 20,68% (n=60) всех участников исследования, а клинический – у 18,62% (n=54). Субклинический уровень депрессии выявлен у 15,16% (n=44), а клиническая депрессия – у 7,59% (n=22). Также сочетание тревоги и депрессии встречалось в 13,79% случаев (n=40).

Мы разделили участников исследования на две подгруппы: первокурсники и шестикурсники (СЗГМУ и ОмГМУ вместе). Результаты анализа распространенности тревожных и депрессивных расстройств у студентов первых и sixth курсов представлены в таблице.

Распространенность тревожных и депрессивных расстройств у студентов первых и sixth курсов СЗГМУ им. Мечникова и ОмГМУ

Курс	Субклинический уровень тревоги		Клинический уровень тревоги		Субклиническая депрессия		Клиническая депрессия		Сочетание тревоги и депрессии	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Первый	34	11,72	27	9,31	22	7,58	16*	5,52	21	7,24
Шестой	26	8,96	27	9,31	22	7,58	6*	2,07	19	6,55
ИТОГО	60	20,68	54	18,62	44	15,16	22	7,59	40	13,79

Примечание: * – отмечены χ^2 (степень свободы = 1, p=0,05).

Из данных, представленных в таблице, видно: субклиническая тревога отмечалась у 11,72% (n=34) студентов первого курса и 8,96% (n=26) студентов sixth курса, клинически выраженная тревога – у 9,31% (n=27) и 9,31% (n=27) соответственно. Хотя показатели субклинической тревоги были выше у студентов первого курса, эти различия носили характер тенденции и не достигали статистически значимого уровня.

Мы обнаружили статистически достоверную разницу между показателями уровня клинической депрессии у представителей первого (5,52%, n=16) и sixth курса (2,07%, n=6) обоих университетов ($\chi^2=5,86$, p=0,05). Таким образом, клинически выраженная депрессия достоверно чаще встречалась у студентов-первокурсников. Анализ данных методом ранговой корреляции Спирмена подтвердил наличие достоверной связи между курсом, на котором обучается студент, и уровнем выраженности депрессии (r=-0,12, p<0,05).

Сочетание депрессивных и тревожных расстройств также чаще встречалось у студентов первого курса (7,24%, n=21) по сравнению со студентами-шестикурсниками (6,55%, n=19).

Анализируя данные по каждому университету отдельно, мы получили следующие результаты. Клинический уровень тревоги был выявлен у 21 (27,27%), а субклинический уровень тревоги – у 17 (22,07%) студентов первого курса СЗГМУ. Среди первокурсников ОмГМУ: клинический уровень тревоги выявлен у 6 (9,67%), а субклинический уровень тревоги – у 17 (27,41) студентов. У студентов шестого курса: клинический уровень тревоги был выявлен у 22 (31,4%), а субклинический уровень – у 12 (17,4%) студентов СЗГМУ. Клинический уровень тревоги выявлялся у 7 (8,64%), а субклинический уровень – у 14 (17,28%) шестикурсников ОмГМУ.

Различия по уровню клинически выраженной тревоги между студентами ОмГМУ и СЗГМУ носили статистически значимый характер как на первом ($\chi^2=6,79$, $p=0,05$), так и на шестом ($\chi^2=14,08$, $p=0,05$) курсах. У студентов Петербургского университета клинически выраженный уровень тревоги отмечался достоверно чаще. Анализ полученных данных методом ранговой корреляции Спирмена также выявляет достоверную связь между университетом, в котором обучались участники исследования, и показателем уровня тревоги ($r=-0,21$, $p<0,05$). Мы можем выдвигать гипотезы о влиянии таких стрессогенных факторов, как переезд в другой город (в центральные вузы традиционно съезжают студенты из различных регионов России), новая социальная среда и отрыв от родственников, повышенный уровень психоэмоциональных нагрузок и т.д. Но, тем не менее, этот вопрос требует дальнейшего изучения.

При изучении уровня депрессивных расстройств клиническая депрессия выявлена у 4 (6,45%), а субклиническая – у 8 (12,9%) первокурсников ОмГМУ. Клиническая депрессия выявлена у 12 (15,58%), субклиническая депрессия определена у 14 (18,18%) первокурсников СЗГМУ. Среди шестикурсников ОмГМУ клиническая депрессия выявлена у 2 (2,46%), а субклиническая – у 9 (11,11%) студентов. Клиническая депрессия выявлена у 4 (5,71%), субклиническая депрессия выявлена у 11(15,71%) шестикурсников СЗГМУ.

Сочетание тревоги и депрессии выявлено у 7 (11,29) первокурсников ОмГМУ и у 14 (18,18%) первокурсников СЗГМУ. Также сочетание тревоги и депрессии выявлено у 12 (17,14) шестикурсников СЗГМУ, Сочетание тревоги и депрессии выявлено у 7 (8,64%) шестикурсников ОмГМУ.

Наша анкета включала в себя также некоторые вопросы мировоззренческого характера, а также вопросы, касающиеся будущей профессии участников исследования.

На вопрос: «После окончания университета я...» 123 (86%) студента ОмГМУ и 95 (64,6%) студентов СЗГМУ дали ответы, так или иначе связанные с будущей профессией. Наиболее типичными ответами были: «Поступить в ординатуру», «Работать в той сфере, в которой мое призвание и которую я люблю». Высказывания, не связанные с профессией, были чаще всего посвящены семье («Уйти в декрет»), но были и шуточные («Выспаться»). У респондентов, имевших высокие баллы по шкале депрессии, нередко в ответах встречался мрачный юмор: «После окончания университета я хочу на пенсию», «Мечтаю о пенсии», «Хороший врач это... молодец».

Нами также учитывалось отсутствие ответа на вопрос (5 студентов ОмГМУ и 1 студент СЗГМУ). При анализе данных методом ранговой корреляции Спирмена была выявлена положительная корреляционная связь между отсутствием ответа на вопрос: «После окончания университета я...» и уровнем тревоги ($r=0,16$, $p<0,05$).

Крайне интересными оказались ответы на весьма непростой вопрос: «Медицина для меня – это...», призванный натолкнуть респондентов на размышления и уйти от стереотипных шаблонов. В количественном отношении мы оценивали этот показатель как наличие/отсутствие ответа. Ответили на вопрос 131 студент ОмГМУ и все 147 студентов СЗГМУ. Ответы были разнообразными: от крайне формальных («Система знаний») до оригинальных («Медицина для меня – это все. Я не представляю себя в другой профессии. Полюбила ее не сразу, но, окунувшись в нее, это стало смыслом жизни») и саркастических («Медицина это... не про меня», «Власть над людьми»). Для студентов ОмГМУ выявлена положительная корреляционная связь между отсутствием ответа на вопрос: «Медицина для меня – это...» и уровнем депрессии ($r=0,2$, $p<0,05$).

Нам был также интересен аспект, связанный с представлениями будущих врачей о своей профессии, а точнее, те факторы, которые на это представление повлияли. Наибольшее количество опрошенных студентов ОмГМУ ($n=59$) отметили опыт работы родственников, 41 студент упомянул о влиянии книг и сериалов, 28 студентов отметили личный опыт, 8 студентов ОмГМУ не ответили на этот вопрос, 7 человек выбрали свой вариант. Студенты СЗГМУ также чаще всего отмечали опыт работы родственников ($n=45$), книги и сериалы ($n=39$), личный опыт ($n=35$), 17 человек не ответили на вопрос, 10 выбрали свой вариант. Как было сказано выше, у студентов первых курсов был достоверно выше уровень клинически выраженной депрессии. И здесь мы можем предположить влияние такого фактора, как несоответствие ожиданий студентов-первокурсников и той реальности, с которой они сталкиваются, начиная обучение в медицинском университете. В этом контексте интересно отметить еще одну закономерность: для студентов СЗГМУ была выявлена положительная

корреляционная связь между отсутствием ответа на вопрос: «Мои представления о будущей профессии основывались на...» и уровнем депрессии ($r=0,21$, $p<0,05$).

И, наконец, ответы на вопрос о мечтах участников исследования также выглядят интересными. Наиболее часто встречались ответы, касающиеся тех или иных социальных достижений в будущем: 94 студента ОмГМУ и 72 студента СЗГМУ. На втором месте оказались мечты, относящиеся, скорее к сфере нематериального. Приведем примеры таких ответов: «Не охладеть к медицине», «О полной внутренней и внешней гармонии», «О введении принципов доказательной медицины во всех лечебных учреждениях», «Машине, чтобы записывать видео из воспоминаний», «О путешествиях» и т.д. Подобные ответы дали 14 студентов ОмГМУ и 55 студентов СЗГМУ. И лишь на третьем месте оказались мечты ребят о финансовом благополучии (19 студентов ОмГМУ и 11 студентов СЗГМУ). Не дали никакого ответа 16 и 7 опрошенных студентов соответственно.

По нашему мнению, рассматривая проблему психических состояний будущих врачей, необходимо учитывать тот социологический, культурологический и мировоззренческий анализ, который предоставляет нам при описании современных реалий «теория поколений». Современность – это время «поколения Z» – поколения людей, родившихся, по мнению Нейла Хоува и Вильяма Штрауса, с 1995 г. по 2012 г. [6].

По мнению профессора А.И. Макарова [7], поколение Z перенасыщено красивыми образами, которые в изобилии поставляет Интернет, они мечтают о покое, предпочитают приватность. Защитной реакцией профессор А.И. Макаров считает «отключение чувств» у представителей этого поколения, преобладают начинают эмоции, аффекты. А.И. Макаров также высказывает предположение о причинах высокой распространенности тревожных расстройств и панических атак у представителей поколения Z: это страх потери себя вследствие расслоения субличностей. В качестве таких субличностей он выделяет так называемую дневную субличность, вынужденную контактировать с социумом, замкнутую, немногословную; и ночную – живущую в мире социальных сетей, Интернета, онлайн-игр. Вторая субличность значительно активнее и коммуникативнее, может отличаться от «дневной».

По мнению профессора А.И. Макарова, для эффективного функционирования представителей поколения Z им требуется некий куратор – человек, способный их понять и мягко мотивировать. Это необходимо, так как у «зетов» наблюдается недостаток энергии. Интересно (особенно в связи с такой профессиональной сферой, как медицина), что деньги не ставятся поколением Z во главу угла, что подтвердило наше исследование. Чаще всего они просто движимы своими идеями, для них важно свободное время. «Зетам» важна оценка их работы. Если этого не будет, то никакая зарплата не сможет их удержать на этом месте.

Это одна из причин, почему блогинг считается среди «зетов» престижной профессией. Блогер одновременно получает славу как мгновенную реакцию на свою работу и монетизацию своего творчества.

Будучи погруженными в бесконечный поток информации, люди поколения Z научились жестко отметить то, что не нужно для жизни. Поэтому общение с «зетами» должно быть предметным, по делу. Поколение Z предпочитает потреблять и перерабатывать информацию короткими порциями, поэтому им нужно ставить одновременно несколько разных задач на короткий срок. При этом «зетам» нужна ясная мотивация. В отличие от других поколений они не хотят и не будут тратить свои моральные и физические силы на труд, смысла которого не понимают или просто не видят в нем пользы для себя [8].

Данные немногочисленные замечания о поколении Z делают очевидным несоответствие традиционной системы обучения (того, как организационно и методически она представлена) запросам и ожиданиям нового поколения. Это может приводить к разочарованию в учебе, потере интереса к будущей профессии и обуславливать депрессивные переживания наряду с интеллектуальными нагрузками, стрессовыми факторами адаптации к новой учебной среде и коллективу.

Выводы. Анализ данных, полученных при опросе студентов двух крупных медицинских университетов России, выявил следующие закономерности: клинически выраженная депрессия достоверно чаще отмечалась у студентов первых курсов в обоих медицинских университетах. У студентов Петербургского университета клинически выраженный уровень тревоги встречался чаще как на первом, так и на шестом курсах. Уровень тревоги и депрессии у студентов – участников исследования оказался связан с дефицитом некоторых экзистенциальных представлений, что может быть характерной чертой данного поколения. Учет особенностей мышления, специфика коммуникационных навыков, отношение к себе представителей поколения Z определяют новые задачи в профессиональной деятельности преподавателей: поиск новых форм и подходов при формировании ценностных ориентаций студентов и идеологических основ. Это тем более актуально, что профессия врача, с одной стороны, связана с конкретными профессиональными навыками, а с другой – требует специфичных навыков коммуникации, особого рода «экзистенциальных представлений». Последнее в определенной степени оказывается проблематично для представителей поколения Z: они немного иначе, «нетрадиционно» относятся к самой коммуникации и воспринимают ее, однако, по замечанию исследователей, они готовы и хотят общаться.

Список литературы

1. Pawlaczyk M., Siembida J., Balaj K., Rajewska-Rager A. The assessment of stress level, anxiety, depressive symptoms, and defense mechanisms among Polish and English medical students. *Ann Gen Psychiatry*. 2020. Vol. 19. P. 29. DOI: 10.1186/s12991-020-00274-7.
2. Quince T.A., Wood D.F., Parker R.A., Benson J. Prevalence and persistence of depression among undergraduate medical students: a longitudinal study at one UK medical school. *BMJ Open*. 2012. Vol. 2 (4). DOI: 10.1136/bmjopen-2012-001519.
3. Saravanan C., Wilks R. Medical Students' Experience of and Reaction to Stress: The Role of Depression and Anxiety. *Scientific World Journal*. 2014. P. 737382. DOI: 10.1155/2014/737382.
4. Юнацкая Т.А., Турчанинова М.С., Козубенко О.В., Турчанинов Д.В. Психологический компонент качества жизни, связанного со здоровьем, подростков и студентов Омской области // *Фундаментальные исследования*. 2014. № 7-1. С. 170-173.
5. Zigmond A.S., Snaith R.P. The hospital anxiety and depression scale. *Acta Psychiatr Scand*. 1983. Vol. 67 (6). P. 361-370. DOI: 10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x.
6. Хватова М.В., Дьячкова Е.С. Влияние образовательной среды на психологическое здоровье студентов разных специальностей в процессе обучения // *Психологическая наука и образование*. 2016. № 3. С. 74-88.
7. Макаров А.И. Теория поколений. Поколение Z [Электронный ресурс]. URL: <https://youtu.be/wxOIKNgramU> (дата обращения: 23.03.2021).
8. Стиллман Д., Стиллман И. Поколение Z на работе. Как его понять и найти с ним общий язык / пер. с англ. Ю. Кондукова. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. 272 с.