

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2023.27.72.036

**Психоэмоциональное состояние студентов,  
проживающих в условиях  
Среднего Приобья**

**Литовченко Ольга Геннадьевна**

Доктор биологических наук,  
профессор кафедры морфологии и физиологии,  
Сургутский государственный университет,  
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;  
e-mail: olgalitovchenko@mail.ru

**Тостановский Алексей Владимирович**

Доцент кафедры медико-биологических дисциплин  
и безопасности жизнедеятельности,  
Сургутский государственный педагогический университет,  
628417, Российская Федерация, Сургут, ул. 50 лет ВЛКСМ, 10/2;  
e-mail: atos.70@mail.ru

**Барсегян Сирануш Тиграновна**

Студент,  
Сургутский государственный университет,  
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;  
e-mail: barsegyan96@mail.ru

**Демешкин Павел Андреевич**

Аспирант,  
Сургутский государственный университет,  
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;  
e-mail: paveldemeshkin@gmail.com

**Смоляк Александр Александрович**

Аспирант,  
Сургутский государственный университет,  
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;  
e-mail: paveldemeshkin@gmail.com

**Гаджибекова Нармин Гаджибала кызы**

Аспирант,  
Сургутский государственный университет,  
628400, Российская Федерация, Сургут, пр. Ленина, 1;  
e-mail: narmina567@mail.ru

**Аннотация**

На сегодняшний день психоэмоциональное состояние студентов подвергается действию многочисленных внешних и внутренних факторов, способствующих снижению нервно-эмоциональной устойчивости, перенапряжению и переутомлению организма, снижению его функциональных возможностей. Эмоциональное перенапряжение может стать предпосылкой к изменению физиологических параметров функционального состояния различных систем организма. Исследование выполнено на базе Сургутского государственного университета, в котором приняли участие студенты разных специальностей с 1 по 6 курсы от 18-25 лет. Всего в исследование приняли участие 158 студентов. Для определения особенностей психоэмоционального состояния студентов использовали методику Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина. Рассчитывали уровни личностной и ситуативной тревожности. Исследование нервно-психической устойчивости проводили с использованием опросника «Прогноз» (Рыбников В.Ю.). Установлено, что для студентов северного вуза характерно «удовлетворительный» уровень нервно-эмоциональной устойчивости, при котором возможны нервно-психические срывы. Выявлено, что уровень личностной тревожности у молодых людей высокий. Для полноценной оценки эмоционального состояния студентов, проживающих в гипокомфортных условиях севера, необходимо осуществлять дальнейший мониторинг психоэмоционального состояния обучающихся, разработку и внедрение мероприятий для снижения риска развития дезадаптационных нарушений у обучающихся в высшей школе с целью поддержания высокого уровня умственной работоспособности в период всего учебного процесса, сохранения и укрепления психического и физического здоровья студенческой молодежи.

**Для цитирования в научных исследованиях**

Литовченко О.Г., Тостановский А.В., Барсебян С.Т., Демешкин П.А., Смоляк А.А., Гаджибекова Н.Г. Психоэмоциональное состояние студентов, проживающих в условиях Среднего Приобья // Педагогический журнал. 2023. Т. 13. № 7А. С. 298-306. DOI: 10.34670/AR.2023.27.72.036

**Ключевые слова**

Студент, северный вуз, Среднее Приобье, ситуативная тревожность, личностная тревожность, нервно-психическая устойчивость, психоэмоциональное состояние.

## Введение

Студенческая молодежь является важной частью общества, которая характеризуется активной работой над формированием своей личности. основополагающими критериями для успешного изучения большого объема новой информации, достижения успехов и самореализации являются физическое и психическое здоровье студентов [Литовченко, Багнетова, Тостановский, 2022; Романова, Волков, Козлов, 2018]. Особое внимание следует уделить психическому здоровью, поскольку по данным многочисленных исследований, для достижения высоких результатов важную роль играет эмоциональное состояние обучающихся [Крюкова, 2000; Люсин, 2006; Шаламова, Сафонова, Рагозин, 2018]. На сегодняшний день психоэмоциональное состояние студентов подвергается действию многочисленных внешних и внутренних факторов, способствующих снижению нервно-эмоциональной устойчивости, перенапряжению и переутомлению организма, снижению его функциональных возможностей [Яковлев, Литовченко, 2008]. Эмоциональное перенапряжение может стать предпосылкой к изменению физиологических параметров функционального состояния различных систем организма, приводящих к снижению качества обучения, препятствующий формированию многогранной, всесторонне развитой личности, готовой работать в современных условиях и соответствовать его требованиям.

Помимо вышесказанного, студенты, проживающие на территории Среднего Приобья, подвергаются воздействию неблагоприятных климатических условий севера, приводящих к дезадаптивным сдвигам в организме. Длительный умственный напряженный труд в сочетании с неблагоприятными факторами среды и нерациональным образом жизни приводит к нервно-эмоциональной неустойчивости, повышению ситуативной и личностной тревожности, снижению умственной работоспособности, что способствует снижению качества обучения в высшей школе [Кучма, Ткачук, Тармаева, 2016; Романова, Волков, Козлов, 2018]. В этой связи представляется актуальным изучение психоэмоционального состояния студентов.

Исследование выполнено на базе Сургутского государственного университета, в котором приняли участие студенты специальностей лечебное дело, педиатрия, клиническая психология, управление персоналом, общая биология, педагогическое образование с 1 по 6 курсы лет на основании информированного добровольного согласия исследуемых лиц. Средний возраст обследуемых студентов составил  $19,62 \pm 1,57$  года. Всего в исследование приняли участие 158 студентов. Исследование проводилось в весенне-осенний период с апреля по ноябрь, в межсессионный период.

Для определения особенностей психоэмоционального состояния студентов использовали методику Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина. Рассчитывали уровни личностной и ситуативной тревожности. Исследование нервно-психической устойчивости проводили с использованием опросника «Прогноз» (Рыбников В.Ю.).

Статистическую обработку данных проводили с помощью пакета прикладных программ Statistica v. 10.0. Для оценки нормальности распределения применялся критерий Шапиро – Уилка и Колмогорова-Смирнова. Уровень значимости при проверке статистических гипотез в исследовании принимали равным 0,05. Анализ достоверности различий между группами осуществляли с использованием методов параметрической статистики (t-критерий Стьюдента). При сравнении процентных долей групп обследуемых лиц использовали хи-квадрат Пирсона.

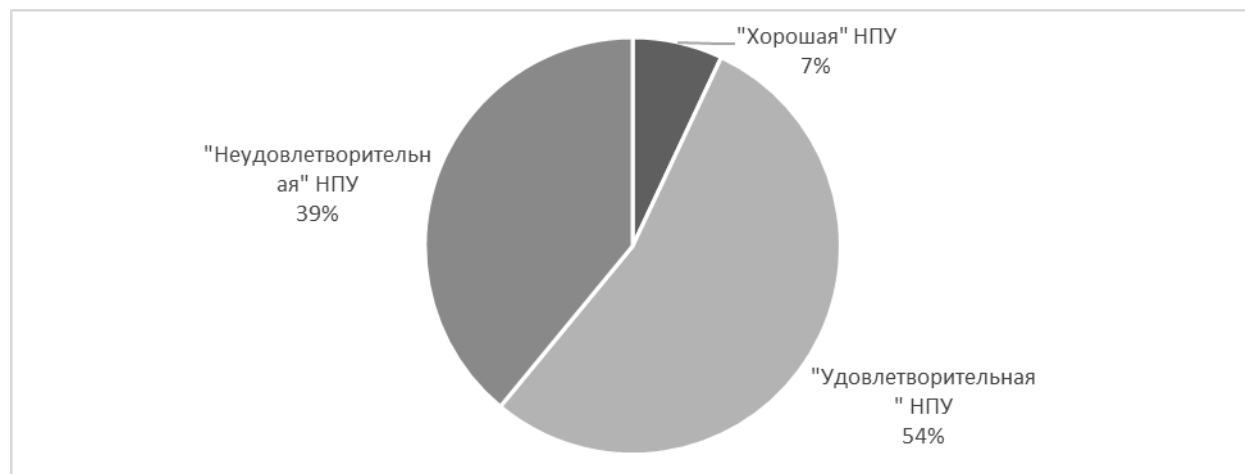
## Результаты и обсуждение

Нервно-психическая неустойчивость является одним из основных причин, снижающих адаптивные процессы в организме. Нервно-психическая неустойчивость, так же, как и нервно-психическая устойчивость (НПУ), отражает адаптационные возможности студента к умственной деятельности в неблагоприятных и стремительно изменяющихся условиях современного образования. Под НПУ подразумевается совокупность врожденных и приобретенных личностных качеств, психофизиологических возможностей организма, обеспечивающих оптимальное функционирование индивида в неблагоприятных условиях [Рыбников, Ашанина, 2012]. По результатам нашего исследования, средние значения показателей НПУ у обучающихся северного вуза составляли  $26,98 \pm 1,03$  баллов, что указывает на удовлетворительное психоэмоциональное состояние, прогноз для данного показателя благоприятный, свидетельствующий о способности сохранить личностный адаптивный потенциал при возникновении негативных стрессовых факторов (таб. 1).

**Таблица 1 - Показатели нервно-психической устойчивости у студентов г. Сургута**

Критерий	Шкала искренности	Шкала нервно-психической устойчивости
X (среднее значение) (баллы)	3,4	26,98
m (ошибка средней)	0,24	1,03
$\sigma$ (ср. квадратичное отклонение)	2,29	9,63
Cv (коэф. вариации)	0,08	2,60

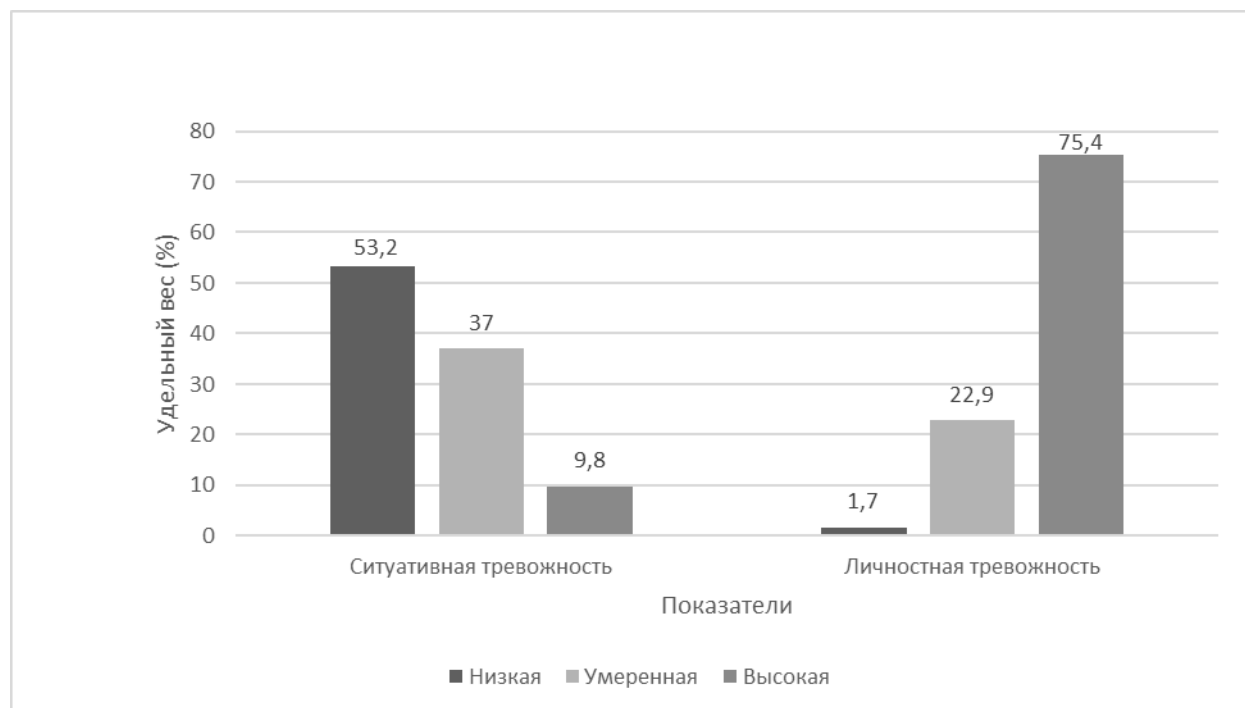
Для изучения структуры этого показателя рассчитывали удельный вес встречаемости (%) данного показателя. У наименьшей доли студентов НПУ «хорошая», которая характеризуется высоким уровнем психического и соматического здоровья индивида (рис. 1). Опираясь на данные опроса, у половины обучающихся НПУ «удовлетворительная», в результате чего нервно-психические срывы вероятны, особенно в экстремальных условиях севера. «Неудовлетворительная» НПУ установлена у 39 %, что является предпосылкой для нервно-психических срывов, вероятность срывов в данном случае высокая.



**Рисунок 1 - Удельный вес (%) нервно-психической устойчивости студентов г. Сургута**

Поскольку эмоциональная неустойчивость может отражаться в виде внутреннего напряжения и тревожности, уровень нервно-психической неустойчивости оценивается совместно с уровнем личностной тревожности (ЛТ) и ситуативной тревожности (СТ) (рис. 2). Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, которая отражает предрасположенность субъекта к тревоге и возможное наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, реагируя на каждую из них определенной реакцией [Будук-оол, 2020; Сидоров, 2013]. Выявлено, что у преобладающей части студентов высокий уровень ЛТ, которая отражает повышенную чувствительность к отрицательным факторам среды. По полученным данным, менее 2% опрошенных респондентов обладают низким уровнем ЛТ (рис. 2).

Ситуативная тревожность характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряженностью, тревогой, раздражительностью и является эмоциональной реакцией на стрессовую ситуацию [Матвиенко, Цоллер, Бучнов, 2014]. Оценивая ситуативную тревожность, выявлено, что половина студентов обладают низким уровнем ситуативной тревожности, при котором индивид характеризуется низкой способностью испытывать тревогу даже при экстремальных ситуациях. Выявлено в ходе исследования, что менее 10% молодых людей обладают высоким уровнем ситуативной тревожности, указывающий на низкий уровень толерантности к стрессовым ситуациям, и как следствие на повышенную утомляемость, истощению функциональных резервов организма и неспособностью самостоятельно справиться с возникающими жизненными сложностями (рис. 2)



**Рисунок 2 - Удельный вес (%) встречаемости студентов г. Сургута с различными уровнями выраженности ситуативной и личностной тревожности**

Нервно-эмоциональное состояние обучающихся несомненно сказывается на качестве образовательного процесса и формирование будущих специалистов в целом [Яковлев и др., 2018].

## Заключение

Установлено, что для студентов северного вуза характерно «удовлетворительный» уровень нервно-эмоциональной устойчивости, при котором возможны нервно-психические срывы, особенно в экстремальных условиях севера. Выявлено, что уровень личностной тревожности у молодых людей высокий. Повышенный уровень тревожности, и низкая эмоциональная устойчивость могут стать причиной изменения активности различных регуляторных систем организма. Кроме того, повышенное нервно-эмоциональное напряжение может повлиять на личностные особенности обучающегося: интолерантность к стресс-факторам, низкий уровень эмоциональной устойчивости и умственной работоспособности.

Для полноценной оценки эмоционального состояния студентов, проживающих в гипокомфортных условиях севера, необходимо осуществлять дальнейший мониторинг психоэмоционального состояния обучающихся, разработку и внедрение мероприятий для снижения риска развития дезадаптационных нарушений у обучающихся в высшей школе с целью поддержания высокого уровня умственной работоспособности в период всего учебного процесса, сохранения и укрепления психического и физического здоровья студенческой молодежи.

## Библиография

1. Будук-оол Л.К. Нервно-психическая устойчивость и стратегия совладания со стрессом у студентов: гендерный анализ // Вестник Тувинского государственного университета. Естественные и сельскохозяйственные науки. 2020. № 2 (61). С. 6-13.
2. Грошева Е.С., Соколова Н.В., Губина О.И. Изучение влияния экзаменационного стресса на показатели умственной работоспособности студентов вуза // Гигиена и санитария. 2019. Т. 98. № 5. С. 527-533.
3. Крюкова Т.Л. О диагностике совладающего (копинг) поведения современной молодежи // Психология на рубеже веков. Тула, 2000. С. 48-51.
4. Кучма В.Р., Ткачук Е.А., Тармаева И.Ю. Психофизиологическое состояние детей в условиях информатизации их жизнедеятельности и интенсификации образования // Гигиена и санитария. 2016. Т. 95. № 12. С. 1183-1188.
5. Литовченко О.Г., Багнетова Е.А., Тостановский А.В. Эколого-физиологические аспекты здоровьесбережения молодого населения // Современные вопросы биомедицины. 2022. Т. 6. № 1 (18). URL: <https://svbskfmba.ru/arkhiv-nomerov/2022-1/litovchenko2022>
6. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. 2006. № 4. С. 3-22.
7. Матвиенко В.В., Цоллер К.А., Бучнов А.Д. Коррекция нарушений психоэмоционального состояния студентов медицинского колледжа с низким уровнем нервно-психической устойчивости // Физиотерапия, бальнеология и реабилитация. 2014. Т. 13. № 4. С. 6-10.
8. Романова М.М., Волков В.К., Козлов В.И. Инновационный подход к оценке здорового образа жизни, адаптационных возможностей и признаков предпатологии в процессе обучения в высшей школе // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2018. № 5-1. С. 194-198.
9. Рыбников В.Ю., Ашанина Е.Н. Психология копинг-поведения специалистов опасных профессий. СПб.: Политехника-сервис, 2012. 120 с.
10. Сидоров К.Р. Тревожность как психологический феномен // Вестник Удмуртского университета. 2013. № 2. С. 42-52.
11. Шаламова Е.Ю., Сафонова В.Р., Рагозин О.Н. Межсистемные взаимосвязи функциональных параметров и психосоциальных характеристик у студентов медицинского вуза на Севере // Экология человека. 2018. № 1. С. 29-35.
12. Яковлев Б.П. и др. Эмоциональная компетентность в процессе учебной и профессиональной педагогической деятельности // Северный регион: наука, образование, культура. 2018. № 2 (38). С. 101-109.
13. Яковлев Б.П., Литовченко О.Г. Психофизиологическая характеристика уровня работоспособности студентов // Гигиена и санитария. 2008. № 1. С. 60-63.

---

**Psycho-emotional state of students living in the conditions of the Middle Ob****Ol'ga G. Litovchenko**

Doctor of Biology,  
Professor of the Department of Morphology and Physiology,  
Surgut State University,  
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: olgalitovchenko@mail.ru

**Aleksei V. Tostanovskii**

Associate Professor of the Department of  
Biomedical Disciplines and Life Safety,  
Surgut State Pedagogical University,  
628417, 10/2, 50 let VLKSM str., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: atos.70@mail.ru

**Siranush T. Barsegyan**

Student,  
Surgut State University,  
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: barsegyan96@mail.ru

**Pavel A. Demeshkin**

Postgraduate,  
Surgut State University,  
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: paveldemeshkin@gmail.com

**Aleksandr A. Smolyak**

Postgraduate,  
Surgut State University,  
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: paveldemeshkin@gmail.com

**Narmin G. Gadzhibekova**

Postgraduate,  
Surgut State University,  
628400, 1, Lenina ave., Surgut, Russian Federation;  
e-mail: narmina567@mail.ru

## Abstract

To date, the psycho-emotional state of students is exposed to numerous external and internal factors that contribute to a decrease in neuro-emotional stability, overstrain and overwork of the body, and a decrease in its functional capabilities. Emotional overstrain can become a prerequisite for changing the physiological parameters of the functional state of various body systems. The study was carried out on the basis of Surgut State University, which was attended by students of different specialties from 1st to 6th courses from 18-25 years old. A total of 158 students took part in the study. To determine the characteristics of the psychoemotional state of students, the method of Ch.D. Spielberg and Yu.L. Khanina. The levels of personal and situational anxiety were calculated. The study of neuropsychic stability was carried out using the questionnaire "Prognosis" (Rybnikov V.Yu.). It has been established that students of a northern university are characterized by a "satisfactory" level of neuro-emotional stability, at which neuro-psychic breakdowns are possible. It was revealed that the level of personal anxiety in young people is high. For a full assessment of the emotional state of students living in the hypocomfortable conditions of the north, it is necessary to further monitor the psycho-emotional state of students, develop and implement measures to reduce the risk of developing maladjustment disorders in students in higher education in order to maintain a high level of mental performance during the entire educational process, maintain and strengthening the mental and physical health of student youth.

## For citation

Litovchenko O.G., Tostanovskii A.V., Barsegyan S.T., Demeshkin P.A., Smolyak A.A., Gadzhibekova N.G. (2023) Psikoemotsional'noe sostoyanie studentov, prozhivayushchikh v usloviyakh Srednego Priob'ya [Psycho-emotional state of students living in the conditions of the Middle Ob]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 13 (7A), pp. 298-306. DOI: 10.34670/AR.2023.27.72.036

## Keywords

Student, northern university, Middle Ob region, situational anxiety, personal anxiety, neuropsychic stability, psycho-emotional state.

## References

1. Buduk-ool L.K. (2020) Nervno-psikhicheskaya ustoichivost' i strategiya sovladaniya so stressom u studentov: gendernyi analiz [Neuro-psychic stability and strategy of coping with stress in students: gender analysis]. *Vestnik Tuvinskogo gosudarstvennogo universiteta. Estestvennye i sel'skokhozyaistvennye nauki* [Bulletin of the Tuva State University. Natural and agricultural sciences], 2 (61), pp. 6-13.
2. Grosheva E.S., Sokolova N.V., Gubina O.I. (2019) Izuchenie vliyaniya ekzamenatsionnogo stressa na pokazateli umstvennoi rabotosposobnosti studentov vuza [Study of the influence of examination stress on the indicators of mental performance of university students]. *Gigiena i sanitariya* [Hygiene and Sanitation], 98, 5, pp. 527-533.
3. Kryukova T.L. (2000) O diagnostike sovladayushchego (koping) povedeniya sovremennoi molodezhi [On the diagnosis of coping (coping) behavior of modern youth]. In: *Psikhologiya na rubezhe vekov* [Psychology at the turn of the century]. Tula.
4. Kuchma V.R., Tkachuk E.A., Tarmaeva I.Yu. (2016) Psikhofiziologicheskoe sostoyanie detei v usloviyakh informatizatsii ikh zhiznedeyatel'nosti i intensivatsii obrazovaniya [Psychophysiological state of children in the conditions of informatization of their life activity and intensification of education]. *Gigiena i sanitariya* [Hygiene and Sanitation], 95, 12, pp. 1183-1188.
5. Litovchenko O.G., Bagnetova E.A., Tostanovskii A.V. (2022) Ekologo-fiziologicheskie aspekty zdorov'esberezheniya mladogo naseleniya [Ecological and physiological aspects of health saving of the young population]. *Sovremennye voprosy biomeditsiny* [Modern issues of biomedicine], 6, 1 (18). Available at: <https://svbskfmba.ru/arkhiv-nomerov/2022-1/litovchenko2022> [Accessed 05/05/2023]



6. Lyusin D.V. (2006) Novaya metodika dlya izmereniya emotsional'nogo intellekta: oprosnik EmIn [A new technique for measuring emotional intelligence: the EmIn questionnaire]. *Psikhologicheskaya diagnostika* [Psychological diagnostics], 4, pp. 3-22.
7. Matvienko V.V., Tsoller K.A., Buchnov A.D. (2014) Korrektsiya narushenii psikhoemotsional'nogo sostoyaniya studentov meditsinskogo kolledzha s nizkim urovnem nervno-psikhicheskoi ustoichivosti [Correction of violations of the psycho-emotional state of medical college students with a low level of neuropsychic stability]. *Fizioterapiya, bal'neologiya i rehabilitatsiya* [Physiotherapy, balneology and rehabilitation], 13, 4, pp. 6-10.
8. Romanova M.M., Volkov V.K., Kozlov V.I. (2018) Innovatsionnyi podkhod k otsenke zdorovogo obraza zhizni, adaptatsionnykh vozmozhnostei i priznakov predpatologii v protsesse obucheniya v vysshei shkole [Innovative approach to assessing a healthy lifestyle, adaptive capabilities and signs of prepathology in the process of education in higher education]. *Mezhdunarodnyi zhurnal prikladnykh i fundamental'nykh issledovaniy* [International Journal of Applied and Fundamental Research], 5-1, pp. 194-198.
9. Rybnikov V.Yu., Ashanina E.N. (2012) *Psikhologiya koping-povedeniya spetsialistov opasnykh professii* [Psychology of coping behavior of specialists in dangerous professions]. St. Petersburg: Politekhniko-servis Publ.
10. Shalamova E.Yu., Safonova V.R., Ragozin O.N. (2018) Mezhsistemnye vzaimosvyazi funktsional'nykh parametrov i psikhosotsial'nykh kharakteristik u studentov meditsinskogo vuza na Severe [Intersystem Relationships of Functional Parameters and Psychosocial Characteristics in Medical Students in the North]. *Ekologiya cheloveka* [Human Ecology], 1, pp. 29-35.
11. Sidorov K.R. (2013) Trevozhnost' kak psikhologicheskii fenomen [Anxiety as a psychological phenomenon]. *Vestnik Udmurtskogo universiteta* [Bulletin of the Udmurt University], 2, pp. 42-52.
12. Yakovlev B.P. et al. (2018) Emotsional'naya kompetentnost' v protsesse uchebnoi i professional'noi pedagogicheskoi deyatel'nosti [Emotional competence in the process of educational and professional pedagogical activity]. *Severnyi region: nauka, obrazovanie, kul'tura* [Northern region: science, education, culture], 2 (38), pp. 101-109.
13. Yakovlev B.P., Litovchenko O.G. (2008) Psikhofiziologicheskaya kharakteristika urovnya rabotosposobnosti studentov [Psychophysiological characteristics of the level of students' work capacity]. *Gigiena i sanitariya* [Hygiene and Sanitation], 1, pp. 60-63.