

УДК 159.923.2:37.015.31

DOI: 10.34670/AR.2021.10.89.012

**Психологическое здоровье студентов
медицинского вуза разных специальностей**

Хайбулаев Магомедхабиб Камилевич

Студент,

Астраханский государственный медицинский университет,
414000, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: habib363@mail.ru

Манцигова Медина Умаровна

Студент,

Астраханский государственный медицинский университет,
414000, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: mancigovamedni@gmail.com

Кубекова Алия Салаватовна

Старший преподаватель кафедры психологии и педагогики,
Астраханский государственный медицинский университет,
414000, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Мамина Вероника Павловна

Старший преподаватель кафедры психологии и педагогики,
Астраханский государственный медицинский университет,
414000, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: veronika.mamina1992@gmail.com

Аннотация

Статья посвящена исследованию психологического здоровья студентов медицинского университета разных специальностей. Особое внимание уделяется основному компоненту здоровья – психоэмоциональному состоянию студентов. Базой для изучения психоэмоционального здоровья студентов послужило Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Астраханский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации. В статье были изучены такие составляющие здоровья, как стрессоустойчивость, социальная адаптация и самооценка студентов разных специальностей. Авторами статьи дана их сравнительная характеристика. Было установлено, что подавляющее большинство студентов имеют низкую стрессоустойчивость и социальную адаптацию при среднем уровне самооценке. На основании результатов проведенного исследования оценено психоэмоциональное

состояние студентов и предложены рекомендации для психологов образовательных учреждений для укрепления психологического здоровья студентов.

Для цитирования в научных исследованиях

Хайбулаев М.К., Манцигова М.У., Кубекова А.С., Мамина В.П. Психологическое здоровье студентов медицинского вуза разных специальностей // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 2А. С. 174-180. DOI: 10.34670/AR.2021.10.89.012

Ключевые слова

Здоровье, студенты медицинского вуза, психологическое здоровье, стрессоустойчивость, самооценка, психоэмоциональное напряжение, психоэмоциональное здоровье.

Введение

Важность сохранения и укрепления психологического здоровья обусловлена его значительной ролью в достижении достаточного для полноценной жизни уровня социальной адаптивности личности. Составляющими здоровья в целом являются физическое, психоэмоциональное и социальное здоровье [Жесткова, 2018, [www](#)]. Здоровье – это «состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и дефектов развития» [Всемирная организация здравоохранения..., 1980]. И.В. Дубровиной был введен термин «психологическое здоровье», которое, по ее мнению, относится к личности в целом и находится в тесной взаимосвязи с высшими проявлениями человеческого духа [Дубровина, 2004]. Поскольку психологическое здоровье предполагает прежде всего устойчивость к стрессовым ситуациям, целесообразно обратить внимание на психологические свойства, повышающие стрессоустойчивость. Также к составляющим психологического здоровья относятся личностная самоэффективность, психологическая адаптивность, социальная толерантность, внутренний самоконтроль, адекватная самооценка и др. [Слободчиков, Шувалов, 2001]. В частности, под стрессоустойчивостью (синоним – нервно-психическая устойчивость) подразумевается «способность человека посредством саморегуляции и самоуправления противостоять негативным факторам внешней среды (также экстремальным), не снижая эффективности деятельности и не нанося ущерба своему здоровью» [Мещеряков, Зинченко, 2003]. По мнению А.И. Липкиной, самооценка – это оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей [Липкина, 1976]. В работе Н.Н. Улановой было показано, что развитие навыков управления своей жизнью в выборке студентов-медиков связано с высокой самооценкой здоровья и выбором здорового образа жизни [Уланова, 2020, [www](#)]. В исследовании А.А. Пигасовой и Д.И. Савочкиной три составляющие здоровья студентов находятся в пределах нормы или немного снижены [Пигасова, Савочкина, 2017, [www](#)]. В нашем исследовании мы рассматриваем психологическое здоровье студентов стоматологического и фармацевтического факультетов 3-го года обучения, так как проблема профессионального становления студентов-медиков является актуальной и имеет практическую значимость.

Цель исследования состоит в оценке психологического здоровья студентов медицинского университета разных специальностей.

Материалы и методы исследования

В нашем исследовании для изучения психоэмоционального здоровья студентов Астраханского государственного медицинского университета были использованы следующие методики: 1) методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Т. Холмса и Х. Раге, описанная в работе Н.Е. Водопьяновой [Водопьянова, 2009], применялась в психодиагностическом исследовании с целью определения наличия или отсутствия стресса; 2) диагностика уровня самооценки личности применялась для быстрой оценки своих возможностей [Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2002, 53-54]. В двух выборках респондентов были студенты в возрасте от 18 до 23 лет. В исследовании принял участие 61 человек. В 1-ю группу вошли студенты фармацевтического факультета ФГБОУ ВО «Астраханский ГМУ» Минздрава России в количестве 30 человек, 2-я группа представлена студентами стоматологического факультета в количестве 31 человека. Статистическая обработка полученных данных была произведена с помощью t-критерия Стьюдента для проверки значимости различий между выборками, пакета прикладных программ SPSS 22.0.

Обсуждение результатов

Для определения стрессоустойчивости и социальной адаптации у студентов-медиков была применена методика Т. Холмса и Х. Раге (рис. 1). Сравнительная характеристика двух групп студентов показала, что в 1-й группе студентов низкая стрессоустойчивость и социальная адаптация у 22 респондентов (776,08%), а это большинство, что означает ранимость, нервное истощение, а также огромную вероятность возникновения психосоматических расстройств. Это означает, что 1-я группа студентов относится к группе риска, им необходимо психологическое сопровождение для оптимизации психологических ресурсов и психологического здоровья.

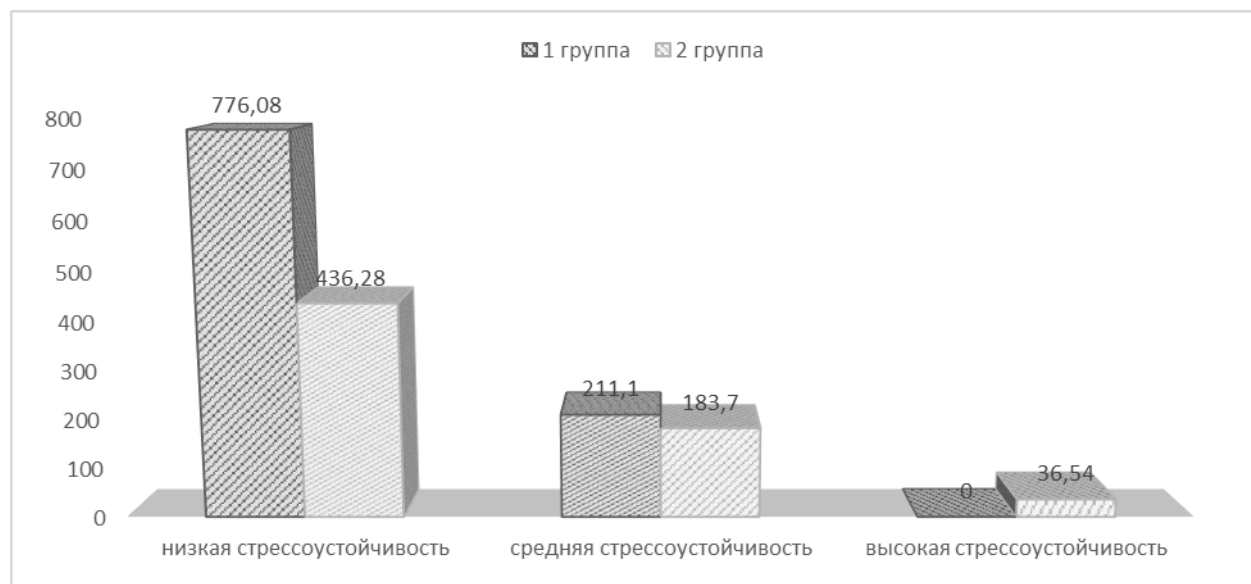


Рисунок 1 - Средние значения стрессоустойчивости и социальной адаптации у студентов медицинского вуза по методике Т. Холмса и Х. Раге

Также обнаружена значимость различий в показателе «высокий уровень стрессоустойчивости и социальной адаптации» между двумя группами. Данный показатель

достоверно выше в 1-й группе студентов ($p \leq 0,05$).

Было обнаружено относительно равное распределение между группами по показателю «средний уровень стрессоустойчивости и социальной адаптации», у студентов фармацевтического факультета – 8 человек (211,1%). Пороговый уровень зафиксирован у 11 студентов 2-й группы (183,7%). Однако пороговый уровень стрессоустойчивости может являться сигналом тревоги. Высокой стрессоустойчивостью обладают 3 студента 2-й группы (36,54%).

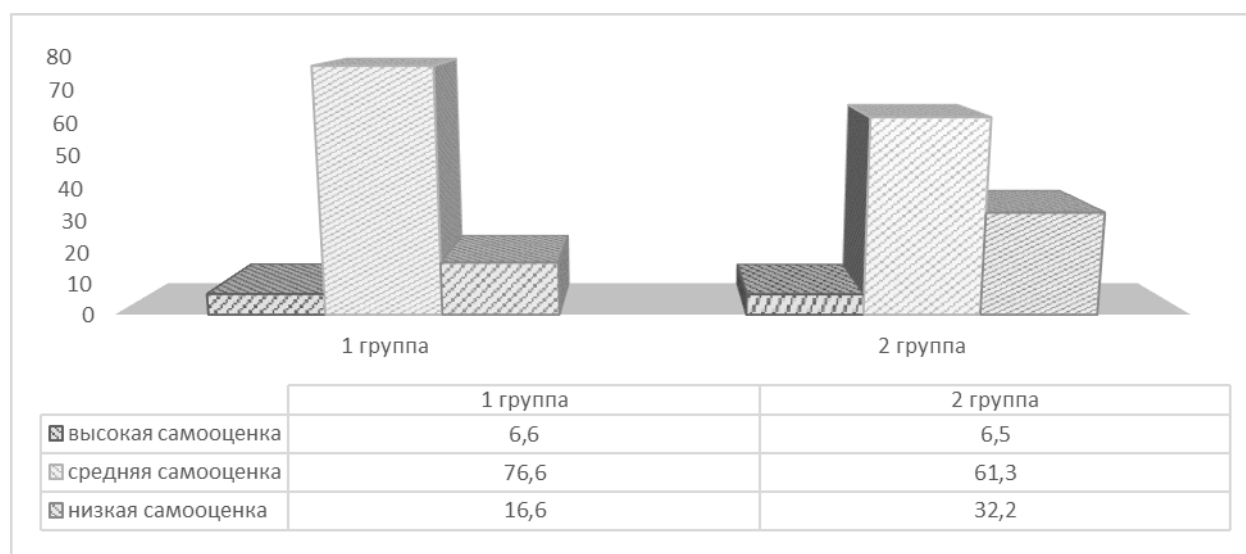


Рисунок 2 - Средние значения уровня самооценки личности у студентов медицинского вуза

В результате тестовой диагностики по методике самооценки личности были зафиксированы следующие результаты. В 1-й группе студентов низкая самооценка у пятерых студентов (16,6%), что свидетельствует о том, что они болезненно переносят критические замечания в свой адрес, считают себя хуже, чем другие. У большинства – у 23 студентов 1-й группы (76,6%) – была средняя самооценка, при которой человек лишь время от времени старается подладиться под мнения других. Высокая самооценка у 2 респондентов (6,5%). У студентов 2-й группы было следующее распределение: низкая самооценка – 10 человек (32,2%), средний уровень самооценки – 19 человек (61,3%), высокая самооценка – 2 человека (6,5%).

Статистическая обработка данных была произведена с помощью t-критерия Стьюдента. Мы применили t-критерий Стьюдента для статистической обработки данных по показателям «стрессоустойчивость и социальная адаптация» и «самооценка личности» для сравнения групп студентов из полных семей и студентов из неполных семей. Полученные значения мы продемонстрировали в табл. 1.

Таблица 1 - Значимые различия между двумя группами студентов

Название шкал по методике Холмса – Раге, методике самооценки личности	Уровень значимости различий по t-критерию Стьюдента	Различия статистической достоверности (p)
стрессоустойчивость и социальная адаптация (низкий уровень)	0,047	$p \leq 0,05$
стрессоустойчивость и социальная	0,001	$p \leq 0,001$

Название шкал по методике Холмса – Раге, методике самооценки личности	Уровень значимости различий по t-критерию Стьюдента	Различия статистической достоверности (p)
адаптация (высокий уровень)		
низкая самооценка	0,001	$p \leq 0,001$

По итогам проведенной статистической обработки мы произвели количественный анализ полученных результатов. Нами были обнаружены различия в уровнях стрессоустойчивости и социальной адаптации, самооценке личности между данными группами, а именно по шкалам «низкий уровень стрессоустойчивости» (уровень значимости 0,047, $p \leq 0,05$), «высокий уровень стрессоустойчивости» (уровень значимости 0,001, $p \leq 0,001$), «низкий уровень самооценки» (уровень значимости 0,001, $p \leq 0,001$).

Заключение

Подавляющее большинство студентов испытывают патологическое влияние стресса на свою жизнь при среднем уровне самооценки. На основании результатов проведенного исследования оценено психоэмоциональное состояние студентов и предложены рекомендации для психологов образовательных учреждений для укрепления психологического здоровья студентов.

Библиография

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
2. Всемирная организация здравоохранения. Женева. Основные документы. М.: Медицина, 1980. 200 с.
3. Дубровина И.В. Практическая психология образования. СПб.: Питер, 2004. 592 с.
4. Жесткова Н.А. Сущность и структура понятия «психологическое здоровье человека» // Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2018. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-i-struktura-ponyatiya-psihologicheskoe-zdorovie-cheloveka>
5. Липкина А.И. Самооценка школьника. М.: Знание, 1976. 64 с.
6. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. (ред.) Большой психологический словарь. СПб.; М., 2003. 666 с.
7. Пигасова А.А., Савочкина Д.И. Состояние здоровья студентов-медиков в современных условиях обучения // Международный студенческий научный вестник. 2017. № 2. URL: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=17134>
8. Слободчиков В.И., Шувалов А.В. Антропологический подход к решению проблемы психологического здоровья детей // Вопросы психологии. 2001. № 4. С. 91-105.
9. Уланова Н.Н. Исследование индивидуальных моделей здоровья студентов медицинского вуза // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2020. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-individualnyh-modeley-zdorovya-studentov-meditsinskogo-vuza>
10. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Институт психотерапии, 2002. 488 с.

Psychological health of medical students of different specialties

Magomedkhabib K. Khaibulaev

Student,
Astrakhan State Medical University,
414000, 121 Bakinskaya st., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: habib363@mail.ru

Medina U. Mantsigova

Student,
Astrakhan State Medical University,
414000, 121 Bakinskaya st., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: mancigovamedni@gmail.com

Aliya S. Kubekova

Senior Lecturer at the Department of psychology and pedagogy,
Astrakhan State Medical University,
414000, 121 Bakinskaya st., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Veronika P. Mamina

Senior Lecturer at the Department of psychology and pedagogy,
Astrakhan State Medical University,
414000, 121 Bakinskaya st., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: veronika.mamina1992@gmail.com

Abstract

The article is devoted to the study of the psychological health of medical students of different specialties. Special attention is paid to the main component of health – the psycho-emotional state of students. The Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Astrakhan State Medical University" of the Ministry of Health of the Russian Federation was a basis for studying the psycho-emotional health of medical students. The study deals with such components of health as stress resistance, social adaptation and self-esteem of students of different specialties and makes an attempt to describe their comparative characteristics. The authors of the article use the Holmes and Rahe Stress Scale and the technique for diagnostics of the level of self-esteem of individuals in order to identify a number of features of the psychological health of medical students of different specialties. Having considered the psychological health of medical students of different specialties, the article points out that the overwhelming majority of students have low stress resistance and social adaptation with the average level of self-esteem. Taking into account the results of the study, the authors assess the psycho-emotional state of students and come up with recommendations for psychologists of educational institutions that are aimed at improving the psychological health of students.

For citation

Khaibulaev M.K., Mantsigova M.U., Kubekova A.S., Mamina V.P. (2021) Psikhologicheskoe zdorov'e studentov meditsinskogo vuza raznykh spetsial'nostei [Psychological health of medical students of different specialties]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (2A), pp. 174-180. DOI: 10.34670/AR.2021.10.89.012

Keywords

Health, medical students, psychological health, stress tolerance, self-esteem, psycho-emotional stress, psycho-emotional health.

References

1. Dubrovina I.V. (2004) *Prakticheskaya psikhologiya obrazovaniya* [Practical psychology of education]. St. Petersburg: Piter Publ.
2. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. (2002) *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Sociopsychological diagnostics of the development of personality and small groups]. Moscow: Institute of psychotherapy.
3. Lipkina A.I. (1976) *Samoosenka shkol'nika* [Schoolchildren's self-esteem]. Moscow: Znanie Publ.
4. Meshcheryakov B.G., Zinchenko V.P. (eds.) (2003) *Bol'shoi psikhologicheskii slovar'* [Great dictionary of psychology]. St. Petersburg; Moscow.
5. Pigasova A.A., Savochkina D.I. (2017) Sostoyanie zdorov'ya studentov-medikov v sovremennykh usloviyakh obucheniya [The state of health of medical students in modern conditions of training]. *Mezhdunarodnyi studencheskii nauchnyi vestnik* [International student scientific journal], 2. Available at: <http://eduherald.ru/ru/article/view?id=17134> [Accessed 26/02/21].
6. Slobodchikov V.I., Shuvalov A.V. (2001) Antropologicheskii podkhod k resheniyu problemy psikhologicheskogo zdorov'ya detei [The anthropological approach to solving the problem of children's psychological health]. *Voprosy psikhologii* [Issues of psychology], 4, pp. 91-105.
7. Ulanova N.N. (2020) Issledovanie individual'nykh modelei zdorov'ya studentov meditsinskogo vuza [Research on individual models of the health of medical students]. *Lichnost' v menyayushchemsya mire: zdorov'e, adaptatsiya, razvitie* [Personality in a changing world: health, adaptation, development], 1. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-individualnyh-modeley-zdorovya-studentov-meditsinskogo-vuza> [Accessed 26/02/21].
8. Vodop'yanova N.E. (2009) *Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnosics of stress]. St. Petersburg: Piter Publ.
9. *Vsemirnaya organizatsiya zdavookhraneniya. Zheneva. Osnovnye dokumenty* [The World Health Organization. Geneva. Basic documents] (1980). Moscow: Meditsina Publ.
10. Zhestkova N.A. (2018) Sushchnost' i struktura ponyatiya "psikhologicheskoe zdorov'e cheloveka" [The essence and structure of the concept "psychological health of an individual"]. *Vestnik Permskogo universiteta. Filosofiya. Psikhologiya. Sotsiologiya* [Bulletin of Perm University. Philosophy. Psychology. Sociology], 3. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/suschnost-i-struktura-ponyatiya-psihologicheskoe-zdorovie-cheloveka> [Accessed 26/02/21].