

УДК 159.923.2:378.178

DOI: 10.34670/AR.2023.55.39.022

Когнитивные ошибки и стратегии когнитивной регуляции эмоций у студентов медицинского вуза

Бисенбаев Анвар Жаксыбекович

Студент,

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: bsnbv.anvar@mail.ru

Каппушев Замир Сеитович

Студент,

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: zamir.kappushev@yandex.ru

Абдуллаева Алия Салаватовна

Кандидат психологических наук,

доцент кафедры экономики и здравоохранения
с курсом последипломного образования,

Астраханский государственный медицинский университет,
414024, Российская Федерация, Астрахань, ул. Бакинская, 121;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Аннотация

Эмпирическое исследование направлено на изучение когнитивных ошибок и стратегий когнитивной регуляции эмоций у студентов разных факультетов медицинского вуза. Когнитивные ошибки и неконструктивные стратегии когнитивной регуляции являются фактором риска развития психоэмоциональных нарушений в виде невротических состояний, дистресса, фрустраций и т.д. В исследовании приняли участие студенты медицинского вуза по специальности «Лечебное дело» (30 человек) и «Педиатрия» (30 человек). Когнитивные ошибки и стратегии когнитивной регуляции эмоций были изучены с помощью психодиагностических методик: 1) Опросник когнитивных ошибок (Cognitive Mistakes Questionnaire, CMQ) А. Фримана, Р. Девулфа (в рос. адаптации А.Е. Боброва, Е.В. Файзрахмановой); 2) Опросник Когнитивная регуляция эмоций (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ) (в рос. адаптации О. Писаревой, А. Гриценко). Статистический анализ данных был проведен с помощью программы Statistica 21.0. В ходе сравнительного анализа у студентов медицинского вуза были выявлены стратегии, которые препятствуют адаптации и усиливающие дезадаптационные эффекты. Также были обнаружены студенты, у которых зафиксированы когнитивные искажения и ошибки суждений. Полученные результаты исследования показывают необходимость в психокоррекционной и психопрофилактической работе со студенческой молодежью с целью оптимизации психоэмоционального состояния.

Для цитирования в научных исследованиях

Бисенбаев А.Ж., Каппушев З.С., Абдуллаева А.С. Когнитивные ошибки и стратегии когнитивной регуляции эмоций у студентов медицинского вуза // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2023. Т. 12. № 2А. С. 219-226. DOI: 10.34670/AR.2023.55.39.022

Ключевые слова

Когнитивные ошибки, катастрофизация, студенты медицинского вуза, когнитивные искажения, ошибки суждений, когнитивная регуляция эмоций, психокоррекционная работа, когнитивно-поведенческая терапия.

Введение

Современный темп жизни, постоянно меняющиеся условия в мире, безусловно, влияют на качество жизни, на психоэмоциональное состояние человека [Люсова, Глухова, 2017; Чибиков, Крылов, Ахметов, 2020]. К тому же, когнитивные ошибки и неконструктивные стратегии когнитивной регуляции являются фактором риска развития психоэмоциональных нарушений в виде невротических состояний, дистресса, фрустраций и т.д. [Попов, Вихман, 2014]. Ларионов П.М. [Ларионов, 2020] выявил, что такая неконструктивная копинг стратегия как «склонность к соперничеству» связана использованием с неадаптивной когнитивной регуляцией эмоций, что, в свою очередь, является фактором риска дистресса. Обучение в высшем учебном заведении также сопряжено с дополнительной умственной и физической нагрузкой. Под регуляцией эмоций понимается система сознательных и бессознательных психических процессов управления эмоциональным опытом [Падун, 2015]. Под когнитивными искажениями или когнитивными ошибками, ловушками мышления понимаются устойчивые повторяющиеся схемы поведения, восприятия и мышления, мешающие человеку адекватно воспринимать реальность и обрабатывать информацию. В исследовании Сунгуровой Н.Л., Пеич И. [Сунгурова, Пеич, 2018] был проведен сравнительный анализ, где было установлено, что российские студенты при регуляции эмоционального состояния анализируют все стороны произошедшего события, придают огромное значение собственной роли в ситуациях, а также им свойственно самообвинение. Башкатов С.А., Шахов А.А., Прудников В.Б. [Башкатов, Шахов, Прудников, 2022] в результате сравнительного анализа индивидуально-психологических показателей выявил, что у студентов, склонных к ошибочным действиям, повышен уровень поиска возбуждения и снижены такие показатели, как эстетика, чувства, идеи, ценности, открытость опыту, честность, сотрудничество и послушность долгу. В работе Гудковой Т.В., Кондратьевой Т.Н. [Гудкова, Кондратьева, 2015] показано важное значение для развития всех сторон мышления, развитию профессиональных качеств медицинского работника, а также формирование коммуникативной компетентности необходимо проведение как психологических, так и педагогических дисциплин. Полученные результаты исследования определяют работу в психокоррекционной и психопрофилактической работе со студенческой молодежью с целью оптимизации психоэмоционального состояния.

Цель исследования: выявить когнитивные ошибки и стратегии когнитивной регуляции эмоций у студентов медицинского вуза, разработать практические рекомендации.

Материалы и методы исследования

В исследовании приняли участие студентов медицинского вуза по специальности «Лечебное дело» (30 человек) и «Педиатрия» (30 человек). Эмпирическое исследование было проведено в апреле 2023 года в ФГБОУ «Астраханский ГМУ» Минздрава России. Когнитивные ошибки и стратегии когнитивной регуляции эмоций были изучены с помощью психодиагностических методик: 1) Опросник когнитивных ошибок (Cognitive Mistakes Questionnaire, CMQ) А. Фримана, Р. Девулфа (в рос. адаптации А.Е. Боброва, Е.В. Файзрахмановой) [Опросник когнитивных ошибок, [www](#)]. Опросник когнитивных ошибок (Cognitive Mistakes Questionnaire, CMQ) разработан для использования в рамках когнитивно-поведенческой терапии и нацелен на обнаружение когнитивных искажений – ошибок суждений, связанных с неправильной интерпретацией смысловых контекстов; 2) Опросник Когнитивная регуляция эмоций (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ) (в рос. адаптации О. Писаревой, А. Гриценко) [Когнитивная регуляция эмоций, [www](#)]. Опросник Когнитивная регуляция эмоций (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ) – это средство диагностики стратегий когнитивной регуляции эмоций в стрессовых ситуациях. Когнитивная регуляция эмоций – это регуляция эмоций посредством когниций, позволяющая человеку удерживать контроль над своими эмоциями под воздействием, а также после угрозы или стрессовых ситуаций. Статистический анализ данных был проведен с помощью программы Statistica 21.0. Результаты исследования представлены в рисунках и таблицах.

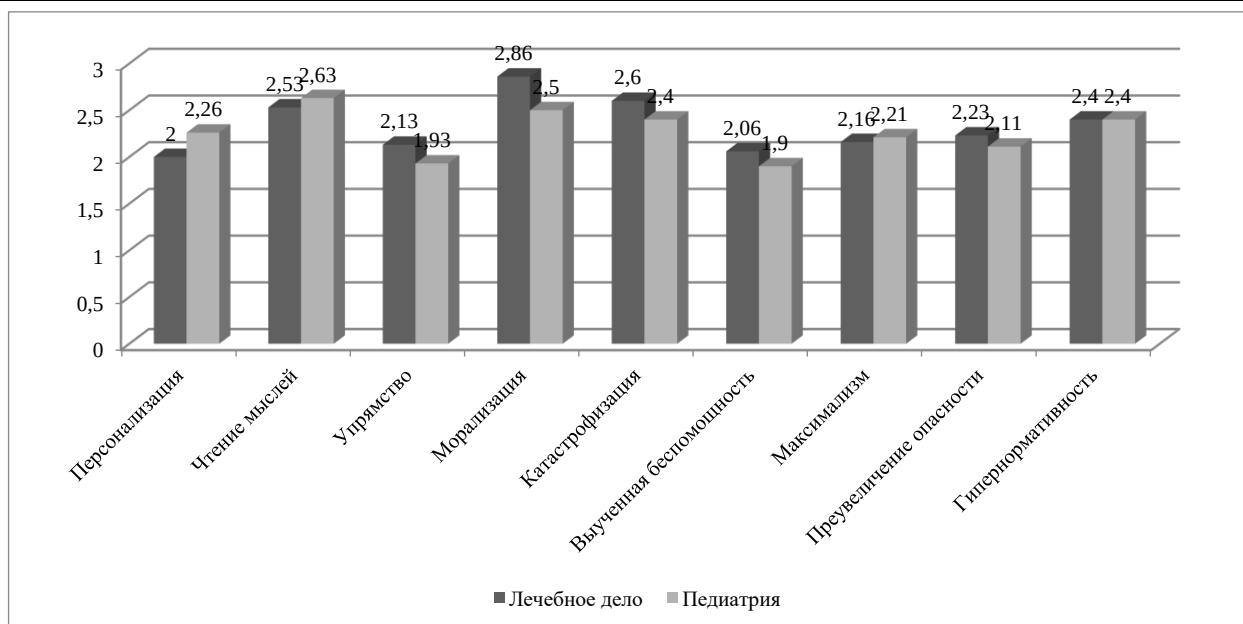
Результаты исследования и их обсуждение

На рисунке 1 были представлены средние значения по опросник когнитивных ошибок (Cognitive Mistakes Questionnaire, CMQ) А. Фримана, Р. Девулфа (в рос. адаптации А.Е. Боброва, Е.В. Файзрахмановой) у студентов специальности «Лечебное дело» и «Педиатрия». У студентов лечебного факультета ведущими когнитивными ошибками являются: «Морализация» (2,86%), «Катастрофизация» (2,6%) и «Чтение мыслей» (2,53%). Для студентов свойственна склонность приходить к недостаточно логически обоснованным выводам; тенденция «додумывать» за других людей, опираясь на субъективные ожидания, интуитивные оценки и проекции, а также они характеризуются повышенной моральной ответственностью, стремление к обеспечению безопасности за счет контроля над окружающими. У респондентов 1 группы (лечебный факультет) реже встречаются такие когнитивные ошибки как «Персонализация» (2,0%) и «Выученная беспомощность» (2,06%).

Для второй группы студентов специальности «Педиатрия» ведущими когнитивными ошибками являются: «Чтение мыслей» (2,63%), «Морализация» (2,5%), «Катастрофизация» (2,4%) и «Гипернормативность» (2,4%). Необходимо отметить, что «Чтение мыслей», «Морализация», «Катастрофизация» показали высокий процент присутствия в обеих группах.

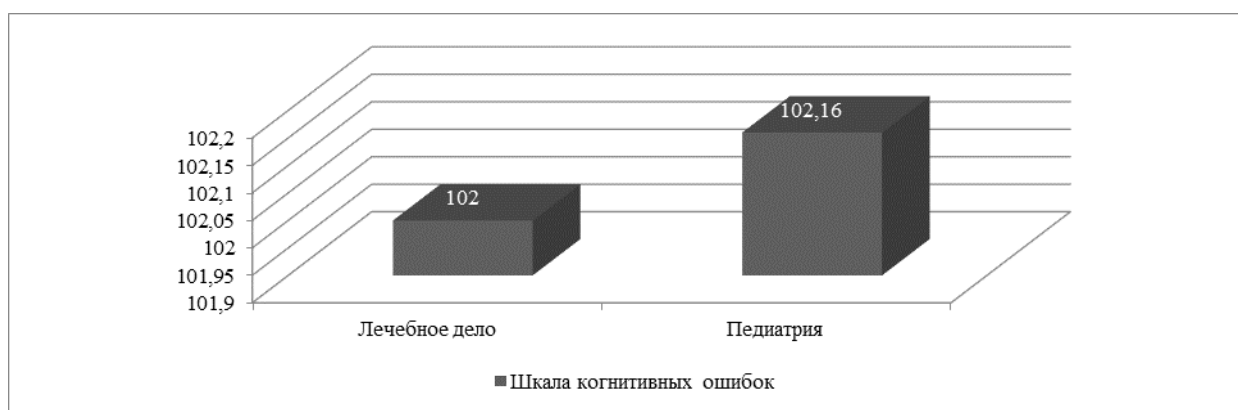
В целом, в обеих группах установлено наличие когнитивных ошибок, они склонны преувеличивать значимость собственных проблем, чрезмерно реагируют на любые ситуации и трудности. Также были обнаружены студенты, у которых зафиксированы когнитивные искажения и ошибки суждений (рисунок 2).

Сравнительный анализ двух групп студентов по опроснику «Когнитивная регуляция эмоций» (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ) (в рос. адаптации О. Писаревой, А. Гриценко) выявил средние значения стратегий когнитивной регуляции эмоций (рисунок 3).



(составлено авторами по материалам исследования)

Рисунок 1 - Средние значения по опроснику когнитивных ошибок у студентов медицинского вуза

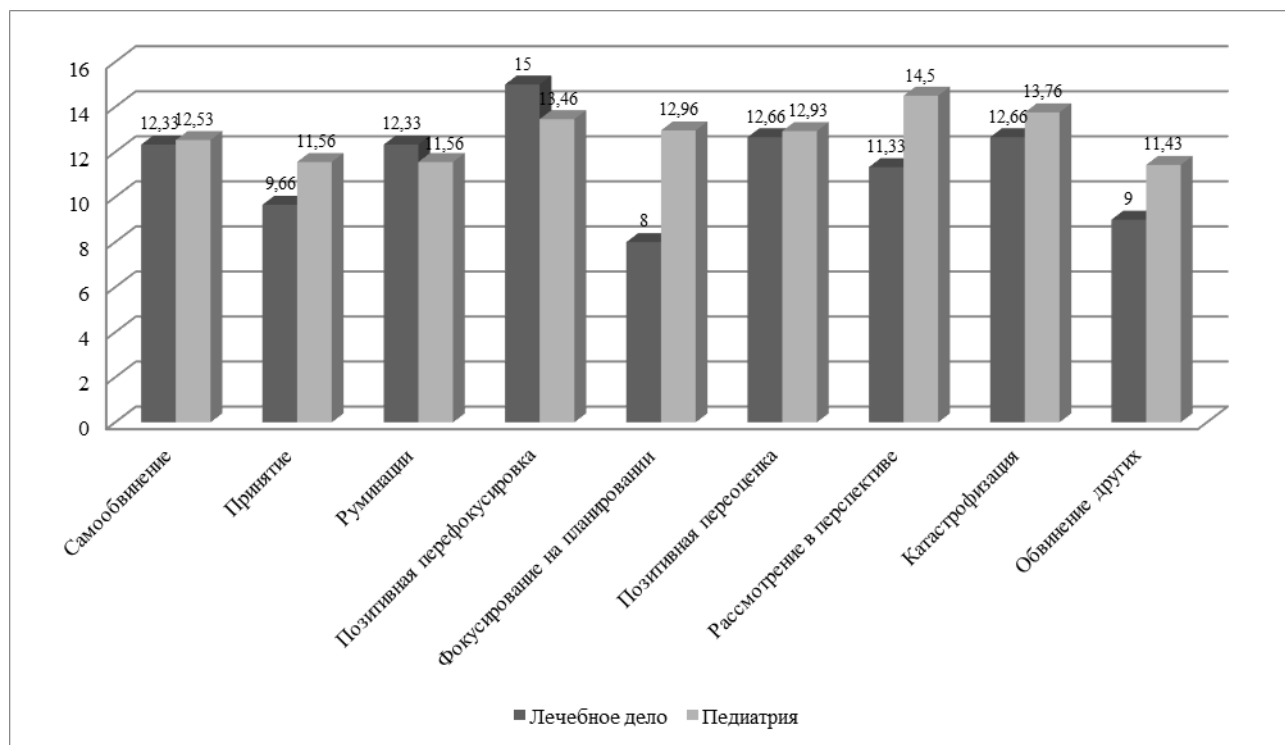


(составлено авторами по материалам исследования)

Рисунок 2 - Средние значения по опроснику когнитивных ошибок у студентов медицинского вуза

Для студентов лечебного факультета ведущими когнитивными стратегиями являются «Позитивная перефокусировка» (15,0%). Данная стратегия относится эффективной положительной регуляцией эмоций, однако, позитивная перефокусировка позволяет изменить мысли на более положительные в краткосрочном плане, но мешает адаптивному поведению в долгосрочной перспективе. Для второй группы студентов лечебного факультета предпочтительной стратегией когнитивной регуляции эмоций является «Рассмотрение в перспективе» (14,5%), что означает мысленное отстранение от серьезности события, подчеркивание его относительности в сравнении с другими событиями. «Самообвинение» для обеих групп имели выраженное значение: 12,3% и 12%, соответственно.

Таким образом, ходе сравнительного анализа у студентов медицинского вуза были выявлены стратегии, которые препятствуют адаптации и усиливающие дезадаптационные эффекты.



(составлено авторами по материалам исследования)

Рисунок 3 - Средние значения стратегий когнитивной регуляции эмоций у студентов медицинского вуза

Следующий этап включал статистическую обработку эмпирических показателей с помощью U-критерия Манна-Уитни (таблица 1).

Таблица 1 - Значимые различия между психологическими показателями студентов специальности «Лечебное дело» и «Педиатрия»

Психологические показатели	Уровень значимости различий по U-критерию Манна-Уитни	Различия статистической достоверности (p)
Фокусировка на планировании	0,002	$p \leq 0,05$
Рассмотрение в перспективе	0,034	$p \leq 0,05$

(составлено авторами по материалам исследования)

Достоверно высокие различия были выявлены между двумя группами студентов по следующими стратегиям: «Фокусировка на планировании» (уровень значимости 0,002, $p \leq 0,05$), «Рассмотрение в перспективе» (уровень значимости 0,002, $p \leq 0,05$). Таким образом, студенты педиатрического факультета при когнитивной переработке характерно размышление о том, какие меры должны быть предприняты, чтобы справиться с негативным событием, а также подчеркивание его относительности в сравнении с другими событиями. Студенты медицинского университета нуждаются в психокоррекционных и психопрофилактических

мероприятиях, поскольку когнитивные ошибки и неконструктивные стратегии когнитивной регуляции являются фактором риска развития психоэмоциональных нарушений в виде невротических состояний, дистресса, фрустраций и т.д.

Заключение

В ходе сравнительного анализа у студентов медицинского вуза были выявлены стратегии, которые препятствуют адаптации и усиливающие дезадаптационные эффекты. Также были обнаружены студенты, у которых зафиксированы когнитивные искажения и ошибки суждений. Полученные результаты исследования показывают необходимость в психокоррекционной и психопрофилактической работе со студенческой молодежью с целью оптимизации психоэмоционального состояния.

Библиография

1. Башкатов С.А., Шахов А.А., Прудников В.Б. Личностные особенности студентов, склонных к совершению ошибок, обусловленных иррациональными установками и когнитивными искажениями // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 12 (104). С. 107-115.
2. Гудкова Т.В., Кондратьева Т.Н. Особенности эмоционального интеллекта у студентов, обучающихся в медицинском и педагогическом вузах // Journal of Siberian Medical Sciences. 2015. № 5. С. 7.
3. Когнитивная регуляция эмоций (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ). URL: <https://psytests.org/coping/cerq-run.html>
4. Ларионов П.М. Дисфункциональная когнитивная регуляция эмоций и тип поведения А как факторы риска психоэмоциональных нарушений // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. 2020. № 198. С. 140-154.
5. Люсова О.В., Глухова Е.М. Жизненное проектирование студентов вуза как средство саморализации в настоящем // Современные проблемы науки и образования. 2017. № 5. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26784>
6. Опросник когнитивных ошибок (Cognitive Mistakes Questionnaire, CMQ). URL: <https://psytests.org/cbt/cmqm-run.html>
7. Падун М.А. Регуляция эмоций и ее нарушения // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 39. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n39/1089-padun39.html>
8. Попов А.Ю., Вихман А.А. Когнитивные искажения в процессе принятия решений: научная проблема и гуманитарная технология // Психология. Психофизиология. 2014. № 1. С. 5-16.
9. Сунгурова Н.Л., Пеич И. Сравнительный анализ когнитивной регуляции эмоций и культурного интеллекта российских и нигерийских студентов в условиях межнациональной коммуникации // Мир науки, культуры и образования. 2018. № 6 (73). С. 400-403.
10. Чибиков А.С., Крылов Д.А., Ахметов Л.Г. Активность мышления субъекта учебно-практической деятельности: анализ процесса, сопутствующий контроль и стимулирование // Вестник Марийского государственного университета. 2020. № 4 (40). С. 448-460.

Cognitive Errors and Strategies for Cognitive Emotion Regulation in Medical Students

Anvar Zh. Bisenbaev

Graduate Student,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: bsnbv.anvar@mail.ru

Zamir S. Kappushev

Graduate Student,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: zamir.kappushev@yandex.ru

Aliya S. Abdullaeva

PhD in Psychology,
Senior Lecturer of Department of Economics and Health
with a Postgraduate Course,
Astrakhan State Medical University,
414024, 121, Bakinskaya str., Astrakhan, Russian Federation;
e-mail: alya_kubekova@mail.ru

Abstract

The modern pace of life, constantly changing conditions in the world, of course, affect the quality of life, the psycho-emotional state of a person. The empirical study is aimed at studying cognitive errors and strategies of cognitive regulation of emotions in students of different faculties of a medical university. Cognitive errors and non-constructive strategies of cognitive regulation are a risk factor for the development of psycho-emotional disorders in the form of neurotic states, distress, frustrations, etc. The study involved students of a medical university majoring in General Medicine (30 people) and Pediatrics (30 people). Cognitive errors and strategies for cognitive regulation of emotions were studied using psychodiagnostic methods: 1) Cognitive Mistakes Questionnaire (CMQ) by A. Freeman, R. Devulf (in Russian adaptation by A.E. Bobrov, E.V. Fayzrakhmanova); 2) Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) (in Russian adaptation by O. Pisareva, A. Gritsenko). Statistical analysis of the data was carried out using the Statistica 21.0 program. In the course of a comparative analysis, strategies were identified among students of a medical university that prevent adaptation and enhance maladjustment effects. Students were also found to have cognitive distortions and judgmental errors. The results of the study show the need for psycho-correctional and psycho-prophylactic work with student youth in order to optimize the psycho-emotional state.

For citation

Bisenbaev A.Zh., Kappushev Z.S., Abdullaeva A.S. (2023) Kognitivnye oshibki i strategii kognitivnoi regulatsii emotsii u studentov meditsinskogo vuza [Cognitive Errors and Strategies for Cognitive Emotion Regulation in Medical Students]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 12 (2A), pp. 219-226. DOI: 10.34670/AR.2023.55.39.022

Keywords

Cognitive errors, catastrophization, medical students, cognitive distortions, errors of judgment, cognitive regulation of emotions, psycho-correctional work, cognitive behavioral therapy

References

1. Bashkatov S.A., Shakhov A.A., Prudnikov V.B. (2022) Lichnostnye osobennosti studentov, sklonnykh k soversheniyu oshibok, obuslovlennykh irratsional'nymi ustanovkami i kognitivnymi iskazheniyami [Personal characteristics of students prone to making mistakes due to irrational attitudes and cognitive distortions]. *Obshchestvo: sotsiologiya, psikhologiya, pedagogika* [Society: sociology, psychology, pedagogy], 12 (104), pp. 107-115.
2. Chibakov A.S., Krylov D.A., Akhmetov L.G. (2020) Aktivnost' myshleniya sub"ekta uchebno-prakticheskoi deyatel'nosti: analiz protsessa, sopushtvuyushchii kontrol' i stimulirovanie [The activity of thinking of the subject of educational and practical activities: process analysis, concomitant control and stimulation]. *Vestnik Mariiskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of the Mari State University], 4 (40), pp. 448-460.
3. Gudkova T.V., Kondrat'eva T.N. (2015) Osobennosti emotsional'nogo intellekta u studentov, obuchayushchikhsya v meditsinskom i pedagogicheskom vuzakh [Features of emotional intelligence in students studying in medical and pedagogical universities]. *Journal of Siberian Medical Sciences*, 5, p. 7.
4. *Kognitivnaya regulyatsiya emotsii* [Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ]. Available at: <https://psytests.org/coping/cerq-run.html> [Accessed 03/03/2023]
5. Larionov P.M. (2020) Disfunktsional'naya kognitivnaya regulyatsiya emotsii i tip povedeniya A kak faktory riska psikhoemotsional'nykh narushenii [Dysfunctional cognitive regulation of emotions and A type of behavior as risk factors for psychoemotional disorders]. *Izvestiya RGPU im. A.I. Gertsena* [RSPU News], 198, pp. 140-154.
6. Lyusova O.V., Glukhova E.M. (2017) Zhiznennoe proektirovanie studentov vuza kak sredstvo samoralizatsii v nastoyashchem [Life design of university students as a means of self-realization in the present]. *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern problems of science and education], 5. Available at: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26784> [Accessed 03/03/2023]
7. *Oprosnik kognitivnykh oshibok* [Cognitive Mistakes Questionnaire, CMQ]. Available at: <https://psytests.org/cbt/cmqm-run.html> [Accessed 03/03/2023]
8. Padun M.A. (2015) Regulyatsiya emotsii i ee narusheniya [Emotion regulation and its disorders]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological research], 8, 39. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n39/1089-padun39.html> [Accessed 03/03/2023]
9. Popov A.Yu., Vikhman A.A. (2014) Kognitivnye iskazheniya v protsesse prinyatiya reshenii: nauchnaya problema i gumanitarnaya tekhnologiya [Cognitive distortions in the decision-making process: a scientific problem and humanitarian technology]. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya* [Psychology. Psychophysiology], 1, pp. 5-16.
10. Sungurova N.L., Peich I. (2018) Sravnitel'nyi analiz kognitivnoi regulyatsii emotsii i kul'turnogo intellekta rossiiskikh i nigeriiskikh studentov v usloviyakh mezhnatsional'noi kommunikatsii [Comparative analysis of cognitive regulation of emotions and cultural intelligence of Russian and Nigerian students in terms of international communication]. *Mir nauki, kul'tury i obrazovaniya* [World of Science, Culture and Education], 6 (73), pp. 400-403.