

*Материалы V Международной  
научно-практической конференции*

ЧЕРЖАВИНА

**ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА  
В УСЛОВИЯХ ЗДОРОВЬЯ И БОЛЕЗНИ**

Тамбов 2015

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ТАМБОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Г.Р. ДЕРЖАВИНА»**

**ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА  
В УСЛОВИЯХ ЗДОРОВЬЯ И БОЛЕЗНИ**

Материалы  
V Международной научно-практической конференции

**5-6 июня 2015 г.**

**Тамбов 2015**

УДК 159.9  
ББК 88.4  
П86

**РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:**

*Рябова М.Г. – кандидат психологических наук (отв. ред.);  
Юрьева Т.В. – кандидат психологических наук;  
Маркова О.Н. – кандидат психологических наук.*

*Конференция организована при финансовой поддержке  
Российского гуманитарного научного фонда:  
проект № 15-36-01516/15*

**П86** **Психология человека в условиях здоровья и болезни:**  
материалы V Международной научно-практической конфе-  
ренции. 5-6 июня 2015 г.; Материалы обр. и науки РФ, ФГБОУ  
ВПО «Тамб. гос. ун-т им. Г.Р. Державина / [отв. ред.  
М.Г. Рябова]. – Тамбов: Изд-во ТРОО «Бизнес-Наука-  
Общество», 2015. 410 с.

ISBN 978-5-4343-0572-3

В сборнике представлены материалы Международной научно-практической конференции, посвященной проблеме психологии здоровья человека в условиях здоровья и болезни. Сборник содержит статьи специалистов в области психологии, медицины, физиологии, педагогики и других областей знания, посвященные решению актуальных проблем психологии человека.

УДК 159.9  
ББК 88.4

ISBN 978-5-4343-0572-3

© ФГБОУ ВПО «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина, 2015

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE  
OF THE RUSSIAN FEDERATION**

**FEDERAL STATE BUDGETARY EDUCATIONAL INSTITUTION OF HIGHER  
PROFESSIONAL EDUCATION  
«TAMBOV STATE UNIVERSITY  
NAMED AFTER G.R. DERZHAVIN**

**PSYCHOLOGY OF HUMAN HEALTH  
AND DISEASE**

**Proceedings of the V  
International Scientific Practical Conference**

**June 5-6, 2015**

**Tambov 2015**

## EDITORIAL BOARD:

*Ryabova M.G. – candidate of psychological sciences (responsible editor);  
Yureva T.V. – candidate of psychological sciences;  
Markova O.N. – candidate of psychological sciences.*

*The Conference is organized with the financial support of the Russian humanitarian scientific foundation: project № 36-01310016-15/15.*

**Psychology of human health and disease: Proceedings of the V International Scientific-Practical Conference** (June 4-6, 2015 / vol. Ed. M.G. Ryabova; Ministry of Education and Science of the Russian Federation, FSBEI HPE «Tambov State University named after. G.R. Derzhavin». Tambov: the Publishing House TKPC «Business-Science-Society», 2015. 410 p.

In this edition there are presented materials of International Scientific-Practical Conference on Psychology health in health and disease. The Compendium contains articles of specialists in psychology, medicine, psychology pedagogy, and other fields of study, addressing issues of human behaviour.

© FSBEI HPE «Tambov State University  
named after. G.R. Derzhavin», 2015

## СОДЕРЖАНИЕ

### I. ЗДОРОВЬЕ В СИСТЕМЕ НАУК О ЧЕЛОВЕКЕ (МЕДИЦИНСКИЙ, ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ И СОЦИАЛЬНЫЙ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ И ОБЩЕСТВА)

Алехин А.Н. Здоровье человека как предмет психологического исследования	17
Анисимов А.И. Профессиональное выгорание как индикатор социального здоровья медицинских работников	21
Баканова А.А. Отношение к жизни и смерти как контекст изучения психологии человека в условиях здоровья и болезни	26
Воскресенский Б.А. Психическое здоровье и психическое расстройство с позиций трихотомии	33
Дишкова М. Некоторые аспекты социальной работы с больными раком	38
Дишкова М. Некоторые аспекты социальной работы с семьей и близкими больных раком	44
Олешкевич В.И. Системный культурно-исторический подход к проблеме психического здоровья	50
Фесенко Ю.А. Психическое здоровье – способность к адаптации	56
Хватова М.В. Ресурсы личности и психологическое здоровье: соотношение понятий	61

### II. ПРОБЛЕМА ПОВЫШЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ РЕСУРСОВ И АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА

Абикенова Э.Г. Творческое мышление у школьников в современной школе	67
Акимова О.Е. Социально-психологическая адаптация студентов первого курса	71
Алехин А.Н., Пульцина К.И. Системный подход к анализу адаптационных реакций и здоровью человека	77
Аралова М.П., Банникова Е.А. Динамика тревожности и агрессивности у подростков с сахарным диабетом	81
Аралова М.П., Егорова А.С. Дистресс матерей детей с онкопатологией	85
Богдан Е.Г., Глыщук М.А., Мирончук И.С. Психологические ресурсы у пациентов до и после трансплантации органов	92

## СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА

*О.Е. Аксенова*

Белорусский государственный педагогический университет  
им. М.Танка, olga\_ak\_psy@mail.ru

Студенческий период является сенситивным для развития основных социогенных потенций человека (Б.Г. Ананьев), поэтому исключительное значение имеет выявление снижения социально-психологической адаптации на этом возрастном этапе. Диагностика, коррекция и профилактика развития социально-психологической дезадаптации может помочь в становлении личности специалиста, сохранив студента как здоровую личность и эффективно профессионала.

Для большинства молодых людей уже к 21 году потребности юношеского возраста удовлетворяются, и появляется та же возрастная потребность в самореализации, но в другом направлении. Юноши и девушки хотят самореализоваться в жизни, достичь успехов в профессиональной жизни, создать семью, беспокоятся о материальном достатке и благополучии. Следовательно, переживания, составляющие социальную ситуацию психического и личностного развития, связаны с будущими успехами в жизни. Для этого возраста ведущим видом деятельности в психическом и личностном развитии является профессиональная творческая деятельность.

*Социальная адаптация* – постоянный процесс активного приспособления студента к условиям социальной среды и результат этого процесса.

В психологии предложены различные подходы к определению адаптации.

Отмечается, что термин «социальная адаптация» используется также для обозначения процесса, посредством которого студент или студенческая группа достигают состояния социального равновесия в смысле отсутствия переживания конфликта со средой [10, 9].

В более специфическом смысле адаптация не сводится просто к принятию социальных норм, она означает гибкость и эффективность при встрече с новыми и потенциально опасными условиями, а также способность придавать событиям желательное для себя направление. В этом смысле адаптация означает, что человек успешно пользуется созданными условиями для осуществления своих целей, ценностей и стремлений. Такая адаптированность может наблюдаться в любой сфере деятельности. Адаптивное поведение характеризуется успешным принятием решений, проявлением инициативы и ясным определением собственного будущего. Личность, которая осуществляет преимущественно эту форму адаптации, не уходит от проблемных ситуаций, использует эти ситуации для реализации своих стремлений, целей, основных притязаний.

Действие многочисленных социальных, психологических факторов вызывает ряд трудностей, что сказывается на активности и эффективности деятельности студентов. Результатом этих процессов является снижение социально-психологической адаптации. Особо уязвимы и восприимчивы студенты первого курса т.к. они попадают в незнакомые для них условия социальной среды и принимают на себя новую социальную роль.

Перед нами стояли задачи:



- исследовать состояние изученности проблемы влияния психосоматического заболевания на психику человека и его социальную адаптированность;

- изучить особенности социально-психологической адаптации у соматически ослабленных студентов и сравнить их с закономерностями протекания адаптации у здоровых сверстников;

- выявить наиболее оптимальные пути и средства профилактики состояний социально-психологической дезадаптации при соматических заболеваниях.

Было проведено экспериментальное исследование на базе «Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка», в нем приняло участие 50 человек в возрасте 17-23 лет (1 курс, ФП 10-15гр.). На основе медицинского заключения о состоянии здоровья участники эксперимента были поделены на две группы экспериментальную и контрольную. В экспериментальную вошли студенты с группой здоровья по физкультуре СМГ и ЗФК, в контрольную – студенты с основной группой здоровья. В каждую из групп вошел 1 юноша и 24 девушки.

В качестве инструментария для диагностики социально-психологической адаптации студентов использовались анализ научной литературы по проблеме исследования, тестирование посредством психодиагностической методики диагностики социально-психологической адаптации К. Реджера и Р. Даймонда (опросник СПА), методы математической и статистической обработки (коэффициент ранговой корреляции Спирмена).

Как известно, основным механизмом процесса адаптации человека является смена окружающей его среды. Вхождение в новую среду жизнедеятельности, предъявление ею требований к студентам провоцируют кризис в адаптации. Кризис в адаптации – это этап адаптационного процесса, во временных рамках которого имеет место резкое снижение показателей адаптированности студентов, сопровождаемое отрицательными эмоциональными переживаниями как результат неадекватного реагирования на предъявление требований, представлений о собственной неэффективности, выход из которого осуществляется посредством создания условий для функционирования психологических механизмов на разных уровнях личности. (Л.Ф. Мирзаянова)

Именно с этими затруднениями, связанными с новизной условий, сталкивается бывший школьник при поступлении в вуз.

*Адаптация студентов* – сложное явление, связанное с перестройкой стереотипов поведения, а часто и личности. У некоторых этот процесс заканчивается неблагоприятно, о чем свидетельствует отсев

студентов в первые семестры обучения. Часто за этим явлением стоит недостаточная гибкость адаптационных систем человека.

В традиционном плане адаптация студентов первого курса рассматривается как совокупность трех аспектов, отражающих основные направления деятельности студентов:

- адаптация к условиям учебной деятельности (приспособление к новым формам преподавания, контроля и усвоения знаний, к иному режиму труда и отдыха, самостоятельному образу жизни и т.п.);
- адаптация к группе (включение в коллектив сокурсников, усвоение его правил, традиций);
- адаптация к будущей профессии (усвоение профессиональных знаний, умений и навыков, качеств).

В реальной жизни эти аспекты неразрывно связаны между собой.

Для группировки экспериментальных данных была использована статистическая таблица. В ней представлены результаты обследования уровня адаптации у 50 студентов.

Группа	Высокий	Норма	Сумма
Экспериментальная	14 – 56%	11 – 44%	25 – 100%
Контрольная	21 – 84%	4 – 16%	25 – 100%
Сумма	25	25	50

Данный прием позволяет глубже выявить связь между снижением адаптации и психосоматическими заболеваниями. Из таблицы видно, что высокий уровень адаптации в большей мере характерен для относительно здоровых студентов (контрольная группа) в сравнении с соматически ослабленными (экспериментальная группа).

Для большинства студентов, страдающих психосоматическими заболеваниями, характерен более низкий уровень адаптации в сравнении с их относительно здоровыми сверстниками. Соматически ослабленные студенты получили более низкие результаты и по другим показателям. Они в меньшей степени принимают себя и других людей, эмоциональный комфорт у них также находится на более низком уровне. Показатели внутреннего контроля в обеих группах находятся на одинаковом уровне, а доминирование в экспериментальной группе выше, чем в контрольной. Уровень эскапизма выше в экспериментальной группе, что говорит о более частом уходе от проблем, не умении их решать. Все перечисленные характеристики усложняют процесс взаимодействия соматически ослабленных студентов с окружающими, препятствуют удовлетворению основных социальных потребностей студента и могут привести к нарушению социально-психологической адаптации или значительно осложнить этот процесс.

Мы считаем, что очень важно уделять внимание не только состоянию психического здоровья, но также и физического т.к. целостность человеческой личности проявляется, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма. Гармония психофизических сил организма повышает резервы здоровья, создает условия для творческого самовыражения в различных областях нашей жизни. Следовательно, нужно соблюдать здоровый образ жизни, который включает в себя следующие основные элементы: плодотворный труд, рациональный режим труда и отдыха, искоренение вредных привычек, оптимальный двигательный режим, личная гигиена, закаливание, рациональное питание и т.п.

Педагогическое управление процессом адаптации:

1. информирование студентов о трудностях адаптационного периода и способах их преодоления;
2. формирование у студентов стремления к оптимальной адаптации, перестройке поведения, совершенствованию своей личности в соответствии с новыми вузовскими требованиями, т.е. активизация самовоспитания;
3. помощь студентам в организации самовоспитания.

Таким образом, проанализировав полученные результаты эксперимента, мы можем сделать следующие **выводы**: относительно здоровые студенты имеют более высокий уровень адаптации, в сравнении с соматически ослабленными сверстниками. В данной ситуации можно говорить о том, что процесс взаимодействия с окружающими, что может препятствовать удовлетворению основных социальных потребностей юношей и девушек, следовательно, это может привести к нарушению социально-психологической адаптации или дезадаптации.

Рассмотрение накопленных к настоящему времени фактов и идей, относящихся к проблеме адаптации, позволяет заключить, что многие частные вопросы проблемы социально-психической адаптации ещё не решены. Не существует четких критериев адаптированного состояния личности, её социально-психической адаптированности как состояния динамического взаимодействия со средой.

Эффективная социально-психическая адаптация представляет собой одну из предпосылок к успешной профессиональной деятельности. Частая смена коллективов, будь то школьный класс, дружеская компания, новые коллеги по работе, заставляет обращать всё больше внимания к процессу социальной адаптации. Успешное вхождение в коллектив является залогом успеваемости студента, залогом повышенной трудоспособности, если мы говорим об отношениях между колле-

гами; дружеская обстановка в группе часто помогает студенту избавиться от ряда комплексов.

Проблема социальной адаптации представляет собой важную область научных изысканий, расположенную на стыке различных отраслей знания, приобретающих в современных условиях всё большее значение. В этой связи адаптационную концепцию можно рассмотреть как один из перспективных подходов к комплексному изучению человека.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Александер, Ф., Человек и его душа Ф. Александер, Ш. Селесник. – М.: Наука, 1995. – 210 с.
2. Амельков, А.А. Возрастная психология А.А. Амельков. – Мн., 1989. – 180 с.
3. Белинская, Е., Социальная психология личности Е. Белинская, О. Тихомандрицкая. – М.: Прогресс, 2001. – 255 с.
4. Калайков, И.И. Цивилизация и адаптация И.И. Калайков. – М.: Наука, 1984. – 330 с.
5. Кон, И.С. Психология личности И.С. Кон. – М., 1987. – 215 с.
6. Крайг, Г. Психология развития Г. Крайг, Д. Бокум. — 9-е изд. — СПб.: Питер, 2005. — 900 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»).
7. Малкина-Пых, И.Г. Психосоматика: Новейший справочник И.Г. Малкина-Пых. – М.: Издательство Эксмо; СПб.: Сова, 2003. – 928 с.
8. Малкина-Пых, И.Г. Психосоматика: Справочник практического психолога И.Г. Малкина-Пых. – М.: Издательство Эксмо, 2004. – 992 с.
9. Налчаджян, А.А. Личность, групповая социализация и психическая адаптация А.А. Налчаджян. – Ереван, 1986. – 343 с.
10. Налчаджян, А.А. Социально-психологическая адаптация личности А.А. Налчаджян. – Ереван, 1988. – 345 с.
11. Пезешкиан В.А. Психосоматика и позитивная психотерапия В.А. Пезешкиан: Перевод с немецкого. – Медицина, 1996. – 464 с.
12. Психология. Словарь; редкол.: А.В. Петровский, (и др.). – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
13. Основы математической статистики в психологии: учеб.-метод. пособие. / сост. Н.А. Литвинова, Н.П. Радчикова. – 3-е изд. – Минск: БГПУ, 2008. – 87 с.

14. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХ-РАХ-М», 2001. — 672 с.

15. Реан, А.А. Психология человека от рождения до смерти / А.А. Реан. - СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2002. - 656 с.

16. Шибутани, Т.А. Социальная психология / Т.А. Шибутани. – Ростов-на-Дону, 1998. – 342 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ