

Юхновец, Т.И. Особенности нервно-психической устойчивости студентов-психологов/ Т.И. Юхновец, Е.П. Дмитрук, Ю А. Нагибова // Актуальные проблемы социальной и педагогической психологии: материалы Междунар. студ. науч.-практ. конф., г. Минск, 18 апр. 2007 г./Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. Л.В. Маришук [и др.]; под науч. Ред. Л.В. Финькевич; отв.ред. С.С. Гончарова и П.С. Рак. – Минск: БГПУ, 2007. – 162 с. – С.11-13.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Особенности нервно-психической устойчивости студентов - психологов

Т.И. Юхновец, старший преподаватель
кафедры педагогики и психологии
инклюзивного образования
учреждения образования Институт
инклюзивного образования
«Белорусский государственный
педагогический университет имени
Максима Танка»

Деятельность практического психолога предъявляет к личности специалиста требования, среди которых первостепенное место отводится эмоциональному благополучию специалиста, работающего в области психологического здоровья.

Профессиональный путь психолога предполагает многолетнее образование и самообразование. Период обучения в вузе насыщен стрессогенными факторами объективного и субъективного характера. После получения диплома выпускник-психолог погружается в реальный мир профессии, связанной с эмоциональными перегрузками. Поэтому для сохранения психологического здоровья и достижения высокого уровня профессиональной компетентности необходим высокий уровень саморегуляции, самоорганизации личности, где важную роль играет нервно-психическая устойчивость.

В 2005-2006 учебном году в начале 5 семестра было проведено исследование, в котором приняли участие 36 студентов 3 курса ф-та психологии. Использовались методики: «Прогноз» (СПб ВМА), «Ваше самочувствие» (О.С. Копина, Е.А Сулова, Е.В. Заикин).

Результаты. 64% испытуемых имеет высокий уровень психической устойчивости, 19,4% – средний и 16,7% – низкий. Следовательно, большинство юношей и девушек может противостоять внешним воздействиям, дестабилизирующим их равновесное психическое состояние, способно самостоятельно, с высоким быстродействием возвращаться в состояние психического равновесия. Однако 36% обследованных не (полностью) справляется с эмоциональными перегрузками.

Средний показатель психосоциального стресса ($1,14 \pm 0,37$) находится в пределах нормы, что свидетельствует об адекватной эмоциональной реакции испытуемых на обычные стрессогенные факторы. Большое беспокойство вызывает у испытуемых учебная деятельность, т.к. среднее значение ответов по выборке на этот вопрос соответствует оценке «скорее согласен» ($2,22 \pm 0,9$).

Девушки и юноши оценили свое здоровье, в целом, как удовлетворительное и/или хорошее ($3,56 \pm 0,61$).

Оценивая удовлетворенность условиями жизни (по 5-ти балльной шкале), студенты-психологи осознают наличие ряда проблем, мешающих им реализовываться ($2,28 \pm 1,00$). В целом, удовлетворены условиями жизни 63% испытуемых (высокий уровень), 31% – средний и 6% – низкий. Будущие психологи отметили высокий уровень: 1) условий получения информации ($4,33 \pm 0,93$), 2) условий для досуга, спорта, развлечений ($4,28 \pm 0,61$), 3) возможности общения с искусством ($4,08 \pm 0,77$), 4) бытовые условия в районе проживания ($4,06 \pm 0,92$). Условия образования юноши и девушки объективно оценили наименьшими баллами ($3,08 \pm 0,84$) (неудобные аудитории, духота/холод, в зависимости от времени года, удаленность от центра), но далеко не критическими.

Для студентов-психологов 3 курса характерен средний уровень ($2,25 \pm 0,60$) удовлетворения основных потребностей. Результаты по шкале распределились так: 59% – соответствует высокому уровню, 33% – среднему, 8% – низкому. Среди пунктов шкалы наименьшие значения получили удовлетворенность: 1) обучением ($3,56 \pm 0,97$), 2) материальным обеспечением ($3,56 \pm 0,97$); наибольшие значения – удовлетворенность общением ($4,50 \pm 0,85$) и питанием ($4,42 \pm 0,77$).

Корреляционный анализ показал взаимосвязь психической неустойчивости и переживания социального стресса ($r=0,473$ $p=0,004$).

Группы с разным уровнем нервно-психической устойчивости различаются между собой по параметрам: нервности ($U=6,55$; $p \leq 0,038$), напряжения в общении ($U=6,30$; $p \leq 0,04$), истощения ($U=8,60$; $p=0,014$), стресса ($U=9,49$; $p \leq 0,009$), душевного состояния ($U=6,55$; $p=0,038$), переживания счастья ($U=9,95$; $p \leq 0,007$), удовлетворенности прошедшим годом ($U=5,47$; $p \leq 0,065$), многое не удается ($U=7,69$; $p \leq 0,021$), удовлетворенности жизнью в целом ($U=6,09$; $p \leq 0,047$), удовлетворенность общением ($U=7,21$; $p \leq 0,027$), удовлетворенность социальным статусом ($U=6,95$; $p \leq 0,031$), удовлетворенность жизненными перспективами ($U=1,98$; $p \leq 0,003$), удовлетворенность любовью ($U=5,47$; $p \leq 0,07$), удовлетворенность хобби ($U=7,23$; $p \leq 0,07$).

Уровень нервно-психической устойчивости студентов не связан со средним баллом их успеваемости, что, скорее всего, может быть объяснено либо небольшим объемом выборки, либо реально меньшей (даже субъективной) стрессогенностью воздействующих на них стресс-факторов.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что проблема сохранения нервно-психической устойчивости студентов-психологов является актуальной и требует дальнейшего изучения. Необходимо внесение соответствующих изменений в организацию учебного процесса.