



УДК 159.9.072

Психические состояния студентов-первокурсников медицинского колледжа

О. И. Комолкина

Саянский медицинский колледж, г. Саянск

Н. И. Чернецкая

Иркутский государственный университет, г. Иркутск

Аннотация. Представлены результаты исследования психических состояний у студентов 1-го курса медицинского колледжа. Определены уровни выраженности таких психических состояний первокурсников, как психическая активация, интерес, эмоциональный тонус, напряжение и комфортность. Показана взаимосвязь между анализируемыми психическими состояниями, соотнесены их степени выраженности. Исследование позволило выявить, в частности, взаимосвязь высокого уровня интереса, высокого эмоционального тонуса и среднего уровня напряжения, что позволяет считать средний уровень напряжения более желательным психическим состоянием студентов-первокурсников. Понимание особенностей психических состояний первокурсников даст возможность прогнозировать и регулировать их изменения, контролировать продуктивность и качество учебной деятельности.

Ключевые слова: адаптация, психические состояния, студент, медицинский колледж.

Психическое развитие в юношеском возрасте во многом определяется начинающейся профессионализацией. В рамках данного процесса фундаментом для дальнейших достижений студента является успешность его адаптации к обучению в профессиональном образовательном учреждении, и поэтому представляется актуальным изучение процесса адаптации студентов к условиям обучения, к новому для них образу жизни, в частности, исследование особенностей психических состояний первокурсников.

Вопросы адаптации студентов первого года обучения изучали такие исследователи, как В. А. Сластенин, И. А. Зимняя, Н. А. Коваль, М. Ю. Орлов [1; 2; 8; 13]. И. Кон понимает под адаптацией процесс приспособления, волевою реализацию усвоенных норм и ценностей в условиях конкретной ситуации [4]. В данном случае речь идет об адаптации студентов 1-го курса к жизни в колледже. Р. Бибрих, Л. Томилина и другие считают, что адаптация – это процесс приведения в соответствие основных параметров социальной и личностной характеристик студента с основными условиями студенческой среды [10].

В чем же заключаются особенности обучения студентов на 1-м курсе? Е. В. Корепанова отмечает постоянно увеличивающуюся интенсивность ум-

ственного труда и нервно-психическое напряжение в первый год профессионального обучения [5]. Помимо вышеуказанного, для сельской молодежи важным является и перемена места жительства, что может привести к трудностям в адаптации, вызванным отдаленностью от семьи, чувством одиночества, непривычными бытовыми условиями. Эта группа студентов при поступлении в колледж включается в более интенсивную жизнь по сравнению с жизнью в сельской местности, переходит к самостоятельной активной деятельности. Возрастает объем учебной нагрузки, что усложняет усвоение учебных дисциплин. Происходит адаптация в другом коллективе, выстраиваются новые отношения с однокурсниками.

Предположительно, у студентов 1-го курса под влиянием нового образа жизни и деятельности происходит изменение их психических состояний.

Н. Д. Левитов психическое состояние определил следующим образом: «...это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений деятельности, предшествующего состояния и психических свойств личности» [6, с. 20]. Как отмечает В. К. Сафонов, психические состояния функционально связывают психические процессы и психические свойства. Психические состояния определяют особенности функционирования психики в конкретный период времени [11].

Изучали первокурсников и особенности их психических состояний такие исследователи, как Е. А. Кедярова, М. Ю. Уварова, И. В. Ярославцева, И. Н. Гутник, И. А. Конопак, З. В. Диянова, Т. М. Щеголева, М. Ю. Кузьмин [9; 14].

Методика и организация исследования

Исследовательская работа по изучению психических состояний студентов-первокурсников проводилась в ОБГПОУ «Саянский медицинский колледж» в 2014–2016 гг. Совокупную выборку испытуемых составили 132 студента, обучавшихся на 1-м курсе в указанные годы. Стратегия формирования выборки основывалась на том, что закономерности выявлялись не для конкретной группы студентов, а для смешанной совокупности, что позволило сделать исследование более объективным.

При решении исследовательских задач использовалась методика «Оценка психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности» (авторы – Н. А. Курганский, Т. А. Немчин) [7]. Данная методика предназначена для определения особенностей психического состояния человека по пяти показателям: психическая активация, интерес, эмоциональный тонус, напряжение и комфортность. Студентам 1-го курса медицинского колледжа был предложен перечень из 20 противоположных состояний, которым они должны были дать оценку относительно себя по рейтинговой шкале. В соответствии с результатами обработки производилось заключение о выраженности каждого вышеуказанного психического состояния.

Уровни выраженности каждого психического состояния определяются как высокий, средний и низкий. В связи с динамичностью психических состояний исследование проводилось в обозначенные годы в одни календарные промежутки времени.

Результаты исследования и их обсуждение

Процентное соотношение уровней психической активации студентов 1-го курса представлено на диаграмме (рис. 1).



Рис. 1. Уровни психической активации у студентов 1-го курса

Основная часть студентов (52 %) показала средний уровень психической активации. Отрицательным моментом является то, что малое количество студентов (20 %) имеют высокий уровень психической активации и, следовательно, высокий уровень работоспособности. Лишь пятая часть первокурсников чувствует себя отдохнувшими, бодрыми, выказывая желание работать.

28 % студентов имеют низкий уровень психической активации, они быстро утомляются, чувствуют себя уставшими, вялыми. Под влиянием длительного воздействия психической нагрузки у группы с низким уровнем возникало состояние утомления, временное снижение работоспособности вследствие истощения психических ресурсов. Мы предполагаем, что при этом становятся ниже точность и скорость совершаемых операций, сенсорная чувствительность, осмысленность восприятия, появляются изменения в эмоционально-волевой сфере. Психической нагрузкой для студентов в период адаптации являются приспособление к новым условиям быта, режиму дня, к освоению новых учебных требований, к новым способам межличностных отношений.

Шкала интереса, скорее, отражает не интерес к учебной деятельности, а качество внимания, заключающееся в сосредоточенности, внимательности, увлеченности. Процентное соотношение уровней интереса студентов 1-го курса представлено на рис. 2.

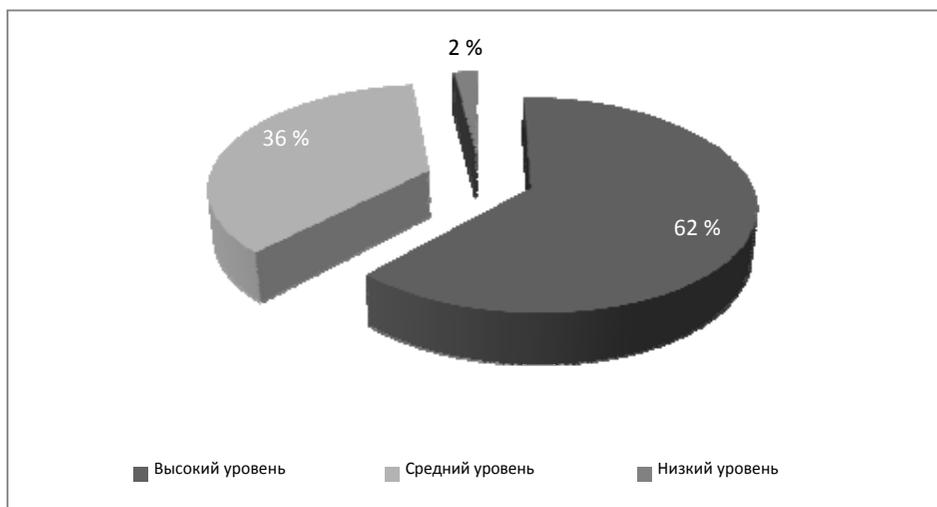


Рис. 2. Уровни интереса у студентов 1-го курса

Наибольшая часть студентов (62 %) имеет высокий уровень интереса. Можно предположить, что на занятиях данные студенты внимательно слушают преподавателя, сосредоточены на выполнении учебных задач. Низкий уровень интереса отмечен лишь у двух студентов.

На специальность «сестринское дело» в медицинский колледж поступают на базе основного общего образования. Следовательно, первый год обучения посвящен изучению общеобразовательных дисциплин с дополнительным углубленным изучением биологии. Лишь на 2-м курсе вводятся профильные программы, стимулирующие интерес к профессии, которые дают возможность осуществить подготовку по специальности «сестринское дело». Студенты 1-го курса предполагают, что их интерес к обучению в колледже усилится с изучением общепрофессиональных и клинических дисциплин.

Распределение уровней эмоционального тонуса студентов-первокурсников представлено на диаграмме (рис. 3).

Эмоциональный тонус – это то настроение, в каком пребывает данный студент, находясь в медицинском колледже. У большей части в группе исследуемых студентов (74 %) эмоциональный тонус высокий. Это показывает их хорошее самочувствие и настроение в стенах колледжа.

Четыре человека (3 %) имеют низкий эмоциональный тонус. Мы предполагаем, что при встрече первокурсника с объективными трудностями и различного рода неудачами в учебной деятельности появляются неуверенность, растерянность.



Рис. 3. Уровни эмоционального тонуса у студентов 1-го курса

П. К. Анохин рассматривал понятие «эмоциональный тонус» как вовлеченность в деятельность, направленность внимания на предмет деятельности. По его мнению, положительный эмоциональный тонус является отражением здоровья человека [3].

Процентное соотношение уровней напряжения студентов 1-го курса представлено на диаграмме (рис. 4).

В исследуемой группе студентов преобладает средний уровень напряжения (71%). Данные студенты демонстрируют умеренное напряжение в колледже в связи с учебой, взволнованность и даже раздражительность.

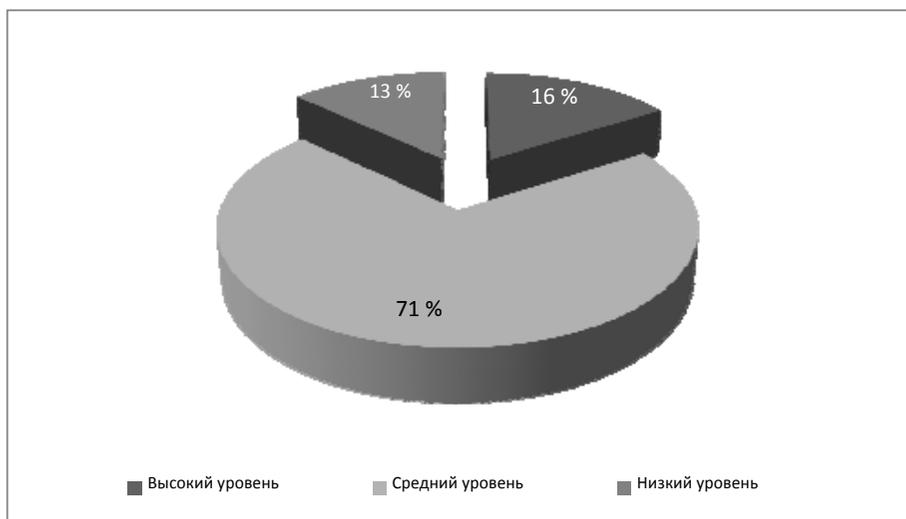


Рис. 4. Уровни напряжения у студентов 1-го курса

Умеренное психическое напряжение способствует выполняемой деятельности человека, при которой его действия становятся более динамичными, активными, быстрыми; улучшается качество внимания, возрастает темп мыслительной деятельности, усиливается мотивация, появляется уверенность в себе.

В ходе исследования функционального состояния студентов 2–4-х курсов И. А. Черевиковой и И. В. Ярославцевой большинство студентов продемонстрировали оптимальное функциональное состояние [15]. Эти студенты характеризуются оптимальным сочетанием быстродействия и безошибочности действий, что говорит о наличии у них состояния повышенной бдительности и достаточного рабочего напряжения.

При более высоком уровне психического напряжения, превышающем предел полезности, а это в исследуемой группе 21 студент, возникает перенапряжение, которое отрицательно отражается на результатах учебной деятельности. Это обнаруживается в утрате гибкости поведения. В познавательных компонентах напряжение проявляется снижением качества внимания, способности сосредоточиться, скорости умственной переработки информации, трудностями в выполнении умственных операций. При высоких значениях напряжения снижается эффективность деятельности в целом. Предположительно, данные студенты сложнее справляются с требованиями учебной деятельности.

Процентное соотношение уровней психологической комфортности студентов 1-го курса представлено на рис. 5.

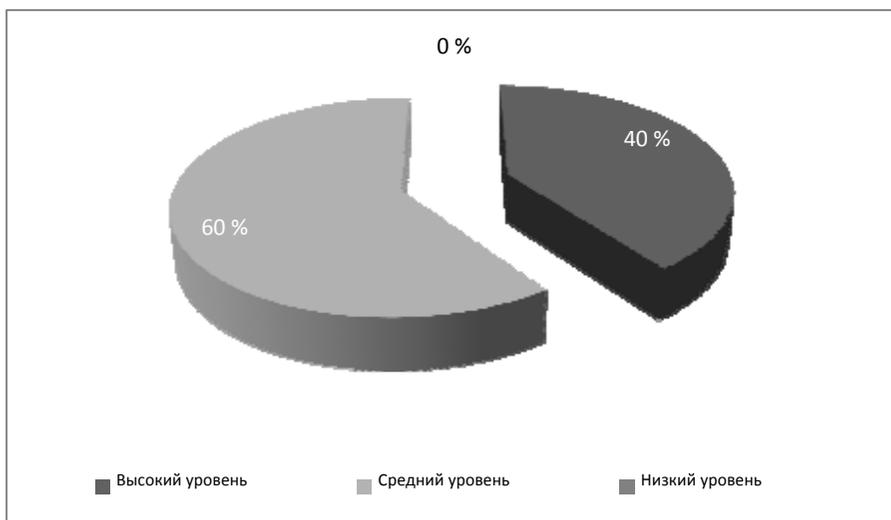


Рис. 5. Уровни комфортности у студентов 1-го курса

Психологическая комфортность – это состояние, которое появляется в ходе жизнедеятельности и указывает на переживание спокойствия, уюта, удовлетворения. Комфортность является условием, обеспечивающим развитие личности: на его фоне студент либо раскрывается, активно взаимодействует с преподавателем и другими студентами, либо, напротив, становится пассивным, замкнутым, отстраненным. Именно поэтому показатель комфортности является ведущим в оценке психических состояний студентов 1-го курса. Исследование показало, что студенты с низким уровнем комфортности отсутствуют. И это в целом свидетельствует о благоприятной психологической атмосфере в группах первокурсников: высокий уровень комфортности отмечен у 40 % студентов, средний – у 60 %. Высокий уровень комфортности отображает состояние уюта, удовлетворения, связанное с совокупностью позитивных психологических и физиологических ощущений студента в процессе его учебной деятельности.

Была выявлена соотнесенность степени выраженности различных психических состояний у первокурсников с применением углового преобразования Фишера. Данный критерий оценивает достоверность различий между процентными долями двух выборок, в которых зарегистрирован интересующий нас признак, и показывает взаимосвязь между анализируемыми психическими состояниями студентов 1-го курса [12].

Среди исследуемых психических состояний достоверные различия процентных долей выявлены между следующими состояниями:

1) высокая психическая активация – низкое напряжение ($\varphi^* = 1,53$, $p \leq 0,05$).

2) высокий интерес – высокий эмоциональный тонус ($\varphi^* = 2,09$, $p \leq 0,01$).

3) высокий интерес – среднее напряжение ($\varphi^* = 1,55$, $p \leq 0,05$).

4) высокий эмоциональный тонус – среднее напряжение ($\varphi^* = 0,54$, $p \leq 0,05$).

Исследование демонстрирует взаимосвязь высокого уровня интереса, высокого эмоционального тонуса и среднего уровня напряжения. Первокурсники, увлеченные учебной деятельностью, имеют хорошее самочувствие и настроение, и это, в свою очередь, сопровождается умеренным напряжением. Наибольшая взаимосвязь выявлена между высоким уровнем эмоционального тонуса и средним уровнем напряжения ($\varphi^* = 0,54$, $p \leq 0,05$).

Выводы

Таким образом, проведенное исследование позволило проанализировать психические состояния студентов 1-го курса медицинского колледжа, обусловленные процессом адаптации студентов к новой для них социальной среде. Была выявлена взаимосвязь высокого уровня интереса, высокого эмоционального тонуса и среднего уровня напряжения.

Понимание особенностей психических состояний первокурсников даст возможность прогнозировать и регулировать их изменения, контролировать продуктивность и качество учебной деятельности.

Список литературы

1. Демьяненко Н. В. Понятие социальной адаптации студентов-первокурсников к обучению в высшем учебном заведении / Н. В. Демьяненко, Я. В. Ермакова, В. Н. Куровский // Молодой ученый. – 2016. – № 8. – С. 942–944.
2. Зимняя И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – М. : Логос, 2002. – 384 с.
3. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – СПб. : Питер, 2007. – 464 с.
4. Кон И. С. Психология юношеского возраста / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1976. – 124 с.
5. Корепанова Е. В. Адаптация студента в диаде «преподаватель – студент» / Е. В. Корепанова // Вестн. Тамбов. ун-та. Сер. Гуманит. науки. – 2001. – С. 54–55.
6. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. : Просвещение, 1964. – 344 с.
7. Методики диагностики эмоциональной сферы: психологический практикум / сост. О. В. Барканова. – Красноярск : Литера-принт, 2009. – Вып. 2. – 237 с. – (Б-ка актуальной психологии).
8. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности: книга для учителя / Ю. М. Орлов. – М. : Просвещение, 1991. – 287 с.
9. Психофизиологические и психологические характеристики функционального состояния студентов в разных условиях организации учебного процесса в вузе / И. В. Ярославцева [и др.] // Изв. Иркут. гос. ун-та. Сер. Психология. – 2013. – Т. 2, № 2. – С. 83–98.
10. Савонько И. П. Личностная адаптация студентов к условиям обучения в вузе и ее роль в академической успешности / И. П. Савонько // Сб. науч. тр. МГПИИЯ им. М. Тореза. М., 1977. – Вып. 133. – С. 71–89.
11. Сафонов В. К. Диалектическая функция психического состояния (теоретико-методологический аспект) / В. К. Сафонов // Вестн. СПбГУ. Сер. 16. – 2011. – Вып. 3. – С. 44–53.
12. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2003. – 350 с.
13. Слостенин В. А. Психология и педагогика / В. А. Слостенин, В. П. Каширин. – М. : Академия, 2001. – 480 с.
14. Уварова М. Ю. Исследование личностной тревожности и мотивации достижения у студентов-первокурсников / М. Ю. Уварова, Е. А. Кедярова // Изв. Иркут. гос. ун-та. Сер. Психология. – 2014. – № 8. – С. 74–86.
15. Черевикова И. А. Функциональное состояние студентов бакалавриата / И. А. Черевикова, И. В. Ярославцева // Изв. Иркут. гос. ун-та. Сер. Психология. 2017. – Т. 21. – С. 99–104.

Mental States of First Year Students of the Medical College

O. I. Komolkina

Sayansk Medical College, Sayansk

N. I. Chernetskaya

Irkutsk State University, Irkutsk

Abstract. The paper brings forward the results of the study of mental states of first year students of the medical college. Degrees of expressiveness of such mental states as mental

arousal, interest, emotional tonus, tension, and comfort have been identified. The author showed interrelation among mental states under study, and correlation of their degrees of expressiveness. The study revealed correlation of high level interest, high emotional tonus and medium level tension, which leads to a conclusion that medium level tension is a desired mental state for first year students. Insight into peculiarities of first year students' mental states enables to predict and regulate their changes, as well as control efficiency and quality of learning activity.

Keywords: adaptation, mental states, student, medical college.

*Комолкина Оксана Ильинична
педагог-психолог, преподаватель
Саянский медицинский колледж
666301, г. Саянск, м-н Южный, 120
e-mail: kmlkina@rambler.ru*

*Komolkina Oksana Ilinichna
Educational-Psychologist, Lecturer
Sayansk medical college
120, Yuzhny settlement, Sayansk, 666301
e-mail: kmlkina@rambler.ru*

*Чернецкая Надежда Игоревна
доктор психологических наук, профессор
базовая кафедра педагогической
и возрастной психологии
Иркутский государственный университет
664003 г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1
e-mail: cherna@yandex.ru*

*Chernetskaya Nadezhda Igorevna
Doctor of Sciences (Psychology),
Professor, Basic Department
of Educational Age Psychology
Irkutsk State University
1, K. Marks st., Irkutsk, 664003
e-mail: cherna@yandex.ru*