

АНАЛИЗ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

При обучении в университете студенты испытывают большие нервно-психические и другие нагрузки, что может вызвать нервные срывы, негативно сказаться на их здоровье и оказать отрицательное воздействие на процесс обучения. После окончания вуза студенты будут работать учителями, воспитателями, а при их низкой нервно-психической устойчивости будет страдать не только учебно-воспитательный процесс, но и здоровье учащихся. Кроме того, учитель несет моральную и юридическую ответственность за школьников, вместе с которыми он может попасть в чрезвычайные ситуации различного происхождения, возникающие в настоящее время довольно часто. Цель исследования: определить нервно-психическую устойчивость студентов первых курсов Оренбургского государственного педагогического университета как один из факторов, влияющих на обучение. Метод исследования: анкетирование студентов с помощью методики «Прогноз». Обследовано 289 студентов на разных факультетах вуза. Результаты анкетирования: наибольшая нервно-психическая устойчивость наблюдалась у студенток факультета дошкольного и начального образования, а затем в порядке убывания располагались студенты отделения безопасности жизнедеятельности и физической культуры, безопасности жизнедеятельности, исторического, иностранных языков и физико-математического факультетов. Самая высокая вероятность возникновения нервных срывов возможна у студентов факультета иностранных языков, а наименьшая – у студенток факультета дошкольного и начального образования. По нашему мнению, такое распределение вероятности возникновения срывов связано с тем, что студенты дошкольного и начального образования, в основном, жители сельской местности, т. е. они больше занимаются физическим трудом и лучше подготовлены к различным бытовым трудностям и стрессовым ситуациям. Студенты отделения безопасности жизнедеятельности и физической культуры, а также отделения безопасности жизнедеятельности больше подготовлены к жизни в физическом плане, а физическая культура и спорт повышают устойчивость человека к различным стрессовым ситуациям.

Ключевые слова: студенты, анкетирование, нервно-психическая устойчивость, анализ.

Студенты Оренбургского государственного педагогического университета получают высшее педагогическое образование на разных факультетах по различным специальностям, а это предполагает, что по окончании университета они, в основном, будут работать в общеобразовательных школах, других учебных и дошкольных заведениях учителями, воспитателями. в своей работе учитель и воспитатель ежедневно подвергается нервно-психическим нагрузкам, а если у представителей этих профессий нервно-психическая устойчивость (НПУ) не выдерживает такого ежедневного напряжения, то это может привести к нервным срывам. Нервные срывы обязательно отразятся отрицательным образом не только на здоровье педагога, но и на здоровье детей, подростков, воспитанников, с которыми они занимаются, а также на учебно-воспитательном процессе. от воспитателя и учителя во многом зависит степень и объем полученных знаний и умений, а также здоровье детей, подростков, их дальнейшее отношение к учебе, выбору будущей профессии. Поступая в высшее учебное заведение, студенты подвергаются более значи-

тельным нагрузкам, чем в школе, в том числе и психическим, особенно на первых курсах, так как обучение в вузе значительно отличается от школьного обучения как по разнообразию форм обучения (лекции, семинарские, практические, лабораторные занятия, зачеты, экзамены), так и по объему информации. Многие студенты университета живут в сельской местности, а приехав в город, они попадают в другую обстановку, у них ломается привычный жизненный стереотип в связи сменой обстановки, при этом сказывается отсутствием родных, близких, друзей, одноклассников. Вдали от дома, особенно у студентов, не приспособленных к самостоятельности, возникает больше бытовых проблем, с которыми они реже сталкивались в домашней обстановке, а это может способствовать возникновению психологического напряжения или даже небольших стрессовых реакций. в этом плане бывшим школьникам, а нынешним студентам нужна хорошая психологическая подготовка, которую надо начинать проводить со школьной скамьи. Нервно-психическая устойчивость человека зависит от очень многих факторов.

к таким факторам относятся состояние нервной системы, наследственность, родительское и школьное воспитание, влияние окружающей обстановки, в том числе и социальной, физическое развитие, половые различия, индивидуальные особенности организма, предшествующие или существующие заболевания и ряд других. Известно, что НПУ показывает риск дезадаптации личности в условиях стресса, т. е. тогда, когда система эмоционального отражения функционирует в критических условиях, вызываемых внешними или внутренними факторами [1, с. 52]. В таких условиях это может негативно отразиться на здоровье педагога, его воспитанников, а также на процессе обучения и воспитания. от учителей зависит очень многое, а это здоровье школьников, их мировоззрение и отношение к жизни, выбору будущей профессии. Воспитатели, педагоги, классные руководители проводят занятия не только в классах, но также на местности, организуют экскурсии, походы, сборы, во время которых не исключена возможность возникновения непредвиденных обстоятельств, вплоть до экстремальных ситуаций.

При обучении в вузе по любой специальности студенты изучают дисциплины «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Безопасность жизнедеятельности», где получают некоторые знания, которые могут пригодиться им в опасной ситуации различного происхождения. Кроме наличия знаний большую роль играет правильное поведение учителя или воспитателя, его психологическая устойчивость, что поможет избежать или уменьшить риск возникновения такой ситуации, а также выходить из этих ситуаций с минимальными потерями или даже без них. Основой такого поведения учителя является наряду с профессиональной подготовкой и его нервно-психическая устойчивость, способность в нужный момент вовремя собраться и оказать необходимую помощь своим ученикам.

В конце XX века и в начале XXI века количество опасных ситуаций различного происхождения сильно возросло, а соответственно возросло число погибших и пострадавших людей. Какова реакция человека на ту или иную ситуацию во многом зависит от его толерантности, т. е. его терпеливости, выносливости, психической устойчивости к их повторяющимся

воздействиям. Исследование толерантности человека особенно важно при возникновении критических экстремальных ситуаций различного происхождения, так как именно в таких условиях большую роль играет нервно-психическая устойчивость человека [6, с. 275]. При неправильной реакции в экстремальной ситуации у человека возникает стресс, а последствия стресса различные, так как известно, стресс является причиной многих заболеваний, а также провоцирующим фактором в их возникновении или обострении. Молодежь, с недостаточно хорошо сформированными защитно-компенсаторными механизмами, довольно часто попадает в такие ситуации (даже сессия может быть для них стрессом), что впоследствии может приводить у них к возникновению заболеваний, в этиологии которых большую роль играют стрессы, а к этим болезням относятся гипертоническая болезнь, язвенная болезнь, онкологические заболевания, сахарный диабет и много других. Недаром в последние годы количество таких болезней увеличилось [2, с. 217].

Различные степени толерантности как проявление нервно-психической устойчивости диагностируются с помощью различных психофизиологических показателей, таких как кожно-гальваническая реакция, частота пульса и число дыханий, электрическая активность мозга, артериальное давление и ряда других показателей. для определения толерантности специально разработано много методик, представленных в виде опросников. в своей работе мы использовали методику «Прогноз», которая была разработана в Санкт-Петербургской военно-медицинской академии и предназначена для определения уровня НПУ, риска дезадаптации в стрессовой ситуации. с помощью этой методики получают некоторую информацию при отборе лиц, которые будут работать или находиться в трудных и непредсказуемых условиях, когда к человеку предъявляются повышенные требования. Эта анкета состоит из 84 вопросов, на которые надо дать ответ «да» или «нет». Анализ ответов позволяет выявить особенности поведения и состояние психической деятельности в различных ситуациях. Результаты такого опроса определяются по 10-балльной шкале, на основании которой можно сделать вывод об НПУ [7, с. 287].

Целью нашей работы было исследование состояния нервно-психической устойчивости студентов нескольких факультетов с использованием методики «Прогноз». Опрос студентов проводился на первом году обучения, когда студенты еще полностью не адаптировались к обучению в высшей школе, а также не получили практически никаких знаний по предметам, на которых изучаются опасные ситуации различного происхождения, а также поведение людей в этих ситуациях [3, с. 55]. Анкетирование студентов проходило в течение 2014–2016 годов. Количество обследованных студентов составляло 289 человек, из них на факультете иностранных языков было обследовано 88 человек, на факультете ДиНО – 42 человека, на историческом – 89 студента, на физико-математическом – 32 студента, на отделении БЖ – 22 студента, на отделении БЖ и ФК – 16 человек. Анкетирование проводилось как среди юношей, так и среди девушек. Обработка полученных результатов анкетирования проводилась в целом по факультетам, а также отдельно у юношей и девушек, чтобы определить наличие или отсутствие половых различий в уровнях НПУ, так как известно, что в психоэмоциональном плане юноши и девушки отличаются друг от друга. Результаты наших

исследований по характеристике уровней нервно-психической устойчивости студентов представлены в таблице 1.

Анализируя шкалу искренности можно отметить, что все ответы были правдивыми. Рассмотрев результаты анкетирования можно сказать следующее. У девушек при поступлении в университет на первом году обучения самые хорошие показатели по НПУ наблюдались у студенток факультета ДиНО – у каждой третьей девушки этого факультета вероятность наступления срыва была маловероятна [5, с. 117]. На втором месте по этому показателю стоят студентки исторического факультета, далее в порядке убывания стоят студентки отделения БЖ, БЖ и ФК, иностранных языков, а последнее место занимают студентки физико-математического факультета. Самая высокая вероятность возникновения нервно-психических срывов наблюдалась у девушек факультета иностранных языков (более 27%). Далее в порядке убывания стоят студентки отделения БЖ и ФК, исторического факультета, физико-математического, отделения БЖ, а последнее место занимают студентки факультета ДиНО. Можно предположить, что это связано с тем, что практически все студентки факультета ДиНО являются жителями сельской

Таблица 1. Характеристика уровней нервно-психической устойчивости студентов ОГПУ

Факультет	Год	Пол	Кол-во	Уровни НПУ						Всего
				МВ		В		ВВ		
				Кол-во	%	Кол-во	%	Кол-во	%	
Исторический	2015	М	18	5	27,8	11	66,1	2	11,1	44
	2015	Ж	26	6	23,1	12	46,1	8	20,8	
	2016	М	12	-	-	8	66,7	4	33,3	45
	2016	Ж	33	11	33,3	22	66,7	-	-	
Иностранных языков	2015	Ж	41	4	9,8	25	60,0	12	29,2	41
	2016	М	7	-	-	6	85,7	1	14,3	47
	2016	Ж	40	5	12,5	25	62,5	10	25,0	
ДиНО	2014	Ж	23	5	21,8	15	65,2	3	13,0	42
	2015	Ж	19	10	52,6	9	47,4	-	-	
Физико-математический	2015	М	8	-	-	7	87,5	1	12,5	32
	2015	Ж	24	1	4,2	20	83,3	3	12,5	
БЖ	2014	М	11	3	27,3	6	54,5	2	18,2	22
	2014	Ж	11	3	27,3	7	63,6	1	9,1	
БЖ и ФК	2015	М	7	3	42,8	4	57,2	-	-	16
	2015	Ж	9	2	22,2	5	55,6	2	22,2	

Примечание: ВВ-высокая вероятность, В-вероятны, МВ-маловероятны.

местности, т. е. они привыкли к определенным трудностям, лучше приспособлены к менее комфортным условиям жизни, больше занимаются физическим трудом, выполняют больше домашних обязанностей. в тоже время большинство студенток факультета иностранных языков являются городскими жителями.

У юношей по показателю малой вероятности возникновения нервно-психических срывов на первом месте стоят студенты отделения БЖ и ФК, на втором месте – студенты отделения БЖ, на третьем месте – юноши исторического факультета. Возможно, это связано с тем, что студенты отделения БЖ и ФК больше занимались и занимаются физической культурой и спортом, а это способствует повышению нервно-психической устойчивости, которая так необходима во время тренировок и соревнований [4, с. 57]. Об этом также свидетельствует тот факт, что у студентов отделения БЖ и ФК нет юношей, у которых может возникнуть высокая вероятность нервно-психических срывов. на первом месте по высокой вероятности возникновения срывов стоят студенты исторического факультета (каждый пятый студент), затем в порядке убывания – юноши отделения БЖ, факультета иностранных языков, физико-математического факультета.

Анализ результатов анкетирования в целом по университету с учетом половых различий показал, что малая вероятность возникновения нервно-психических срывов у представителей женского пола была на 3,4% выше, чем у студентов мужского пола. Вероятность возникновения нервно-психических срывов у девушек на 4,8% также меньше, чем у юношей. в тоже время высокая вероятность нервно-психических срывов у студенток была на 1,4% выше, чем у юношей.

Таким образом, в целом по университету девушки в большинстве своем более устойчивы к стрессовым ситуациям, чем юноши.

Анализируя результаты анкетирования в целом по факультетам, не учитывая половых различий, мы получили следующие результаты (табл. 2). Из этой таблицы видно, что наилучшие показатели по вероятности возникновения нервно-психических срывов имеют студенты факультета ДиНО и отделения БЖ и ФК, а наихудшие показатели – у студентов факультета иностранных языков и исторического факультета.

Возможно, это связано с тем, что основная масса студенток факультета дошкольного и начального образования являются жителями сельской местности, они больше адаптированы к различным бытовым условиям. Студенты отделения БЖ и ФК лучше физически развиты, так как они больше занимаются физической культурой и спортом.

Используя результаты 10-балльной шкалы, проведенный нами анализ показал, что, примерно, каждый седьмой студент первого курса на обследованных факультетах имеет неблагоприятный прогноз в отношении НПУ и высокую вероятность возникновения нервно-психических срывов при возникновении даже небольшой стрессовой ситуации (сдача зачетов, экзаменов, курсовых, дипломных работ), не говоря уже о чрезвычайных ситуациях любого происхождения. Нам кажется, что преподаватели вузов должны более внимательно относиться к студентам во время сессии, когда вероятность срывов более высока, а это может приводить, в конечном счете, к нарушению учебно-педагогического процесса и снижению успеваемости. по нашему мнению, у студентов первого курса необходимо проводить анкети-

Таблица 2. Распределение факультетов по вероятности возникновения НПУ

Вероятность	1	2	3	4	5	6
МВ	ДиНО	БЖ и ФК	БЖ	Исторический	Иностранных языков	Физико-математический
В	Физико-математический	Иностранных языков	Исторический	БЖ	ДиНО	БЖи ФК
ВВ	Иностранных языков	Исторический	БЖ	БЖ и ФК, Физико-математический		ДиНО

Примечание: ВВ-высокая вероятность, В-вероятны, МВ-маловероятны.

рование такого типа сцелью выявления лиц, у которых высокая вероятность возникновения нервно-психических срывов с последующим более углубленным дополнительным обследованием студентов, неблагополучных в этом плане факультетов с обязательным привлечением к обследованию психологов и неврологов. Нам кажется, что в высшем учебном заведении

на постоянной основе должен работать психолог, особенно со студентами первого курса, а это может способствовать более быстрой адаптации студентов к студенческой жизни, предупреждению возникновения нервно-психических срывов и профилактике их возникновения, что в конечном счете улучшит учебно-педагогический процесс.

13.04.2016

Список литературы:

1. Айзман, Н.И. Психологические основы безопасности человека / Н.И.Айзман, Р.И.Айзман, С.М.Зиньковская. Новосибирск: АРТА. – 2011. – 272 с.
2. Матчин, Г.А. Медицина катастроф и безопасность жизнедеятельности: учебное пособие /Г.А.Матчин, А.М.Суздалева; Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2015. – 256 с. ISBN 978-5-85859-602-8.
3. Матчин, Г.А. Анализ нервно-психической устойчивости студентов 1 курса отделения безопасности жизнедеятельности и методики обучения безопасности жизнедеятельности /Г.А.Матчин, А.В.Иванов, К.К.Вилкова. Сб. Международная научно-практическая конференция «Современное образовательное пространство: риски и безопасность» 16-17 октября 2014г. ФГБОУ ВПО «ОГПУ». – Оренбург, 2014. – 356. С. 200-203.
4. Матчин, Г.А. Нервно-психическая устойчивость студентов отделения безопасности жизнедеятельности и методики обучения безопасности жизнедеятельности /Г.А.Матчин, А.М.Суздалева, А.В.Иванов. Сб. науч. трудов по материалам 1 Междунар. науч.-практ. конф. Актуальные вопросы естественных и технических наук (30 апреля 2014 г., г. Тамбов). – Тамбов: Изд-во ТРОО «Бизнес-Наука-Общество», 2014.– 84 с. (С.54-59).
5. Матчин, Г.А. Анализ нервно-психической устойчивости студентов первого курса факультетов иностранных языков и дошкольного и начального образования / Г.А. Матчин, К.К. Вилкова, А.В. Иванов. Актуальные исследования в области безопасности жизнедеятельности: материалы международной конференции, приуроченные к всероссийскому дню изобретателя и рационализатора (26-27 июня 2015 г., г.Ярославль). Ярославль: РИО ЯГПУ, 2015. – 231 с. (С. 115-118). ISBN 978-5-00089-053-0
6. Токарева, О.Н. Развитие психологической устойчивости школьников к экстремальным ситуациям / О.Н. Токарева, А.М. Суздалева, Г.А. Матчин; Глава в монографии «Философия, вера, духовность: истоки, позиция, тенденции развития». Книга 24. – Воронеж, 2011.– С. 273-285.
7. Феофанов, В.Н. Методы диагностики социально-эмоциональной сферы детей с отклонениями в развитии. Часть 1 / В.Н. Феофанов, Е.С. Пономаренко; Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2007. – 312 с.

Сведения об авторах:

Матчин Геннадий Артемьевич, доцент кафедры Безопасности жизнедеятельности и методики обучения безопасности жизнедеятельности Оренбургского государственного педагогического университета, кандидат медицинских наук
460014, г. Оренбург, ул. Советская, 19, e-mail: Konnadezda@yandex.ru

Вилкова Кристина Константиновна, студентка второго курса отделения Безопасности жизнедеятельности и методики обучения безопасности жизнедеятельности Оренбургского государственного педагогического университета
460014, г. Оренбург, ул. Советская, 19