

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ КУРСОВ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА



Докладчики: Абдулганиева И.М., Оспанова А.А.,
Медет М.М.

Научный руководитель: Алмагамбетова А.А.,
ассистент кафедры психиатрии и наркологии



План

1. Введение

- Актуальность темы (стрессоустойчивость студентов медицинского вуза)
- Цель исследования

2. Методология исследования

- Комплекс используемых методов (ИТО, тест Люшера, шкала стрессоустойчивости)

3. Организация и проведение исследования

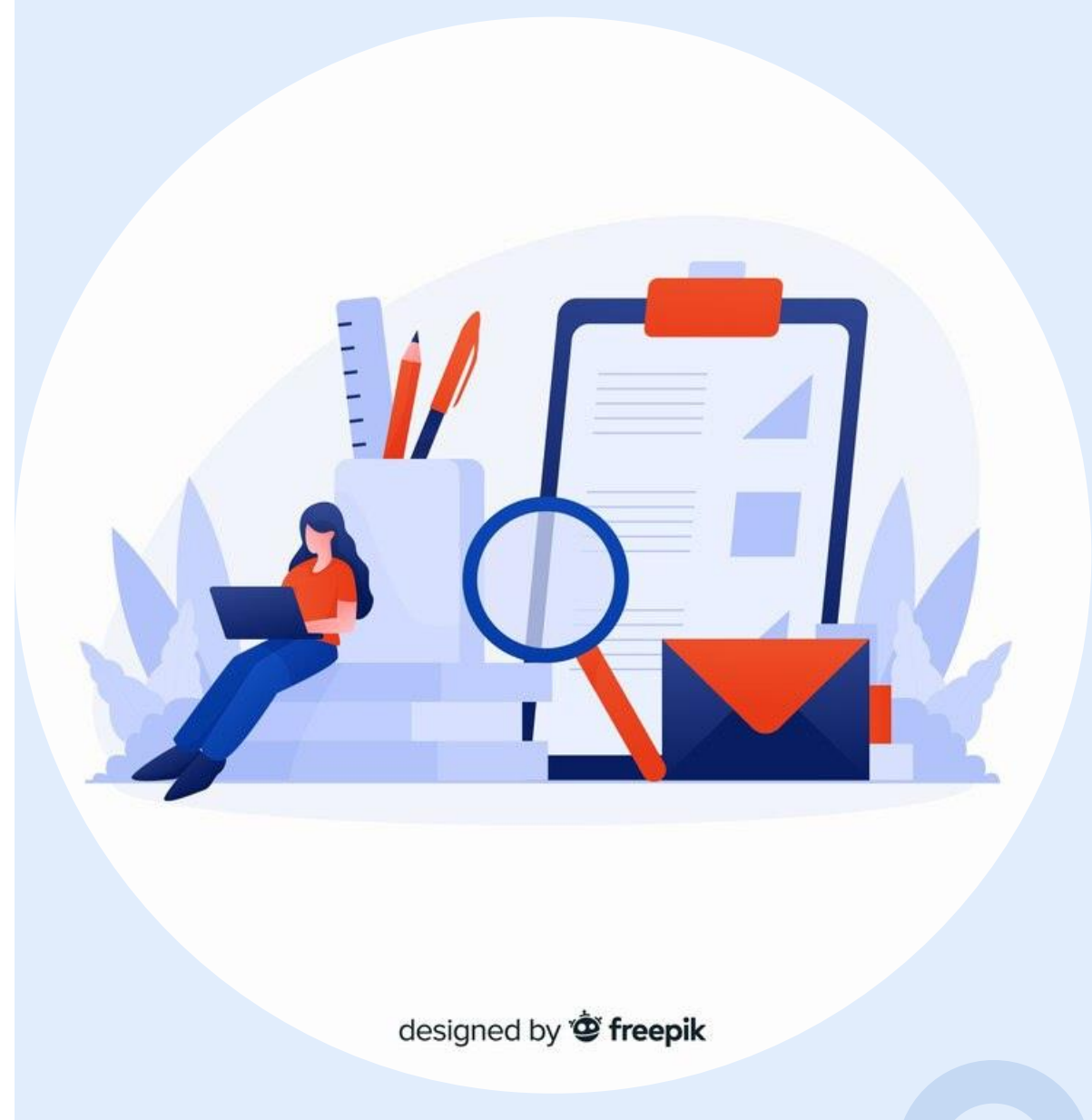
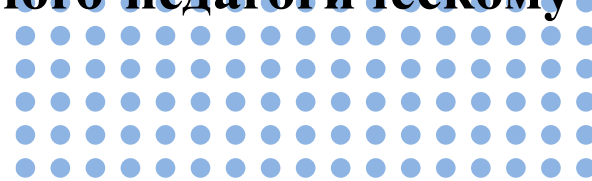
- Количественный и качественный состав выборки.
- Этико-деонтологические аспекты (добровольность участия, конфиденциальность).

4. Результаты исследования и их сравнительный анализ

- Представление эмпирических данных в разрезе курсов (1, 3, 5).
- Сравнительная характеристика показателей стрессоустойчивости и стратегий преодоления трудностей.
- Анализ различий между группами и выявление закономерностей.

5. Заключение

- Практические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению студентов на разных этапах обучения



Введение



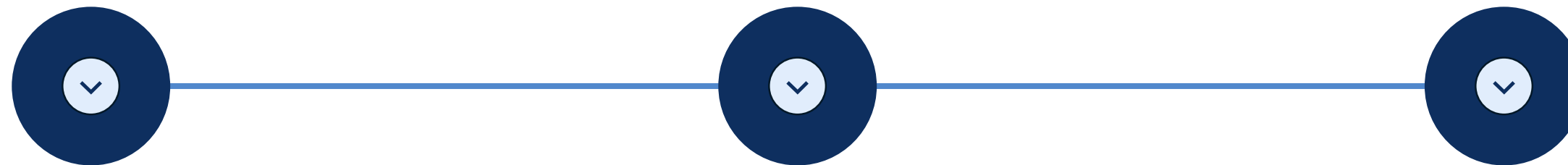
Современная студенческая молодежь часто сталкивается с кризисными ситуациями: адаптация к новой учебной среде, стресс во время экзаменов, высокая учебная нагрузка, проблемы социальной адаптации и профессионального самоопределения. Психологическая устойчивость является важным фактором успешной учебной и профессиональной деятельности, а также сохранения психического здоровья.

Цель исследования – провести сравнительный анализ уровня психологической устойчивости студентов различных курсов медицинской академии.

Шкала стрессоустойчивости (экспресс-опросник)

Назначение: быстрая проверка адаптивности.

Инструкция: «Оцените, насколько верно для вас каждое утверждение (от 1 — совсем не про меня, до 5 — полностью про меня)»



Пример вопросов (20):

1. В трудной ситуации я стараюсь сохранять спокойствие.
2. Я легко приспосабливаюсь к изменениям.
3. Мне трудно контролировать эмоции.
4. Я быстро восстанавливаюсь после неудач.
5. Конфликты сильно выбивают меня из колеи.

Подсчёт:

- прямые вопросы (1,2,4) → чем выше балл, тем лучше.
- обратные вопросы (3,5) → чем выше балл, тем хуже.
- итоговая сумма:
 - 80–100 → высокая устойчивость,
 - 50–79 → средняя,
 - <50 → низкая.

- Для студентов лучше использовать комбинацию:
👉 ИТО + Люшер + шкала стрессоустойчивости.
- СМЛ можно давать выборочно (он тяжелее и дольше).

ИТО (Индивидуально-типологический опросник, краткая форма)

Инструкция: «Ответьте Да или Нет на вопросы».

Вопросы

Пример вопросов (20):

1. Я часто волнуюсь по пустякам.
2. Мне трудно скрывать эмоции.
3. Я люблю быть в центре внимания.
4. В неожиданных ситуациях теряюсь.
5. Я быстро утомляюсь от умственной работы.

Подсчёт (очень упрощённый):

- Вопросы 1, 4, 8, 12, 14 → Тревожность.
- Вопросы 2, 9, 14, 20 → Импульсивность.
- Вопросы 3, 7, 13, 19 → Экстраверсия.
- Вопросы 5, 6, 11, 15 → Ригидность.
- Остальные → Адаптивность.

Интерпретация:

- Высокий балл (много «Да») = выраженность качества.
- Сравнить по шкалам:
тревожность/импульсивность ↓ → слабая устойчивость;
высокий самоконтроль/адаптивность ↑ → сильная устойчивость.



Цветовой тест Люшера (короткая форма)



Ключевые значения:

-  Синий → спокойствие, стабильность.
-  Зелёный → самоконтроль, устойчивость.
-  Красный → энергия, активность.
-  Жёлтый → оптимизм, надежда.
-  Фиолетовый → чувствительность, эмоциональность.
-  Коричневый → телесный комфорт, инстинкты.
-  Серый → равнодушие, защита.
-  Чёрный → протест, отказ.



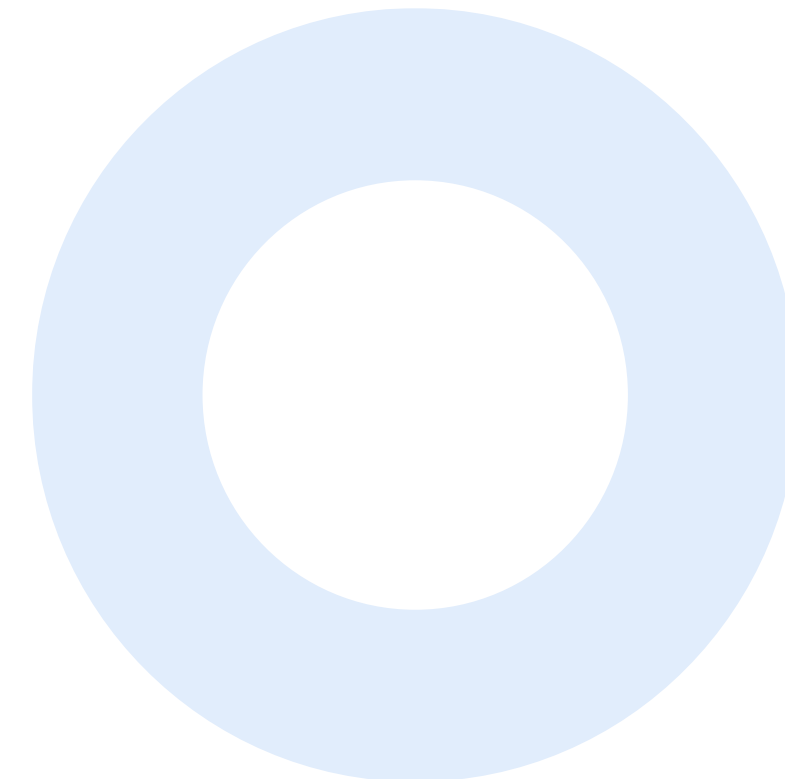
Инструкция:

Расставьте 8 цветов (синий, зелёный, красный, жёлтый, фиолетовый, коричневый, серый, чёрный) по степени привлекательности — от самого приятного к самому неприятному

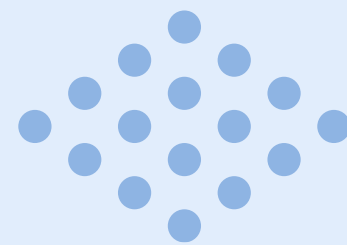


Подсчёт:

- 1–2 место → потребности, цель.
- 3–4 место → реальное состояние.
- 5–6 место → безразличие.
- 7–8 место → напряжение, избегание.



Комплекс методов (ИТО, тест Люшера и шкала стрессоустойчивости) будет применён среди студентов 1, 3 и 5 курсов медицинской академии.

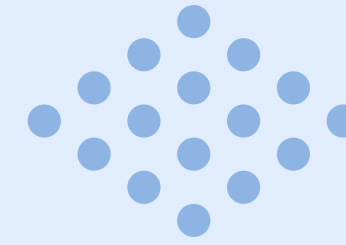


1 КУРС “ФАРМАЦИЯ”

1 курс — студенты только начинают обучение, сталкиваются с адаптацией к новой системе требований, высоким уровнем учебной нагрузки и стрессовыми факторами, связанными с переходом от школы к вузу. Важно выявить их уровень стрессоустойчивости и первые стратегии совладания.

3 КУРС “Общая медицина”

3 курс — это «середина обучения», когда студенты уже прошли адаптацию, но у них начинается активное изучение клинических дисциплин, увеличивается объём практических занятий и ответственность. На этом этапе интересно оценить, как формируются механизмы преодоления трудностей и какие стратегии закрепились.



5 КУРС “Общая медицина”

5 курс — выпускной, когда возрастает психологическая нагрузка из-за предстоящего завершения обучения, подготовки к итоговой аттестации и выхода в профессиональную деятельность. Для этой группы особенно важно определить уровень стрессоустойчивости и готовность обращаться за помощью.



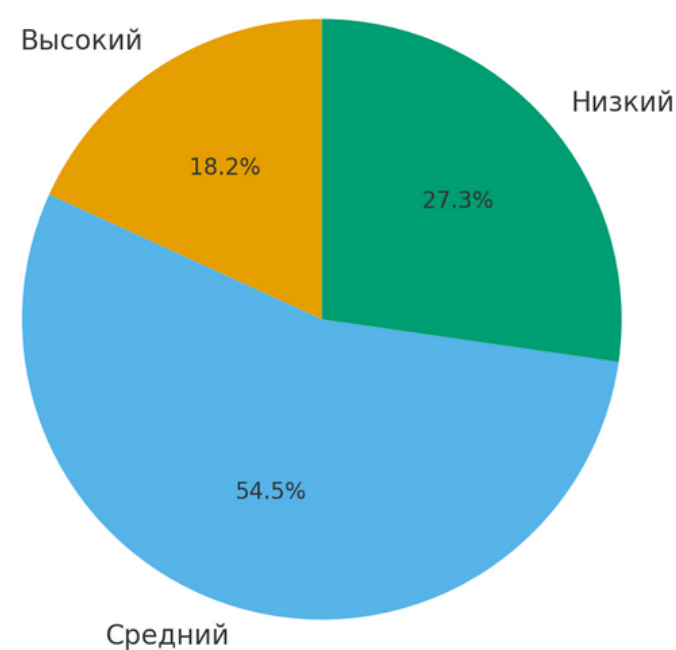


Результаты по шкале стрессоустойчивости (1 курс “Фармация”)

Условные баллы распределились следующим образом:

- Высокий уровень стрессоустойчивости – 2 студента (18%)
- Средний уровень стрессоустойчивости – 6 студентов (55%)
- Низкий уровень стрессоустойчивости – 3 студента (27%)

Распределение уровней стрессоустойчивости (103 группа, 1 курс, n=11)



Доминирует средний уровень стрессоустойчивости (более половины участников).

Это отражает естественные трудности периода адаптации к вузу.
У большинства студентов есть базовые навыки совладания, но они пока недостаточно устойчивы.

Низкий уровень выявлен у трети группы

Эти студенты, вероятно, испытывают выраженные трудности в адаптации: тревожность, неуверенность в себе, трудности в распределении времени.

Высокий уровень встречается редко

Эти студенты лучше адаптированы к стрессу, более уверенно справляются с учебной нагрузкой и могут служить ресурсом для группы (например, через групповые проекты, взаимопомощь).



Условные результаты по ИТО (3 курс “Общая медицина”)

У большинства студентов 3 курса наблюдается сбалансированный уровень эмоциональной устойчивости.

- Коммуникативные навыки развиты на среднем уровне, что соответствует этапу обучения.
- Самооценка чаще адекватная или завышенная, что свидетельствует о возросшей уверенности.
- Мотивация к профессиональной деятельности выражена у значительной части выборки.

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоциональная устойчивость	25%	50%	25%
Коммуникативные навыки	25%	58%	17%
Самооценка и уверенность	33%	42%	25%
Мотивация к учебной деятельности	67%	25%	8%



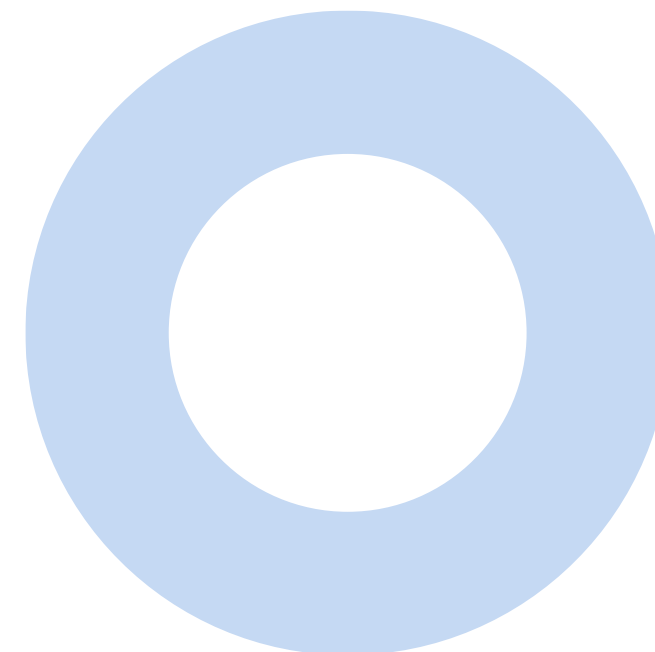
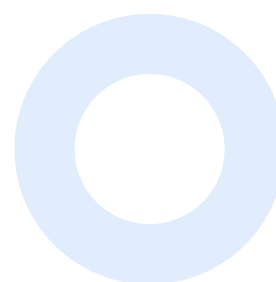
Результаты цветового теста Люшера (5 курс “Общая медицина”)

У большинства студентов 3 курса наблюдается сбалансированный уровень эмоциональной устойчивости.

- Коммуникативные навыки развиты на среднем уровне, что соответствует этапу обучения.
- Самооценка чаще адекватная или завышенная, что свидетельствует о возросшей уверенности.
- Мотивация к профессиональной деятельности выражена у значительной части выборки.

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоциональная устойчивость	25%	50%	25%
Коммуникативные навыки	25%	58%	17%
Самооценка и уверенность	33%	42%	25%
Мотивация к учебной деятельности	67%	25%	8%

Заключение >>>>>



Сравнительный анализ показал, что уровень психологической устойчивости студентов варьирует в зависимости от курса обучения. Наиболее уязвимыми оказались первокурсники, для которых характерны трудности адаптации, более выраженный стресс и неустойчивость эмоционального состояния. У студентов среднего этапа обучения отмечается более сбалансированное психоэмоциональное состояние, возросшая уверенность и формирование профессиональной мотивации, хотя остаются зоны развития, в частности в сфере коммуникативных навыков. К концу обучения прослеживается тенденция к повышению устойчивости: старшекурсники ориентированы на стабильность, внутреннее равновесие и гармонию, что позволяет им легче справляться с нагрузкой и сохранять оптимизм. Таким образом, можно заключить, что наибольшей поддержке в образовательной среде нуждаются студенты начальных курсов, тогда как к старшим курсам формируется более выраженная психологическая устойчивость, являющаяся важным условием успешной профессиональной деятельности.

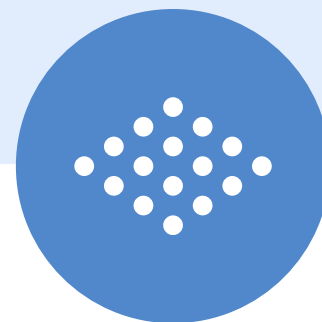




Источники

- 3-я часть статьи доктора психологических наук Людмилы Николаевны Собчик <https://psy.su/feed/6789/>
- Немов Р.С. Психология: Учебник. – М.: Владос, 2016. – 512 с.
- Выготский Л.С. Психология развития человека. – М.: Смысл, 2005. – 432 с.
- Парыгин Б.Д. Социальная психология. – М.: Мысль, 1999. – 350 с.
- Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Смысл, 2004. – 240 с.





THANK YOU!

