

ТОКАРЕВА Н. Г., КАЛЮГА Р. Д.

**ОСОБЕННОСТИ САМООЦЕНКИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ
СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19**

Аннотация. Проанализированы показатели самочувствия, активности, настроения, невротизации, психопатизации студентов-медиков в период пандемии COVID-19. Выявлено, что у большей части студентов отмечаются благоприятные показатели самооценки эмоциональных состояний. Дистанционное обучение воспринимается студентами как один из способов предупреждения заболеваемости COVID-19.

Ключевые слова: самооценка эмоциональных состояний, дистанционное обучение, пандемия COVID-19.

TOKAREVA N. G. KALUGA R. D.

**FEATURES OF SELF-ASSESSMENT OF EMOTIONAL STATES
OF MEDICAL STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

Abstract. The indicators of well-being, activity, mood, neurotization, psychopathization are analyzed in medical students during the COVID-19 pandemic. It was revealed that the majority of students have good indicators of self-assessment of emotional states. Distance learning is understood as one of the ways to prevent the incidence of COVID-19.

Keywords: self-assessment of emotional states, distance learning, COVID-19 pandemic.

Введение. Психическое здоровье студентов является одним из главных факторов, влияющих на показатели успеваемости учебной деятельности. Важно, чтобы студент находился в удовлетворительном состоянии, хорошем настроении, иначе это негативно может отразиться на продуктивности его работы. Для продуктивной деятельности учащемуся необходимо правильно планировать свое время, и, в целом вести здоровый образ жизни [1]. Студентам первого курса и до сложившейся ситуации пандемии, необходимо было адаптироваться к условиям обучения. Их психическое состояние, в начале обучения, является неустойчивым и подвижным [2]. В образовательной среде изучение психоэмоционального состояния личности, важно для поддержания и сохранения психического здоровья в процессе профессионального становления специалиста [3; 4]. Во время пандемии, эмоциональное состояние студентов заиграло новыми красками. Появились новые проблемы, новые условия обучения, в том числе, переход на дистанционные формы обучения и т.д.

Цель работы: изучение самооценки эмоциональных состояний студентов-медиков в условиях пандемии COVID-19.

Материал и методы. В исследовании приняли участие студенты 1 курса Медицинского института ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н.П. Огарёва» специальности 31.05.03 «Стоматология», находящиеся на дистанционной форме обучения. Всего было обследовано 76 человек. Средний возраст студентов – 18 лет.

В исследовании использованы психодиагностические методики: методика «Самочувствие-Активность-Настроение», методика «Самооценка эмоциональных состояний» [5], методика «Уровень Невротизации и Психопатизации» [6]. Методика «Самочувствие-Активность-Настроение» направлена на изучение и анализ особенностей самочувствия, активности и настроения. Каждая характеристика представлена шкалой, включающей 3 уровня: благоприятный, нормальный и неблагоприятный. Методика «Уровень Невротизации и Психопатизации» направлена на изучение и анализ особенностей невротизации и психопатизации личности. Каждая характеристика представлена шкалой и разделяется на 5 уровней: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего и низкий. Методика «Самооценка эмоциональных состояний» направлена на изучение и анализ особенностей спокойствия, энергичности, приподнятости, уверенности в себе и общего уровня эмоционального состояния личности. Каждая характеристика представлена шкалой и разделяется на 3 уровня: высокий, средний и низкий.

Практическая реализация вышеприведенных методов осуществлялась с использованием пакета прикладных статистических программ Statistica 10.0 [7].

В итоге проведенного исследования получены следующие **результаты**. Анализируя данные методики «Самочувствие-Активность-Настроение», по шкале «Самочувствие» выявлено, что только 10 (13%) человек имеют неблагоприятные показатели, самочувствие у 35 (46%) человек находится в пределах нормы, у 31 (41%) человека отмечается благоприятное самочувствие. В целом, самочувствие студентов находится в пределах нормативных и благоприятных показателей (рис. 1).

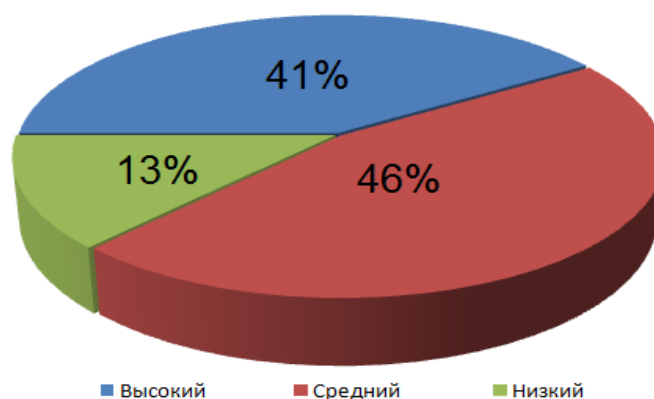


Рис. 1. Показатели самочувствия студентов.

По шкале «Активность» получены следующие результаты: активность у 21 (28%) человека находится в пределах нормы, у 49 (64%) человек отмечен высокий уровень активности и только 6 (8%) человек от числа всех обследованных студентов имеют неблагоприятные показатели активности (рис. 2).

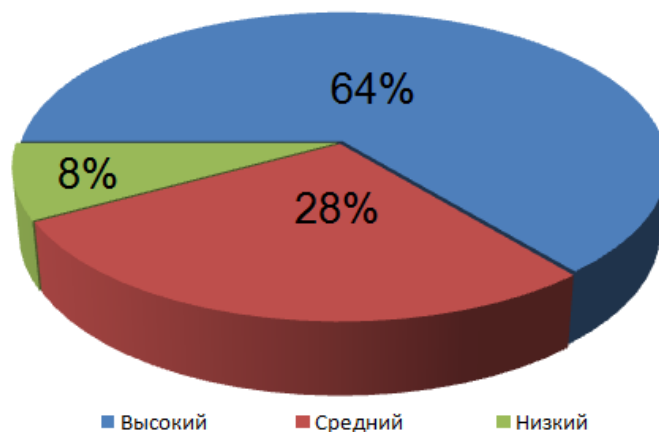


Рис. 2. Показатели активности у студентов.

Данные, полученные по шкале «Активность», немного отличаются от данных предыдущей шкалы «Самочувствие». Малую долю студентов, у которых активность находится на низком уровне, можно так же объяснить внешними факторами, которые в различной степени влияют на каждого человека. Имеются в виду факторы, не относящиеся к дистанционному обучению. В связи с некоторыми особенностями дистанционного обучения у студентов наблюдается экономия времени. По шкале «Настроение»: у 27 (35%) человек настроение находится в пределах нормы, у 46 (61%) человек отмечаются высокие показатели настроения, 3 (4%) человека имеют неблагоприятные показатели настроения (рис. 3).

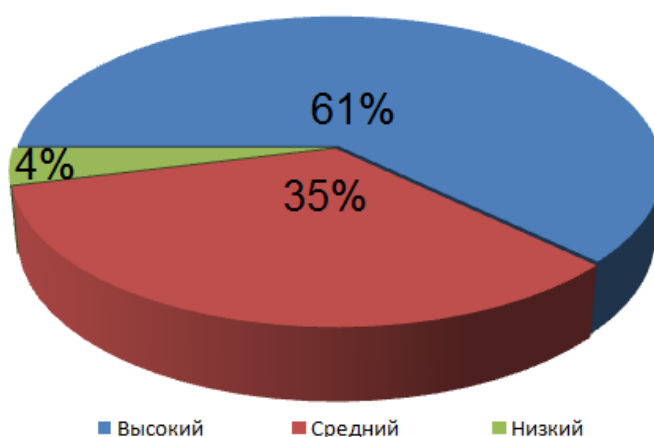


Рис. 3. Показатели настроения у студентов.

Результаты по шкале «Настроение» и «Активность» очень схожи и обусловлены одними и теми же факторами. Однако, в данном случае дистанционное обучение не

напрямую влияет на настроение студентов, а, скорее всего, служит неким барьером для негативных эмоций, которые, так или иначе, в любом случае возникают во время стандартного процесса обучения.

По данным методики «Уровень Невротизации и Психопатизации», показатель невротизации у большинства студентов – 42 (55,3%) человека – находится на уровне ниже среднего, у 30 (39,5%) человек – на среднем уровне, низкий уровень выявлен у 1 (1,3%) человека и уровень выше среднего – у 3 (3,9%) человек.

Признаки психопатизации у большинства студентов 66 (87%) человек по данным методики «Уровень Невротизации и Психопатизации» отсутствуют (рис. 4). Низкий уровень психопатизации выявлен у 1 (1,3%) человека и уровень выше среднего – у 9 (12%) человек.

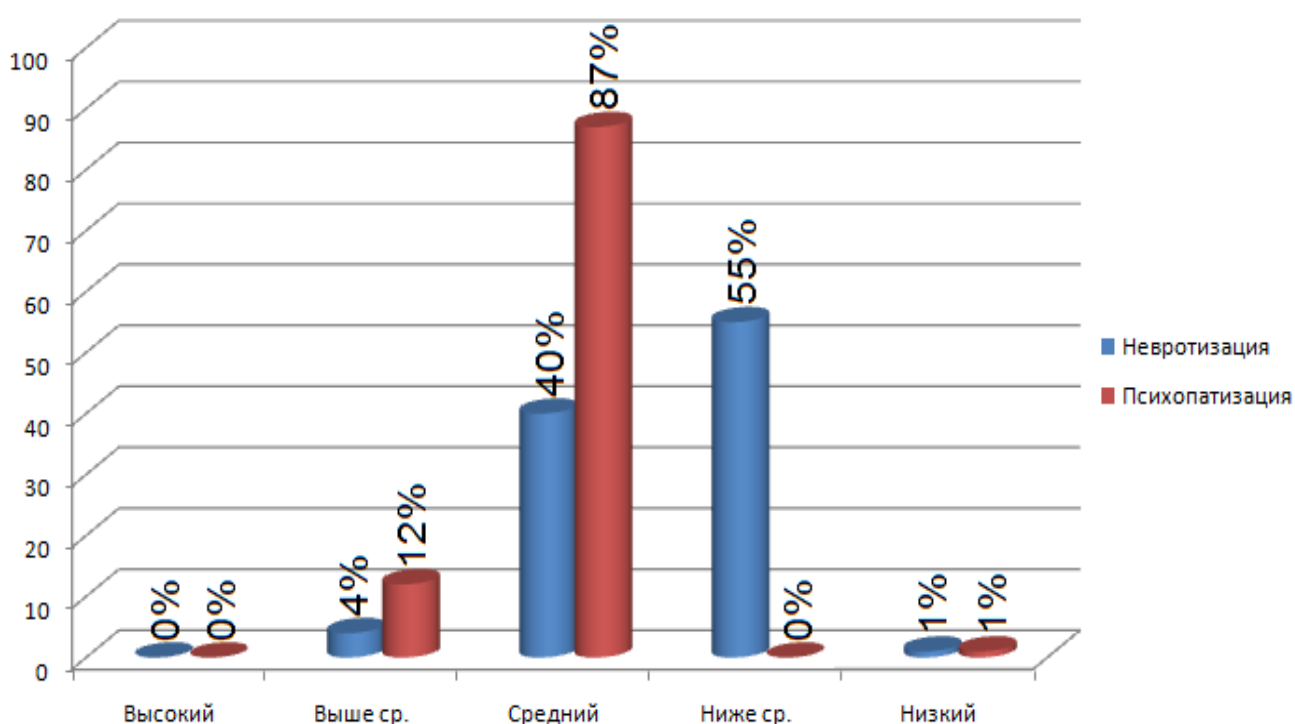


Рис. 4. Показатели невротизации и психопатизации у студентов.

У большинства студентов, принявших участие в исследовании, отсутствуют такие симптомы, как быстрая утомляемость, нарушение сна, нарушение аппетита, снижение настроения, что подтверждается результатами, полученными по данным методики «Самочувствие-Активность-Настроение». Психопатизация в отличие от невротизации – более устойчивое свойство человеческой психики, и влияние дистанционного обучения можно рассматривать лишь как катализатор для проявления характера того или иного человека. В данном случае, несмотря на несвойственную обстановку для студентов, как по тому, что они лишь недавно начали обучаться в высшем учебном учреждении, так и по тому, что они столкнулись с непривычной моделью обучения, все они показали низкие уровни

невротизации и психопатизации, отсутствие признаков дезадаптации, что объясняется также и настроением на дистанционное обучение, которое рассматривается как вариант предупреждения распространения заболеваемости COVID-19.

По данным методики «Самооценка эмоциональных состояний» получены результаты, которые представлены на рисунке 5.

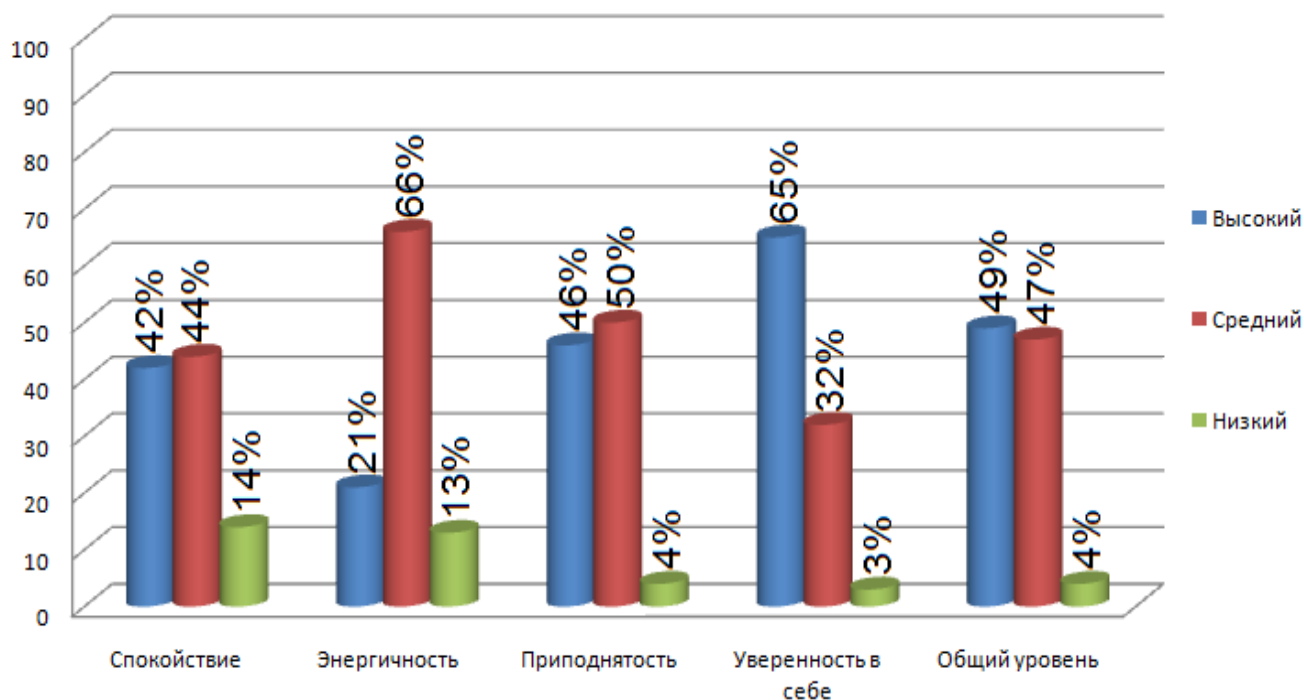


Рис. 5. Показатели самооценки эмоциональных состояний.

Показатели самооценки спокойствия показывают, что спокойствие у 32 (42%) человек находится на высоком уровне, у 33 (44%) человек выявлены средние показатели спокойствия, низкий уровень отмечен у 11 (14%) человек.

Показатели самооценки энергичности показывают, что энергичность у 16 (21%) человек находится на высоком уровне, у 50 (66%) человек – средние показатели энергичности, низкий уровень отмечен у 10 (13%) человек.

Показатели самооценки приподнятости показывают, что у 35 (46%) человек выявлен высокий уровень, у 38 (50%) человек – средние показатели, низкий уровень – у 3 (4%) человек.

Показатели самооценки уверенности в себе у 50 (65%) человек находятся на высоком уровне, у 24 (32%) человек – средние показатели, низкий уровень отмечен у 2 (3%) человек.

Выводы.

1. Проведенный анализ самооценки эмоциональных состояний студентов 1 курса специальности «Стоматология» выявил следующие закономерности: психоэмоциональное

состояние студентов в целом находится на хорошем, благоприятном уровне, отсутствуют признаки психической дезадаптации.

2. Рассматривая проблему дистанционного обучения только с позиции самооценки эмоциональных состояний студентов, можно сказать, что оно имеет положительные тенденции. Дистанционное обучение понимается студентами как один из способов предупреждения заболеваемости COVID-19. Однако, возможно, при проведении других исследований, выявятся и серьезные проблемы дистанционного обучения, такие как потеря эффективности образования или снижение уровня социальной адаптации участников учебного процесса.

3. В рамках данного исследования нам удалось выявить благоприятные факторы дистанционного обучения для психического здоровья студентов, что, в свою очередь, также отражается на качестве получаемых знаний.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Фролова Ю. Г. Психология здоровья. – Минск: Вышэйшая школа, 2014. – 255 с.
2. Полкова К. А., Прокопенко Л. А. Оценка социальной адаптированности и вегетативной устойчивости студентов технического института // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 5 (159). – С. 383-387.
3. Токарева Н. Г. Личность и болезнь // Я и виртуалистика: от инакомыслия до парадигматических революций: материалы круглого стола. – Саранск, 2009. – С. 133-134.
4. Токарева Н. Г. Аномалии личности в аспекте психической нормы и патологии // Психология и практика: материалы Межрегиональной научно-практической конференции. – Саранск, 1999. – С. 49-54.
5. Карелин А. А. Большая энциклопедия психологических тестов. – М.: Эксмо, 2007. – 416 с.
6. Голенков А. В., Сергеев М. П., Буряченко А. Б., Булыгина И. Е. Медицинская психология: практикум. – Чебоксары: Изд-во Чуваш. ун-та, 2002. – 100 с.
7. Наследов А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных: учебное пособие. – СПб.: Речь, 2004. – 392 с.