

Литература

- 1 Кондратьев, М. Ю. Азбука социального психолога практика: Справочно-энциклопедическое издание / М. Ю. Кондратьев, В. А. Ильин. – Москва : ПЕР СЭ, 2007. – 464 с.
- 2 Абдулаева, М. М. Взаимосвязь локуса контроля с симптомами профессионального выгорания учителей средних школ / Абдулаева, М. М. // Вестник МГЛУ. – 2012. – № 7. – С. 63–79.
- 3 Ощепкова, Г. И. Проявления экстернальности и интернальности при зависимом поведении / Г. И. Ощепкова // Филология и культура. – 2015. – № 3. – С. 333–336.
- 4 Морозов, В. Н. К современной трактовке механизмов стресса / В. Н. Морозов, В. Н. Хадарцев // Вестник новых медицинских технологий. – 2010. – Т. 17. – С. 15–16.
- 5 Абабков, В. А. Валидизация русскоязычной версии опросника «шкала воспринимаемого стресса-10» / В. А. Абабков, К. Барышникова, О. В. Воронцова-Венгер, И. А. Горбунов, С. В. Капранова, Е. А. Пологаева, К. А. Стуклов // Вестник Санкт-Петербургского университета. – 2016. – сер. 16. – С. 6–12.

УДК 59.9.072:616.8-008.64-057.875

М. В. Марьина

ОЦЕНКА СУБЪЕКТИВНОЙ КОМФОРТНОСТИ У СТУДЕНТОВ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ НЕВРОТИЗАЦИИ

Статья посвящена изучению субъективной комфортности у студентов с разным уровнем невротизации. Рассмотрены результаты исследования субъективной комфортности и дается их оценка относительно уровня невротизации. Также описывается самочувствие студентов и специфические формы реагирования на ситуации стресса в зависимости от имеющегося у них уровня невротизации.

Осложнение социально-экономической и политической обстановки в современном обществе, а так же, в частности, ухудшение, внутрисемейных и межличностных отношений ведет к отклонениям в личностной сфере индивидов. Многообразие внешних и внутренних конфликтов, возникающих вследствие воздействия неблагоприятных условий внешней среды и внутренние противоречия, ведут к повышению числа невротических отклонений, а также ухудшает общий уровень самочувствия [1].

Теоретическое изучение проблемы невротизации осуществлялось представителями различных наук. Различные аспекты рассматриваемой проблемы в психологии активно изучались как и зарубежными, так и отечественными учеными. Довольно подробно проблематику неврозов рассматривают А. Адлер, З. Фрейд, К. Хорни, Д. Шапиро. Из более современных представителей можно выделить Ю. А. Александровского, Л. В. Блюменау, А. М. Вейна, В. А. Гиляровского, Г. М. Дюкову, Б. Д. Карвасарского, и др. Что касается субъективной комфортности, то благодаря работам О. М. Бабич, В. А. Бодрова, Н. Е. Водопьяновой можно сделать выводы о мере влияния персонального комфорта личности на эффективность функционирования ее в социуме.

Таким образом, в связи с указанными проблемами было проведено исследование на указанную тему. Выборку составили студенты УО «Гомельский государственный университет им. Франциска Скорины» в возрасте от 19 до 22 лет.

Для проведения исследования были использованы следующие методики: методика «Диагностика уровня невротизации» (Л. И. Вассерман), методика «Шкала оценки субъективной комфортности» (Э. Гроль, М. Хайдер; адаптация А.Б. Леоновой), «Клинический

опросник для выявления и оценки невротических состояний» (К. К. Яхин, Д. М. Менделевич).

В ходе проведения методики «Диагностика уровня невротизации» (Л. И. Вассермана) были получены следующие результаты. Из общего количества обследуемых 50 % имеет средний уровень невротизации. Следовательно, у обследуемых данной категории наблюдается ситуативная тревожность, зачастую отмечается сниженное настроение, общий уровень самочувствия ниже нормы, присутствует эмоциональное напряжение. Однако это проявляется не слишком ярко и не сильно влияет на функционирование личности в социуме. У 28 % обследуемых отмечается высокий уровень невротизации. Это может проявляться в острой реакции и неготовности к стрессовым ситуациям. Постоянные переживания и тревоги без видимых на то причин. Возможно развитие фобий. У 22 % обследуемых присутствует низкий уровень невротизации. Это говорит о том, что лица данной категории имеют достаточно высокий уровень самочувствия, не отмечается аффективных вспышек, сон мирный.

Таким образом, для дальнейшей оценки субъективной комфортности студенты были разделены на три группы:

- первую группу составили студенты с высокими уровнем невротизации;
- вторую группу составили студенты со средним уровнем невротизации;
- третью группу составили студенты с низким уровнем невротизации.

Результаты диагностики студентов с высоким уровнем невротизации по методике «Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний» (К. К. Яхин, Д. М. Менделевич) представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Количественные показатели по шкалам невротических состояний у студентов с высоким уровнем невротизации (в %)

Шкалы невротических состояний	Показатели выраженности невротических состояний		
	здоровье	норма	болезненный характер
Тревога	0	22	78
Невротическая депрессия	0	12	88
Астения	11	23	66
Истерический тип реагирования	0	22	78
Обсессивно-фобические расстройства	0	30	70
Вегетативные нарушения	11	22	67

Из таблицы 1 следует, что среди испытуемых с высоким уровнем невротизации преобладает показатель болезненного характера по шкалам «Тревога», «Невротическая депрессия», «Астения», «Истерический тип реагирования», «Обсессивно-фобические расстройства», «Вегетативные нарушения». Показатели здоровья по шкалам «Тревога», «Невротическая депрессия», «Истерический тип реагирования», «Обсессивно-фобические расстройства» у лиц данной категории не выявлены. Зачастую лицам данной категории свойственно проявление повышенной тревожности, возникают страхи, фобии, мысли и действия, которые не поддаются объяснению и контролю. Возможны возникновение соматических расстройств, головных болей, проблем с кишечником.

Результаты диагностики студентов со средним уровнем невротизации по методике «Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний» (К. К. Яхин, Д. М. Менделевич) представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Количественные показатели по шкалам невротических состояний у студентов со средним уровнем невротизации (в %)

Шкалы невротических состояний	Показатели выраженности невротических состояний		
	здоровье	норма	болезненный характер
Тревога	31	37	32
Невротическая депрессия	0	43	57
Астения	56	19	25
Истерический тип реагирования	26	35	39
Обсессивно-фобические расстройства	23	25	54
Вегетативные нарушения	39	50	11

Из таблицы 2 следует, что у лиц со средним уровнем невротизации превалирует показатель нормы по шкалам «Тревога», «Вегетативные нарушения», также отмечается болезненный характер по шкалам «Невротическая депрессия», «Истерический тип реагирования», «Обсессивно-фобические расстройства», а показатель здоровья отмечается по шкале «Астения». Показатель здоровья по шкале «Невротическая депрессия» у лиц данной категории не выявлен. Таким образом, лицам данной группы свойственно пониженное настроение, ощущение заикленности и блеклости жизни, наблюдается склонность к драматизации и излишнем преувеличении своих проблем, зачастую возникают необоснованные страхи, фобии. Также в жизни лиц данной категории наблюдается явление возникновения навязчивых ритуалов и действий. Зачастую у обследуемых данной категории возникают навязчивые мысли, которые не поддаются контролю. Возможны возникновения болей в различных сегментах тела.

Результаты диагностики студентов с низким уровнем невротизации по методике «Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний» (К. К. Яхин, Д. М. Менделевич) представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные показатели по шкалам невротических состояний у студентов с низким уровнем невротизации (в %)

Шкалы невротических состояний	Показатели выраженности невротических состояний		
	здоровье	норма	болезненный характер
Тревога	63	14	33
Невротическая депрессия	67	12	21
Астения	71	29	0
Истерический тип реагирования	79	21	0
Обсессивно-фобические расстройства	67	33	0
Вегетативные нарушения	79	21	0

Из таблицы 3 следует, что у лиц с низким уровнем невротизации показатель здоровья отмечается по всем шкалам, что говорит о том, что лица данной категории не проявляют симптомов данных нарушений в процессе жизнедеятельности, могут адекватно реагировать на ситуации стресса, успешно устанавливать социальные связи, не испытывая при этом каких-либо затруднений.

Результаты проведения методики «Шкала оценки субъективной комфортности» (Э. Гроль, М. Хайдер; адаптация А. Б. Леоновой) представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Количественные показатели уровней субъективной комфортности у студентов с разным уровнем невротизации (в %)

Уровень невротизации	Уровень субъективной комфортности			
	низкий	сниженный	приемлемый	высокий
Высокий	59	26	15	0
Средний	24	70	6	0
Низкий	0	71	29	0

Из таблицы 4 следует, что среди обследуемых с высоким уровнем невротизации превалирует низкий уровень субъективной комфортности, что говорит о том, что лица данной категории склонны к проявлениям пониженного настроения и самочувствия, сонливость, проблемы со сном, на протяжении всего дня наблюдается повышенная утомляемость. Среди лиц с низким и средним уровнем невротизации превалирует сниженный уровень субъективной комфортности. Следовательно, обследуемые данной категории в ситуациях стресса склонны к проявлению быстрой утомляемости, пониженного настроения, к концу дня зачастую оказываются изнуренными и обессиленными, однако это имеет умеренный характер.

Таким образом, на основании вышеизложенного можно сделать вывод о том, что у лиц с высоким уровнем невротизации отмечается низкий уровень субъективной комфортности, то есть превалирует плохое самочувствие. Также отмечается повышенная чувствительность к внешним стимулам, вызывающим тревогу, беспокойство, возбудимость. Для лиц данной категории характерна неуверенность в общении, низкий общий эмоциональный тон, чувство безрадостности, повышенная чувствительность, болезненно повышенная возбудимость чувств, быстрая утомляемость, снижение работоспособности, зачастую возникают фобии, страхи и навязчивые мысли. Также у лиц данной категории высокая вероятность возникновения вегетативных нарушений.

Для лиц со средним уровнем невротизации характерен сниженный уровень субъективной комфортности, то есть наблюдается самочувствие ниже уровня нормы, отмечается пониженное настроение, ощущение заикленности деятельности и бесцветности жизни, но без экстраполяции этого ощущения на будущее, ослабление тонуса и энергии, ограничение контактов с окружающими и снижение интересов. Также наблюдается склонность к драматизации и преувеличению своих проблем, обидчивость, на этом фоне могут возникать некоторые вегетативные отклонения. Отмечается возникновение страхов и мыслей, не поддающихся контролю.

У лиц с низким уровнем невротизации наблюдается сниженный уровень субъективной комфортности, то есть умеренное самочувствие личности в деятельности и на протяжении дня в целом. Обследуемые данной категории не демонстрируют явных отклонений по шкалам невротических состояний. Лица данной категории способны адекватно переносить ситуацию ожидания, могут быстро мобилизовать психические и энергетические ресурсы организма.

Литература

1 Сидоров, П. И. Введение в клиническую психологию: Т. I. : учебник для студентов медицинских вузов / П. И. Сидоров, А. В. Парняков. – М : Академический Проект, Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 416 с.