

Е. О. Мерцалова, Е. В. Чарина

Стрессовые и невротические состояния при формировании социальной идентичности профессионала в процессе обучения в вузе

Северо-Восточный государственный университет, г. Магадан, Россия

Аннотация. Статья посвящена сравнительному анализу проявлений стресса и невротических состояний в студенческой среде. Сравнение проводится в группах студентов, обучающихся на гуманитарных и инженерно-технических направлениях подготовки. Студенческая группа рассматривается как социально-профессиональная группа, где происходит формирование профессиональной идентичности в учебной деятельности. Статус студента рассматривается как кризисное состояние, которое сопровождается воздействием стресс-факторов. В связи с тем, что студенчество находится на пересечении двух сообществ: учебного и профессионального, на студента оказывают влияние две группы стресс-факторов: факторы учебного стресса, факторы профессионального стресса. Уровень стресса и невротические состояния изучались стандартными опросниками. Значимость различий проверялась с помощью статистических коэффициентов U-критерия Манна-Уитни и углового преобразования Фишера, соотнесение рядов данных проводилось с помощью рангового коэффициента корреляции Спирмена. В процессе исследования выявлен высокий уровень стресса и невротизации студенческой группы. Обнаружено, что количество невротических нарушений среди студентов инженерно-технических направлений подготовки существенно меньше, чем у студентов, обучающихся на гуманитарных направлениях подготовки. Чаще всего в студенческой среде встречаются нарушения типа невротической депрессии. Для невротической депрессии характерны снижение настроения, чувство подавленности, пессимизма при оценке себя и своего будущего, ослабление тонуса и энергии, ограничение контактов с окружающими и снижение интересов. Студенчество, таким образом, представляет собой общность, которая имеет не только схожие социально-психологические характеристики, но и схожие типы невротизации как возможной реакции на стрессовые факторы социальной ситуации. При этом выявлена неоднородность группы при реагировании на стресс. Установлен более высокий уровень стресса в группе студентов-гуманитариев. Предполагается, что эти различия связаны с особенностями формирования социально-профессиональной идентичности в процессе обучения в вузе.

Ключевые слова: социальная группа, профессиональная и социальная идентичность личности, уровень стресса, невротические состояния.

МЕРЦАЛОВА *Елизавета Олеговна* – студент 3-го курса направления обучения «Психология» Института социальных технологий, Северо-Восточный государственный университет.

E-mail: mertsalovae.49@gmail.com

MERTSALOVA *Elizaveta Olegovna* – a 3d-year student, Psychology Program, Institute of Social technologies, North-Eastern State University.

ЧАРИНА *Елена Вячеславовна* – к. психол. н., доцент кафедры социальных и гуманитарных наук, Северо-Восточный государственный университет.

E-mail: charlen@mail.ru

CHARINA *Elena Vjacheslavovna* – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Social and Human Sciences, North-Eastern State University.

E. O. Mertsalova, E. V. Charina

Stress and neurotic states in the formation of a professional's social identity in the process of studying at a university

North-Eastern State University, Magadan, Russia

Abstract. The article is devoted to the comparative analysis of manifestations of stress and neurotic states in the student environment. The comparison is carried out in the groups of students studying on humanitarian and engineering-technical fields. The student group is considered as a socio-professional group, where the formation of professional identity in academic activities takes place. The student status is considered as a crisis state, which is accompanied by stress factors. Due to the fact that the student body is at the intersection of two communities: educational and professional, the student is influenced by two groups of stress factors: factors of educational stress, factors of professional stress. Stress level and neurotic states were measured with standard questionnaires. Significance of differences was checked by statistical coefficients Mann-Whitney U-criterion and Fisher angular transformation, correlation of data series was carried out by means of Spearman rank correlation coefficient. The study found a high level of stress and neuroticization of the student group. It has been found that the number of neurotic disorders among engineering and technical students is significantly lower than among students studying in the humanities. The most frequent type of disorders among students is neurotic depression. Neurotic depression is characterized by a decrease in mood, a feeling of depression, pessimism in assessing oneself and one's future, a decrease in tone and energy, limited contact with others, and a decrease in interests. Students represent a community that has not only similar socio-psychological characteristics, but also similar types of neuroticization as possible. At the same time, the heterogeneity of the group in the response to stress was revealed. A higher level of stress in the group of humanities students was established. It is assumed that these differences are related to the specifics of socio-professional identity formation during higher education.

Keywords: social group, socialization, professional identity, stress level, neurotic states.

Введение

Профессия – социальный феномен. Динамика профессиональных ролей, позиций и ценностей возрастает в периоды социальных изменений. Формирование профессиональной идентичности рассматривается как линия развития социальной идентичности. Принятие решения о выборе профессии в рамках профессионального самоопределения с последующим получением образования в вузе создает в жизни молодого человека новую социальную ситуацию развития. Завершение этого этапа в качестве новообразования имеет собственное мировоззрение [1].

Макроуровень обретения студенческого статуса – это включение в новые общественные отношения. На микроуровне – это включение в учебную группу, проживание студенческой группой социальной динамики [2, 3].

Студенчество является социально-профессиональной группой [1]. Оно сочетает особенности группы молодежи, занятой учебной деятельностью, ориентированной на приобретение знаний, и – будучи резервом квалифицированных профессионалов – особенности профессионального сообщества [4]. Среди ряда признаков студенчества как социальной группы наряду с однородностью и стабильностью состава, временностью периода существования, престижностью статуса, социальной сплоченностью, интенсивностью общения, включенностью в общую деятельность, называют единство цели и мотивации получения высшего образования, физическую, нравственную и волевую зрелость [4]. Однако в современной ситуации по последним двум параметрам группа студентов не столь однородна. Переход к выбору профессии в рамках дальнейшей социализации в юношеском возрасте не всегда проходит осознанно и, зачастую, делается ситуативно. Обучение в вузе нередко является не внутренне мотивированным собственным выбором, а выполнением

актуальных запросов общества (в частности повышения требований к уровню образования при трудоустройстве) или связано с личностной неготовностью приступить к самостоятельной профессиональной деятельности сразу после получения среднего образования.

В рамках профессионального становления как процесса обретения идентичности, студенчество – это период, когда будущий профессионал осваивает ценности профессионального сообщества, соотносит себя с профессией и несколько раз изменяет критерии этого соотнесения. При нормативном процессе становления первоначально формируется некий «образец» профессионального поведения (идентичность, не проверенная на практике), затем эти нормы индивидуализируются в процессе накопления опыта, идет переоценка себя и идентичность отражает самосознание профессионала, далее формируется социальная идентичность, отражающая понимание профессии как социального феномена, то есть отражение места профессии в обществе[5]. Поэтому к периоду студенчества относятся несколько нормативных кризисов: как минимум это «открывающий» обучение кризис профессионального выбора, первого года обучения, «закрывающий» обучение кризис, необходимость перестройки деятельности с учебно-профессиональной на профессиональную, ожидание самостоятельной профессиональной деятельности. Однако в ситуации случайно совершенный выбор профессии, поступление в вуз на направление подготовки по причине наличия «подходящих» предметов, может исказить этот процесс.

Как любой кризисный период, переход в статус студента связан с высоким уровнем нагрузок и повышением уровня стресса. Дополнительными стресс-факторами жизни студента является необходимость адаптироваться к новым условиям жизнедеятельности, принятия решений по поводу устройства быта и планирования финансов и др.

В период обучения можно зафиксировать совместное влияние двух групп стресс-факторов: специфические стресс-факторы учебного процесса (стресса при обучении) и стресс-факторы, характерные для профессиональной деятельности (начиная от оценки правильности выбора до понимания трудностей, формирования уверенности в своем профессионализме). В случае искаженной мотивации выбора профессии и направления обучения в вузе, воздействие профессиональных стресс-факторов может увеличиться.

Постоянные стрессовые воздействия могут привести к развитию невротических расстройств. Под неврозом понимается нервно-психическое заболевание, отличительной особенностью которого являются функциональные, то есть временные, обратимые расстройства психики и поведения человека, обусловленные отрицательными условиями жизнедеятельности в данный период времени.

Изучению сочетания этих общих для всех студентов средовых стрессовых воздействий и особенных условий профессионального становления в рамках отдельных направлений подготовки было посвящено эмпирическое исследование на базе ФГБОУ ВО «Северо-Восточный государственный университет». Целью этого исследования было выявление взаимосвязи уровня стресса и уровня невротизации у студентов, обучающихся на гуманитарных и технических направлениях подготовки.

Исследование выраженности уровня стресса и невротизации у студентов, обучающихся на разных направлениях подготовки

Предполагалось, что уровень стресса и невротизации выше у студентов, обучающихся на гуманитарных направлениях подготовки, так как в целом в человекоориентированных и гуманитарных профессиях уровень неопределенности при принятии решения выше, что создает дополнительную стрессовую нагрузку на профессионалов. В связи с тем, что обучение является одним из этапов обретения профессиональной идентичности, эти различия могут проявляться еще в студенчестве.

В исследовании принимали участие 40 студентов (по 20 человек в каждой подгруппе). Были применены клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний (К. К. Яхин, Д. М. Менделевич) и тест на определение уровня стресса (по В. Ю. Щербатых).

Таблица 1

Проявления невротических состояний у студентов

Невротическое состояние	Количество студентов, с высокими показателями по шкале	
	Инженерно-технические направления подготовки	Гуманитарные направления подготовки
Шкала невротической депрессии	9	11
Шкала обсессивно-фобических нарушений	3	11
Шкала тревоги	3	8
Шкала астении	4	9
Шкала истерического типа реагирования	2	6
Шкала вегетативных нарушений	3	9
Общее количество студентов, у которых обнаружены невротические нарушения	10 (50%)	16 (80%)

Согласно полученным данным, количество невротических нарушений среди студентов инженерно-технических направлений подготовки значительно меньше, чем в выборке студентов, обучающихся на гуманитарных направлениях подготовки. Статистическая проверка различий проводилась с помощью углового преобразования Фишера и установлены значимые различия ($p=0,05$) между количеством студентов с проявлениями невротических состояний в данных выборках. При этом чаще всего в подгруппе студентов, обучающихся по техническим направлениям подготовки, встречаются нарушения по шкале невротической депрессии. Среди студентов гуманитарных направлений чаще встречаются нарушения по шкале невротической депрессии и шкале обсессивно-фобических нарушений. При этом обнаружена общая высокая частота невротических нарушений в целом по выборке (более половины испытуемых).

Невротическая депрессия представляет собой нарушение, при котором характерно выраженное и продолжительное снижение настроения, чувство подавленности, пессимизма при оценке себя и своего будущего, ослабление тонуса и энергии, ограничение контактов с окружающими и снижение интересов. Обсессивно-фобические нарушения представляют собой наличие навязчивостей, навязчивых воспоминаний, сомнений, страхов, неуверенности в своих поступках и решениях.

Таблица 2

Уровень и симптомы стресса

Уровень и проявления стресса	Инженерно-технические направления подготовки*	Гуманитарные направления подготовки*	Значение критерия U
Общий уровень стресса	17,46	25,95	110**
Физиологические признаки стресса	4,7	7,5	114.5**
Поведенческие симптомы стресса	2,65	4,8	93**
Эмоциональные симптомы	6,75	8,4	160.5
Интеллектуальные признаки стресса	4,15	5,3	147.5
Объем выборки (чел.)	20	20	-

* в таблице представлены средние показатели по подгруппе

** жирным шрифтом выделены показатели, указывающие на значимые различия ($p=0,05$)

При сравнении выборок по выраженности симптоматики стресса с помощью U-критерия Манна-Уитни были установлены значимые различия между студентами, обучающимися на гуманитарных направлениях подготовки, и студентами, обучающимися по инженерно-техническим направлениям подготовки по общему уровню стресса, физиологическим признакам стресса и поведенческим симптомам стресса. По интеллектуальным признакам и эмоциональным симптомам стресса различий не выявлено. При этом более высокие показатели уровня стресса свойственны студентам-гуманитариям.

В выборке студентов, обучающихся на гуманитарных направлениях подготовки, большинство составляют девушки, а выборка студентов, обучающихся на инженерно-технических направлениях подготовки, преимущественно молодые люди. Зная, что невротизация в большей степени свойственна женщинам [4], исходные выборки были сокращены и уравнены по полу. При сравнении показателей общего уровня стресса в сокращенных группах были по U-критерию Манна-Уитни установлены значимые различия ($p=0,05$), то есть сохраняется тенденция к более выраженной симптоматике и более высокому уровню стресса в выборке студентов-гуманитариев.

Для выявления связи между уровнем стресса и сформированностью невротических состояний все испытуемые были объединены в одну выборку, и показатели каждой шкалы невротических проявлений сопоставлялись с общим показателем уровня стресса испытуемых.

Таблица 3

Величины коэффициентов корреляции между показателем уровня стресса и показателями выраженности невротических состояний

Шкалы оценки невротических состояний	Шкала тревоги	Шкала невротической депрессии	Шкала астении	Шкала истерического типа реагирования	Шкала обсессивно-фобических нарушений	Шкала вегетативных нарушений
Уровень стресса						
Величина коэффициента корреляции*	-0,7	-0,7	-0,8	-0,5	-0,6	-0,6

*все коэффициенты значимы при $p=0,01$

При помощи коэффициента ранговой корреляции Спирмена была обнаружена значимая отрицательная корреляция между показателями уровня стресса и всеми вариантами исследуемых невротических состояний. Так как негативные показатели невротизации отмечаются при росте отрицательных значений по методике, то данная отрицательная корреляция указывает на повышение проявлений и выраженности невротических состояний при повышении уровня стресса.

Заключение

По итогам исследования:

1. Установлен высокий уровень стресса и высокий уровень невротизации в студенческой среде. Это указывает на отсутствие у студентов эффективных механизмов преодоления стресса при влиянии значительного количества стресс-факторов. Так как в выборку входили студенты разных курсов, то существуют различные объяснения причин у данной ситуации. Возможно, что студенты младших курсов не смогли адаптироваться к новым

требованиям учебной деятельности или владеют учебной деятельностью на низком уровне (учебный стресс). У студентов старших курсов стресс и невротизация связаны с переживанием кризиса молодого специалиста, сомнениями в своем профессионализме при будущем самостоятельном выполнении профессиональной деятельности. В пользу второй версии говорит следующий результат.

2. Выявлено, что студенты гуманитарных направлений более подвержены формированию невротических состояний, что может быть связано с более высоким уровнем стресса. Это согласуется с теоретическим обоснованием проверяемой в работе гипотезы и результатами исследований других авторов, в частности, в работе Ходак Н.А. (2017) установлено, что у студентов гуманитарных специальностей проявляется повышение общего уровня психологического стресса, а студентам технических направлений подготовки свойственны высокие показатели стрессоустойчивости [7].

Таким образом, студенчество представляет собой общность, которая имеет не только схожие социально-психологические характеристики, но и схожие типы невротизации как возможной реакции на стрессовые факторы социальной ситуации, в которой находятся члены группы, проявляющиеся преимущественно в форме невротической депрессии. При этом в рамках студенческой общности существуют некоторые отличия у студентов, обучающихся на разных направлениях подготовки, связанные с характером переживания стресса: уровень стрессовой симптоматики у студентов-гуманитариев выше, что может отражать ситуацию осваиваемой профессиональной деятельности. В профессиях типа «человек-человек» и в областях гуманитарного знания более высоки факторы неопределенности и субъективность при оценке ситуации и принятии решений, менее точны и однозначны критерии оценки многих видов работ, выше эмоциональная насыщенность деятельности. Различия, связанные с содержанием профессиональной деятельности, начинают проявляться еще в период обучения, что указывает на формирование профессиональной идентичности в период обучения в вузе, включенность студентов в новую социальную группу – группу профессионалов.

Еще одной причиной указанных различий может являться изначально разные условия выбора профессии при выборе направления профессиональной подготовки. Набор предметов, требуемых при поступлении на инженерно-технические специальности (физика, математика, химия) оценивается школьниками в последние годы как более сложный, требует целенаправленных, многолетних занятий. Выбор, который делается студентами этих направлений, более осознанный, что снижает воздействие профессиональных стресс-факторов и облегчает формирование идентичности в период обучения у этой подгруппы студентов. Эта версия согласуется с выявленным отсутствием различий в группах студентов, обучающихся на разных направлениях подготовки, по интеллектуальным симптомам стресса (фиксирующим показатели памяти, логики, внимания, сосредоточения и др.) и эмоциональным признакам стресса (фиксирующим уверенность в себе, интерес к жизни, тревожность и др.). Большая выраженность физиологических и поведенческих симптомов стресса (недомогание, нарушение пищеварения, бессонница, нехватка времени, конфликтность и др.) может свидетельствовать о возможной соматизации тревоги, связанной с развитием идентичности в рамках вынужденного и/или случайного выбора профессии.

Возможно, данная ситуация фиксирует не только проблемы процесса формирования профессиональной идентичности в период обучения в вузе, но и кризисы и проблемы обретения социальной идентичности личности.

Л и т е р а т у р а

1. Епанчинцева, Г. А. Студенчество как социально-психологическая общность / Г. А. Епанчинцева, Т. Н. Козловская // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2018. – №2. – С. 66-69. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/studenchestvo-kak-sotsialno-psihologicheskaya-obschnost> (дата обращения: 13.06.2022).
2. Забара, Л. И. Социально-психологическая адаптация к вузу студентов-психологов / Л. И. Забара, Ю. В. Лебедева, Н. А. Шабанова // Педагогическое образование в России. – 2021. – № 6. – С. 185-194. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskaya-adaptatsiya-k-vuzu-studentov-psihologov> (дата обращения: 13.06.2022).
3. Толмачев, Д. А. Невротизация и адаптация к стрессу студентов медицинского вуза / Д. А. Толмачев, О. Г. Канбекова, А. С. Лёзина // Проблемы науки. – 2017. – № 9 (22). – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/nevrotizatsiya-i-adaptatsiya-k-stressu-studentov-meditsinskogo-vuza> (дата обращения: 20.04.2022).
4. Павлова, В. Е. Студенчество как социальная группа и социально-ценностные ориентации / В. Е. Павлова, Е. И. Шевалдина // Инновационная наука. – 2017. – № 4-2. – С. 193-195. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/studenchestvo-kak-sotsialnaya-gruppa-i-sotsialno-tsennostnyye-orientatsii> (дата обращения: 13.06.2022).
5. Чарина, Е. В. Проблема изучения профессиональной идентичности в современных условиях / Е. В. Чарина // Научные исследования и инновации: Сборник статей V Международной научно-практической конференции. – Саратов : НОО «Цифровая наука», 2021. – С. 421-428.
6. Любченко, М. Ю. Роль социальных факторов в развитии невротических расстройств / М. Ю. Любченко, В. В. Столярова // Медицина и экология. – 2016. – №2. – С. 37-41. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-sotsialnyh-faktorov-v-razvitii-nevroticheskikh-rasstroystv> (дата обращения: 13.06.2022).
7. Ходак, Н. А. Особенности развития учебного стресса и уровня стрессоустойчивости у студентов гуманитарных и технических специальностей в системе высшего образования / Н. А. Ходак // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2017. – № 1. – С. 49-58. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-razvitiya-uchebnogo-stressa-i-urovnja-stressoustoychivosti-u-studentov-gumanitarnyh-i-tehnicheskikh-spetsialnostey-v> (дата обращения: 20.04.2022).

References

1. Epanchineva G.A., Kozlovskaja T.N. Studenchestvokaksocial'no-psihologicheskajaobshhnost' // Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta. 2018. №2. pp. 66-69.
2. Zabara L.I., Lebedeva Ju.V., Shabanova N.A. Social'no-psihologicheskaja adaptatsija k vuzu studentov-psihologov. // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2021. №6. pp. 185-194.
3. Tolmachev D.A., Kanbekova O.G., Ljozina A.S. Nevrotizatsija i adaptatsija k stressu studentov medicinskogo vuza // Problemy nauki. 2017. №9 (22).
4. Pavlova V.E., Shevaldina E.I. Studenchestvo kak social'naja gruppa i social'no-cennostnye orientatsii // Innovacionnaja nauka. 2017. №4-2. pp. 193-195.
5. Charina E.V. Problema izuchenija professional'noj identichnosti v sovremennyh uslovijah. // Nauchnye issledovanija i innovacii: Sbornik statej V Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii. – Saratov: NOO «Cifrovaja nauka» – 2021. – pp. 421-428.
6. Ljubchenko M. Ju., Stoljarova V. V. Rol' social'nyh faktorov v razvitii nevroticheskikh rasstrojstv // Medicina i jekologija. 2016. №2. – pp. 37-41.
7. Hodak N. A. Osobennosti razvitija uchebnogo stressa i urovnja stressoustojchivosti u studentov humanitarnyh i tehniceskikh special'nostej v sisteme vysshego obrazovanija // Sovremennaja vysshaja shkola: innovacionnyj aspekt. 2017. №1. pp. 49-58.

