

ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЙ СТАТУС СТАРШЕКЛАССНИКОВ И СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА (ПО ДАННЫМ САМООЦЕНКИ)

И.А. Артамонова, В.В. Чаплинский

Южно-Уральский государственный университет, г. Челябинск

Проведены исследования условий проживания, питания, занятий физической культурой у школьников старших классов и студентов университета. Показано, что 30 % старшеклассников и свыше 50 % студентов считают свои социальные условия неудовлетворительными. Сделано заключение, что отмеченное многими авторами напряжение адаптационных процессов у студентов связано с их неудовлетворительным психосоциальным статусом.

Ключевые слова: условия проживания, питания, занятия физической культурой, старшеклассники, студенты.

Проблема охраны психического здоровья населения и в первую очередь наименее защищенных его групп, к которым относятся дети и подростки, является одной из наиболее актуальных проблем современности [1, 5]. Это связано с изменением соотношений факторов внешней среды, грузом новых взаимоотношений, оказывающих неблагоприятное влияние преимущественно на неокрепшую нервно-психическую сферу подрастающего поколения [2], вызывающих дезадаптационные проблемы, осложняющие развитие и социализацию учащихся. На формирование психогенной школьной дезадаптации в условиях общеобразовательных учреждений оказывают влияние медико-биологические и социальные факторы, личностные особенности и образ жизни учащихся.

Для разработки средств коррекции адаптационных процессов большое значение имеют данные самооценки социального статуса обучающихся.

Цель исследования состояла в выяснении условий жизни старших школьников и студентов университета.

Нами разработаны анкеты, при помощи которых опрошено 72 школьника 8–9-х классов (33 девочки и 39 мальчиков) и 25 студентов университета (8 юношей и 17 девушек), средний календарный возраст студентов составил 20,5 лет.

По результатам анкетирования были выявлены следующие особенности. На вопрос «Где вы проживаете?» ответы распределились следующим образом. У школьников 72,20 % – проживают в благоустроенных квартирах; в своем доме – 20,80 %; на съемной квартире – 6,90 % (см. рисунок). У студентов 36 % респондентов – снимают квартиру (комнату), 32 % – проживают в своей квартире, 24 % – живут в общежитии, 8 % – в своем доме.

54,10 % школьников считают условия проживания хорошими; 31,90 % – отличными; 12,50 % – удовлетворительными; 1,30 % – неудовлетворительными. У студентов 52 % респондентов оценивают условия проживания как хорошие; 20 % – отличные; 20 % – удовлетворительные и 8 % – как неудовлетворительные.

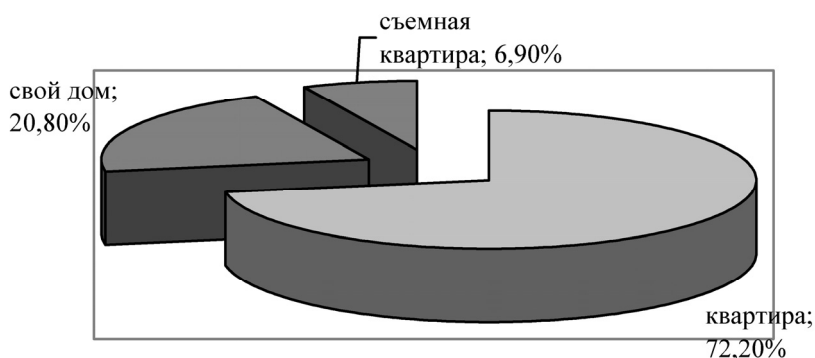


Схема условий проживания школьников

На вопрос «Регулярно ли вы питаетесь?» ответы школьников распределились следующим образом: регулярно – 56,90 %; не всегда – 37,5 %; нерегулярно – 5,50 %. У студентов 92 % респондентов ответили «не всегда так получается», ответ «да» дали 4 %, «нет» также 4 %.

Положительный ответ на вопрос о занятиях спортом дали 54,10 % школьников; 33,30 % – занимаются только физкультурой; 12,50 % – не занимаются физкультурой и спортом. Наиболее частой причиной отсутствия занятий спортом было названо нежелание заниматься (41,30 %); отсутствие времени (31,00 %); 27,50 % – назвали медицинские противопоказания.

Спортм занимаются только 32 % студентов. Причины отказа от занятий спортом: нет желания – 41,2 %, нет времени – 35,3 %, медицинские противопоказания – 11,8 %, не хватает денег – 5,9 %, другие причины – 5,9 %.

Оценили свой прожиточный семейный уровень, как «средний уровень доходов» – 87,50 % школьников; «высокий уровень» – 11,10 %; «низкий уровень» – 1,30 %. У студентов 52 % респондентов – не имеют своего дохода, 28 % – в среднем имеют ежемесячный доход в размере 500–3000 руб., 16 % – 3000–5000 руб., доход более 10 000 руб. – имеют 4 % респондентов. Респонденты приводили следующие источники дохода: постоянная работа, периодические подработки, стипендия – по 33,3 % респондентов, другое – 16,7 %.

Характерно, что материально-бытовые условия жизни студентами воспринимались на более низком уровне, чем школьниками. Однако у школьников 41,60 % оценили психосоциальный климат как неудовлетворительный в семье и 61,10 % – в школе. Поэтому на вопрос «Что необходимо для повышения качества жизни?» наибольшее количество ответов (34,20 %) были «Улучшение психосоциального климата» и 29,80 % – «Улучшение жилищно-материальных условий» [4] методом опроса также выявлено, что большинство обследованных школьников проживают в благоустроенных домах, но бытовые условия их нельзя признать оптимальными. Это связано с тем, что у многих из них отсутствует отдельная детская комната, а у каждого пятого школьника даже нет своего определенного места для занятий.

Таким образом, на психофизическое состояние подростков и юношей влияет комплекс воздействий, включающий условия обучения, проживания, воздействие стрессов, неблагоприятный психосоциальный климат в семье.

По данным самооценки [8] также отмечено, что 58 % студентов отмечают неблагополучие по физическому, 34 % социальному, 11 % по психологическому состоянию. По объективным данным у 31 % студентов имелось состояние удовлетворительной адаптации, у 53 % состояние напряжения, а у 16 % состояние неудовлетворительной адаптации.

По данным [9] выявлено, что 59 % студентов осуществляют свою деятельность в условиях хронического, психоэмоционального стресса, а 27 % входят в группу риска. Имеются данные о взаимосвязи некоторых свойств личности (экстраверсия, личностная тревожность) и спектральных характеристик сердечного ритма.

Начальный период обучения в вузе является ответственным как в социальном, так и в физиологическом отношении моментом для обучающихся. Новые условия обучения, высокая суммарная учебная нагрузка, большой объем, новизна и сложность материала, которым должен овладеть студент, предъявляют к организму повышенные требования. Специфика обучения студентов на факультетах физической культуры включает сочетание учебных занятий с регулярными тренировками. Многие юноши и девушки начинают регулярно тренироваться только после начала обучения, поэтому их организм адаптируется не только к новым условиям жизни, обучения, но и к регулярной физической нагрузке [4].

Адаптация студентов 1-го курса к условиям обучения зависит от множества факторов. Например, в работе [7] показано, что на гуманитарном факультете адаптация студентов проходит легче, чем на факультете бухгалтерского учета и аудита, и независимо от профиля факультета лучше адаптируются студенты, поступившие из сельских школ. По данным исследований [3] выявлено, что процесс адаптации студентов к учебной деятельности сопровождается существенным нарастанием активности нейродинамических и психических функций, усилением симпатических влияний в регуляции сердечного ритма. На фоне снижения адаптивных возможностей сердечно-сосудистой системы отмечается ухудшение нейродинамических показателей, что зачастую сочетается с неудовлетворительным психосоциальным статусом.

Наши данные показали, что 30 % школьников и свыше 50% студентов отмечают в той или иной степени неудовлетворительные условия своего социального статуса. 40 % школьников оценили психосоциальный климат в семье как неудовлетворительный. Подавляющее количество студентов (до 90 %) отмечают неудовлетворительные условия питания. Результаты ответов были учтены при разработке программы психофизической коррекции для старшеклассников и студентов.

Литература

1. Громбах, С.М. Степень утомительности уроков и ее изучение / С.М. Громбах // Совет. педагогика, 1982. – № 10. – С. 58–62.
2. Козловская, Г.В. Роль факторов среды и индивидуальной реактивности в возникновении и клинике пограничных нервно-психических расстройств детского возраста / Г.В. Козловская,

Краткие сообщения

Л.Ф. Кремнева // Психогигиена детей и подростков. – М.: Медицина, 1985. – С. 56–66.

3. Казин, Э.М. Особенности психофизиологической адаптации студентов факультета физической культуры, специализирующихся в разных видах спорта, к условиям обучения в вузе / Э.М. Казин, Л.А. Варич // Физиология человека. – 2005. – Т. 31, № 1. – С. 77–81.

4. Копаев, В.П. Гармонизация умственных и физически нагрузок как условие повышение эффективности обучения студентов физкультурных вузов / В.П. Копаев // Теория и практика физ. культуры. – 2000. – № 5. – С. 22.

5. Кучма, В.Р. Стресс у школьников: причины, последствия, профилактика / В.Р. Кучма, М.И. Степанова // Медицина труда и промышленная экология. – 2001. – № 8. – С. 32–37.

6. Неверова, Н.П. Здоровье студентов, как составляющая качества подготовки специалиста / Н.П. Неверова, С.П. Акинина // I съезд физиологов

СНГ: науч. тр., Сочи – Дагомыс, 19–23 сент. 2005. – М.: Медицина, 2005. – Т. 2. – С. 282.

7. Определение степени психической адаптации и риска развития дезадаптации у студентов в процессе учебной деятельности / П.Л. Стукалов, В.Н. Яковлев, А.В. Сергиенко и др. // Рос. журнал физиологии им. И.М. Сеченова. – 2004. – Т. 90. № 8. – С. 236.

8. Симзяева, Е.Н. Адаптация студентов первого курса разных факультетов к условиям обучения // Е.Н. Симзяева, Л.А. Александрова, И.Ю. Краснов // I съезд физиологов СНГ: науч. тр., Сочи – Дагомыс, 19–23 сент. – М.: Медицина, 2005. – Т. 1. – С. 199.

9. Тимербулатов, И.Ф. Комплексная оценка факторов риска формирования пограничных психических расстройств у подростков с позиции биопсихосоциального подхода / И.Ф. Тимербулатов, В.Л. Юлдашев // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. – 2008. – № 1. – С. 27–31.

Артамонова И.А., аспирант кафедры предпринимательства и менеджмента, Южно-Уральский государственный университет (Челябинск).

Чаплинский В.В., кандидат биологических наук, заведующий кафедрой пищевой инженерии, Южно-Уральский государственный университет (Челябинск).

PSYCHOSOCIAL STATUS HIGH SCHOOL STUDENTS AND UNIVERSITY STUDENTS (ACCORDING TO SELF-ESTEEM)

I.A. Artamonova, V.V. Chaplinsky

Investigations of living conditions, nutrition, physical activity at school students and university students. Shows that 30 % of the school-students and over 50 % of students felt their social conditions unsatisfactory. It is concluded that many authors identify stress adaptation of the students and explain their poor psychosocial status.

Keywords: accommodation, meals, exercise classes, school-students, students.

Artamonova I.A., Post-graduate Student of the Department of Business and management, South Ural State University (Chelyabinsk).

Chaplinsky V.V., Candidate of Biological Sciences (PhD), Head of the Department of Food Engineering, South Ural State University (Chelyabinsk).

Поступила в редакцию 11 апреля 2013 г.