

В свою очередь тенденция увеличения общего количества ассоциаций, свидетельствует о росте когнитивной сложности содержания этнических стереотипов. Само по себе зеркальное повторение тенденций изменения направленности автостереотипа и гетеростереотипа отражает их взаимообусловленность и целостность системы этнических представлений. Автостереотип и гетеростереотип – не автономные единицы, а структурные взаимозависимые компоненты целостного образования личностного или группового самосознания [8].

Таким образом, особенности направленности этнических стереотипов испытуемых состоят в следующем: этнические стереотипы респондентов позднего юношеского возраста представлены большим количеством и определенностью характеристик, они конкретизируются и дифференцируются, что подтверждает данные о росте сложности этнических представлений в период юности.

#### **Библиографический список**

1. Белик А.А. Историко-теоретические проблемы психологической антропологии / А.А. Белик. – СПб.: РГПУ им. А.И. Герцена, 2005.
2. Мацумото Д. Психология и культура / Д. Мацумото. – СПб.: Прайм–Евразия, 2002.
3. Мид М. Культура и мир детства. Избранные произведения. Пер. с англ. Ю.А. Асеева. Сост. И.С. Копа. – М.: Наука, 1988.
4. Мухина, В.С. Личность и этносы в условиях столкновения цивилизаций / В.С. Мухина // Мир психологии, 2001. – №4. – С. 114-127.
5. Пиаже Жан Избранные психологические труды. – М.: Смысл, 1994.
6. Романова О.Л. Развитие этнической идентичности у детей и подростков / автореф. ... к. псих. наук: 19.00.07. / О.Л. Романова. – Москва, 1991 – 25 с.
7. Сикевич З.В. Социальное бессознательное / З.В. Сикевич, О.К. Крокинская, Ю.А. Поссель. – СПб.: Питер, 2005.
8. Солдатова Г.У. Психология межэтнической напряженности / Г.У. Солдатова. – М.: Смысл, 1998.

## **НАСЛЕДОВАНИЕ СТРЕСОУСТОЙЧИВОСТИ И ИМПУЛЬСИВНОСТИ**

**Сидоренко Любовь Леонидовна**

*Медицинский колледж Медицинского института НИУ «БелГУ»,  
кандидат биологических наук, преподаватель, г. Белгород, Россия;*

**Жучкова Инна Александровна**

*Медицинский колледж Медицинского института НИУ «БелГУ», преподаватель,  
г. Белгород, Россия*

*Аннотация:* В статье показано изучение влияния наследственности и средовых факторов на стрессоустойчивость и импульсивность студентов медицинского колледжа, использование евгенических подходов в изучении психоэмоциональных характеристик личности.

*Ключевые слова:* стрессоустойчивость, импульсивность, эмоциональные контакты, генеалогический метод, родословная, самоконтроль, самообладание.

## INHERITANCE OF STRESS TOLERANCE AND IMPULSIVENESS

**Sidorenko Lyubov Leonidovna**

Medical College of the Medical University of NRU "BelSU",  
Candidate of Biological Sciences, lecturer, Belgorod, Russian Federation;

**Zhuchkova Inna Aleksandrovna**

Medical College of the Medical University of NRU "BelSU",  
teacher, Belgorod, Russian Federation

*Annotation:* The article shows the research of the influence of heredity and environmental factors on stress resistance and impulsiveness of Medical College students, the use of eugenic approaches in the study of psycho-emotional characteristics of the individual.

*Key words:* stress resistance, impulsiveness, emotional contacts, genealogical method, genealogy, self-control, self-restraint.

Современные биотехнологии и практики здравоохранения способствуют возрождению новых идей евгенического движения. Ребенок наследует многие врожденные свойства и инстинкты, относящиеся к группе безусловных рефлексов (по И.П. Павлову), по наследству могут передаваться и особенности протекания психических процессов. Проявление наследственности, кроме того, находится в прямой зависимости от условий жизни и воспитания. Наследственные возможности растущего человека реализуются в качества личности только в процессе социальной жизни в обществе, в том числе в профессиональной деятельности. При этом общество других людей позволяет проверить избранный способ поведения и характер реакций на сложную и опасную обстановку [3, с. 127]. Социум требует от человека быть здоровым, энергичным, предприимчивым и эмоционально стабильным. В этом случае, он сможет быть успешным в личных и профессиональных аспектах жизни. Мы исследовали проявления стрессоустойчивости и импульсивности у студентов Медицинского колледжа Медицинского института НИУ «БелГУ» и членов их семей. Рассмотрено положение, что психоэмоциональная гармония повышает качество мышления, результативность деятельности, что невосприимчивость к стрессу способствует эффективности человека как профессионала, стимулирует чувство удовлетворенности и улучшает физическое самочувствие.

Представление о том, как наследуются и проявляются реакции человека на стрессогенные ситуации в обществе, при контактах с людьми, в том числе, как учитывать психические особенности будущих медицинских работников, необходимые в профессиональной деятельности, составляет актуальность данной работы. В отечественной психологии исследования по данной проблеме носят разрозненный и фрагментарный характер. Уникальность и новизна исследования в том, что оно проведено среди студентов медицинского колледжа и их ближайшего окружения, полученные данные будут способствовать повышению компетентности будущих медицинских работников среднего звена, психологическая стойкость которых имеет решающее значение для профессионального мастерства. Также результаты исследования могут способствовать решению прикладных задач медико-генетического консультирования: студенты, создавая семью в дальнейшем, опираясь на эти знания,

будут осознанно выбирать спутника жизни, понимая какие качества хотят видеть в собственных детях. В этом и заключается планирование семьи.

Цель работы: определить наследование стрессоустойчивости и импульсивности студентов, с учётом важности их влияния на психику и профессиональные компетенции будущих медицинских работников, а также изучить плюсы и минусы использования евгенических основ в генеалогических исследованиях.

Задачи:

- 1) Изучить литературу по данной теме.
- 2) Провести тестирование студентов медицинского колледжа и членов их семей на уровне стрессоустойчивости и импульсивности.
- 3) Проанализировать полученные данные и на их основе составить предложения, которые помогут будущим медицинским работникам преодолевать профессиональную деформацию и трансфер на них эмоционального состояния пациента.

Предмет исследования – родословные студентов медицинского колледжа медицинского института НИУ «БелГУ».

Методы исследования: теоретический анализ литературы по данной теме, тестирование, статистические методы исследования, генеалогический метод.

Гипотеза: уровень стрессоустойчивости и импульсивности имеет наследственную зависимость с показателями таковых родителей, но навыки антистрессового поведения возможно развивать, вырабатывая перманентную устойчивость к воздействию стрессоров.

База исследования: Медицинский колледж медицинского института НИУ «БелГУ».

Клиническая деятельность требует от медицинского работника не только глубокого знания своей специальности и лечебных манипуляций, но и разносторонней культуры, широты интеллекта, особых навыков поведения при контакте с больными. Особенно это касается работы медсестры, акушерки и фельдшера, зачастую играющих роль промежуточного звена между врачом и пациентом. Если фельдшер, акушерка или сестра выполняют свои обязанности автоматически, ограничиваясь выдачей лекарств, проведением инъекций, измерением температуры и прочими манипуляциями, то при всей их важности и необходимости на первый план выступает лишь технический подход. К сожалению, в такой ситуации отсутствует благоприятное психологическое воздействие, в котором больной человек нуждается в не меньшей степени. О психологической работе с больным можно говорить лишь тогда, когда медработник обладает психологическими навыками ухода за пациентом и эмоциональной устойчивостью. Эмоциональная устойчивость представляет собой способность человека выдерживать стрессовые нагрузки без негативных последствий для здоровья [2, с.147].

Шерон Мельник – эксперт по стрессоустойчивости из Гарвардской медицинской школы, в своей книге, утверждает, что под воздействием стресса, человек теряет возможность трезво мыслить, справляться с гневом и теряет уверенность в себе. Под стрессом подразумевается механизм нагрузок, воздействие социальных факторов, и все, что может мешать комфорту человека. [4, с.94].

Ряд авторов – М.И. Дьяченко, Я. Рейковский, свойство эмоциональной устойчивости связывают с характеристиками темперамента, которые оказывают определенное влияние в основном на реактивность и силу эмоциональных переживаний и проявлений, а не на их содержание. Другие исследователи – В.А. Марищук, Е.А. Милерян, считают эмоциональную устойчивость проявлением

волевых характеристик личности и способностью управлять возникающими эмоциями при выполнении деятельности [5, с.187].

Импульсивность – особенность поведения, также зависящая от темперамента, заключается в склонности действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций. В итоге снижается продуктивный потенциал, сужаются возможности полноценного общения, деформируется личностное развитие. Зависит ли это качество от генов?

«Мы знаем, что передача такой черты характера как импульсивность – это генетическое воздействие», – писал Дэвид Голдман. Ученые обнаружили мутации на гене под названием HTR2B, который связан с импульсивным и агрессивным поведением. Этот ген содержит так называемые «инструкции» поиска рецепторов серотонина по всему мозгу. Особенно их много в лобной доле, где сконцентрированы нити управления самоконтролем и которая является ключевой точкой управления импульсивным поведением. Ученые вывели специальную линию мышей, не имеющих гена HTR2B. Эти грызуны показали более высокую склонность к импульсивному поведению, чем их нормальные собратья, попадая в незнакомую ситуацию, или сталкиваясь с ранее неизвестными объектами. Мутация в HTR2B – это генетический стоп-кран, который останавливает генную транскрипцию и предотвращает экспрессию рецептора серотонина. В итоге, рецепторы серотонина не работают должным образом

По учению И.П. Павлова, уровни импульсивности образуют физиологическую основу темперамента. Но значительные различия в поведении людей, обусловленные свойствами их темпераментов, есть даже у кровных братьев и сестер, у близнецов, живущих бок о бок.

Психологи считают проявление импульсивности как результат неразрешенных в детстве проблем: слишком строгие родители, запреты, требование от активного ребенка сдержанности и спокойствия в дальнейшем перерастут в несоответствие внешнего воспитанного и внутреннего природного, и имеют все шансы перейти в душевный раздрай богатой на эмоции личности. Обобщая, можно предположить, что импульсивность как психоэмоциональное качество личности – это результат наследственной предрасположенности и средовых факторов воспитания, а также следствие навыков общения.

В результате исследований было установлено, что импульсивность, относительно легко возникая, в дальнейшем становится очень стойким образованием, с большим трудом поддающееся переучиванию. Причем она может способствовать выработке, как положительных качеств, так и отрицательных, таких, например, как агрессия. По мнению О.Х. Маурера, импульсивность наряду с другими предвосхищающими эмоциями (надеждой, разочарованием, обидой) оказывает решающее влияние на выбор, следовательно, на дальнейшее закрепление способов поведения. В любом случае следует помнить: импульсивность – не болезнь с критическим диагнозом, а эмоциональное и психическое состояние личности, которое под влиянием обстоятельств и окружения может возникнуть в каждом. Импульсивность в зависимости от ситуации становится защитой или переходит в нападение и агрессию. Она внезапно возникает, легко провоцируется, но подчиняется контролю, в случае работы над собственным поведением.

Студенческие годы – это сложный этап в жизни человека. На этом этапе окончательно формируется не только физическое, но и психическое развитие человека, формируется личность студента и направление его дальнейшей жизни.

Самое главное для студента чтобы он мог ощущать себя значимым, общаться с людьми и эти отношения были продуктивными, качественные. Характерной особенностью студенческого возраста является потребность в достижениях. В противном случае возможны невротизация, уход в болезнь. Замкнутый, малообщительный, постоянно ожидающий неудачу во всем человек не может чувствовать себя достаточно комфортно и стать хорошим профессионалом. Высокий уровень импульсивности и низкий уровень стрессоустойчивости может помешать успешно пройти этот этап в жизни человека.

Поэтому мы исследовали стрессоустойчивость и реакцию студентов на факторы стрессогенной окружающей среды. Для проведения тестирования мы выбрали методику Е.А. Тарасова «Выявление степени стрессоустойчивости», а также использовали генеалогический метод. В тестировании были задействованы 70 респондентов обоих полов в возрасте от 18 до 35 лет и старше, 46 человек - студенты медицинского колледжа НИУ «БелГУ». В ходе сбора данных, респонденты охотно шли на контакт и проявляли активность и желание пройти тестирование.

На основании обработки полученных данных мы выявили уровни стрессоустойчивости, данные представлены на рис. 1.



Рис.1. Уровни стрессоустойчивости

Согласно проведенному исследованию мы выявили, что 21 участник имеет высокий уровень стрессоустойчивости, что составляет 30 %, семь человек обладают низким уровнем, что составляет 10%, и большая часть респондентов имеет средний уровень стрессоустойчивости – 42 человека, или 60% соответственно. Количество женщин и мужчин при проведении тестирования было одинаковым, по 35 человек.

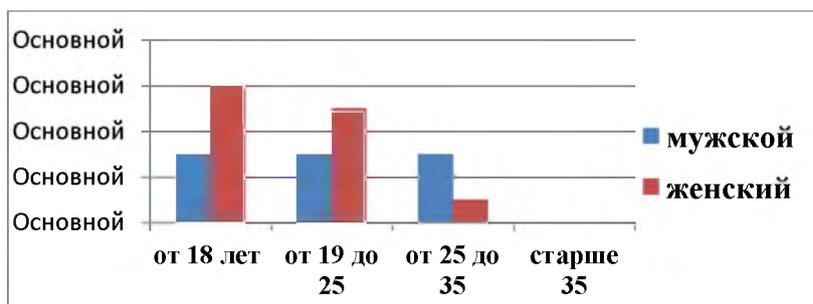


Рис.2. Высокий уровень стрессоустойчивости по полу

На рисунке 2 можно заметить, что высоким уровнем стрессоустойчивости обладают респонденты в возрасте от 18 до 35 лет. Участники тестирования женского пола также показали более высокий уровень стрессоустойчивости. Респонденты

старше 35 лет обладают более низкой стрессоустойчивостью. Низкий уровень её показали и респонденты-мужчины.

По данным на рисунке 3 мы можем проследить, что мужчины в возрасте от 19 лет до 35 обладают большей стрессоустойчивостью, нежели женщины в этом же возрасте. Очевидно, сказывается гендерная составляющая воспитания, желание мужчин «сохранять лицо» в раздражающих их ситуациях.

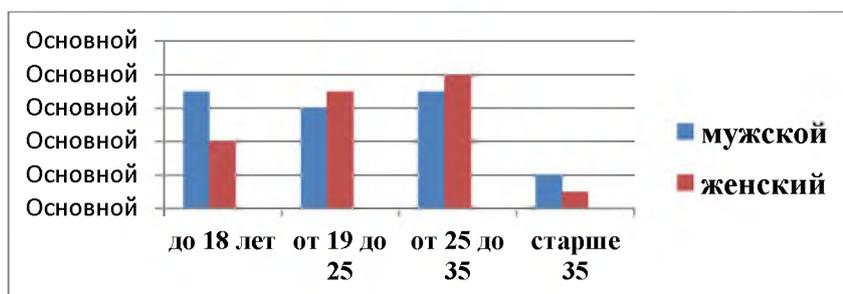


Рис.3. Средний уровень стрессоустойчивости по полу

Мы выявили, что менее устойчивы к стрессовым ситуациям женщины, что подтверждает гистограмма на рисунке 4. Общеизвестный факт о меньшей, чем у мужчин, стабильности женской психики.

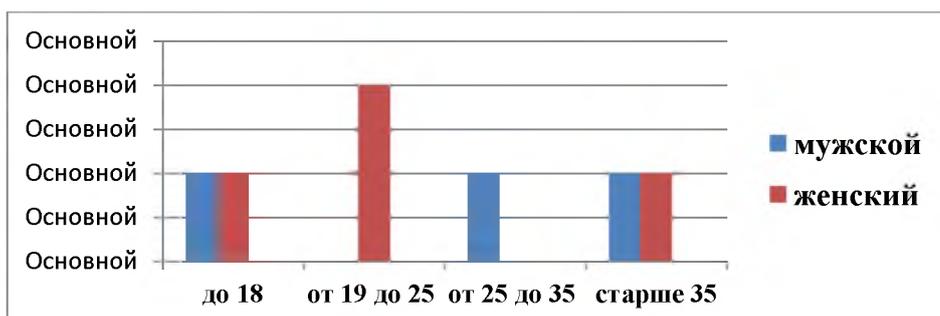


Рис.4. Низкий уровень стрессоустойчивости по полу

Из всех респондентов, которые прошли тестирование, мужчины в возрасте от 19 до 25 лет вообще не имеют низкого уровня стрессоустойчивости, у них либо средний, либо высокий уровень. То есть, мужчины в этом возрасте способны контролировать свои стрессогенные эмоции. Женщины в возрасте от 25 до 35 лет также обладают либо средней, либо высокой стрессоустойчивостью, т.е. респонденток с низкой стрессоустойчивостью нет. В этом возрасте женщины меньше поддаются стрессогенным воздействиям и способны контролировать свои эмоции.

В результате проведения исследовательской работы мы выявили, что степень сопротивляемости стрессу (стрессоустойчивость) участников может зависеть от пола и от возраста. Можно сделать вывод, что в общем уровень стрессоустойчивости женщин более высокий, чем у мужчин. Кроме того, мы проследили, что женщины более подвержены стрессовым ситуациям в возрасте до 25 лет, потом их стрессоустойчивость возрастает, но вновь меняется в сторону уменьшения, когда женщины становятся старше, после 35 лет. Мы выяснили, что самый высокий уровень стрессоустойчивости имеют женщины от 19 до 25 лет, а мужчины от 25 до 35 лет.

Исследование импульсивности проводили на основе генеалогического метода и разработанного психологом В.А. Лосенковым теста-опросника, состоящего из

20 вопросов. В тестировании участвовало 14 семей – всего 98 человек. Студенты – молодые люди, возраст которых в основном составил 21 год, они представляли третье поколение исследуемых семей.

Были построены схемы родословных с указанием признака – показателя импульсивности для каждого объекта исследования. Во всех 14 родословных показано, что импульсивность, так или иначе, наследуется пробандом напрямую от предков, либо от родителей, либо через поколение. Средний уровень импульсивности передан по наследству 31 респонденту (что составило 31,6% исследуемых), и высокий уровень импульсивности – 20-ти респондентам (20,4% исследуемых). Исходя из анализа родословных, можно говорить о высокой степени вероятности передачи по наследству признака «импульсивность».

В процессе обработки результатов подсчитывали величину показателя импульсивности, представляющей сумму баллов, набранную по шкалам всего тест-опросника (таблица). Только 25 человек из 98 опрошенных обладают высокой степенью импульсивность, что составляет 25,5% от проходивших тестирование. Высокая импульсивность у 25 человек – 25,5% соответственно; а средний уровень импульсивности у 54 человек – 55,1% опрошенных. Наибольшее количество человек из опрошенных – 35, в первом поколении характеризуются средней импульсивностью, что может быть обусловлено не только возрастом, образованием и т.п., но и умением контролировать себя в связи с приобретенным жизненным опытом. Низкая импульсивность у 19 человек из родословных, что соответствует 19,4%.

Таблица

Уровни импульсивности исследуемых

Пробанды	Возраст, лет	Уровни импульсивности						
		личный	отец	мать	дедушка по отцу	бабушка по отцу	дедушка по матери	бабушка по матери
1.	21	54	36	35	высокая	средняя	средняя	средняя
2.	21	53	40	34	низкая	средняя	высокая	низкая
3.	19	45	43	45	средняя	средняя	средняя	низкая
4.	21	42	42	44	средняя	средняя	средняя	средняя
5.	20	42	34	65	средняя	низкая	высокая	низкая
6.	22	66	64	35	высокая	средняя	средняя	высокая
7.	21	61	64	61	высокая	средняя	низкая	средняя
8.	21	36	46	33	высокая	высокая	средняя	средняя
9.	21	66	45	62	средняя	высокая	средняя	средняя
10.	21	62	41	66	высокая	средняя	средняя	средняя
11.	21	36	46	33	средняя	высокая	средняя	средняя
12.	21	52	42	54	средняя	средняя	средняя	средняя
13.	21	53	40	34	низкая	средняя	средняя	низкая
14.	21	70	35	64	средняя	высокая	средняя	высокая

По результатам исследования показателей импульсивности построены диаграммы, отражающие соотношение уровней импульсивности в трёх поколениях родословных (рис. 6).

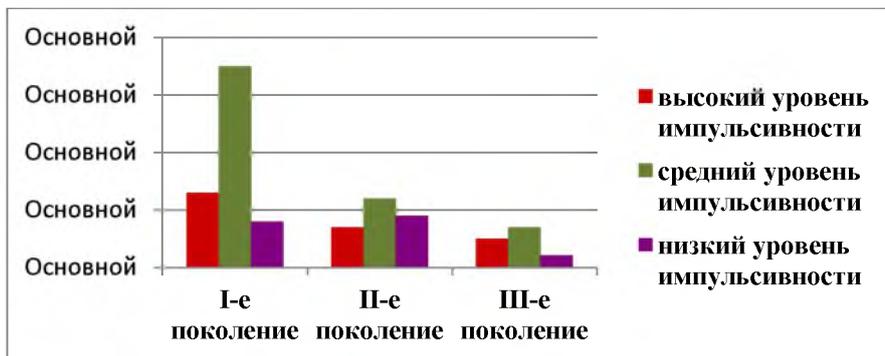


Рис. 6. Уровни импульсивности в трех поколениях

На диаграммах видно, что наибольшие показатели среднего уровня импульсивности у первого поколения в родословных, т.е. у бабушек и дедушек студентов-пробандов.

Наибольший показатель низкой импульсивности у второго поколения в родословных, которое соответствует родителям пробандов, а у самих пробандов (студентов) – самый большой показатель высокого уровня импульсивности (рис. 7). Показатели импульсивности в удельном весе, соотносительно с количеством человек в каждом поколении, представлены на диаграммах.



Рис. 7. Уровни импульсивности в трех поколениях

Анализ характеристики импульсивности по полу отражает следующую картину: в среднем у мужчин показатели импульсивности оказались выше во всех трёх поколениях, с наибольшим показателем в первом.

Женщины проявляют наименьшую импульсивность во втором поколении респондентов, которое соответствует родителям студентов-пробандов. Наиболее высокая импульсивность у представителей как женского, так и мужского пола в третьем поколении, т. е. у студентов.

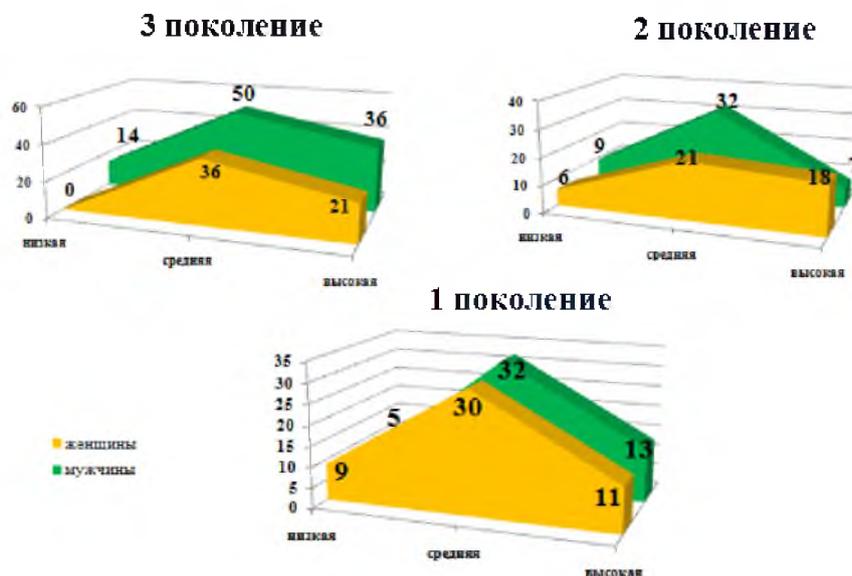


Рис. 8. Уровни импульсивности в трех поколениях

Стрессоустойчивость и импульсивность в основном передаются по наследству и зависят от свойств нервной системы человека. В процессе развития характера эти свойства личности претерпевают изменения, ими можно научиться управлять. В семьях, где знают о своих уровнях импульсивности и вероятности наследования её детьми, можно рекомендовать некоторые меры для того, чтобы «обуздать» свои импульсы в поведении. Стрессоустойчивость, самоконтроль и самообладание, преобладание высших мотивов поведения над низшими для достижения социально значимых целей определяют качество человеческого поведения.

Мы намерены продолжать изучать влияние стрессоустойчивости на формирование личностных характеристик, исследовать импульсивность студентов, которые получают профессию медицинского работника. Результаты проекта могут быть использованы в подготовке специалистов со средним медицинским образованием, для уже работающего контингента, в целях коррекции личностных качеств, профилактики стрессовых ситуаций, снятия синдрома эмоционального выгорания и хронической усталости.

#### Библиографический список

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. – 8-е изд. – М.: Академич. проект, 2013. – 496 с.
2. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. – М.: Академический проект, 2009.
3. Клейнман Пол. Психология. Люди, концепции, эксперименты / пер. с англ. О. Медведь; [науч. ред. В. Шульпин]. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. – 272 с.

4. Мельник Ш. Стрессоустойчивость. Как сохранять спокойствие и эффективность в любых ситуациях, Издательство МИФ, 2014.
5. Полянцева О.И. Психология для средних медицинских учреждений, издание 7-е, доп. Ростов-на -Дону «Феникс», 2015.
6. Руденко А.М., Самыгин С.И., Психология для медицинских колледжей 3-е издание. Ростов н/Д.: Феникс, 2015.
7. Шаповаленко И.В., Психология развития и возрастная психология. – М.: Юрайт, 2012. – 576 с.

Статьи представлены в авторской редакции

Подписано в печать 20.09.2018. Гарнитура Times New Roman.  
Формат 60×84/16. Усл. п. л.7,44. Тираж 100 экз. Заказ 246.  
Оригинал-макет подготовлен и тиражирован в ООО «Эпицентр»  
308010, г. Белгород, ул. Б. Хмельницкого, д. 135, офис 1