

Секция 5

**КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ: ПРОБЛЕМЫ И
ПЕРСПЕКТИВА**

Баталова Л.О., Белова А.Н., Ковалёва О.Л.

Batalova L.O., Belova A.N., Kovaleva O.L.,

НИУ «БелГУ», г. Белгород, Российская Федерация

Belgorod State National Research University, Belgorod, Russia

**ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ БОС-ТРЕНИНГА У
ТРЕВОЖНЫХ СТУДЕНТОВ С ЧЕРТАМИ ПОГРАНИЧНОГО
РАССТРОЙСТВА ЛИЧНОСТИ**

**USING POSSIBILITIES OF BIOFEEDBACK TRAINING IN
ANXIOUS STUDENTS WITH TRAITS OF BORDERLINE PERSONALITY
DISORDER**

Аннотация. В данной работе рассматриваются уровни проявления тревожности у студентов с различной степенью выраженности черт пограничного расстройства личности. В статье представлены результаты эмпирического исследования выраженности черт ПРЛ в студенческой выборке и их связь с тревожностью, обоснована возможность использования в качестве профилактических мероприятий БОС-тренинг.

Ключевые слова: адаптация, БОС-тренинг, студенческая популяция, пограничное расстройство личности, тревожность.

Annotation: The present work includes levels of anxiety symptoms among students with varying degrees of severity of borderline personality disorder traits. The article presents the results of empirical research of the severity of BPD traits in

the student sample and their relationship with anxiety, the possibility of use as preventive measures biofeedback training.

Keywords: adaptation, biofeedback training, student population, borderline personality disorder, anxiety.

Исследования последних десятилетий показывают, что пограничное расстройство личности (ПРЛ) составляет около 2—3% общей популяции [8]. Одной из ведущих причин такого существенного распространения выступают изменения в экономической и социально-политической сферах, которые сопровождаются снижением уровня жизни, смещением социальных и нравственных ценностей, повышением уровня безработицы, распадом семей, ростом алкоголизма, наркомании. Всё это приводит к напряжению в обществе, беспокойству, неуверенности и страху. При этом в настоящее время многие области трудовой деятельности человека связаны с нервно-психическим напряжением, ускорением темпа жизни, информационными перегрузками, усиливающими это напряжение, что способствует развитию ПРЛ.

На сегодняшний день большинство лиц с ПРЛ принадлежат к молодой возрастной категории, и одной из уязвимых групп являются студенты вузов. Эмоциональная уязвимость, сверхчувствительность к неприятным стимулам и высокий уровень тревожности – главные характеристики эмоциональной сферы лиц с чертами ПРЛ [5].

Процесс формирования личности студента осуществляется под влиянием целого ряда факторов: возрастные особенности, учебные нагрузки, изменение социально-бытовых условий, особенности труда и отдыха, формирование новых межличностных отношений. Адаптация к студенческой жизни – сложный и многогранный процесс, требующий готовности обучающихся к преодолению различного рода трудностей, возникающих в процессе обучения [4]. Это может быть информационная насыщенность учебного процесса, наличие особых форм организации учебной

деятельности, увеличение учебных нагрузок и т.п. Несомненно, данные аспекты студенческой деятельности, повышают риск возникновения черт ПРЛ, которые в свою очередь сопровождаются наличием у студентов депрессивных состояний, отрицательных эмоций, таких как печаль, тоска, гнев и тревога, которые сменяют друг друга [6]. Часто получается так, что из-за повышенной тревожности студент не способен действовать эффективно в присутствии других людей; избегая ситуации контактов с ними, такой студент лишает себя возможности развить свои социальные навыки и убедиться в том, что он способен успешно взаимодействовать с окружающими.

Большой вклад в изучение пограничных психических расстройств внесли такие отечественные ученые, как: В.М. Бехтерев, И.П. Павлов, П.К. Анохин, В.А. Гиляровский, М.В. Мясищева, Е.Т. Соколова и др. А также ряд зарубежных ученых: Б. Карпмен, М. Модзли, М. Стоун и др. Но, несмотря на большое количество исследований в области изучения пограничных расстройств личности, всё же мало изученной остается студенческая популяция. Кроме того, на сегодняшний день в вузе не достаточно внедрены комплексные коррекционные программы, направленные на снижение проявления отрицательных эмоций у студентов, как одного из компонентов ПРЛ. Представляется целесообразным исследование особенностей ПРЛ у студентов первого курса, в период наибольшей адаптации к среде вуза, а также возможностей новых адаптационных технологий, в частности, тренинга с использованием биологической обратной связи. Анализ накопленного за последние годы экспериментального материала показывает высокую эффективность и «экологичность» БОС-тренинга в коррекции пограничных расстройств, нарушений функций внимания в педагогической деятельности, лечении зависимых состояний, соматических заболеваний.

Задачей нашего исследования выступило изучение уровня тревожности у студентов с различной степенью выраженности черт пограничных расстройств личности. Выбор методов и конкретных методик исследования

для получения необходимой информации осуществлялся в соответствии с целями и задачами работы. Использовались следующие методы: эмпирические (тестирование, опросник), методы математико-статистического анализа данных, интерпретационные методы. База исследования: «Белгородский государственный национальный исследовательский университет» (НИУ «БелГУ»). Методологической основой послужили идеи и принципы системного подхода психофизиологии адаптационных процессов, а так же исследования А.Б. Холмогоровой, И.Д. Климова, посвященные проблеме склонности к ПРЛ студенческой молодежи.

Опытно-эмпирическое исследование планируется провести в два этапа, первый из которых завершен. На первом этапе в исследовании приняли участие 65 студентов-первокурсников факультета психологии, из них 50 девушек и 15 юношей. Возраст студентов – от 17 до 20 лет. Были изучены: уровень тревожности, адаптационные способности, степень выраженности возможных проявлений черт ПРЛ. Статистическая обработка данных проводилась с использованием коэффициента корреляции r Пирсона. Математическая обработка данных проведена с помощью SPSS Statistics. Диагностический срез проведен в середине марта, при незначительной учебной нагрузке.

Уровень тревожности студентов-первокурсников определяли с помощью теста «Личностная шкала проявлений тревоги» Тейлора в адаптации Т.А. Немчинова и многоуровневого личностного опросника (МЛО) «Адаптивность», разработанного А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным. Анализ полученных результатов показал, что в выборке преобладает группа студентов-первокурсников с низким уровнем тревожности (56,9%). Средний уровень тревожности (с тенденцией к низкому) характерен для 23% испытуемых. У 20% студентов высокий уровень тревожности и у 12,3% был отмечен средний уровень тревожности (с тенденцией к высокому). Таким образом, выявлено, что у 13 студентов-первокурсников наблюдается высокий уровень тревожности и у 6 – средний с

тенденцией к высокому, которые характеризуются переживанием беспомощности, бессилия, незащищенности, амбивалентностью чувств, порождающим затруднения в принятии решений и целеполагании.

Уровень адаптации студентов-первокурсников определяли с помощью многоуровневого личностного опросника (МЛО) «Адаптивность», разработанного А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным. Анализ полученных результатов показал, что в выборке преобладает группа студентов-первокурсников с удовлетворительной адаптацией (39%). У 40% студентов хорошие адаптационные способности. Сниженная адаптация характерна для 21% испытуемых. Таким образом, выявлено, что у 39 студентов-первокурсников наблюдаются низкие адаптационные способности. Эти лица, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Процесс социализации осложнён, возможны асоциальные срывы, проявление агрессивности и конфликтности. Функциональное состояние в начальные этапы адаптации может быть нарушено.

Черты ПРЛ студентов-первокурсников определяли с помощью опросника для диагностики пограничного личностного расстройства формы «S» Т.Ю. Ласовской. Анализ полученных результатов показал, что в выборке преобладает группа студентов-первокурсников с отсутствием черт ПРЛ (68%). Выраженные черты ПРЛ у 20% и слабо выраженные черты ПРЛ у 12% испытуемых. Таким образом, выявлено, что наличие выраженных черт ПРЛ наблюдается у 13 студентов-первокурсников.

Вывод: студенты с выраженными чертами ПРЛ демонстрируют более высокий уровень тревоги по сравнению со студентами, у которых эти черты слабо выражены или не выражены. Существует значимая связь между выраженностью черт ПРЛ и уровнем проявления тревоги: чем сильнее выражены черты ПРЛ, тем более выражены симптомы тревоги. Исследование позволило выявить группу студентов, находящихся в зоне риска. Считаем целесообразным разработать и применить коррекционную

программу с использованием БОС-тренинга, эффективность которой будет проверена во второй части исследования.

Список литературы:

1. Абабков, В.А. Адаптация к стрессу/ В.А. Абабков. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
2. Ковалева, О.Л. Аспекты стрессоустойчивости и адаптации студентов-первокурсников в условиях инновационной деятельности вуза / О.Л. Ковалева, А.О. Шарапов // Психологическое сопровождение инновационной деятельности педагогического коллектива: сб. материалов междунар. науч.-практ. конф. (27-28 марта 2014 г.). – Белгород: ООО «Эпицентр», 2014. – С. 59-65.
3. Ковалева, О.Л. Изучение некоторых аспектов стрессоустойчивости и процесса адаптации к среде ВУЗа у студентов-первокурсников / О.Л. Ковалева, А.О. Шарапов, Е.А. Гилязиева., Т.А. Павленко // Психология личности: современные проблемы исследования. Сборник материалов Внутривузовской научной конференции (15-16 апреля 2013 г.). – Белгород: БелГУ, 2013. - 212 с.
4. Краснова, В.В. Социальная тревожность и студенческая дезадаптация / В.В. Краснова, А.Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование – Москва, 2011. № 1.
5. Ласовская, Т.Ю. Опросник для диагностики пограничного личностного расстройства формы «А» / Т.Ю. Ласовская // Консультативная психология и психотерапия. – Москва, 2014. № 2. – С.38-47.
6. Москова, М.В. Личностные факторы эмоциональной дезадаптации студентов: дисс. к. психол. н. / М.В. Москова // М., 2008.
7. Никитина, И.В. Социальная тревожность: содержание понятия и основные направления изучения / И.В. Никитина, А.Б. Холмогорова // Социальная и клиническая психиатрия – Москва, 2010г. №1. - С.80-85.

8. Холмогорова, А.Б. Копинг-стратегии и эмоциональная дезадаптация у студентов с чертами пограничного расстройства личности /А.Б. Холмогорова, И.Д. Климова // Консультативная психология и психотерапия. – Москва, 2014.№ 2. – С. 153-167.

Карголь И.В.

Kargol I. V.

НИУ «БелГУ», г. Белгород, Российская Федерация
Belgorod State National Research University, Belgorod, Russia

СТРАТЕГИИ СОВЛАДАНИЯ СО «СТРЕССОМ ИНФЕРТИЛЬНОСТИ» У ЖЕНЩИН С БЕСПЛОДИЕМ

COPING WITH STRESS OF INFERTILITY OF INFERTILE WOMEN

Аннотация. Данная статья посвящена изучению воздействия «стресса infertility» на женщин, страдающих бесплодием. В статье изложены результаты изучения стратегий совладания пациенток с бесплодием. Женщины с разным уровнем выраженности тревожно-депрессивной симптоматики используют различные стратегии совладания.

Ключевые слова: infertility, совладающее поведение, «стресс infertility», стратегии совладания.

Annotation: This article focuses on studying the impact of infertility stress on the woman. The article presents the results of research on coping with infertility. Woman with the different levels of anxiety and depression has different coping strategies.

Keywords: infertility, coping, infertility stress, coping strategies.