

УДК 159.9.

В.В. Гребнева

*канд. психол.н., профессор, заведующая кафедрой психологии,
ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный университет» –
национальный исследовательский университет*

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ КАК ФАКТОР ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К УСЛОВИЯМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ВУЗА

Аннотация. В статье описана теоретическая модель и результаты исследования психосоматической адаптации студентов вуза к условиям образовательной среды. Выявлены и проанализированы особенности функциональной нормы состояний студентов, как психосоматического фактора адаптации.

Ключевые слова: функциональные состояния, функциональная норма, психосоматическое здоровье, адаптация.

V.V. Grebneva, Belgorod State National Research University

FUNCTIONAL STATUS AS A FACTOR OF PSYCHOSOMATIC ADAPTATION TO CONDITIONS OF HIGHER EDUCATION ENVIRONMENT

Abstract. This article describes the theoretical model and the results of a research of high school students psychosomatic adaptation to the conditions of the educational environment. The functional features of normal state students were identified and analyzed as psychosomatic factor of adaptation.

Keywords: functional status, functional norm, psychosomatic health, adaptation.

В современном мире психологических исследований все настойчивее звучит голос ученых, обращающих внимание общества к проблеме адаптации человека к средовым условиям. При этом их обращения все больше начинают носить нозоцентрический характер, основывающийся на императивах креативности, гармоничного развития, целостности, взаимодействия (синергии) человека и среды [4], [7] и др.

Анализ основных направлений исследований по проблемам развития человека в проекции социально-психологического взаимодействия со средой обнаруживает повышенное внимание современных ученых к сомато-центрированным проблемам, влияющим на качество процессов адаптации к стремительно изменяющимся условиям среды (физическим, социальным, культурным и т.п.) [1], [5], [6] и др.

В психологической науке большинство исследований обращены к исследованиям субъективных («анормальное – значит неподходящее индивиду»), социальных («анормальное – значит отклоняющееся от нормы»), статистических («анормальное – значит необычное») норм психосоматического здоровья [3]. Исследование качества адаптации человека к среде на уровне данных норм эффективны для постановки диагноза, установления причин дезадаптации и т.п. Современный же человек все больше нуждается в предупреждении и профилактике снижения качества здоровья. Функциональная норма (анормальное – значит опасное) в большей степени рассматривается в

области клинической феноменологии соматизированных расстройств, в психологии же менее исследована. В то время как на основе анализа функциональных состояний, как промежуточных функций (дисфункций), с учетом их интенсивности и содержания, можно прогнозировать желаемые (не желаемые, аномальные) состояния более высокого (угрожающего) уровня. Возникшие под влиянием комплекса условий внутреннего мира человека (психо- и соматогенных факторов) и окружающей его среды могут возникать различной сложности варианты дезадаптации человека. Таким образом, результаты исследований адаптации человека к среде на уровне функциональной нормы, представленные нами в статье, могут быть успешно использованы в практике психологической профилактики и поддержки индивидуальных и групповых субъектов взаимодействия со средой.

Исследование функциональных состояний как внешней картины психосоматической адаптации человека к средовым условиям осуществлялось нами на примере образовательной среды в выборке студентов 3-их курсов вузов г. Белгорода, обучающихся на естественных и гуманитарных факультетах, средний возраст испытуемых составил 21,5 лет. Общую выборку составили 545 человек (8 групп). Приступая к исследованию, мы предполагали выявить внутренние детерминанты функциональных состояний студентов, переживаемых ими в процессе взаимодействия с образовательной средой вуза. Для их диагностики был использован комплекс психологических методик, в результате применения которых были построены профили внутренней целостности студентов как групповых субъектов взаимодействия, подробно описанные нами ранее [2]. Комплексный мониторинг профиля студенческих групп (50 свойств личности), а также распределение его результатов по дихотомическим шкалам позволили нам выявить особенности симметричности (асимметричности) внутреннего психологического пространства студентов университета как коллективного субъекта взаимодействия. Известно, что асимметрия является одним из важных законов взаимодействия в любой системе, в том числе психических и социальных системах. Однако характер асимметрии будет обуславливать и характер взаимодействия. К примеру, асимметрия в сторону «экстраверсии» студентов вуза будет требовать соответствующих данному типу средовых условий взаимодействия. Выявленные дихотомии, позволили нам ранжировать их по индивидуальным психологическим особенностям: «стенничность – астеничность», «экстраверсия – интроверсия», «фемининность – маскулинность», «экстернальность – интернальность», «болезнь – здоровье», «левополушарность – правополушарность», «саморефлексия – социорефлексия», «аналитичность – синтетичность»; а также по стилям обучения: «активность – рефлексивность», «чувство – интуиция», «визуальность – вербальность».

Функциональная норма рассматривается нами на примере анализа системы объективных поведенческих и психофизиологических признаков, непосредственно наблюдаемых в процессе социально-психологического взаимодействия. Если предположить, что признаки дезадаптации человека можно объективно обнаружить в виде системы реакций: преневротических (D_1) – вредные привычки, зависимости; сердечно-сосудистых (D_2) – покраснение кожи, учащенное сердцебиение, бессонница, головокружение, потеря сознания и т.п.; и соматических (D_3) – тошнота, потеря аппетита, нарушения движения и т.п., можно построить вероятностную модель дезадаптации чело-

века на уровне анализа функциональной нормы. Каждый из трех представленных способов дезадаптации обусловлен психологическими императивами трех кластеров. 1-й кластер объединяет систему потенциальных, актуальных потребностей, наличие опыта их удовлетворения (А); 2-й кластер отражает кризисные состояния, вызванные наличием потребности человека в отношениях со средой и возможностями их удовлетворения (К); 3-й уровень – уровень обнаружения признаков дезадаптации (Д), вероятность возникновения которых определяется наличием кризисного состояния. Кризисное состояние обусловлено особенностями внутренних связей кластеров 1-го уровня: A_{n1} – кластер объединяет индивидуальные особенности группового субъекта, рассматриваемые нами как потенциальные потребности и внутренние императивы (свойства нервной системы, психосоматические особенности, профиль латеральной организации); A_{n2} – кластер, объединяющий личностные особенности человека, рассматриваемые, как индивидуальный опыт удовлетворения потребностей (черты характера, механизмы защиты, нормы социализации); A_{n3} – когнитивные свойства (локус контроля, рефлексия, социорефлексия, стили обучения); A_{n4} – объективные показатели здоровья. Отдельные факторы могут либо способствовать адаптации, либо препятствовать этому процессу и вести к дезадаптации. Вероятность того или иного способа дезадаптации можно рассчитать по формуле: $D_1 = K_n(A_{n1}A_{n2}A_{n3}A_{n4})$, (n – количество испытуемых в %). Корреляционный анализ (STATISTICASpreadsheet.sta), позволил выявить положительные и отрицательные связи элементов психологической целостности ($p \leq 0,05$)

• D_1 – признаки эмоциональной дезадаптации (преневротические) положительно коррелируют с такими свойствами испытуемых как: «генофильность (потребность в любви и принятии)», «церебротония», «гипертимность», «интернальность». В структуре предпочитаемых стилей обучения с показателями: «активность», «чувства». Отрицательная корреляция наблюдается с показателями «альтруизма», «экстернальности»; с механизмами защиты: «проекция», «вытеснение». В структуре предпочитаемых стилей обучения с показателями: «рефлексивность», «интуиция».

• D_2 – признаки, обнаруживающие сердечно-сосудистые признаки дезадаптации) положительно коррелируют с такими свойствами как: «альтруизм (потребность в принадлежности)», «висцеротония», «эмотивность», «дистимичность», «экзальтированность», «экстернальность», «реактивные образования», «проекция». В структуре предпочитаемых стилей обучения с показателями: «интуиция». Отрицательная корреляция сердечно-сосудистых признаков наблюдается со свойствами: «доминантность (потребность в доминировании)», «педантичность», «интернальность», «компенсация».

• D_3 – «эгофильность (потребность в безопасности и самосохранении)», признаки, обнаруживающие соматические признаки дезадаптации положительно коррелируют с такими свойствами как: «висцеротония», «отрицание реальности», «проекция». В структуре предпочитаемых стилей обучения с показателями: «визуальность», «синтетичность». Отрицательные связи наблюдаются с такими свойствами как: «церебротония», «соматотония», «генофильность», «демонстративность», «застывание», «гипертимность», «дистимичность», «экзальтированность», «замещение», «компенсация», «социорефлексия», «вербальность», «аналитичность».

• D_4 – признаки, обнаруживающие кластер дескрипторов здоровья и обладающих наибольшим количеством статистически значимых связей составили: «доминант-

ность», «соматотония», «социорефлексия», «вытеснение», «компенсация», «замещение», «педантичность», «застывание». Кластер дескрипторов здоровья с отрицательными корреляционными связями составили: «саморефлексия», «проекция», «реактивные образования», «дистимичность», «альтруизм», «эгофильность», «висцеротония».

Анализ результатов позволяет сделать вывод относительно значимости для оптимального функционирования и развития студентов потенциальных потребностей. К таким потребностям можно отнести потребность в безопасности и самосохранении, потребность в любви и принятии, потребность в принадлежности, потребность в доминировании. При этом следует заметить, что потребности в познании, а также потребности более высокого уровня (в свободе, сохранении достоинства и самоактуализации) никак не отразились на качестве адаптации.

Выявленные связи позволяют нам сделать выводы относительно толерантности (интолерантности) испытуемых в условиях образовательной среды. Наиболее толерантными на уровне анализа психоземotionalной адаптации к экспансии среды являются испытуемые с высокими показателями потребности в альтруизме, обладающие экстернальным локусом контроля, а также защитными механизмами проекции и вытеснения и предпочитающие рефлексивный и интуитивный способы обучения. Испытуемые, продемонстрировавшие признаки низкой толерантности (интолерантности), обладают такими качествами, как потребность в любви, церебротония, гипертимность и интернальность, а также предпочитают стили обучения, основывающиеся на активности и чувствительности.

На уровне анализа вегетативных признаков дезадаптации высокую толерантность можно наблюдать в выборке испытуемых с аналогичными показателями потребности в доминировании, педантизма, интернальности, компенсации. Интолерантность наблюдается у испытуемых с высокими показателями альтруизма, висцеротонии, эмоциональности, дистимичности, экзальтированности, экстернальности, обладающими такими защитными механизмами, как реактивные образования и проекция, и предпочитающими интуитивный стиль обучения.

На уровне анализа соматических признаков дезадаптации высокую толерантность продемонстрировали испытуемые с ярко выраженными потребностью в любви, церебротоническими и соматотоническими свойствами, демонстративностью, дистимичностью, гипертимностью и экзальтированностью, с механизмами защит замещения и компенсации; обладающие высокой социорефлексией и предпочитающие вербальный и аналитичный стиль обучения. Испытуемые с высокими показателями висцеротонии, эгофильности, с защитными механизмами отрицания и проекции, а также предпочитающие в стилях обучения визуальность и синтетичность интолерантны к воздействиям образовательной среды.

На примере положительных корреляционных связей в структуре свойств внутреннего пространства выборки здоровых испытуемых ($p \leq 0,05$) можно сделать вывод, что внутренними механизмами сохранения здоровья могут являться такие свойства человека как соматотония, социорефлексия, компенсация, замещение, вытеснение и застревание, педантичность. Механизмами снижения качества здоровья являются: висцеротония, высокие способности к саморефлексии, проекция и реактивные образования как механизмы защитного поведения, дистимичность характера, потребности в

безопасности (самосохранении) и альтруистических отношениях с социумом.

Анализ результатов исследования внутреннего пространства студентов с позиций выявления особенностей опыта удовлетворения потребностей в отношениях со средой через характер механизмов защит показал, что наиболее распространенными механизмами защит являются «замещение» и «рационализация». Известно, что такие защитные механизмы как «рационализация» и «компенсация» являются конструктивными, в то время как механизмы «проекция» и «вытеснение» – наиболее деструктивными. Использование человеком конструктивных защит снижает риск возникновения или обострения конфликта с социальной средой. В случае использования деструктивных защитных механизмов можно говорить о проблеме открытости опыту, что влечет за собой снижение качества функционирования и развития человека. Замещение является наиболее распространенной формой психологической защиты и проявляется в разрядке подавленных эмоций (враждебности, гнева), которые направляются на менее опасные для человека объекты среды. Во взаимодействии с образовательной средой вуза такими объектами могут стать как физические (мебель, оборудование), так и социальные (сокурсники, преподаватели, студенты младших курсов и т.п.). Замещение зачастую является основным механизмом явления «дедовщины», которая в последнее время распространилась из таких социальных институтов как армия, «зона» в образовательную среду. Вторую позицию по количеству связей со свойствами внутреннего пространства студентов как коллективного субъекта взаимодействия занимают следующие механизмы: «компенсация», «реактивные образования», «отрицание реальности». Компенсацию можно рассматривать как одну из форм защиты от комплекса неполноценности, при которой человек может прибегать к асоциальным формам поведения, идентифицируя себя с другой личностью. Положительный эффект данного механизма заключается в способности человека идентифицировать себя со значимой личностью, которой в образовательной среде может являться преподаватель, ученый, специалист. При защитном механизме с использованием реактивных образований личность прибегает к такому способу взаимодействия со средой, при котором неприемлемые для него мысли, чувства, поступки приобретают противоположную форму. В случае преобладания тенденций определяемых механизмом защиты отрицания реальности, человек не принимает очевидные для окружающих, аспекты реальности среды, вызывающие у него тревогу и напряжение. Информация, которая вызывает тревогу и может привести к конфликту, не воспринимается человеком.

Анализируя ситуацию взаимосвязи механизмов защиты и показателей здоровья студентов, мы обнаружили, что наиболее чувствительным к признакам психофизиологической дезадаптации и здоровья является «проекция». В отношении преневротических признаков проекция обнаруживает отрицательную связь, т.е. чем выше способность к проекции, тем ниже зависимость человека от вредных привычек и эмоциональных переживаний в отношении среды. В отношении вегетативных и соматических признаков дезадаптации студентов проекция обнаруживает положительные связи, т.е., чем выше индекс напряжения данного механизма, тем выше признаки дезадаптации по этим двум типам. С показателем здоровья в группах испытуемых проекция и реактивные образования обнаруживают отрицательную связь, таким образом, указывая на деструктивность их психосоциальной природы.

Предлагаемая нами модель исследования функциональных состояний студентов в проекции анализа социально-психологического взаимодействия с образовательной средой вуза позволяет с минимальными затратами с определенной долей объективности обнаруживать и анализировать процессы взаимодействия внутреннего мира человека и среды, как самоорганизующейся социально-антропологической системы, с целью дальнейшего усовершенствования данной целостности в условиях конкретной среды.

Список литературы:

1. Арина, Г.А. Психосоматический симптом как явление культуры / Г.А. Арина // Телесность человека: междисциплинарные исследования: сборник / ред. В.В. Николаева, П.Д. Тищенко. – Москва : Философское общество СССР, 1993. – 166 с. – С. 45-54.
2. Гребнева, В.В. Человекоцентрированная модель социально-психологического взаимодействия в системе «человек-вуз»: монография / В.В. Гребнева.- Уфа: Издательство «Инфинити», 2012б. – 268 с.
3. Клиническая психология / Под ред. М. Перре, У. Бауманна. – СПб.: Питер, 2002. – 1312 с.
4. Панов, В.И. Введение в экологическую психологию : учеб. пособие. Часть 1./В.И. Панов. – М. : Изд-во МНЭПУ, 2001. – 144 с.
5. Тищенко, П.Д. Психосоматическая проблема (объективный метод и культурологическая интерпретация) / П.Д. Тищенко // Телесность человека: междисциплинарные исследования. – М. : изд-во Философского общества, 1991. – С. 26–35.
6. Тхостов, А.Ш. Психология телесности / А.Ш. Тхостов. – М. : Смысл, 2002. – 287 с.
7. Фельдштейн, Д.И. Анализ проблемы «человек и среда обитания» на современном этапе исторического развития / Д.И. Фельдштейн // Мир психологии и психология в мире. – 1995. – №2. – С. 16–21.

List of references:

1. Arina, G.A. Psychosomatic symptoms as a cultural phenomenon / GA Arina // human corporeality: interdisciplinary research. - Moscow: Moscow State University Press, 1991.
2. Grebneva, V.V. Person-centered model of social and psychological interaction in the "man-high": monograph / V. Grebneva. - Ufa: Publishing "Infiniti", 2012b. – p. 268.
3. Clinical Psychology / Ed. M. Perret, W. Baumann. - St. Petersburg.: Peter, 2002 – p. 1312.
4. Panov, V.I. Introduction to environmental psychology: studies allowance. Part 1./V.I. Panov. - Moscow: Publishing House of the MNEPU, 2001 – p. 144.
5. Tishchenko, P.D. Psychosomatic problems (objective method of interpretation and cultural studies) / P.D. Tishchenko // human corporeality: interdisciplinary research. - Moscow: Publishing House of the Philosophical Society, 1991 - p. 26-35.
6. Tkhostov, A.S. Psychology physicality / A.S. Tkhostov. - Moscow: The meaning of 2002 – p. 287.
7. Feldstein, D.I. Analysis of the problem of "man and environment" at the present stage of historical development / D.I. Feldstein // The world of psychology and psychology in the world. - 1995 - № 2. - p. 16-21.