

УДК 613.86

## СОЦИАЛЬНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЙ МОНИТОРИНГ ВЛИЯНИЯ СТРЕССОГЕННЫХ ФАКТОРОВ НА РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ УЧЕБНЫХ СТРЕССОВ В МОЛОДЕЖНОЙ СРЕДЕ

**Котова Г.Н.***Санкт-Петербургский ГБОУ СПО акушерский колледж, С-Петербург,  
e-mail: galinakotova12@mail.ru*

Статья посвящена изучению взаимосвязи факторов учебы и частоты учебных стрессов. Одним из источников общей неудовлетворенности учебой была неудовлетворенность выбранной специальностью по обучению. Отмечено, что показатель удовлетворенности взаимоотношениями в учебном коллективе, т.е. показатель конфликтности по месту учебы, и показатель общей конфликтности, определенный на основе домашних конфликтов, оказались никак не взаимосвязанными между собой. Рассмотрен еще один фактор образа жизни, определенно взаимосвязанный с распространенностью учебных стрессов, это фактор взаимоотношений в коллективе по месту учебы. Нами изучались соответствия здоровья учащейся молодежи условиям и характеру учебы с учетом интенсивности учебных стрессов. Можно утверждать, что сложившиеся в последние десятилетия факторы «материального» обеспечения учебы и фактор психосоциального благополучия стали более существенными социально-гигиеническими факторами образа жизни молодых людей.

**Ключевые слова:** стрессогенные факторы, учащаяся молодежь, учебные стрессы, конфликтность, здоровье.

## SOCIALLY-HYGIENIC MONITORING OF INFLUENCE STRESS FACTORS ON PREVALENCE OF EDUCATIONAL STRESSES IN THE YOUTH ENVIRONMENT

**Kotova G.N.***The St.-Petersburg gynecologic college, St-Petersburg, e-mail: galinakotova12@mail.ru*

Clause is devoted to studying of interrelation of factors of study and frequency of educational stresses. One of sources of the general dissatisfaction with study was a dissatisfaction with the chosen speciality on training. It is noted, that a parameter of satisfaction by mutual relations in educational collective, i.e. a parameter of a conflictness in a place of study, and the parameter of the general conflictness certain on the basis of house conflicts, have appeared in any way not interconnected among themselves. One more factor of the way of life, definitely interconnected with prevalence of educational stresses is considered, it is the factor of mutual relations in collective in a place of study. We studied conformity of health of a studying youth to conditions and character of study in view of intensity of educational stresses. It is possible to approve, that the factors which have developed in last decades of «material» maintenance of study and the factor of psychosocial well-being became more essential socially-hygienic factors of a way of life of young men.

**Keywords:** stressful the factors, a studying youth, educational stresses, a conflictness, health

Известно, что учеба, как основная форма жизнедеятельности основной массы молодых людей в современной России, имеет свои социально-гигиенические особенности. Пребывание в учебном заведении, которое можно рассматривать как особую сферу производственной жизнедеятельности молодого человека, во многом определяет процесс его социализации, в том числе усвоение черт образа жизни друзей, товарищей по учебе. В этом процессе, к сожалению, часто присутствует «зеркальное» усвоение таких форм активности, которые мало совместимы с принципами здорового образа жизни. Важное значение имеет и то обстоятельство, что обучение в специальных учебных заведениях нередко сопряжено с длительным отрывом молодого человека от родительского дома, из-за чего перед молодым человеком возникает значительное число проблем, связанных с необходи-

мостью вести более самостоятельный образ жизни, в частности, хозяйственно-бытовую, рекреационную деятельность.

Яркой характеристикой стрессогенности учебной деятельности, на которую тратится значительная часть времени молодого человека, является удовлетворенность учебой. Этот фактор, в свою очередь, обуславливается многими составляющими: условиями обучения, рекреации, удачи при выборе профессии по обучению, взаимоотношениями в коллективе, и т.п. И каждая из этих составляющих может выступать в качестве самостоятельного «стрессогенного» фактора, вызываемого острым дисбалансом, конфликтом между личностными запросами учащегося и возможностями их реализации во время учебы.

**Цель работы:** изучение влияния стрессогенных факторов на распространенность учебных стрессов в динамике 10 лет.

### Материал и методы исследования

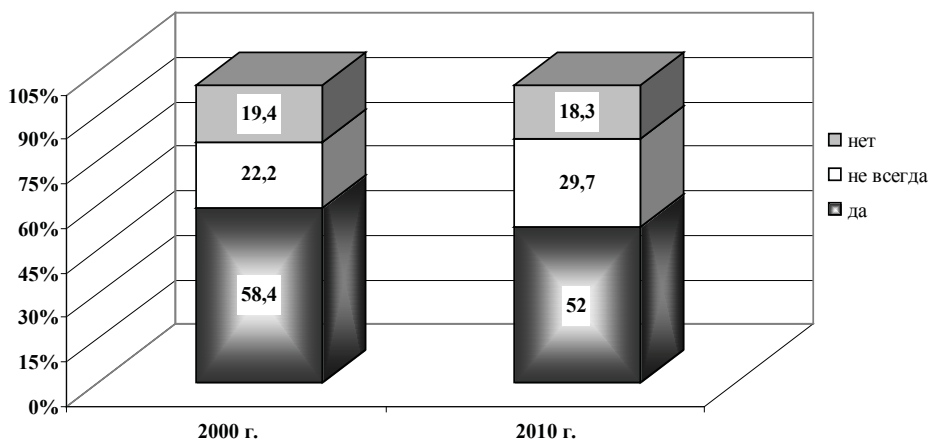
Медико-социальное исследование проводилось методом анонимного анкетирования среди молодых людей (1500 человек) в возрасте 16-29 лет, обучающихся в различных типах образовательных учреждений на территории Липецкой области в 2000 и 2010 гг.

### Результаты и их обсуждение

Как свидетельствовали результаты проведенного анализа, одним из источников общей неудовлетворенности учебной работой была неудовлетворенность выбранной специальностью по обучению. Доля учащихся, неудовлетворенных этим выбором, возросла с 7,8 % в 2000 г. до 17,8 % в 2010 г. ( $\chi^2=25,1$  при  $P \ll 0,001$ ). Соответственно, за период с 2000 по 2010 гг. взаимосвязь неудовлетворенности выбором специальности и частотой учебных стрессов стала значительно более плотной, более существенной. Если в 2000 г. статистическая сопряженность неудовлетворенности специальностью и распространенностью учебных стрессов была незначительной ( $C_{норм} = 0,18$  при  $P=0,04$ ), то в 2010 г. сила этой сопряженности возросла более чем в 2 раза ( $C_{норм} = 0,39$  при  $P \ll 0,001$ ). Соответственно коэффициент детерминации, т.е. «вклад» фактора неудовлетворенности выбранной специальностью в распространенность учебных стрессов, в первом случае был равен 0,031 или 3,1 %, во втором – 0,151 или 15,1 %. Неудовлетворенность специальностью, выбранной для обучения постоянно (в 2000 и 2010 гг.) играла существенную роль в формировании конфликтности молодых людей и характера этих конфликтов. Так, среди неудовлетворенных выбранной специальностью существенная конфликтность за последнее десятилетие значительно возросла: с 35,3 % случаев в 2000 г. до 43,9 % случаев в 2010 г. Характер конфликтов и удовлетворенность специальностью также были сопряжены между собой. Среди лиц, неудовлетворенных выбором специальности для обучения, злокачественная форма конфликтности встречалась в 20,9 % случаев, среди удовлетворенных выбором этот показатель был почти в 3 раз ниже: 7,1 % ( $\chi^2=36,2$  при  $P \ll 0,01$ ,  $C_{норм} = 0,23$ ).

Не секрет, что социально-экономические преобразования, происходящие в России, сопровождаются «монетизацией» многих социальных процессов. Считается, что существует большая степень влияния материального благосостояния на возможность выбора той или иной специальности для обучения. Однако, как свидетельствует проведенный анализ, взаимосвязь удовлетворенности выбором специальности для обучения и уровня материальной обеспеченности отмечалась только в 2000 г. ( $\chi^2=11,9$  при  $P=0,02$ ,  $C_{норм} = 0,18$ ). К 2010 г. плотность этой взаимосвязи уменьшилась и перестала быть статистически значимой ( $\chi^2=8,4$  при  $P=0,07$ ,  $C_{норм} = 0,14$ ). Влияние же материального фактора на распространенность учебных стрессов и в 2000 и 2010 гг. была незначительной (статистически незначимой) и практически неизменной.

Еще одним фактором образа жизни, определенно взаимосвязанным с распространенностью учебных стрессов, был фактор взаимоотношений в коллективе по месту учебы. В целом, в 2000 и 2010 гг. распределение оценок удовлетворенности взаимоотношениями в учебных коллективах не менялось (рисунок).



Распределение обследованных в 2000 и 2010 гг. молодых людей с учетом удовлетворенности взаимоотношениями в коллективе (в %)

Вместе с тем, существенно изменилась стрессовая результативность этого фактора. В 2000 г. среди лиц, полностью удовлетворенных психологическим климатом в коллективе, хронические учебные стрессы отметили 7,8 % обследованных, а среди неудовлетворенных – 20,2 % ( $\chi^2=15,5$  при  $P=0,02$ ,  $C_{норм}=0,18$ ). В 2010 г. статистическая сопряженность этой связи двукратно усилилась ( $\chi^2=71,8$  при  $P<<0,01$ ,  $C_{норм}=0,37$ ): у лиц первой группы хронические учебные стрессы указали 15,6 %, во второй группе – 48,0 % респондентов.

Резко возросла и взаимосвязь удовлетворенности психологическим климатом в коллективе с показателями здоровья. Если в 2000 г. эта взаимосвязь не прослеживалась, т.е. была статистически незначимой ( $\chi^2=3,0$  при  $P=0,80$ ,  $C_{норм}=0,07$ ), то в 2010 г. данная взаимосвязь была существенной ( $\chi^2=19,2$  при  $P=0,003$ ,  $C_{норм}=0,19$ ). Для подтверждения статистической устойчивости этой тенденции была проведена проверка стрессовой результативности психологического климата в учебных коллективах на основе учета субъективных оценок респондентами своего здоровья. Если в 2000 г. статистическая сопряженность этих факторов состав-

ляла  $C_{норм}=0,16$  при  $P=0,034$ , то через 10 лет (2010 г.), их сопряженность трехкратно увеличилась:  $C_{норм}=0,49$  при  $P<<0,001$  (табл.1).

Следует отметить, что показатель удовлетворенности взаимоотношениями в учебном коллективе, т.е. показатель конфликтности по месту учебы, и показатель общей конфликтности, определенный на основе домашних конфликтов, оказались никак не взаимосвязанными между собой. То есть распределение частот одного вида конфликтности и другого вида статистически не сопрягались. Более того, фактор учебной конфликтности не играл никакой определенной роли и в распределении других характеристик образа жизни молодых людей.

Как видно из представленных данных, такие факторы обучения, которые для учащейся молодежи могут быть стрессогенными: тип жилья (общежитие, «коммуналка», отдельная квартира или дом), длительность дороги к месту учебы, в 2000 и 2010 гг. также не имели существенного социально-гигиенического значения. То есть не отражались статистически существенной связью ни с частотой учебных стрессов (табл. 2), ни с распределением групп здоровья (табл. 3).

Таблица 1

Распределение субъективных оценок респондентами соответствия их здоровья условиям и характеру учебы с учетом интенсивности «учебных» стрессов по данным 2000 и 2010гг. (в % к итогу)

Оценки соответствия учебы здоровью	Учебные стрессы						Всего	
	Постоянно		Иногда		Нет		2000 г.	2010 г.
	2000 г.	2010 г.	2000 г.	2010 г.	2000 г.	2010 г.		
Да, соответствует	49,3	34,6	60,9	68,5	68,9	78,7	61,7	61,5
Частично	46,4	32,4	35,0	25,5	25,5	20,5	33,7	26,4
Не соответствует	4,3	33,0	4,1	6,0	5,6	0,8	4,6	12,1
Итого	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Таблица 2

Сравнительные оценки взаимосвязи факторов учебы и частоты учебных стрессов по данным 2000 и 2010 гг. (в нормированных показателях сопряженности)

Факторы учебы	2000 год		2010 год	
	$C_{норм}$	$P$	$C_{норм}$	$P$
Тип жилья	0,11	0,63	0,11	0,50
Время, ежедневно затрачиваемое на дорогу к месту учебы	0,14	0,06	0,14	0,05
Материальное положение	0,19	0,01	0,14	0,07
Удовлетворенность социально-психологическим климатом в коллективе	0,20	0,04	0,37	<<0,01
Удовлетворенность выбранной специальностью по учебе	0,18	0,04	0,39	<<0,01

Таблица 3

Сравнительные оценки взаимосвязи интенсивности факторов учебы и распределением групп здоровья по данным 2000 и 2010 гг. (в нормированных показателях взаимной сопряженности)

Факторы учебы	2000 год		2010 год	
	$C_{норм}$	$P$	$C_{норм}$	$P$
Тип жилья	0,13	0,54	0,13	0,37
Время, ежедневно затрачиваемое на дорогу к месту учебы	0,11	0,50	0,11	0,41
Материальное положение	0,09	0,8	0,31	<<0,01
Удовлетворенность социально-психологическим климатом в коллективе	0,09	0,8	0,20	0,04
Удовлетворенность выбранной специальностью по учебе	0,12	0,5	0,13	0,20

### Выводы

Таким образом, результаты медико-социального исследования показали, что за последние 10 лет значительно возросла частота учебных стрессов от неудовлетворенности выбранной специальностью, увеличилось количество хронических стрессов и несоответствие здоровья молодых людей условиям и характеру учебного процесса. Некоторое влияние материального положения, отмеченное в 2000 году к 2010 году, стало играть более существенную роль в распределении групп здоровья. За этот же период заметно возросло влияние на здоровье молодых людей «психологического климата» по месту учебы. Можно утверждать, что сложившиеся в последние десятилетия факторы «материального» обеспечения учебы и фактор психосоциального благополучия стали более существенными социально-гигиеническими факторами образа жизни молодых людей.

### Список литературы

1. Психология и психопрофилактика деструктивного стресса в молодежной среде: Метод. пособие / научный ред. Н.П. Фетискин; Отв. за выпуск В.В. Чекмарев. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2000. – 38 с.
2. Котова Г.Н., Зайцев В.М., Савельева Е.А., Семушина И.В., Заикина Н.В. Психосоциальный стресс и показатели состояния здоровья учащихся // Госсанэпидслужбе России 80 лет: реальность и перспективы: материалы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 80-летию создания госсанэпидслужбы России / под ред. акад. РАМН Г.Г. Онищенко и А.И. Потапова. – Ч.2. – М., 2002. – С.227-231.
3. Психогигиена личности: Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: учебное пособие. СПб.: СПбГУ, 2004.

4. Крупник Е.П. Психологическая устойчивость личности как методологическая категория / Крупник Е.П. // Научные труды МПГУ. – М., 2004.

5. Savelyev S.I., Kotova G.N., Zaitsev V.M. Hygienic anxiety as health loss risk estimation criterion // European journal of natural history. – № 3. – 2007. – P.85-87.

### References

1. Psychology and psychological preventive maintenance destructive stress in the youth environment: the Method. grand/ Under edition Item N.P. Fetiskin; responsible For release of Century of Century Tchekmaryov. – Kostroma: KSU it. N.A. Nekrasov, 2000 – 38 with.

2. Kotova G.N., Zaitsev V.M., Saveleva E.A., Semushina I.V., Zaikin N.V. psychosocial stress and parameters of a state of health of pupils // The state public health service Russia 80 years: a reality and prospects: Materials of the All-Russia scientifically-practical conference/under edition of the academician G.G. Onishchenko and A.I.Potapov's Russian Academy of Medical Science. – P.2.-, 2002. – С.227-231.

3. Psychological hygiene persons: Questions of psychological stability and психопрофилактики. The Manual. СПб.: СПбГУ, 2004.

4. Krupnik E.P. psychological stability of the person as a methodological category / Krupnik E.P. // Proceedings MPSU., 2004.

5. Savelyev S.I., Kotova G.N., Zaitsev V.M. Hygienic anxiety as health loss risk estimation criterion. // European journal of natural history. – 3. – 2007. – P.85-87.

### Рецензенты:

Летникова Л.И., д.м.н., начальник Управления здравоохранения Липецкой области, г. Липецк;

Кирюшин В.А., д.м.н., профессор, зав. кафедрой профильных гигиенических дисциплин с курсом гигиены, эпидемиологии и организации госсанэпидслужбы ФДПО ГБОУ ВПО Рязанский государственный медицинский университет, г. Рязань.

Работа поступила в редакцию 10.06.2014.