

СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТИРОВАННОСТЬ И ВЕГЕТАТИВНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В УНИВЕРСИТЕТЕ

Черная Н.Л., Ганузин В.М., Маскова Г.С., Барабошин А.Т.

ФГБОУ ВО Ярославский государственный медицинский университет, Ярославль.

Актуальность. Среди факторов, оказывающих значимое влияние на состояние здоровья студентов в процессе их обучения в вузе, особое место занимают социальная адаптированность (СА) и вегетативная устойчивость (ВУ). В ряде случаев социальная адаптированность и вегетативная устойчивость у учащихся может быть снижена, что, в свою очередь, скажется на качестве их жизни и полноценном выполнении учебной программы [1,2,3,4,6]. В контексте позитивной психологии показано, что люди с высоким уровнем адаптируемости способны накапливать и сохранять больше психологических ресурсов, по сравнению с теми, кто отличается ее низким уровнем [5]. В доступной научной литературе данных по исследованию социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у студентов вуза нами найдено не было.

Целью работы явилось изучение показателей социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у студентов первого и шестого курсов, обучающихся в университете.

Материалы и методы. Оценка СА и ВУ проводилась с использованием двухфакторного опросника М. Гавлиновой, утвержденного Европейским союзом школьной и университетской гигиены и медицины, адаптированного к Российским условиям [7]. Проведено анкетирование 163 первокурсников (18 - 19 лет) и 136 студента шестого курса (22 – 23 года). По данным академика А. А. Баранова, оценочная таблица предусматривает градацию социальной адаптированности и вегетативной устойчивости на хорошую, нормальную (среднюю) и низкую [7].

Учитывая отсутствие в литературе нормативов СА и ВУ для молодых людей, обучающихся в ВУЗе, мы разработали оценочные шкалы для этой возрастной группы. За норму принимались результаты, укладывающиеся в границы от 25 до 75 центиля (II и III квартили) и охватывающие 50% выборки. Крайние величины как высокие, так и низкие, отличающиеся от нормальных оценивались следующим образом:

- по шкале социальной адаптированности показатели от 25 центиля и ниже (I квартиль) соответствуют плохой социальной адаптированности (социальная дезадаптация); показатели от 75 центиля и выше (IV квартиль) указывают на высокие способности к социальной адаптированности.

- по шкале вегетативной лабильности показатели от 75 центиля и выше указывают на выраженную вегетативную лабильность, от 25 центиля и ниже (I квартиль) - на хорошую вегетативную устойчивость.

Статистическая обработка материала проводилась с помощью программы StatSoft Statistica v.7.0. Сравнение групп проводили по критерию Фишера, достоверность различия принимали при $p < 0,05$.

Результаты и их обсуждение.

Распределение баллов, полученных при обработке обследованной выборки молодых людей, по квартилям (таблицы 1, 2) позволяет получить граничные величины для оценки данных обследуемого и отнесения его в ту или иную группу.

Таблица №1.

Распределение оценочных баллов по квартилям у студентов первого курса

Квартили	Социальная адаптированность (баллы)		Вегетативная устойчивость (баллы)	
	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины
I	0-9	0-11	0-3	0-6
II	10-11	12-13	4-5	7-8
III	12-13	14	6-8	9-10
IV	15-20	15-20	9-16	11-16

Таблица №2.

Распределение оценочных баллов по квартилям у студентов шестого курса

Квартили	Социальная адаптированность (баллы)		Вегетативная устойчивость (баллы)	
	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины
I	0-8	0-9	0-3	0-5
II	9-10	10-11	4-5	6-7
III	11-12	12-13	6-7	8-9
IV	13-20	14-20	8-16	10-16

Из данных таблицы видно, что граничные величины показателей вегетативной устойчивости во всех квартилях у женщин и мужчин имеют некоторые различия. При анализе показателей социальной адаптированности по квартилям, такого различия не было выявлено (таблицы 1, 2).

Результаты и их обсуждение. Выполненный анализ свидетельствовал, что студентов I курса с хорошими показателями СА было меньше, а с низкими больше, по сравнению с таковыми показателями у студентов 6 курса. Данная динамика, по нашему мнению, свидетельствует о более полной их СА в процессе обучения в ВУЗе. В свою очередь, к 6 курсу ВУ у студентов снижалась, что видно из данных таблицы №3.

Таблица №3.

Особенности социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у студентов в зависимости от курса обучения

Курс обучения	Социальная адаптированность (%)			Вегетативная устойчивость (%)		
	Хорошая	Нормальная	Низкая	Хорошая	Нормальная	Низкая
Первый	17,8	49,1	31,9	27,6	50,3	22,1
Шестой	26,7	56,5	16,8	16,8	54,3	28,9

При анализе показателей СА и ВУ у студентов первокурсников мы не выявили гендерных различий данных показателей (таблица 4).

Таблица №4.

Показатели социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у первокурсников в зависимости от пола

Пол	Социальная адаптированность (в%)			Вегетативная устойчивость (в%)		
	Хорошая	Нормальная	Низкая	Хорошая	Нормальная	Низкая
Мужчины	15,4	51,2	33,4	30,8	46,1	23,1
Женщины	18,5	48,4	33,1	26,6	51,6	21,8

Как видно из данных таблицы №5, гендерных различий в показателях СА у студентов 6 курса нами не было выявлено. Однако, группа студентов шестикурсников с хорошей СА стала больше, а с низкой – меньше, по сравнению с аналогичными показателями у первокурсников.

Таблица №5.

Показатели социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у студентов шестого курса в зависимости от пола

Пол	Социальная адаптированность (%)			Вегетативная устойчивость (%)		
	Хорошая	Нормальная	Низкая	Хорошая	Нормальная	Низкая
Мужчины	34,4	53,0	12,6	25,0*	46,9	28,1*
Женщины	24,2	57,6	18,2	14,1*	48,4	37,1*

Примечание: * $p < 0,001$ в сравнении показателей между мужчинами и женщинами.

Показатели ВУ у студентов женского и мужского пола имели значимые различия. Мужчин с хорошей вегетативной устойчивостью было больше, а с низкой – меньше, по сравнению с женщинами (таблица 5).

Таблица №6.

Показатели социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у мужчин первого и шестого курсов

Пол	Социальная адаптированность (%)			Вегетативная устойчивость (%)		
	Хорошая	Нормальная	Низкая	Хорошая	Нормальная	Низкая
Мужчины (1 курс)	15,4	51,2	33,4	30,8	46,1	23,1
Мужчины (6 курс)	34,4*	53,0	12,6*	25,0	46,9	28,1

Примечание: * $p < 0,05$ в сравнении показателей между мужчинами первого и шестого курсов.

При сравнении показателей СА и ВУ у мужчин 1 и 6 курсов, нами были получены следующие результаты. Мужчин первокурсников с показателями хорошей СА было в 2 раза меньше, а с низкой СА почти в 3 раза больше, по сравнению с аналогичными показателями у шестикурсников. Показатели ВУ у данных групп не имели значимых различий (таблица 6).

Таблица №7.

Показатели социальной адаптированности и вегетативной устойчивости у женщин первого и шестого курсов

Пол	Социальная адаптированность (%)			Вегетативная устойчивость (%)		
	Хорошая	Нормальная	Низкая	Хорошая	Нормальная	Низкая
Женщины (1 курс)	18,5	48,4	33,1	26,6	51,6	21,8
Женщины (6 курс)	24,2	57,6	18,2*	14,1*	48,4	37,1

Примечание: * $p < 0,05$ в сравнении показателей между женщинами первого и шестого курсов.

Динамика показателей СА и ВУ женщин различных возрастных групп имела определенные особенности. Так, группа студенток с показателями низкой СА к 6 курсу значительно уменьшалась, а с низкой ВУ – увеличивалась, за счет уменьшения группы студенток с хорошими показателями ВУ (таблица 7).

Учитывая равные стартовые возможности у мужчин и женщин к началу обучения в ВУЗе мы сделали заключение о том, что для молодых женщин, по сравнению с молодыми мужчинами, характерна менее стабильная и адекватная способность реагировать на различные воздействия

внешней среды, в том числе и образовательной. При этом женщин с хорошей социальной адаптированностью (24,2%) было меньше, чем мужчин (34,4%), что свидетельствует о более высокой адаптации мужчин к социальным условиям проживания и обучения, по сравнению с женщинами.

Показатели ВУ у студентов-шестикурсников женского и мужского пола имели значимые различия. Мужчин с хорошей вегетативной устойчивостью было больше, а с низкой – меньше, по сравнению с женщинами. По нашему мнению, это связано с тем, что во время учебы в ВУЗе студенты испытывают повышенную нагрузку на центральную и вегетативную нервные системы при отсутствии адекватной физической нагрузки.

Причем, только женщины в 3,2% имели одновременно низкие показатели социальной адаптированности и вегетативной устойчивости

Выводы:

- Полученные нами результаты СА и ВУ у студентов с использованием двухфакторного опросника М. Гавлиновой, адаптированного к Российским условиям, могут быть использованы в качестве ориентировочных при индивидуальном определении этих показателей среди других групп молодежи.
- В процессе обучения студентов в ВУЗе изменения показателей СА и ВУ у мужчин и женщин в возрастном аспекте имеют определенные различия, которые необходимо учитывать при работе врача и клинического психолога с данной группой молодежи.

Литература:

- Ганузин В.М., Киселева А.В. Социальная адаптированность, вегетативная устойчивость и качество жизни подростков, обучающихся в сельской школе // "Юбилейные Сухаревские чтения". Научно-практическая конференция "Служба психического здоровья: качество полипрофессиональной помощи детям". Москва. М.: 2016. С. 27 – 28.
- Ганузин В. М., Ганузина Г. С., Организация врачебной профессиональной консультации школьников с отклонениями в состоянии здоровья. Поликлиника. – 2007; 1: 72 – 73.
- Дадаева О.Б., Ганузин В.М., Шубина Е.В., Голубятникова Е.В. Особенности вегетативной устойчивости у школьников в зависимости от социально-педагогических условий обучения и проживания. Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2016. №4. Публикация 7-6. URL: <http://www.medtsu.tula.ru/VNMT/Bulletin/E2016-4/7-6.pdf> (дата обращения: 12.02.2018).
- Марютина Т.М. Индивидуальная адаптируемость в транзитивном обществе // Психологические исследования. 2018. Т. 11, № 57. С. 1. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 09.04. 2018).
- Черная Н.Л., Ганузин В.М., Киселева А.В., Ермолина Е.А. Сравнительная характеристика вегетативной устойчивости и социальной адаптированности подростков, обучающихся в сельских и городских школах. Детская больница. 2009; 1: 33 – 37.
- Червинских Т.А., Колесникова М.Б., Наймушина Е.С., Жуйкова Г.В. Особенности социальной адаптированности и вегетативной устойчивости подростков с метаболическим синдромом. Казанский медицинский журнал. 2012; 4: 647 – 650.
- Руководство по амбулаторно-поликлинической педиатрии / Под ред. А. А. Баранова – М.: ГЭОТАР-Медиа; 2006. 608 с.