

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

И.Р. Абитов

Казань, ФГНУ ИППО РАО, КГМУ

Одной из важнейших проблем, связанных с профессиональной адаптацией молодых специалистов является проблема психологической саморегуляции. Это связано с многочисленными «переходными» ситуациями, в которые попадает выпускник ВУЗ при поиске и устройстве на работу, в процессе адаптации к профессиональной деятельности: переход от взаимоотношений студент – студент и студент – преподаватель к взаимоотношениям профессионал – профессионал, профессионал – клиент и исполнитель – руководитель, переход от учебной деятельности к трудовой. В этих условиях для эффективной адаптации к профессиональной деятельности и оптимального преодоления данных «переходных» ситуаций особое значение приоб-

ретают механизмы психологической саморегуляции. В психологии существует несколько определений психологической саморегуляции. В «Психологическом словаре» под редакцией В.П. Зинченко и Б.Г. Мещерякова даётся следующее определение «Психологическая саморегуляция в широком смысле – это один из уровней регуляции активности живых систем, для которого характерно использование психических средств отражения и моделирования реальности» [5].

Многими авторами отмечается роль механизмов психологической защиты в саморегуляции психических состояний и поведения. Также в последние годы одной из наиболее разрабатываемых проблем общей психологии является проблема совладания со стрессом. В 90-ые годы XX века В.Д. Менделевичем для понимания затруднений, возникающих в процессе преодоления стрессовых ситуаций людьми, страдающими невротическими расстройствами предложена категория антиципационной несостоятельности, которая в последующем разрабатывалась на примерах различных групп испытуемых.

На основе рассмотренных концепций и подходов мы выделяем 3 составляющие психологической саморегуляции: 1) механизмы психологической защиты; 2) стратегии совладания со стрессом (копинг-стратегии) и 3) механизмы антиципации (прогнозирования).

Материал и методы. Опираясь на предложенную иерархическую модель, мы провели исследование особенностей психологической саморегуляции студентов различных специальностей медицинского вуза. В исследовании участвовали студенты 2 курса очного отделения, обучающиеся по специальностям «социальная работа» (23 респондента) и «медико-профилактическое дело» (67 респондентов) в Казанском государственном медицинском университете. Общая выборка исследования составляет 90 респондентов.

При проведении исследования использовались следующие методики: 1) методика «Индекс жизненного стиля» Р. Плутчика (адаптация Л.И. Вассермана, О.Ф. Ерышева и Е.Б. Клубовой) [3]; 2) методика «Опросник способов совладания» (Р. Лазарус, адаптация Т.Л.Крюковой) [2]; 3) тест антиципационной состоятельности (В.Д. Менделевич) [1]. Для выявления особенностей адаптации к стрессовой ситуации мы использовали опросник «Шкала базисных убеждений» [4].

Результаты и их обсуждение. Результаты проведённого исследования позволяют нам сформулировать следующее:

1) психологическая саморегуляция в группе студентов факультета социальной работы реализуется на неосознаваемом подуровне психологического уровня с опорой на защитные механизмы вытеснение и регрессия;

2) психологическая саморегуляция в группе студентов медико-профилактического факультета носит более адаптивный характер, реализуется на осознаваемом подуровне психологического уровня с опорой на копинг-стратегии конфронтативный копинг и дистанцирование;

3) использование механизма психологической защиты отрицание и копинг-стратегий планирование решения проблемы и положительная переоценка повышают адаптационные возможности обеих групп испытуемых;

4) использование механизмов психологической защиты регрессия, проекция, замещение и копинг-стратегий принятие ответственности и бегство-избегание снижает адаптационные возможности обеих групп испытуемых и увеличивает риск дезадаптации;

5) в группе испытуемых, обучающихся по специальности «социальная работа» адаптационные возможности повышаются при использовании механизма психологической защиты интеллектуализация;

6) в группе испытуемых, обучающихся по специальности «медико-профилактическое дело» адаптационные возможности повышаются при использовании механизма психологической защиты реактивные образования и снижаются – при использовании копинг-стратегии конфронтативный копинг.

Список литературы

1. Абитов И.Р. Антиципационная состоятельность в структуре совладающего поведения (в норме и при психосоматических и невротических расстройствах): дис. канд. психол. наук, Казань, 2007. – 159 с.
2. Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы. Изд. 2-е, исправленное, дополненное – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. – 62 с.
3. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция). Учебное пособие. Казань, 2003. – 98 с.
4. Падун М.А., Котельникова А.В. Методика исследования базисных убеждений личности // Психологический журнал – 2011. – Т. 29, №4, с. 98–106.
5. Психологический словарь/ под ред. В.П. Зинченко и Б.Г. Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Педагогика-Пресс, 1998. – 440 с.