

*Материалы VII итоговой научно-практической конференции НОМУИС
23-25 мая 2022 года, г. Барнаул
Алтайский государственный медицинский университет*

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СТРЕСС И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ В КОНТЕКСТЕ КОВИДНЫХ ОГРАНИЧЕНИЙ

Алтайский государственный медицинский университет, г. Барнаул

Плетнёв Г.А., Юсупов П.Р.

PSYCHOLOGICAL STRESS AND COPING-STRATEGIES IN MEDICAL STUDENTS IN THE CONTEXT OF COVIDUAL LIMITATIONS

Altai State Medical University, Barnaul

Pletnev G.A., Yusupov P.R.

Актуальность. Последние два года страны, практически всего мира, активно борются с пандемией новой коронавирусной инфекции COVID-19 для того, чтобы хоть как-то замедлить её распространение. Методами такого сопротивления являются различного рода запреты и ограничения, что безусловно сказывается на адаптивных возможностях и психоэмоциональном состоянии людей. Во многих исследованиях чаще всего изучали триггеры стресса, такие как неопределённость в завтрашнем дне, одиночество от самоизоляции и вследствие этого недостаток общения, беспокойство за близких, тема смерти и смысла жизни [1, 5, 6]. В нашем исследовании мы акцентировали внимание на изучении копинг-стратегий в ситуации различного рода ограничений (COVID-19).

Целью исследования явилась попытка типологизации и выделения групп испытуемых с различным восприятием ситуации с пандемией коронавируса и уровнем психологического стресса у студентов медицинских специальностей.

Гипотезой исследования стало предположение о том, что высокий уровень психологического стресса и преобладание неконструктивных копинг – стратегий характерны для людей с тревожными и негативными ожиданиями в отношении ситуации с пандемией и ограничениями.

Методиками исследования выступили:

- 1) Методика переживаний стресса – «шкала психологического стресса PSM-25» [4];
- 2) Опросник «Копинг-стратегии» Р. Лазаруса, направленный на выявление предпочитаемых способов поведения человека в трудных жизненных ситуациях [3];
- 3) Шкала общей самооффективности [7];
- 4) Анкета «Отношение к текущей ситуации с ковид - пандемией и ограничениями» (авторская разработка).

Анализ данных реализован с помощью статистического пакета IBM SPSS v.22 с использованием корреляционного, кластерного анализ, непараметрического критерия сравнения средних (Kruskal – Wallis test).

Выборку составили 72 студента Алтайского государственного медицинского университета в возрасте от 17 до 32 лет.

Результаты первого этапа анализа данных исследования были представлены в предыдущих тезисах.

На первом этапе были получены значимые корреляционные связи (коэффициент корреляции Пирсона) между шкалой психологического стресса PSM-25, шкалой общей самооффективности (А. Бандура) и копинг-стратегиями (Р. Лазаруса). Обнаружились высокие значимые положительные корреляции между шкалой психологического стресса PSM-25 и копинг - стратегиями «бегство - избегание» ($r = 0,486$; $p = 0,001$), «принятие ответственности» ($r = 0,378$; $p = 0,003$), и одна значимая отрицательная корреляция с копинг-стратегией «планирование решения проблемы» ($r = - 0,245$; $p = 0,038$).

Вполне логично предположить, что психологический стресс связан с таким неконструктивным копингом как «бегство - избегание». В соответствии с данным копингом, человек мысленно и поведенчески стремится избежать проблемы, дистанцироваться от трудностей, что не может в перспективе вести к

снижению стресса. Значимая положительная корреляция между психологическим стрессом и копингом «принятием ответственности» не выглядит неожиданной, так как человек, «принимающий ответственность», признает свою роль (вину) в проблеме с сопутствующей темой попыток ее исправления [2].

Такое «принятие ответственности», в сочетании с высокими баллами по шкале стресса, может указывать выраженное, неадаптивное стремление переживать личную ответственность и вину за неблагоприятно складывающиеся обстоятельства.

Значимая отрицательная корреляция между копингом «планирование решения проблемы» и психологическим стрессом подтверждает известную сложность планирования деятельности и рационального поиска решений проблем, переживая высокий уровень психологического стресса.

Значимая отрицательная корреляция между психологическим стрессом и шкалой самооффективности ($r = -0,269$; $p = 0,022$) подтверждает ожидание, что человек, верящий в свои возможности, качества, ресурсы имеет больше шансов не оказаться в ситуации переживания выраженного стресса.

На втором этапе с помощью кластерного анализа (Ward method), примененного к данным анкеты, помогающей изучить отношение к текущей ситуации с ковид - пандемией и ограничениями, вся выборка испытуемых была разделена на три кластера. Сопоставление выделенных трех кластеров с пунктами анкеты, посредством критерия сравнения средних (Kruskal – Wallis test) позволил выявить содержательные различия трех подгрупп испытуемых.

Обобщая результаты второго этапа исследования, можно сказать, что первая группа испытуемых, переживая ситуацию с пандемией, риски заражения и напряжение от ограничений, чаще делает ставку на избегающую стратегию совладания, на переживание высокой ответственности и повышенного контроля за ситуацией. В отличие от первой группы, испытуемым третьей группы характерен более оптимистичный и уверенный стиль переживания всех трудностей, рисков и ограничений ковид пандемии.

Полный анализ и интерпретацию данных планируется реализовать на этапе курсового проекта.

Список литературы:

1. Жаворонкова А.А. Отношение студентов к вынужденной самоизоляции / А.А. Жаворонкова, И.И. Маркова // Вестник Воронежского института экономики и социального управления. – 2021. – № 3. – С. 47-50.
2. Исаева Е.Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. – СПб.: Издательство СПбГМУ, 2009. – 136 с.
3. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Журнал практического психолога. М., 2007. № 3 с. 93-112
4. Мандель Б.Р. М23 Психология стресса [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Б.Р. Мандель. – М.: ФЛИНТА, 2014. – 252 с.
5. Мохов В.А. Особенности переживания экзистенциального опыта и его связь с тревожностью в период пандемии COVID-19 / В.А. Мохов, С.Л. Бабушкина // Вестник РГГУ. Серия: Психология. Педагогика. Образование. – 2021. – № 4. – С. 24-40.
6. Тепанян С.А. Влияние пандемии COVID-19 на психологическое состояние населения / С. А. Тепанян // Научно-практические исследования. – 2020. – № 12-2(35). – С. 63-70.
7. Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В. Русская версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71-77.

Как цитировать:

Плетнёв Г.А., Юсупов П.Р. (2022). Психологический стресс и копинг-стратегии у студентов медицинских специальностей в контексте ковидных ограничений. Материалы VII итоговой научно-практической конференции НОМУИС, 23-25 мая 2022 года, г. Барнаул, Алтайский государственный медицинский университет. *Scientist*, 22 (4), 47-50.
