

PSIHOLOGIE CLINICĂ

ФЕНОМЕНОЛОГИЯ НАРУШЕНИЙ АДАПТАЦИИ У СТУДЕНТОВ
В УСЛОВИЯХ ДЛИТЕЛЬНОГО ПЛАВАНИЯ

FENOMENUL TULBURĂRILOR DE ADAPTARE LA STUDENȚII ÎN
CONDIȚII DE NAVIGARE PE TERMEN LUNG

THE PHENOMENON OF ADAPTATION DISORDERS IN STUDENTS
IN LONG-TERM SAILING CONDITIONS

Росина Петровна ШЕВЧЕНКО

кандидат психологических наук, доцент
Одесский национальный морской университет

УДК: 159.9

Ключевые слова: судно; плавательные специальности; психоэмоциональное состояние; нарушения адаптации; экстремальные условия.

Резюме

В статье проведен анализ особенностей нарушений адапционных возможностей человека в условиях длительного плавания. На базе проведенного исследования, на примере адаптации студентов высшего учебного заведения специальности морского и речного транспорта дана сравнительная характеристика особенностей нарушений адаптации у студентов младших курсов и студентов старших курсов, прошедших плав практику и побывавших в условиях длительного рейса (свыше 3 месяцев).

Cuvinte - cheie: navă; specialități de înot; starea psiho-emoțională; tulburări de adaptare; condiții extreme.

Rezumat

Articolul analizează caracteristicile tulburărilor de adaptare a omului în condițiile extreme a unei călătorii maritime pe un timp îndelungat. În baza studiului realizat, pe exemplul de adaptare a studenților universitari de la Facultatea de Transport Maritim și Fluvial, este prezentată caracteristicile tulburărilor de adaptare în plan comparativ a studenților din cursurile superioare și a celor din anul întâi care s-au aflat în larg în timpul practicii de specialitate (o perioadă de peste trei luni).

Keywords: ship; swimming specialties; psycho-emotional state; adjustment disorders; extreme conditions.

Summary

The article analyzes the characteristics of disorders of the adaptive abilities of a person in long-term sailing conditions. On the basis of the study, on the example of adaptation of university students from The Maritime and River Transport Faculty, a comparative characteristic is given of the characteristics of adaptation disorders in undergraduate and senior students who have completed floating practice and have been in a long voyage (over 3 months).

Актуальность исследования. Вопрос о нарушениях адаптации, а так же генезисе, причинах нарушений адаптационного потенциала человека вызывает научный интерес у специалистов различного профиля: психологов, психиатров, невропатологов, социологов и т.д. [1,2,3]. Необходимость изучения вопроса в распространенности нарушений адаптации, последствия, к которым приводят нарушения адаптации, связаны с временной или постоянной утратой полноценной трудоспособности, снижение качества жизни, утрата общего положительного тонуса субъекта с нарушением адаптации

Особо уязвимой категорией в этой связи являются моряки, работа которых по объективным причинам связана с длительным пребыванием в экстремальных для психофизиологии человека условиях, таких как: разлука с родными и близкими, вахтовый метод работы, смена климатических условий, работа при повышенном шумовом фоне, загрязненном воздухе, резкой сменой температурного режима и т.д.

Вопросы о качестве жизни, сохранении здоровья являются важной составляющей профессии моряка, они решаются не только на уровне страны, но и законодательно утверждены Международными конвенциями [4,5]. *Необходимость удовлетворительных условий работы, своевременной медицинской помощи для моряков объективны в*

силу психоэмоциональной, физической сложности данной работы [6,7].

В особом внимании, в связи с вышеизложенным, нуждаются студенты специальностей морского и речного транспорта, в силу того, что в ходе плав практики, находясь в длительном рейсе, испытывают усиленную нагрузку на собственное психоэмоциональное и физическое состояние. Это с одной стороны классические проблемы адаптации, возникающие в юношеском возрасте [8], с другой психофизиологическая нагрузка, связанная с пребыванием студента в условиях плав практики, длительного рейса.

Проблема диагностики нарушений адаптации у студентов высших учебных заведений (ВУЗов) специальности морского и речного транспорта обозначена рядом факторов:

- необходимостью выявления прогностических значимых факторов формирования патопсихологических механизмов нарушений адаптации доклинического этапа;

- разработкой критериев ранней клинико-патопсихологической диагностики нарушений адаптации, в том числе, для разграничения от других психических нарушений предельного спектра;

- необходимостью объективной оценки степени тяжести состояния и раннего прогноза для определения мишенной психологической коррекции.

Построение прогностических моде-

лей различных форм нарушений адаптации, выявление их до манифестных предикторов невозможно без четкого дифференцирования отдельных составляющих.

Таким образом, исследование особенностей нарушений адаптации у студентов ВУЗов специальностей морского и речного транспорта является важным вопросом в механизме освоения студентом избранной специальности, имеющим влияние на социальный, психоэмоциональный аспекты освоения студентом будущей профессии.

Результаты исследования. В условиях пребывания студентов в условиях обучения в высшем учебном заведении и после прохождения плавпрактики свыше 3 месяцев, связанное с пребыванием

лица обозначенной исследовательской группы в условиях длительного рейса, стали критерием деления на подгруппы исследования (табл. 1).

При анализе характера жалоб и симптомов, которые возникали у обследованных, отмечалось их разнонаправленность и их соответствие различным уровням нарушений в различных сферах.

Так, регистрировались жалобы в виде быстрой усталости после умственной работы; слабость после минимальных физических усилий, ощущение истощения, сердцебиение, потливость, похолодание конечностей, головные боли, нарушения сна, аритмии при волнении, нарушение ритма дыхания, одышка, нехватка воздуха, желудочно-кишечные расстройства, тошнота.

Таблица 1.

Распределение жалоб у студентов ВУЗов специальностей морского и речного транспорта в периоды «до» и «после» прохождения плавпрактики

жалобы	группа 1, (n=46)		группа 2, (n=58)		критерий φ
	Абс. число	%	Абс. число	%	
<i>Вегетативного регистра</i>					
головокружение	5	11.62	12	20.68	1.37
желудочно-кишечные расстройства	6	13.95	19	32.75	* 2.44
<i>Сенсомоторного регистра</i>					
чувство внутреннего напряжения	5	10.86	24	41.37	** 3.67
мышечное напряжение	9	20.93	18	31.03	1.33
мышечные боли	3	6.97	7	12.06	0.98
ощущение «ком в горле»	2	4.65	8	13.79	
<i>Аффективного регистра</i>					
раздражительность	23	53.48	41	70.68	* 2.16
пониженный фон настроения	19	44.18	16	27.58	1.46

подавленность	14	32.55	21	36.20	0.62
трудности самоконтроля	13	30.23	14	24.13	0.48
ощущение грусти, тоски	7	16.27	15	25.86	1.15
немотивированное беспокойство	21		24	41.37	0.44
разного рода страхи	14	32.55	17	29.31	0.12
периоды нетерпимости к себе	7	16.27	8	13.79	0.20
навязчивые воспоминания пережитого	11	25.58	19	32.75	1.00
навязчивые мысли и опасения	9	20.93	14	24.13	0.55
<u>Индикаторного регистра</u>					
быстрая утомляемость после умственной работы	7	16.27	19	32.75	* 2.12
состояния растерянности	4	9.30	9	15.51	1.06
истощаемость внимания	14	32.55	21	36.20	0.62
нарушение запоминания	19	44.18	27	46.55	0.54

*Примечание: * - разница показателей группы 1 показателями группы 2 по критерию ϕ - угловое преобразование Фишера достоверно ($p\phi < 0,05$)*

Полученные результаты по анализу жалоб у студентов высших учебных заведений специальности морского и речного транспорта имели достоверные различия по частоте проявления в группах исследования.

В группе 2, в которую вошли студенты ВУЗов специальности морского и речного транспорта, прошедших плавпрактику наблюдались чаще жалобы сенсомоторного и индикаторного регистра.

Исследованные отмечали следующие жалобы сенсомоторного регистра: чувство внутреннего напряжения в 41.37% (при $p\phi < 0,05$), при этом требуется отметить, что мышечное напряжение отметили 31.03% из числа исследованных, боль в мышцах у 12.06% исследованных.

Наличие данного регистра жалоб у студентов высших учебных заведений специальности морского и речного транспорта свидетельствует о формировании расстройств невротического спектра. В беседе студенты, обнаружившие данные показатели, указывали на продолжительность ощущения вышеупомянутых жалоб, что, безусловно, отражается на их психоэмоциональном состоянии.

Это в свою очередь приводит к снижению эмоционального контроля, повышенной чувствительности к личностно значимым событиям, проявляются в виде агрессии или обиды.

Относительно индикаторного регистра жалоб у студентов группы 2 высших учебных заведений специальности морского и речного транспорта, наблюдалось у 32.75% (при $p\phi < 0,05$)

исследованных, быстрая усталость после умственной деятельности, у 15.51% исследованных ощущение растерянности, у 36.2% исследованных ощущение повышенного истощения внимания.

Таким образом, быстрое снижение работоспособности студентов высших учебных заведений специальности морского и речного транспорта повышают чувство боли и напряжения, т.е. сенсомоторные проявления.

При сравнении данных по удельному весу частоты и характера жалоб у студентов ВУЗов специальности морского и речного транспорта были получены достоверные различия показателей группы 2, куда вошли студенты старших курсов, прошедших плав практику в сравнении с показателями группы 1, куда вошли студенты младших курсов.

Для группы 2 достоверно более характерны жалобы аффективного регистра, которые проявлялись: у 29.31% исследованных разного рода страхов (за свое здоровье, за членов семьи, за выполнение профессиональных задач, взаимоотношений с коллегами по рейсу), у 41.37% исследованных данной группы присутствовало немотивированное чувство тревоги, у 25.86% исследованных присутствует депрессивная симптоматика в виде ощущения грусти и тоски, у 27.58% исследованных постоянное чувство пониженного фона настроения, у 36.20% исследованных присутствует чувство подавленности, 24.13% жаловались на трудности самоконтроля, 13.79% исследованных указали на присутствие аутоагрессивных проявлений к своей личности (ощущения никчемности, обвинения себя, раздражительность по отношению к себе).

В особом внимании нуждается характеристика «раздражительность». 70.68% (при $p < 0,05$) из числа исследованных 2 группы, куда вошли студенты ВУЗа специальности морского и речного транспорта старших курсов, прошедших плав практику, отметили наличие проблем повышенного уровня раздражительности в сравнении со студентами младших курсов в выделенной диагностической позиции.

Жалобы вегетативного регистра присутствовали в обеих группах исследования, однако, в группе 1, куда вошли студенты младших курсов были обнаружены меньшее количество жалоб соматического характера: на головокружение, нарушения в работе желудочно-кишечного тракта в сравнении со студентами старших курсов специальности морского и речного транспорта, прошедших плав практику.

Студенты исследованных группы 2 - 20.68% обозначили жалобы на головокружение. В особом внимании нуждаются данные, согласно которым 32.75 % (при $p < 0,05$) из числа исследованных группы 2 достоверно чаще высказывали жалобы на работу органов желудочно-кишечного тракта.

Достоверные различия между показателями в группах указывают на различия нарушений адаптации в зависимости от пребывания студентов высших учебных заведений в длительных плав практиках, связанных со сменой образа жизни, изменением рациона питания, суточного ритма работы и пр.

Проведенный анализ патопсихологической симптоматики, обнаруженный у студентов высших учебных заведений специальности морского и речного транспорта, позволил сформировать картину нарушений адапта-

ционных возможностей, определить совокупность симптомов, объединенных общим патогенезом.

На базе выделенных психологических факторов исследованные были распре-

делены согласно обнаруженной симптоматики, в соответствующие группы: астено-невротическая, астено-тревожная, астено-депрессивная и тревожно-депрессивная, тревожно-фобическая (таб. 2).

Таблица 2

Распределение групп нарушений адаптации у студентов ВУЗа специальности морского и речного транспорта

Синдромы	группа 1 (n=46)		группа 2 (n=58)		критерии φ
	Абс. число.	%	Абс. число	%	
Астено-невротический	4	8.69	16	27.58	*2.56
Астено-тревожный	6	13.04	14	24.13	1.45
Астено-депрессивный	3	6.52	8	13.79	1.24
Тревожно-депрессивный	2	4.34	4	6.89	0.57
Тревожно-фобический	3	6.52	11	18.96	*1.95

*Примечание: *- разница показателей группы исследования 1 от показателей группы исследования 2 по критерию φ – угловое преобразование Фишера достоверно (рφ < 0,05)*

В представленной таблице отражены достоверные различия в особенностях нарушения адаптации у студентов ВУЗов специальностей морского и речного транспорта в зависимости от пребывания в условиях длительного рейса.

Первую группу согласно данных таблицы 2. Распределения групп нарушений адаптации у студентов ВУЗа специальности морского и речного транспорта «астено-невротический синдром» составили 8.69 % из числа студентов младших курсов и 27.58 % человек из числа студентов старших курсов, прошедших плав практику. Данные исследованные обнаружили некоторые статистически подтвержденные (при рφ < 0,05) характеристики состояния невроза, проявляющиеся в повышенной раздражительности, утомляемости. Описывая свое состояние, исследованные студенты отмечали, что не способны к длительно-

му умственному и физическому напряжению. Подобные состояния, согласно научной литературы [3], проявляются при наложении психической травмы, перенесенной субъектом, на чрезмерное напряжение, которое в нашем исследовании связано с пребыванием в условиях длительного рейса. Вахтовый метод работы, нагрузки на физиологическое состояние исследованного, связанное с системным недосыпание, отсутствием возможности полноценно отдохнуть, расслабиться «как дома» и т. п.). Следует отметить, что возникновению и развитию описанных состояний способствуют вредные привычки, связанные с употреблением алкоголя, курения, а так же периоды затяжных, состояний перевозбуждения, связанных с тяжелой физической работой, пребыванием в машинном зале с высоким уровнем шумового фона, неудовлетворенное половое

возбуждение и т.д.

Характеристика «астено-тревожный синдром» набрала в результате проведенного исследования 13.04 % из числа студентов младших курсов и 24.13 % человек из числа студентов старших курсов, прошедших плав практику. Психологическое состояние исследованной описываемой категории отличается повышенной возбудимостью, склонностью к беспокойству по незначительным поводам. Отмечают, что такой способ реагирования приводит в ряде случаев к росту количества конфликтов с окружающими. Исследованные студенты имели в своем состоянии склонность реагировать повышенной возбудимостью в ответ на шум, слишком громкое, по их мнению, общение окружающих и пр. Переживаемое состояние приводит к быстрой утомляемости, неспособности к длительным нагрузкам психоэмоционального, физического содержания.

Характеристика «астено-депрессивный синдром» была выявлена у 6.52% исследованных из числа студентов младших курсов и у 13.79% студентов из числа старших курсов, прошедших плавпрактику. Полученные данные сигнализируют о том, что данные исследованные часто переживают снижение интереса к собственной жизни, испытывают затруднения при решении ежедневных бытовых вопросов. Состояние характеризуется как затянувшееся состояние усталости со снижением общего жизненного тонуса, нежеланием субъекта что-либо планировать, активно участвовать в происходящем вокруг. Общую картину состояния отягощает необходимость пребывания студентов в сложных психоэмоционального давления, а так же физических нагрузок

условия длительного рейса.

Характеристика «тревожно-депрессивный синдром» была обнаружена у 4.34% из числа обследованных младших курсов и у 6.89% из числа исследованных старших курсов студентов ВУЗа специальности морского и речного транспорта.

Студенты описываемой группы обнаруживали в своем состоянии чувства тревоги, тоски. Выражали недовольство сложившимися жизненными обстоятельствами. Рассказывая о себе, высказывали чувство вины, не всегда адекватно отражающее действительное положение дел. Отмечали слабость, быструю утомляемость, в ряде случаев нарушения сна.

Характеристика «тревожно-фобический синдром» была выявлена у 6.52% исследованных из числа студентов младших курсов и у 18.96% студентов из числа старших курсов, прошедших плавпрактику. Обнаруженное состояние характеризуется наличием статистически подтвержденных (при $p < 0,05$) в состоянии субъекта необоснованных страхов. В ряде случаев исследованные указывали на определенный дефицит эмоционального тепла, который в свою очередь формировал дополнительную базу для развития тревожного, неуверенного в себе состояния.

Выводы. Проведенное исследование свидетельствует о наличии ряда особенностей нарушений адаптации у студентов высших учебных заведений специальностей морского и речного транспорта. Студенты младших курсов испытывали достоверно реже, чем студенты старших курсов, прошедших плавпрактику (находились в рейсе свыше 3 месяцев) имели чувство вну-

треннего напряжения, быструю утомляемость вследствие умственной деятельности, наличие повышенного уровня раздражительности (при $p < 0,05$), достоверно чаще высказывали жалобы на работу органов желудочно-кишечного тракта.

В результате исследования студенты были распределены в соответствующие группы: астено-невротическую, астено-тревожную, астено-депрессивную и тревожно-депрессивную, тревожно-фобическую, из которых достоверно большее количество студентов старшего курса, после прохождения плавпрактики набрали рубрики «астено-невротический синдром», «тревожно-фобический синдром» (при $p < 0,05$).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о необходимости более углубленного изучения вопроса о влиянии длительного пребывания студентов высших учебных заведений в условиях рейса на особенности переживаемых ими в этой связи нарушений адаптации. Обнаруженные взаимосвязи психоэмоциональных особенностей исследованных и развивающихся именно у них нарушений адаптационных возможностей в социальном, психоэмоциональном аспектах откроют возможности разработки направленных психокоррекционных методов работы.

Список литературы

1. Летникова З. В., Колпаков А. В. Основные клинические психической дезадаптации в позднем возрасте и способы их коррекции у лиц в условиях центра социального обслуживания. Пособие для врачей 2003.

2. Психиатрия: Учебное пособие для студентов медицинских вузов (под ред. Самохвалова В. П.) Ростов: Феникс, 2002.

3. Положий Б. С. Психическое здоровье и социальное состояние общества // Социокультуральные проблемы современной психиатрии (Материалы 8 научных Керкивских чтений). - М., 1994 - С. 88-94.

4. Конвенция №164 Международной организации труда «О здравоохранении и медицинском обслуживании моряков» (Принята в г. Женеве 08.10.1987 на 74-ой сессии Генеральной конференции МОТ) [Электронный ресурс] // <https://www.lawmix.ru/abro/10922>

5. Про затвердження Положення про звання осіб командного складу морських суден та порядок їх присвоєння (Міністерство Інфраструктури України, наказ 07.08.2013 № 567, Зареєстровано в Міністерстві юстиції України 23 серпня 2013 р. за № 1466/23998) [Електронний ресурс] // <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1466-13>

6. Рымина Т. Н. Особенности воздействия стресса на работников плавсостава в условиях работы на море / Т. Н. Рымина, Е. В. Пятыхова // Здоровье. Медицинская экология. Наука. - 2014. - № 4 (58). - С. 103-105

7. Криворотько А. С. Психологические особенности переживания одиночества моряками дальнего плавания / А. С. Криворотько // Психопедагогика в правоохранительных органах. - 2013. - № 3 (54). - С. 71-75

8. Нефедовская Л. В. Состояние и проблемы здоровья студенческой молодежи. М., 2007, 189 с.

Primit la redacție 06.02.2019