

типа, можно оценить как низкий, что даёт основание говорить не о собственно агрессии, а, скорее, о стремлении к доминированию, получению «острых ощущений».

По параметру «застенчивость» фиксируются величины, приближающиеся к высоким ($M=4,60$ при $\sigma=2,50$), что делает реальным предположение о наличии трудностей в принятии решений, нерешительности и тревожности, склонности к реакциям в форме стресса, протекающего по пассивно-оборонительному типу, замкнутости.

Достаточно высокие значения по шкале «эмоциональная лабильность» ($M=6,83$ при $\sigma=3,20$) могут указывать на тонкое восприятие окружающего, повышенную чувствительность и ранимость, что в свою очередь может провоцировать проявление подозрительности, эмоциональной неустойчивости.

Сказанное, конечно, не означает, что у респондентов, входящих в группу с внешним типом академической мотивации, нет никаких положительных личностных качеств.

ВЫВОДЫ

Исследование позволило установить большую выраженность внутренней академической мотивации студентов в сравнении с внешней, а также выявить ряд личностных факторов, оказывающих существенное влияние на академическую мотивацию, среди которых как зафиксированы как положительные, так и отрицательные показатели, рассмотрены личностные особенности, присущие субъектам с разным типом академической мотивации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Малошонок Н. Г. Учебная мотивация студентов российских вузов: возможности теоретического осмысления / Н. Г. Малошонок // Вопросы образования. – 2015. – № 3. – С. 92–121.
2. Семенова Т.В. Теоретико-методологические подходы к изучению учебной мотивации: комплексный взгляд / Т.В. Семенова // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2015. – № 6. – С. 185–194.
3. Гордеева Т.О. Мотивация: новые подходы, диагностика, практические рекомендации / Т.О. Гордеева // Сибирский психологический журнал. – 2016. – № 62. – С. 38–53.
4. Гордеева Т.О. Опросник «Шкалы академической мотивации» / Т.О. Гордеева // Психологический журнал. – 2014. – № 4. – С. 96–107.

REFERENCES

1. Maloshonok N. G. (2015), "Educational motivation of students of Russian universities: possibilities of theoretical understanding", *Educational studies*, No.3, pp. 92–121.
2. Semenova T. V. (2015), "Theoretical and methodological approaches to the study of educational motivation: a comprehensive view", *Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal (Public Opinion Monitoring)*, No. 6, pp. 185–194.
3. Gordeeva T.O. (2016), "Motivation: new approaches, diagnostics, practical recommendations", *Siberian Journal of Psychology*, No. 62, pp. 38–53.
4. Gordeeva, T.O. (2014) "Questionnaire "Scales of academic motivation"", *Psychological Journal*, No.4, pp. 96–107.

Контактная информация: let01@mail.ru

Статья поступила в редакцию 27.04.2023

УДК 159.9.072

ОЦЕНКА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И БЛАГОПОЛУЧИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Светлана Анатольевна Филиппова, кандидат психологических наук, доцент, Наталия Анатольевна Степанова, кандидат психологических наук, доцент, декан, Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого, Тула

Аннотация

Поддержание психического здоровья и благополучия студентов – актуальная задача психологической службы вуза. В ряду нарушений психического здоровья основную проблему представляют депрессивные расстройства различного генеза. Цель исследования заключается в оценке уровня психического здоровья и психологического благополучия учащихся посредством мониторинга, позволяющего своевременно выявлять возможные риски. Методика и организация исследования. Для решения указанных задач был проведен диагностический срез с использованием теста SCL-90. В исследовании приняли участие 1363 студента разных факультетов гуманитарного вуза, из них 1069 девушки, 294 юноши в возрасте 17–24 года (медианное значение – 19 лет). Выводы. Уровень психологического благополучия большей части обследованной молодежи можно, в целом, охарактеризовать как соответствующий нормативным показателям. Состояния психологического неблагополучия варьируются от состояний легкой обеспокоенности разного рода ситуативными жизненными проблемами, до состояний, требующих врачебной помощи. Социальный статус может служить как сдерживающим фактором (как в случае наличия семьи), так и фактором риска (как в случае с хроническими заболеваниями и пр.) в формировании депрессивных тенденций.

Ключевые слова: психическое здоровье, психологическое благополучие, студенты, психологическая служба.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p537-541

MENTAL HEALTH AND WELL-BEING OF STUDENTS

Svetlana Anatolyevna Filippova, the candidate of psychological sciences, docent, Natalia Anatolyevna Stepanova, the candidate of psychological sciences, docent, Dean, Tula State Lev Tolstoy Pedagogical University, Tula

Abstract

Maintaining the mental health and well-being of students is an urgent task of the psychological service of the university. In a number of mental health disorders, depressive disorders of various origins represent the main problem. The purpose of the study is to assess the level of mental health and psychological well-being of students through monitoring, which allows timely identification of possible risks. Methodology and organization of the study. To solve these problems, a diagnostic cut was carried out using the SCL-90 test. The study involved 1363 students from various faculties of a humanitarian university, of which 1069 were girls, 294 were boys aged 17–24 years (median value - 19 years). Conclusions. The level of psychological well-being of the majority of the surveyed youth can, in general, be characterized as corresponding to the normative indicators. The states of psychological distress range from states of mild anxiety about various situational life problems to states requiring medical assistance. Social status can serve as both a deterrent (as in the case of having a family) and a risk factor (as in the case of chronic diseases, etc.) in the formation of depressive tendencies.

Keywords: mental health, psychological well-being, students, psychological service.

ВВЕДЕНИЕ

Оценка состояния психического здоровья и благополучия студентов, его поддержание и своевременная профилактика рисков является актуальной задачей психологической службы вуза. Современные психологические и клинические исследования показывают рост проявлений неблагополучия в аффективной сфере, в первую очередь, неблагополучную статистику тревожных и депрессивных расстройств. Балабаев Д.Н., Ермекбай А.Д. и др. указывают: «Возрастающая актуальность проблемы депрессий, обусловленная их распространённостью, объясняется существенным влиянием болезни на качество жизни и социальное функционирование человека, а также наибольшим среди психических расстройств уровнем вызванных ими суицидов» [3, С. 137]. Основным фактором развития депрессии является наследственность, однако необходимо принимать во внимание и социогенные причины возникновения суицидальных рисков. На них указывают, в частности, Абдуллаева В.К., Бабарахимова С.Б., выделяя в структуре причин суицидогенных конфликтов у подростков внутрисемейное неблагополучие, неблагополучие в

образовательной среде (буллинг), тяжелые эмоциональные переживания на почве неразделенной любви [1, С. 22]. На социогенный контекст развития депрессивных расстройств также указывают Алтынпара А.И., Плотникова М.А., отмечающих, что «... психоэмоциональное воспитание и общая обстановка в семье безусловно влияет на возникновение расстройств аффективного спектра» [2, С. 705]. Разные исследователи и специалисты, имеющие опыт работы в психологических службах вузов, показывают различную картину причин обращений студентов за психологической помощью. Например, Савинков С.Н., Козырева В.В. в своей статистике причин обращений оперируют категориями «эмоционально-волевая сфера», «мотивы учебной деятельности», «самооценка» [4, С. 60], при этом, такого рода проблемы могут быть детерминированы различными причинами, в том числе, нарушениями психического здоровья (тревогой, депрессией).

Собственные данные автора показывают, что среди причин обращений за психологической помощью не редки случаи, когда итогом консультации является рекомендация о посещении врача. Таким образом, задачи профилактики рисков, связанных с психическим здоровьем и благополучием студентов, должны решаться системно, с опорой на показатели психического здоровья при учете социогенных факторов неблагополучия.

Цель исследования: оценка психического здоровья и благополучия студенческой молодежи, склонности к депрессивности и суицидальным мыслям.

Задачи исследования: выявление обобщенных показателей психологического благополучия молодежи; выявление студентов, склонных к депрессивным состояниям с целью оценки суицидальных рисков и осуществления своевременной профилактики; формирование группы риска из числа лиц, имеющих определенный социальный статус.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Использованный инструментарий: онлайн-тестирование при помощи теста SCL-90; направлен на выявление и оценку психологического здоровья и благополучия. Результаты позволяют оценить, как собственное психологическое состояние переживается самим человеком: беспокоит или не беспокоит, какие сферы являются проблемной зоной.

Исследование проводилось на студенческой выборке в 2022-2023 годах.

Характеристики выборки: №=1363, из них юноши – 294, девушки – 1069 в возрасте 17–24 года (медианное значение – 19 лет).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Используемый диагностический инструмент включает шкалы: соматизация, обсессивно-компульсивные реакции, межличностная сензитивность, депрессия, тревожность, враждебность, фобическая тревожность, паранойяльность, психотизм, а также индексы.

Шкала «депрессивность» включала помимо прочих вопрос: насколько часто, включая последние несколько дней, вас беспокоили мысли о том, чтобы покончить с собой. Исследование показало, что обеспокоенность мыслями о суициде среди обследованной молодежи не является массовой, однако представляет серьезную проблему для примерно 30–40 человек из 1000. Результаты по шкале «депрессивность», а также по шкале «тревожность» и индексам методики показывают сходную картину (таблица 1).

Таблица 1 – Общая картина психологического благополучия молодежи на примере двух шкал

Параметры значений	Шкалы	
	Депрессивность	Тревожность
Нормативные значения	0,62	0,47
Значения по выборке (медианные)	0,62	0,50

Данные показывают благополучную, в целом, картину субъективного психологического благополучия молодежи: значительная часть обследованных, в целом, не испытывает переживаний по поводу различных проявлений своего психологического состояния,

симптомы, если они имеются, не воспринимаются как сильно беспокоящие, однако, часть студентов склонны отмечать у себя различные симптомы психологического неблагополучия (тревоги и депрессивности) и испытывать сильное беспокойство по этому поводу.

Социальный портрет молодежи, принявшей участие в исследовании, позволил детализировать картину психологического благополучия, связать ее с другими параметрами (таблица 2).

Таблица 2 – Соотношение уровней психологического благополучия у молодежи с разным социальным статусом

Социальный статус	Ур. психологич. благополучия, кол-во чел. (n=1363)	
	Высокий	Низкий
Неполная семья	83*	205
Многодетная семья	37*	71
Наличие инвалидности или хронического заболевания	8*	51
Наличие семьи и детей	30	38
Без попечения родителей	13*	27
Малообеспеченная семья	7*	18
Примечание: * – достоверно значимые различия по z-тесту (критерию Фишера, $p=0,05$).		

Полученные данные показывают: студенты, имеющие социальный статус (из числа примененных для анализа) чаще демонстрируют проявления психологического неблагополучия, нежели проявления благополучия. Исключение составляют только взрослые студенты, имеющие собственную семью и детей.

Использованная форма диагностической работы (диагностический срез) не позволяет выявить причины беспокоящих состояний, не позволяет прогнозировать динамику состояния. Работа, проведенная по итогам мониторинга, позволила выявить следующие причины депрессивности и суицидальных мыслей среди молодежи: кризисные состояния, обусловленные потерей близкого, диагностированная депрессия (диагноз поставлен врачом), недиагностированная депрессия, тяжелое состояние здоровья (хронические боли), недиагностированные расстройства личности.

ВЫВОДЫ

- Уровень психологического благополучия большей части обследованной молодежи можно, в целом, охарактеризовать как соответствующий нормативным показателям;
- состояния психологического неблагополучия варьируются в широком диапазоне: от состояний легкой обеспокоенности разного рода ситуативными жизненными проблемами, до состояний, требующих врачебной помощи (эта часть выборки нуждается в клинической диагностике);
- незначительная часть молодежи (около 30 человек на 1000) имеет склонность к депрессивным состояниям, как ситуативным, так и хроническим;
- социальный статус, вероятно, может служить как сдерживающим фактором (как в случае наличия семьи), так и фактором риска (как в случае с хроническими заболеваниями и пр.) в формировании депрессивных тенденций.

Кроме того, является целесообразной диагностическая работа, направленная на оценку состояния образовательной среды – определение уровня ее безопасности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абдуллаева В.К. Особенности депрессивных расстройств у подростков с суицидальными тенденциями / В.К. Абдуллаева, С.Б. Бабарахимова // Актуальные проблемы теоретической и клинической медицины. – 2022. – № 2. – С. 19–24.
2. Алтынпара А.И., Плотникова М.А. Семейный контекст развития депрессивных расстройств / А.И. Алтынпара, М.А. Плотникова // FORCIPE. – 2020. – № 3. – С. 704–705.
3. Балабаев Д.Н., Ермекбай А.Д., Шаяхметова М.К. Распространенность депрессивных расстройств в структуре различных нозологических форм психических и поведенческих расстройств /

Д.Н. Балабаев, А.Д. Еремекбай, М.К. Шаяхметова // Вестник науки. – 2020. – № 2 (23). – С. 136–142.

4. Савинков С.Н., Козырева В.В. Адаптированность к обучению в вузе и основных потребностях студентов в получении психологической помощи / С.Н. Савинков, В.В. Козырева // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. – 2021. – № 199. – С. 58–66.

REFERENCES

1. Abdullaeva, V.K. and Babarakhimova, S.B. (2022), "Features of depressive disorders in adolescents with suicidal tendencies", *Journal Actual problems of theoretical and clinical medicine*, No. 2, pp. 19–24.

2. Altynpara, A.I. and Plotnikova, M.A. (2020), "Family context of development of depressive disorders", *Journal FORCIPE*, No. 3, pp. 704–705.

3. Balabaev, D.N., Ermekbay, A.D. and Shayakhmetova, M.K. (2020), "The prevalence of depressive disorders in the structure of various nosological forms of mental and behavioral disorders", *Journal Vestnik nauki*. No. 2, (23), pp. 136–142.

4. Savinkov, S.N. and Kozyreva, V.V. (2021), "Adaptation to learning at the university and the basic needs of students in obtaining psychological assistance", *Journal Izvestiya RGPU im. A. I. Herzen*. No. 199. pp. 58–66.

Контактная информация: wega-04@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.05.2023

УДК 159.9.072.43

ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В РОССИЙСКИХ ВУЗАХ (НА ПРИМЕРЕ ВУЗОВ ЧЕЛЯБИНСКА)

Яро Абубакар, аспирант, специалист по работе с иностранными гражданами, Южно-Уральский государственный университет, Челябинск

Аннотация

В статье проводится анализ проблем, с которыми сталкиваются иностранные студенты, приезжая учиться в Россию. Автор углубляется в проблемы, возникающие в процессе адаптации иностранных студентов на начальном этапе обучений. На основе анализа современной литературы автор рассматривает сущность и содержание термина «адаптация». На базе анкетного опроса проводится исследование по выявлению проблем иностранных студентов, связанных с жизнедеятельностью, обучением, освоением культуры и динамикой менталитета. На основе анализа результатов исследования определены круг причин приезда на обучение в Россию и выявлены основные трудности адаптационного процесса.

Ключевые слова: адаптация; иностранные студенты; анкетный опрос; языковой барьер; социально-психологическая адаптация; личностные качества.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.05.p541-545

PROBLEMS OF ADAPTATION OF FOREIGN STUDENTS TO STUDYING IN RUSSIAN UNIVERSITIES (BY THE EXAMPLE OF UNIVERSITIES OF THE CHELYABINSK)

Yaro Aboubakar, the post-graduate student, specialist of international student support department, South Ural State University, Chelyabinsk

Abstract

The article reveals a thorough analysis the problems that foreign students face when they come to study in Russia. The author delves into the problems that arise in the process of adaptation of foreign students at the initial stage of education. Based on literary analysis, the author examines the essence and content of the term "adaptation". Based on a survey, a research was conducted to identify some of the problems of foreign students in relation to activities of life, learning, cultural development and dynamics of mentality. Based on the analysis of the results of the research, it is possible to determine the circle of reasons for coming