

ОЦЕНКА ТРЕВОЖНОГО СОСТОЯНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ГОМЕЛЬСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА НА ОСНОВЕ ТЕСТА СПИЛБЕРГА

Клиш Давид Викторович

студент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

Игнатьева Александра Викторовна

студент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

Провалинский Александр Владимирович

научный руководитель, старший преподаватель кафедры нормальной и патологической физиологии, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

Введение

В опросник (тест Спилберга) входит 40 высказываний 20 из которых определяют состояние ситуативной тревожности и 20 высказываний, которые определяют состояние личностной тревожности.

Опрашиваемым предоставляется инструкция к ответам:

Прочитайте внимательно каждое из приведенных далее высказываний.

1. На вопросы с 1 по 20 отвечайте в зависимости от вашего состояния в данный момент.
2. На вопросы с 21 по 40 отвечайте в зависимости от вашего обычного самочувствия.
3. Правильных или неправильных ответов в тесте нет, поэтому долго не задумывайтесь над вариантами ответов (считается, что первая ваша мысль после прочтения высказывания является истиной).

Под ситуативной (реактивной) тревожностью понимается состояние человека связанное с субъективно переживаемыми эмоциями: озабоченностью, беспокойством, нервозностью, напряжением и др. Данное состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации. Поэтому, показатель ситуативной тревожности позволяет оценить не только уровень настоящей тревоги (тревоги на данный момент) испытуемого, но и определить, находится ли он в стрессовой ситуации и какова интенсивность этого воздействия на него.

Личностная тревожность является конституциональной чертой каждого человека, которая характеризует склонность индивидуума воспринимать достаточно широкий «спектр» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Личностная тревожность активизируется при восприятии определенных стимулов, которые расцениваются человеком как опасные для его личностного статуса (самооценка, самоуважение). При высокой личностной тревожности каждая из этих ситуаций будет обладать стрессовым воздействием на субъекта и вызывать у него выраженную тревогу. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

КАК ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ В ДАННЫЙ МОМЕНТ		Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я испытываю сожаление	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я чувствую себя отдохнувшим	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4
17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

Рисунок 1. Бланк вопросов теста Спилберга (вопросы 1-20)

КАК ВЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ ОБЫЧНО		Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
21	Я испытываю удовольствие	1	2	3	4
22	Я обычно быстро устаю	1	2	3	4
23	Я легко могу заплакать	1	2	3	4
24	Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие	1	2	3	4
25	Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения	1	2	3	4
26	Обычно я чувствую себя бодрым	1	2	3	4
27	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
28	Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня	1	2	3	4
29	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
30	Я вполне счастлив	1	2	3	4
31	Я принимаю все слишком близко к сердцу	1	2	3	4
32	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
33	Обычно я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
34	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
35	У меня бывает хандра	1	2	3	4
36	Я доволен	1	2	3	4
37	Всеякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
38	Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть	1	2	3	4
39	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
40	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Рисунок 2. Бланк вопросов теста Спилберга (вопросы 21-40)

Индекс тревожности высчитывается в зависимости от выбранного ответа. Показатели:

- <34 баллов – Низкий уровень тревожности;
- 35-44 баллов (включительно) – Средний (умеренный) уровень тревожности;
- 45-60 баллов (включительно) – Высокий уровень тревожности;
- >60 баллов – Пограничное состояние;

Цель

Провести анализ данных основанных на ответах студентов Гомельского государственного медицинского университета, проходивших тест Спилберга с целью оценки их ситуативной и личностной тревожности.

Материалы и методы исследования

Были проанализированы данные студентов 1-5 курсов «Гомельского государственного медицинского университета» лечебного, медико-диагностического и медико-профилактического факультетов.

Результаты исследования собраны с помощью программы

«Google Forms» * и обработаны с помощью «Microsoft Excel».

Результаты исследования и их обсуждение

По результатам исследования во внутриуниверситетском опросе приняли участие 50 студентов, среди которых было 35 респондентов женского и 15 респондентов мужского пола.

По курсу обучения респонденты распределились следующим образом (Рис.3.):

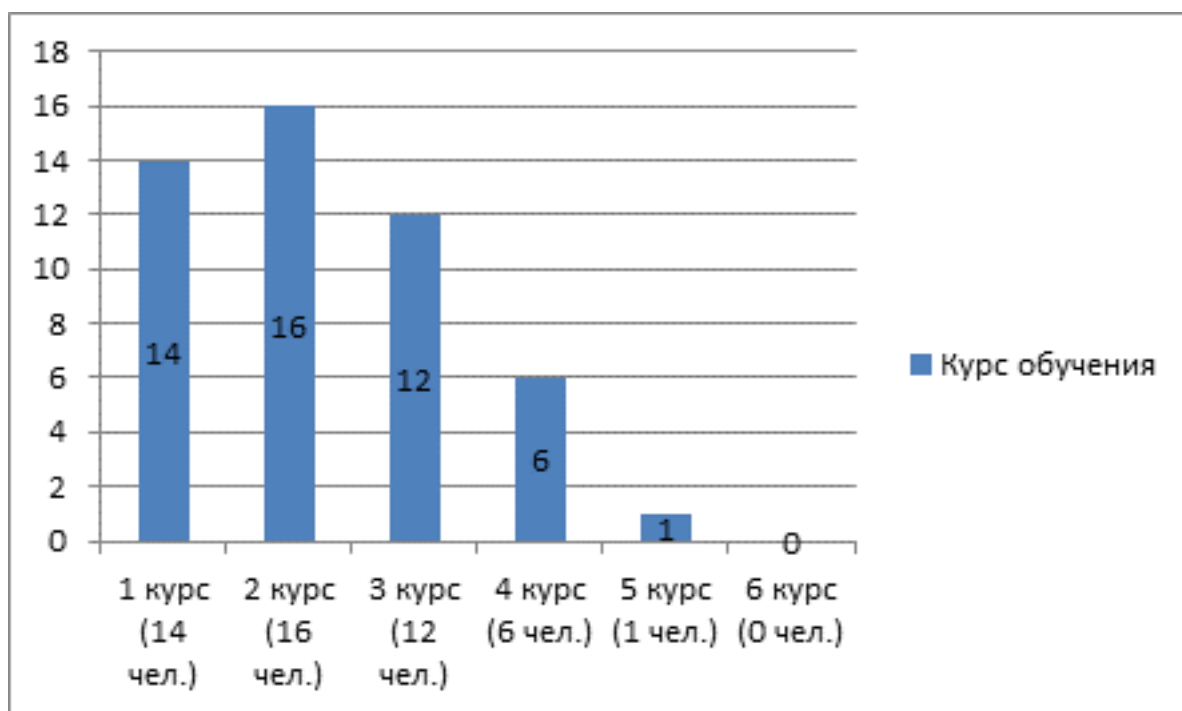


Рисунок 3. Курс обучения студентов, прошедших опрос

Из них на лечебный факультет пришлось наибольшее количество студентов, участвовавших в опросе – 32 человека, что составило 64% от общего количества респондентов. Количество студентов с медико-диагностического факультета занимает промежуточное количественное значение – 14 человек, что составляет 28% . Самое наименьшее количество – 4 человека, т.е. всего 8% студентов, прошедших опрос, являются представителями медико-профилактического факультета (Рис.4.).

*(По требованию Роскомнадзора информируем, что иностранное лицо, владеющее информационными ресурсами Google, является нарушителем законодательства Российской Федерации; – прим.ред)



Рисунок 4. Принадлежность респондентов к факультету

По итогам проведенного исследования установлено, что у большинства респондентов – 54% отмечена высокая ситуативная тревожность (Рис.5.) и высокая личностная тревожность – 54% (Рис.6.). Студентов со средним уровнем ситуативной тревожности – 38%, личностной – 44. Наименьший процент среди студентов гомельского медицинского университета попадает под определение низкой ситуативной– 8% и низкой личностной тревоги– 2%.

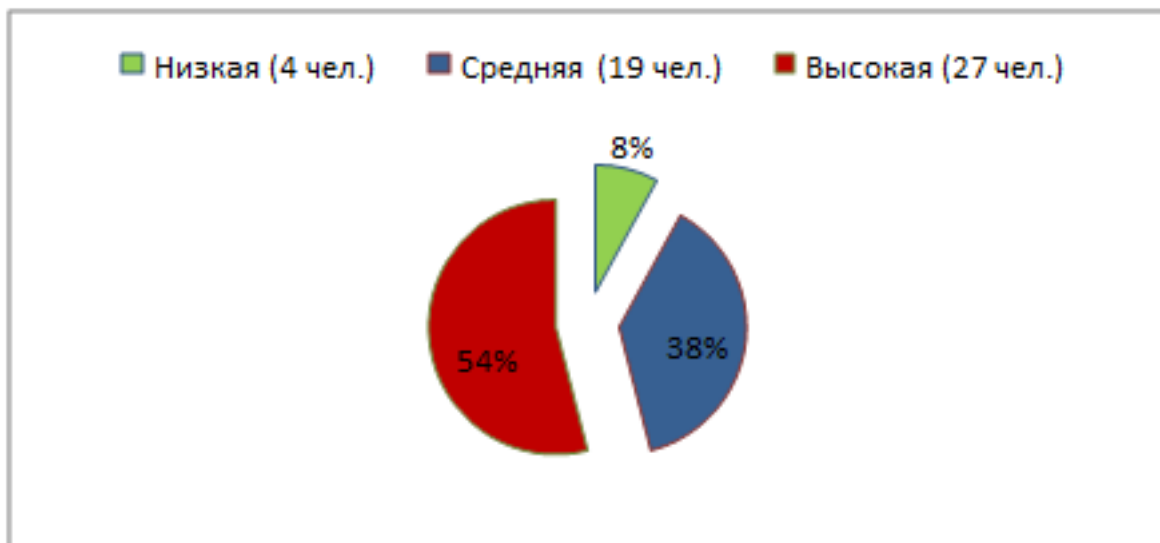


Рисунок 5. Ситуативная тревожность

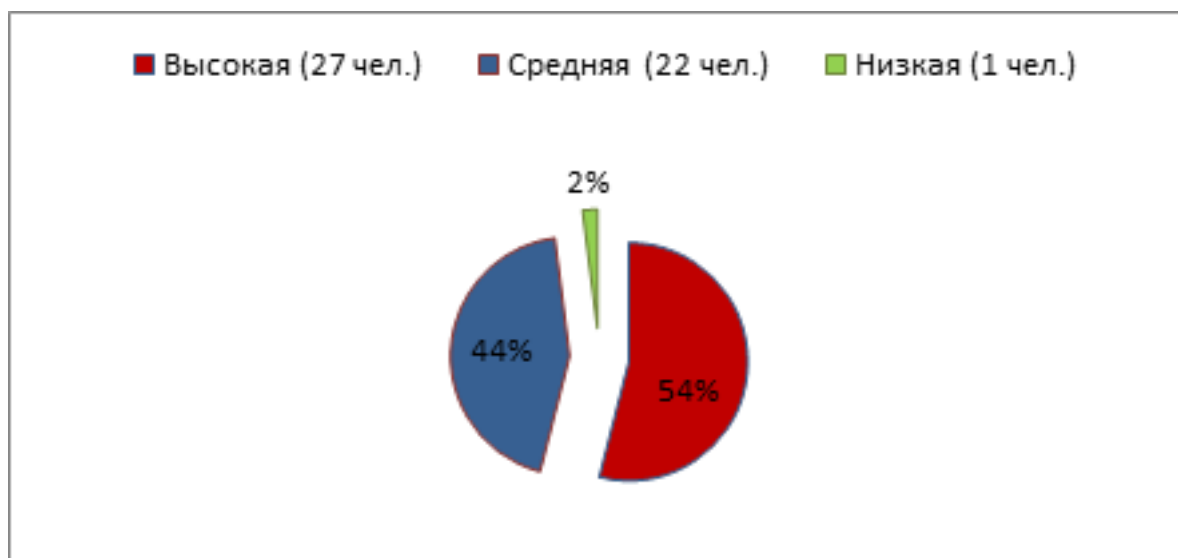


Рисунок 6. Личностная тревожность

Выводы

Исследование состояния тревожности студентов происходило непосредственно перед сессией, что является стрессовым фактором. Общее состояние ментального здоровья студентов по Спилбергу относится к категории высокотревожного. Для психики наиболее благоприятно состояние низкой тревожности, таким параметром на данный момент обладает наименьшее число студентов. Высокий уровень тревожности в длительной перспективе увеличивает риск возникновения клинической депрессии.

Список литературы:

1. Батаршев А.В. Базовые психологические свойства и самоопределение личности: Практическое руководство по психологической диагностике. СПб.: Речь, 2005. – С.44-49.
2. Щербатых Ю.В. Вегетативные проявления экзаменационного стресса. Автореф. дис. ... д-ра биол. наук. СПб. 2001.
3. Locke G.R., Zeaver A.L., Lemton L.J., Talley N.J. Psychosocial factors are linked to functional gastrointestinal disorders: A population based nested case-control study. Am. J. Gastroenterol. 2004; 99: 350-357.