

ДЕПРЕССИВНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ У СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ АДАПТАЦИИ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ В ГЕНДЕРНОМ АСПЕКТЕ

Бородавкина Ольга Анатольевна

педагог-психолог социально-психологической службы, Луганский государственный
медицинский университет имени Святителя Луки, РФ, г. Луганск

Знагован Светлана Юрьевна

канд. мед. наук, доцент, Луганский государственный медицинский университет имени
Святителя Луки, РФ, г. Луганск

Козикова Ольга Анатольевна

канд. мед. наук, доцент, Луганский государственный медицинский университет имени
Святителя Луки, РФ, г. Луганск

DEPRESSIVE MANIFESTATIONS IN STUDENTS DURING THE ADAPTATION PROCESS TO UNIVERSITY EDUCATION, DEPENDING ON GENDER

Olga Borodavkina

*Teacher-psychologist of the social and psychological service, Lugansk State Medical University
named after St. Luke, Russia, Lugansk*

Svetlana Znagovan

*Candidate of Medical Sciences, Associate Professor, Lugansk State Medical University named after
St. Luke, Russia, Lugansk*

Olga Kozikova

*Candidate of Medical Sciences, Associate Professor, Lugansk State Medical University named after
St. Luke, Russia, Lugansk*

Аннотация. Анализ депрессивных проявлений у студентов 1 курса медицинского вуза показал, что девушки чаще испытывают депрессивные состояния, но степень выраженности их по полу достоверно не различается. Наиболее ярко разница в самооощениях депрессивного характера у девушек по сравнению с юношами проявляется по таким параметрам как раздражительность, чувство неудовлетворенности, слезливость, переживание о состоянии здоровья, утомляемость, утрата работоспособности и нарушение сна. Юношам в большей мере, чем девушкам присуще чувство несостоятельности.

Abstract. An analysis of depressive symptoms in 1st-year medical university students showed that girls are more likely to experience depressive states, but their severity by gender does not significantly differ. The most pronounced difference in self-perceptions of a depressive nature in girls compared with boys is manifested in such parameters as irritability, dissatisfaction,

tearfulness, anxiety about health, fatigue, loss of working capacity and sleep disorders. Boys have a greater sense of inadequacy than girls.

Ключевые слова: адаптация; первокурсники; девушки; юноши; депрессивные проявления; обучение в вузе; медицинский университет

Keywords: adaptation; first-year students; girls; boys; depressive symptoms; university education; medical university

Успешная адаптация является основополагающим фактором для полноценной жизни человека. Успешность студента первокурсника, его взаимодействие с преподавателями и одногруппниками напрямую зависят от того, насколько быстро и легко он сможет адаптироваться к нормам и правилам, принятым в университете, к учебному процессу и новому образу жизни [8, с.78; 13, с. 456; 15, с.4571-4572].

В настоящее время адаптация студентов первокурсников к обучению в вузе происходит на фоне высокой учебной нагрузки, обилия новых предметов, зачастую при недостаточной базовой подготовке вчерашних школьников, увеличения сроков обучения, перераспределения учебного времени в пользу самостоятельной работы при недостаточно развитых навыках самоорганизации, что приводит к нехватке времени [2, с.340; 3, с.505-507]. Кроме того, первокурсники часто испытывают психологический дискомфорт, вызванный разлукой с семьей, необходимостью налаживать новые социальные контакты и проявлять большую ответственность и самостоятельность [7, с.238; 10, с.157; 11, с.303].

Повышенные требования к студентам медицинских вузов, обусловленные высокой ответственностью будущих врачей за жизнь и здоровье пациентов, нередко вызывают дезадаптацию, препятствуют реализации личностного потенциала в выбранной профессии, приводят к усилению тревожности и развитию депрессивных состояний [1, с.60; 5, с.112; 6, с.67; 9, с.7].

Цель данной работы выявить, оценить и проанализировать депрессивные признаки у студентов первого курса в процессе адаптации к обучению в медицинском вузе в зависимости от пола.

В исследовании приняли участие 435 студентов 1 курса Луганского государственного медицинского университета имени Святителя Луки (158 юношей и 277 девушек). Исследование проводили с октября по декабрь 2024 года.

В исследовании приняли участие 435 студентов 1 курса Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный медицинский университет имени Святителя Луки» Министерства здравоохранения Российской Федерации (158 юношей и 277 девушек). Исследование проводили с октября по декабрь 2024 года.

Для оценки уровня депрессии использовался стандартизированный метод тестирования — опросник Бека (Beck Depression Inventory, BDI) в адаптации Н.В.Тарабриной [4]. Данный опросник состоит из 21 пункта, охватывающего симптомы и жалобы, характерные для депрессивных состояний. Пункты 1-13 данной шкалы – когнитивно-аффективная субшкала. Пункты 14-21 – субшкала соматических проявлений депрессии. Каждый вопрос оценивается субъективно по шкале от 0 до 3 баллов. Результаты, полученные при исследовании, были интерпретированы согласно установленным значениям А.Т. Бека: 0-9 – отсутствие депрессивных симптомов, 10-15 – легкая депрессия (субдепрессия), 16-19 – умеренная депрессия, 20-29 – выраженная депрессия (средней тяжести), 30-63 – тяжелая депрессия. Надежность и валидность данных шкал подтверждена [12]. Поскольку нашей целью не являлось определение и постановка диагноза «депрессии» среди студентов, а изучение депрессивных самоощущений, то авторы посчитали целесообразным использовать сочетание

«депрессивные признаки», «депрессивные проявления».

Статистическая обработка полученных данных была проведена с помощью программ «Microsoft Excel 10».

Анализ полученных результатов выявил, что 229 респондентов (53%) отметили у себя наличие некоторых симптомов депрессии.

Результаты опроса по методике Бека показали, что легкая степень депрессии была диагностирована у 116 студентов, что составляет треть (27%) от общего числа опрошенных. Умеренная степень депрессии выявлена у 42 человек (10 % от общего числа студентов). Выраженная депрессия зафиксирована у 48 студентов (11%), тяжелая степень депрессии - у 23 студентов (5%). По данным [17] общая распространенность депрессивных симптомов среди студентов медицинских вузов выше, чем в общей популяции и затрагивает примерно треть студентов медиков по всему миру

Анализ наличия депрессивных проявлений в зависимости от пола показал, что из 277 первокурсниц 159 испытывают негативные эмоциональные состояния различной степени выраженности (57%). Из 158 опрошенных юношей 70 человек указало на наличие депрессивных проявлений, что составило 44%, т.е. девушки более склонны к негативным эмоциональным состояниям, чем юноши. Ряд исследователей на основании мета-регрессионного анализа сделали вывод о более высокой распространенности депрессии именно среди студенток медицинских вузов [16].

Оценка выраженности депрессивных проявлений в зависимости от пола показала, что легкая депрессия наблюдается у 81 студентки (51% от числа девушек с проявлениями депрессии) и у 35 юношей (50% от числа юношей с проявлениями депрессии). Умеренная степень регистрируется у 30 студенток (19% от общего числа первокурсниц с проявлениями депрессии) и у 12 студентов (17% от числа юношей с проявлениями депрессии). Выраженные проявления отмечали 34 студентки, что соответствует 21%, среди юношей этот показатель составил 9%, тяжелая степень депрессивных проявлений выявлена у 14 студенток, что составляет 9 % от числа девушек с проявлениями депрессии и у 9 студентов, что соответствует 13% от числа анкетированных юношей с проявлениями депрессии.

Таким образом, мы можем констатировать, что степень выраженности депрессивных проявлений по полу достоверно не различается.

Анализ концентрации внимания студентов на психоэмоциональных аспектах депрессивных проявлений (пункты 1-13 шкалы Бека) показал, что более трех четвертей (74%) первокурсников в большей степени склонны предвидеть неблагоприятные исходы и замечать отрицательные аспекты в различных жизненных обстоятельствах. Чувство неудовлетворенности и ожидание негативных последствий от событий отмечали у 60% студентов, причем среди девушек этот показатель был выше, чем среди юношей (65% и 51% соответственно) (рис.1).

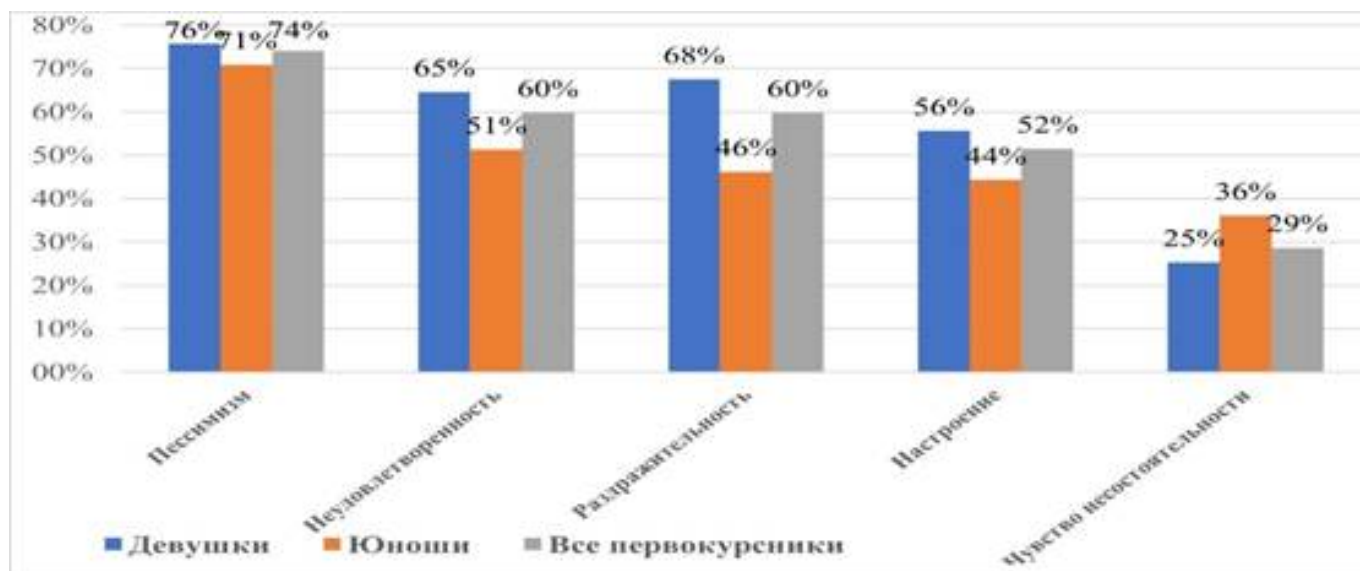


Рисунок 1. Фокусировка студентов на когнитивных и аффективных аспектах депрессии

Стали более раздражительными 60% студентов-первокурсников. Эту черту у себя отметили 68% из опрошенных девушек и 46% из опрошенных юношей. Длительное время испытывают плохое настроение, которое отрицательно влияет на качество жизни 52% респондентов. На этот признак указывают 56% из всех опрошенных девушек, 44% из опрошенных юношей. Стали чаще плакать с началом обучения в вузе 48% из опрошенных девушек и 19% юношей. Кроме того, еще была зафиксирована разница в самоощущениях депрессивного характера у девушек по сравнению с юношами по такому признаку как переживание о состоянии здоровья (46% против 22%).

Реже всего (29%) респонденты указывали на ощущение собственной неудачи, недостаточную компетентность или неспособность справляться с жизненными задачами и требованиями и это единственный признак, который чаще проявлялся у юношей (36%), нежели у девушек (25%).

Результаты исследования, посвященного вниманию студентов к соматическим аспектам характерным для депрессии (пункты 14-21 шкалы Бека), продемонстрировали, что наиболее распространенным признаком была утомляемость, ее отметили 73% из всех участников опроса (80% девушек и 61% юношей). На снижение продуктивности в работе указали 64% респондентов (70% среди девушек и 53% среди юношей) (рис.2).

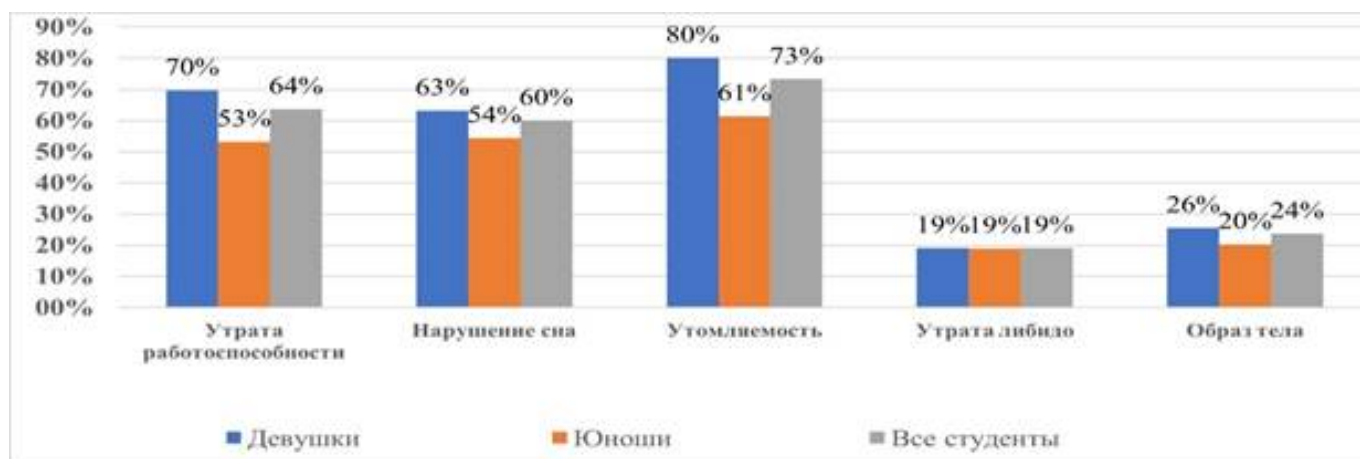


Рисунок 2. Фокусировка студентов на соматических аспектах депрессии

Нарушение сна отмечали у себя 60% первокурсников (63% девушек и 54% юношей). Ряд авторов отмечали, что 63% опрошенных ими студентов 1-3 курса также испытывают бессонницу и нарушение сна [14]. Наиболее выраженная разница между полами наблюдалась в отношении утомляемости: ее отметили 80% девушек и 61% юношей.

Наименее выражено такое депрессивное проявление соматического характера как изменение сексуального влечения, либидо. Его отмечали 19% опрошенных (при этом не обнаружено различий между юношами и девушками), на неудовлетворенность своим телом указали 24% опрошенных, на потерю веса – 30% первокурсников.

Таким образом, наше исследование показало, что половина опрошенных первокурсников медиков отмечает у себя отдельные депрессивные признаки, причем девушки более склонны к депрессивным проявлениям, чем юноши. По нашим данным, степень выраженности депрессивных проявлений по полу достоверно не различается.

Среди когнитивно-аффективных аспектов депрессии у девушек более выражены такие признаки как раздражительность, чувство неудовлетворенности и ожидание негативных последствий от событий, слезливость, переживание о состоянии здоровья. Среди соматических аспектов депрессии у девушек чаще отмечают утомляемость, утрату работоспособности, нарушение сна. Юношам в большей мере, чем девушкам присуще чувство несостоятельности.

Список литературы:

1. Агасарян Э. Н., Акопян Т. С. Депрессивные расстройства у студентов: распространенность и факторы риска // Медицинский вестник Эрбуни .-2020, № 3 .- С.56-61.
2. Бекоева М. И., Медоева З. Р. Психологическая адаптация студентов младших курсов к образовательному процессу вуза // Мир науки, культуры, образования,- 2021, № 6 .- С. 340-342.
3. Беляева И. Д., Кружкова О. В. Влияние академической нагрузки на развитие депрессивных состояний у студентов // Вестник Кемеровского государственного университета.- 2022, № 24(4). - С. 505-513.
4. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. Серия: Золотой фонд психотерапии. - СПб. Питер,- 2003-. 304с.
5. Воробьева Е. В., Тихонова И. В. Депрессия у студентов-медиков: факторы риска и профилактика // Медицинское образование и профессиональное развитие. -2023, № 14(2). - С. 112-119
6. Дмитриева Н. В., Петров В. П. (2025). Депрессия у студентов: современные подходы к диагностике и лечению // Вопросы психического здоровья детей и подростков.- 2025, № 25(1).- С. 67-75
7. Дубовова А. А. Психологическое благополучие как предпосылка адаптации к обучению в вузе / А. А. Дубовова // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2023, № 1. – С. 238-245.
8. Комплексная оценка адаптации студентов к процессу обучения в вузе / Ю. В. Кашина, В. М. Покровский, И. Л. Чередник, А. В. Бурлуцкая // Человек. Спорт. Медицина. – 2023, Т. 23, № 1. - С. 73-79
9. Руженкова В.В. Депрессия у студентов медицинского вуза: распространенность, динамика и коморбидность. / В.В. Руженкова, И.С.Хамская, Ю.Н. Гомеляк //Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2022 , Вып. 2 - С.7-11
10. Синяева, И. В., Баева, О. Н. (2024). Психологические факторы успешной адаптации студентов-первокурсников // Психология образования в XXI веке: теория и практика. -2024, № 1. -С 156-162.

11. Скитейкина Ю. А. Социальная адаптация студентов в вузе // Молодой ученый.- 2021, № 41 (383). -С. 303-307.
12. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб: Питер, 2001,- 272 с.
13. Турмасова А. А., Юдеева Т. В. Особенности адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». - 2016, Т. 2. - С. 456-460
14. Шепель С. П. Влияние режима сна на здоровье и работоспособность студентов / С.П.Шепель , Е. Ю.Внукова, С. Б Маврина, Ю. В .Круглова //Физическое воспитание студентов.- 2022, №12.- С.67-69
15. Яковлев Р.Д., Бабич Ю.М. Особенности адаптации студентов первокурсников к обучению в вузе // Научный сетевой журнал «Столыпинский вестник» .- 2023, №9.- С.4571-4580
16. Pacheco J.P.G, Gender inequality and depression among medical students: A global meta-regression analysis./ J.P.G Pacheco, J.B. Silveira, R.P.C. Ferreira, K. Lo, J.R. Schneider, H.T.A. Giacomini, W.W.S. Tam // J Psychiatr Res. -2019.- Apr;111.-P.36-43.
17. Puthran R. Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis / R.Puthran, M.W.Zhang, W.W. Tam, R.C. Ho // Med Educ.- 2016. - Apr;50(4) -P.456-468.