
СТРАНИЦА ГЛАВНОГО ВРАЧА

Н. И. Латышевская, Л. А. Давыденко, Л. П. Сливина

Волгоградский медицинский научный центр

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТАТУСА ПОДРОСТКОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ РАЗНОГО ВИДА

УДК 613.95+371.7

Выявлены особенности формирования психоэмоционального статуса подростков, обучающихся в образовательных учреждениях разного вида.

Ключевые слова: психоэмоциональный статус, тревожность, подростки, оценка риска, образовательные учреждения.

N. I. Latyshevskaya, L. A. Davydenko, L. P. Slivina

PECULIARITIES OF PSYCHOEMOTIONAL STATUS OF ADOLESCENTS ENROLLED IN A VARIETY OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS

We revealed the pattern of the formation of psycho-emotional status in adolescents who are currently doing courses in a variety of educational institutions.

Key words: psychoemotional status, anxiety, adolescents, risk assessment, a variety of educational institutions..

На протяжении многих лет сохраняются негативные тенденции в состоянии здоровья учащихся образовательных учреждений (ОУ). В наибольшей степени эти тенденции характерны для инновационных ОУ, чем массовых школ. Одной из значимых причин, провоцирующих нарушения в состоянии здоровья, затрудняющих учебную деятельность детей и подростков, является эмоциональный дискомфорт [3].

В связи с этим важным представляется обоснование возможностей коррекции психоэмоционального состояния учащихся через оптимизацию их образа жизни как наиболее управляемого фактора из числа социально значимых показателей формирующих здоровье. Обоснование существования достоверных зависимостей между психоэмоциональным статусом подростка и отдельными параметрами образа жизни может служить инструментом для разработки эффективной модели управления здоровьем детей и подростков [1, 4].

ЦЕЛЬ РАБОТЫ

Аргументировать коррекцию факторов образа жизни подростков, учащихся образовательных учреждений различного вида, с целью

оптимизации их психоэмоционального состояния (учетом гендерных различий).

Были сформированы группы подростков (юношей и девушек) 15–17 лет, обучающиеся в образовательных учреждениях разного вида. В качестве модельных были выбраны 3 гимназии и 3 массовые школы, сопоставимые по показателям санитарно-эпидемиологического благополучия. Психоэмоциональный статус подростков оценивали по результатам теста Спилбергера в 2 вариантах, позволяющий оценить уровень личностной (ЛТ) и реактивной (РТ) тревожности. Образ жизни подростков изучали методом анкетирования (авторская анкета и анкета, разработанная в рамках международной программы профилактики заболеваний CINDI). Для оценки влияния образа жизни на показатели психоэмоционального статуса подростков рассчитывали показатель относительного риска (RR) и его этиологической доли (EF) [2].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Показатели психоэмоционального статуса подростков, учащихся старших классов, имели различия в зависимости от вида образователь-

ного учреждения. У большинства подростков, учащихся двух видов образовательных учреждений, как у юношей, так и у девушек реги-

стрировался умеренный уровень реактивной и личностной тревожности: 62,0–75,0 % и 54,4–67,2 % ($p > 0,05$) (см. табл.).

Распространенность различных уровней реактивной и личностной тревожности среди подростков в зависимости от вида образовательного учреждения, %

Градация тревожности	Гимназия		Школа		P2–4	P3–5
	Юноши	Девушки	Юноши	Девушки		
РТ						
Низкая	12,9 ± 2,8	5,5 ± 1,9	10,7 ± 2,3	13,4 ± 2,5	>0,05	>0,05
Умеренная	75,0 ± 3,6**	62,1 ± 3,8	69,5 ± 3,4	68,9 ± 3,6	>0,05	>0,05
Высокая	12,1 ± 2,7	31,7 ± 3,8	18,6 ± 2,9	17,7 ± 2,9	>0,05	<0,01
ЛТ						
Низкая	3,6 ± 1,5	5,5 ± 1,8	10,2 ± 2,3	6,7 ± 1,9	<0,05	>0,05
Умеренная	64,3 ± 4,0	54,5 ± 4,1	67,2 ± 3,5	60,4 ± 3,8	>0,05	>0,05
Высокая	32,1 ± 3,9	40,0 ± 4,1	22,6 ± 3,1*	32,9 ± 3,6	T=1,9	>0,05

Различия между группами мальчиков и девочек – * $p > 0,05$; ** $p > 0,01$.

В когорте девушек, учащихся гимназий, имела место более высокая распространенность высоких уровней реактивной тревожности, чем у девушек-подростков, учащихся школ: 31,7 % против 17,7 % ($p < 0,01$). В группе юношей – учащихся гимназий отмечена более высокая личностная тревожность в сравнении с юношами – учащимися школ: 32,1 % против 22,6 % ($t = 1,9$).

Выявлены гендерные различия в психоэмоциональном статусе подростков. Среди девушек – учащихся гимназий высокий уровень реактивной тревожности регистрировался чаще, чем среди юношей (в 31,7 % случаев, против 12,1 % случаев; $p < 0,01$). В массовых школах для девушек более характерна распространенность высокого уровня личностной тревожности, чем для юношей (32,9 против 22,5 %; $p < 0,05$).

Изучение образа жизни подростков показало типичные нарушения режима дня, более характерные для учащихся массовых школ: недостаточный ночной сон, физическая активность, большие учебные нагрузки, нарушения режима и качественной полноценности питания. Среди учащихся гимназий выше распространенность нарушений режима дня за счет больших учебных нагрузок (65,0 %, против 20,5% $p < 0,01$). В массовых школах чаще имели место: недостаточный по продолжительности ночной сон (17,2 %, против 4,9; $p < 0,001$), низкая двигательная активность (в 2,8 раза меньше учащиеся школ имеют дополнительную физическую нагрузку), нарушения режима и качественной полноценности питания.

Выполнена оценка риска влияния элементов образа жизни на психоэмоциональный статус подростков, учащихся образовательных учреждений разного вида. Отдельные элементы режима дня обуславливали разную степень риска формирования высокого уровня тревож-

ности учащихся. Нарушения режима сна определяли более высокую степень риска нарушений психоэмоционального состояния в группе учащихся гимназий, чем учащихся школ [средняя и высокая степень риска: RR = 1,3–2,6; EF = (22,2–62,5) %, против RR = 1,1–1,5; EF = (25,8–33,9) %]. Отсутствие занятий физической культурой и спортом обуславливало более высокую степень риска формирования высокого уровня тревожности у учащихся гимназий, чем школ [RR = 1,2–1,7; EF = (17,6–43,5) %, против RR = 1,1–1,5; EF = (12,4–33,3) %]. Большие учебные нагрузки за счет дополнительных учебных занятий также обуславливали более высокий риск развития повышенной тревожности у юношей и девушек, учащихся гимназий и девушек, учащихся школ (RR = 1,3–2,0; EF = 25,8–57,4 и RR = 1,8; EF = 46,1 %).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом:

- более высокие уровни реактивной и личностной тревожности характерны для учащихся гимназий, чем учащихся массовых школ. Выявлены гендерные различия в уровнях тревожности: достоверно эти показатели были выше у девушек, особенно обучающихся в гимназии;

- типичные дефекты образа жизни: недостаточный ночной сон, недостаточная физическая активность, большие учебные нагрузки, нарушения режима питания характерны для подростков независимо от вида образовательного учреждения.

- различные параметры образа жизни подростков обуславливали разную степень риска формирования высокого уровня тревожности учащихся. Наиболее значимые из них, определяющие более высокую степень риска развития высокого уровня тревожности у учащихся, – недостаточная продолжительность ночного сна,

отсутствие занятий физической культурой и спортом, большая учебная нагрузка. Этиологическая обусловленность реактивной и личностной тревожности в связи с особенностями образа жизни выше у учащихся гимназий, чем в массовых школах;

- выявленные различия аргументируют возможность оптимизации психоэмоционального статуса подростков через коррекцию параметров образа жизни учащихся, что должно учитываться при осуществлении профилактической работы психологами образовательных учреждений.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Гозак С. В., Елизарова Е. Т.* К вопросу влияния организации учебного процесса в общеобразовательных учреждениях на здоровье учащихся // Охрана здоровья и безопасность жизнедеятельности детей и подростков: матер. IV Всерос. конгр. по школьной и университетской медицине с межд. уч. – СПб, 2014. – С. 62–64.
2. *Косарев В. В., Бабанов С. А.* Организация исследований и оценка риска здоровью в современной эпидемиологии // Гигиена и санитария. – 2001. – № 4. – С. 64–66.
3. *Кузнецов Д. В.* Уровень и формы проявления тревожности у московских старшеклассников // Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке: матер. Междунар. конгр. – М., 2004. – С. 140–142.
4. *Седова С. А.* Характеристика режима дня старшеклассников в современной школе // Дети. Молодежь и окружающая среда: здоровье, образование, экология: материалы второй межд. науч.-практич. конф. – Барнаул, 2013. – С. 130.