

КОРЕКЦІЯ ЗМІН ПОКАЗНИКІВ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ

Глазков Е.О.

Луганський державний медичний університет

У статті подані результати дослідження рівня адаптаційних можливостей особистості за багаторівневим особистісним опитувальником «Адаптивність». Отримані в ході дослідження дані свідчать про нестійкість механізму адаптації іноземних студентів до тривалих і короткочасних екстремальних ситуацій, які пов'язані зі змінами навколишнього середовища та новим соціокультурним оточенням. Виявлено, що рівень негативних змін у показниках індивідуально-психологічних адаптаційних можливостей більш виражений у студентів – громадян Китаю в порівнянні з вітчизняними студентами. Результатами дослідження доведено, що використання ехінацеї пурпурової сприяє підвищенню рівня адаптованості організму, знижує імовірність розвитку невротичних реакцій, підвищує загальний рівень працездатності та сприяє засвоєнню навчального матеріалу.

Ключові слова: адаптація студентів, психофізіологічне забезпечення, навчальна діяльність, ехінацея пурпурова.

Постановка проблеми. Адаптація студентів до навчання у вищому навчальному закладі розглядається як динамічний багатограний і комплексний процес формування навичок, виконання тих вимог, що висуваються в період навчання та виховання у вищій школі. Процес адаптації студентів відображає складний, довготривалий процес і ставить високі вимоги до пластичності психіки та фізіологічних функцій організму молодих людей. Найбільш активні процеси адаптації до нових умов середовища та студентського життя відбуваються на перших курсах навчання, завдяки дії стресової ситуації на організм [3; 7]. Більшість нервово-психічних і психосоматичних розладів, які виникають у студентів, є результатом порушення процесу адаптації до умов навчання і виражають нестійкість адаптивних механізмів в тривалих і короткочасних екстремальних ситуаціях [6; 8; 9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На думку ряду [1; 2; 4; 5] вчених навчальну діяльність студентів-першокурсників можна розглядати як природну модель емоційного та інформаційно-психологічного стресу, який у ряді випадків може призвести до розладів адаптації, що потребують психологічної та психотерапевтичної корекції [10; 11]. Особливу значимість у показниках психічного здоров'я його активності в навчальному процесі, як необхідної складової навчання, відіграє стан фізичного здоров'я, що особливо має значення для індивідуальної адаптованості. Згідно даних літератури [12; 13] низькі показники адаптаційних можливостей свідчать про ознаки явних акцентуацій і деякі ознаки психопатій, можливість нервово-психічних зривів, низьку нервово-психічну стійкість, конфліктність та можливість асоціальних вчинків, що потребують нагляду психолога та лікаря (невропатолога, психіатра) і можуть привести до нервових зривів та розвитку психосоматичних захворювань у студентів.

Проведені нами дослідження дають змогу констатувати, що психодіагностика адаптаційних можливостей іноземних студентів першого року навчання важлива в теоретичному і практичному плані, адже дезадаптація позначається на погіршенні роботи пізнавальної сфери, змін в емоційно-почуттєвій сфері, неадекватності са-

мосприйняття і самооцінки. Своєчасна допомога, проведення заходів корекції призведе до стабілізації функціонального стану організму.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. До нині залишається недостатньо вивченим та потребує подальших досліджень визначення впливу факторів зовнішнього середовища на перебіг адаптації, що необхідно для ранньої діагностики порушень адаптаційних процесів і розробки адекватних програм корекції.

Метою нашого дослідження стало вивчення закономірностей зміни психофізіологічних функцій в іноземних студентів після прибуття на навчання в Україну та розробка методів корекції порушення перебігу адаптаційних процесів.

Матеріали та методи. Дана робота є фрагментом наукової теми «Вплив ендогенних та екзогенних факторів на стійкість організму до патогенних подразників та його корекція» (номер державної реєстрації 0113U400255).

В дослідженні використовували дані, які були отримані за результатами обстежень 240 підлітків віком 17-18 років, які були розділені на дві групи. Основна група (120 осіб) сформована з іноземних студентів – громадян Китаю і контрольна група представлена 120 студентами (громадяни України). Дослідження рівня адаптаційних процесів, викликаних новими умовами існування вивчали за допомогою багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (МЛЮ-АМ). Для вирішення пропонованого завдання і вивчення ефективності використання ехінацеї пурпурової, досліджувані були розділені на 4-і групи: контрольна, група «плацебо», експериментальна – І і експериментальна – ІІ; до контрольної групи увійшли 120 вітчизняних студентів. Групу (плацебо) становили (40 осіб) іноземних студентів, експериментальна група – І іноземних студентів (40 осіб) приймала китайський лимонник по 1 таблетці (50,0 мг) 2 рази на день незалежно від прийому їжі поспіль (загальна доза препарату становила 1400,0 мг), студенти експериментальної групи – ІІ (40 осіб) протягом 2 тижнів приймали препарат «Ехінацея-ратіофарм». Препарат призначали по 100,0 мг (1 таблетці) 1 раз на день незалежно від прийому їжі поспіль. Загальна доза препарату становила 1400,0 мг на курс лікування.

Результати дослідження. Результатами дослідження середніх показників рівня розвитку якостей досліджуваних груп встановлено статистично значуще підвищення на 23,94% показників нервово-психічної стійкості в групах студентів – громадян Китаю ($34,33 \pm 0,91$) ($p < 0,001$) проти $27,70 \pm 0,89$ в контрольній групі на величину $2,38 < \mu_1 - \mu_2 < 10,87$ ($t_{0,001} = 3,34$). Також спостерігалось статистично значуще ($p < 0,01$) підвищення на 37,83% середніх показників рівня моральної нормативності на величину $1,00 < \mu_1 - \mu_2 < 5,96$ ($t_{0,01} = 2,6$) в основній групі студентів з показником $11,95 \pm 0,89$ проти $8,67 \pm 0,51$ в контролі. Виявлено статистично значуще ($p < 0,05$) підвищення рівня комунікативних здібностей іноземних студентів, які в контрольній групі становили $6,56 \pm 0,36$ і були нижчими на 32,31% порівняно до основної групи. В ході дослідження виявлено статистично значуще ($p < 0,001$) підвищення на 11,76% середніх показників рівня особистісного адаптаційного потенціалу основної групи в межах $1,13 < \mu_1 - \mu_2 < 9,89$ ($t_{0,001} = 3,34$) порівняно з показниками контрольної групи, рівень якого за шкалою оцінок характеризувався як низький.

Позитивний вплив адаптогенів сприяв позитивним змінам у показниках рівня розвитку індивідуально-психологічних якостей досліджуваних груп (табл. 1).

Результатами дослідження рівня розвитку якостей встановлено статистично значуще ($p < 0,001$) підвищення на 10% показників нервово-психічної стійкості у експериментальній групі – II до групи плацебо.

Встановлено, що величина змін показників моральної нормативності в експериментальній групі – II була більшою ($p < 0,01$) у 1,5 рази ніж, в експериментальній групі – I ($p < 0,05$), у 1,3 рази по відношенню до групи плацебо (табл. 1). Рівень комунікативних здібностей після застосування ехінацеї в експериментальній групі – II становив $6,50 \pm 0,18$ і був нижчим ($p < 0,01 - 0,001$) на 30,31%

і 10,80% відповідно показників групи плацебо та експериментальної групи – I.

Таблиця 1

Вплив корекційної програми на рівень розвитку якостей

Показники рівня розвитку якостей	Статистичні показники	Групи		
		Плацебо n=40	Експериментальна I n=40	Експериментальна II n=40
Нервово-психічна стійкість (НПС)	М	34,37	32,62*	31,55***#
	$\pm m$	0,59	0,41	0,28
	σ	3,69	2,55	1,76
Комунікативні здібності (КЗ)	М	8,47	7,20*	6,50***##
	$\pm m$	0,61	0,24	0,18
	σ	3,79	1,53	1,32
Моральна нормативність (МН)	М	11,85	9,35*	8,00***#
	$\pm m$	1,14	0,49	0,36
	σ	7,12	3,08	2,29

Примітки: * – вірогідність різниць (* – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$) відносно показників групи плацебо; # – вірогідність різниць (# – $p < 0,05$; ## – $p < 0,01$) відносно показників експериментальної групи – I

Результати дослідження індивідуально-психологічних якостей в експериментальних групах приведені в таблиці 2.

Так, високий рівень нервово-психічної стійкості спостерігався у 63 осіб (25%) першої експериментальної групи та у 29 осіб (72%) другої проти 12 осіб (30%) групи плацебо. Підвищення рівня моральної нормативності першої і другої експериментальних груп становило 22 особи (55%) і 26 осіб (65%) відповідно проти 19-и студентів у групі плацебо. Високий рівень комунікативних здібностей спостерігався у 70% (28 осіб) другої експериментальної групи проти і 68% і 63% (27 і 25 осіб) другої експериментальної і групи плацебо.

Таблиця 2

Показники рівня розвитку індивідуально-психологічних якостей досліджуваних груп

Групи	Статистичні показники	Показники рівня розвитку якостей					
		Нервово-психічна стійкість (НПС)		Комунікативні здібності (КЗ)		Моральна нормативність (МН)	
		нижче середнього	вище середнього	нижче середнього	вище середнього	нижче середнього	вище середнього
Контрольна	$M \pm m$	$38,16 \pm 0,65$	$20,72 \pm 0,55$	$12,58 \pm 0,63$	$5,06 \pm 0,25$	$14,91 \pm 0,48$	$4,50 \pm 0,25$
	σ	4,47	4,66	3,10	2,52	3,33	1,52
	n=	48	72	24	96	48	72
	%	40	70	20	80	40	60
Плацебо	$M \pm m$	$40,42 \pm 0,73$	$23,75 \pm 1,12$	$15,13 \pm 0,63$	$6,36 \pm 0,23$	$22,28 \pm 1,14$	$6,11 \pm 0,19$
	σ	3,82	3,72	2,38	1,15	5,10	0,81
	n=	28	12	15	25	21	19
	%	70	30	37	63	53	47
Експериментальна – I	$M \pm m$	$39,33 \pm 0,90$	$22,60 \pm 0,82$	$13,16 \pm 0,85$	$6,00 \pm 0,20$	$21,05 \pm 1,39$	$5,64 \pm 0,29$
	σ	3,37	4,02	4,19	0,75	5,70	1,33
	n=	15	25	13	27	18	22
	%	37	63	32	68	45	55
Експериментальна – II	$M \pm m$	$38,18 \pm 1,53$	$21,10 \pm 0,87$	$13,08 \pm 0,37^*$	$5,65 \pm 0,15^{**}$	$19,35 \pm 1,07$	$4,73 \pm 0,28^{***}$
	σ	4,85	4,61	1,24	0,79	3,87	1,42
	n=	11	29	12	28	14	26
	%	28	72	30	70	35	65

Примітка: * – вірогідність різниць (* – $p < 0,05$; ** – $p < 0,01$; *** – $p < 0,001$) відносно показників групи плацебо

Нами виявлені позитивні зміни рівня нервово-психічної стійкості у I і II-й експериментальній групах.

Встановлено, що середні показники високого рівня комунікативних здібностей у другій експериментальній групі становили $5,65 \pm 0,15$ і були статистично ($p < 0,01$) нижчими на 13% відповідних показників групи плацебо ($6,36 \pm 0,23$) (рис. 1). За результатами дослідження рівня моральної нормативності встановлено, що середні показники високого рівня моральної нормативності в другій експериментальній групі становили $4,73 \pm 0,28$ та статистично значуще ($p < 0,001$) були нижчими на 29% відповідних показників групи плацебо ($6,11 \pm 0,19$).

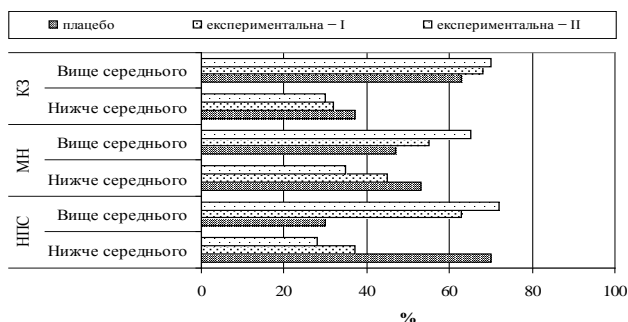


Рис. 1. Вплив корекційної програми на показники індивідуально-психологічних якостей

Примітки: КЗ – комунікативні здібності; МН – моральна нормативність; НПС – нервово-психічна стійкість

Результати дослідження позитивного впливу реабілітаційних заходів на показники особистісного адаптаційного потенціалу наведені в таблиці 3.

Встановлено, що середні показники особистісного адаптаційного потенціалу другої експериментальної групи становили $46,98 \pm 0,46$ і були статистично ($p < 0,05 - 0,001$) нижчими на 10,30% і 4,45% аналогічного показника у групі плацебо і першій експериментальній (табл. 3). Також адаптаційний потенціал першої експериментальної групи був статистично значуще ($p < 0,05$) нижчим на 5,60% групи плацебо. Зазначений рівень особистісного адаптаційного потенціалу характеризувався як задовільний у другій експериментальній групі та низький у групі плацебо. Слід також відзначити, що високий рівень адаптаційних здібностей спостерігався у більшій кількості осіб другої експериментальної групи 10 випадків (25%), ніж у групі плацебо 4 особи (10%) і першій експериментальній 6 осіб (15%).

Список літератури:

1. Антропова М. В. Прогностическая значимость адаптационного потенциала сердечно-сосудистой системы у детей 10-11 лет / М. В. Антропова, Г. В. Бородкина, Л. М. Кузнецова // Физиология человека. – 2000. – № 26 (1). – С. 56-61.
2. Арсеньев Д. Г. Социально-психологические и физиологические проблемы адаптации иностранных студентов / Д. Г. Арсеньев, М. А. Иванова, А. В. Зинковский. – СПб., 2003. – 160 с.
3. Аршава І. Ф. Функціональні стани людини в процесі адаптації до екстремальних умов діяльності (у парадигмі «особистість – стан») / І. Ф. Аршава // Вісн. АПН України: Педагогіка і психологія. – К.: Педагогічна преса, 2006. – № 4 (53). – С. 82-90.
4. Бароненко В. А. Влияние усиленного режима двигательной активности на функциональные связи и факторную структуру психофизиологических особенностей стратегии адаптации лицейстов-старшеклассников физико-математической специализации / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт, С. И. Бугреева // Вестник Уральской медицинской академической науки. – 2006. – № 3-2 (15). – С. 50-58.
5. Богиня Л. Деякі аспекти соціально-культурної адаптації іноземних студентів у процесі навчання української мови / Л. Богиня // Теорія і практика викладання української мови як іноземної. – 2008. Вип. 3. – С. 111-116.
6. Гапоненко Л. О. Подолання емоційної дезадаптації студентів у навчальній взаємодії. Проблеми сучасної психології / Л. О. Гапоненко // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету

Вплив реабілітаційних заходів на показники особистісного адаптаційного потенціалу досліджуваних груп

Особистісний адаптаційний потенціал	Статистичні показники	Групи			
		Контрольна (n=120)	Плацебо (n=40)	Експериментальна - I (n=40)	Експериментальна - II (n=40)
		М	46,73	51,82	49,07*
±m	1,01	0,94	0,93	0,46	
σ	12,01	5,91	5,81	2,91	

Примітки: * – вірогідність різниць (* – $p < 0,05$; *** – $p < 0,001$) відносно показників групи плацебо; # – вірогідність різниць (# – $p < 0,05$) відносно показників експериментальної групи – I

Отже, при дослідженні впливу реабілітаційних заходів на рівень особистісних адаптаційних здібностей встановлено, що студенти другої експериментальної групи, що приймали препарат «Ехінацея-ратіофарм» мають більш високі показники адаптованості в порівнянні зі студентами першої експериментальної групи.

Висновки. Отримані в ході дослідження дані свідчать про нестійкість механізму адаптації іноземних студентів – громадян Китаю до тривалих і короточасних екстремальних ситуацій, які пов'язані зі змінами навколишнього середовища та новим соціокультурним оточенням при зміні клімато-географічних умов перебування.

Результатами дослідження доведено позитивний вплив ехінацеї на показники особистісного адаптаційного потенціалу іноземних студентів, адже студенти другої експериментальної групи, що приймали препарат «Ехінацея-ратіофарм» мають більш високі показники адаптованості в порівнянні зі студентами групи плацебо і першої експериментальної. Виявлено більш високий рівень нервово-психічної стійкості, комунікативних здібностей і моральної нормативності у другій групі (ехінацея), що вказує на позитивний вплив на загальний рівень адаптованості студентів до нових умов життєдіяльності, нового колективу. Отже, адаптація є цілісне системне утворення, що розглядається як результат функціонування системи «індивід-середовище» як функція психіки індивіда, що спрямовує його поведінку та діяльність.

- Імені Івана Огієнка, Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієва. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2011. – Вип. 12. – С. 201-210.
7. Кузнецов В. И. Первичная многофакторная профилактика хронических ассоциированных заболеваний – одно из приоритетных направлений в общей врачебной практике / В. И. Кузнецов, С. С. Вялов // *Болезни цивилизации в аспекте учения В.И. Вернадского: Материалы третьей международной конференции.* – М.: Издательство РУДН, 2005. – С. 178-180.
 8. Предэкзамнационный стресс и эмоциональная дезадаптация у студентов младших курсов / Н. Г. Гаранян, А. Б. Хломогорова, Я. Г. Евдокимова [та ін.] // *Соц. и клин. психиатрия*, 2007. – № 2. – С. 38-42.
 9. Соколова И. М. Психофизиологические механизмы адаптации студентов / И. М. Соколова. – Харьков: ХГМУ, 2007. – 412 с.
 10. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2006. – 256 с.
 11. Ямницький В. М. Соціально-психологічна адаптація особистості: Сучасні підходи / В. М. Ямницький // *Наука і освіта.* – 2001. – № 6. – С. 82-86.
 12. Ямницький В. М. Психологія життєтворчої активності особистості: [монографія] / В. М. Ямницький. – Одеса: СВД Черкасов М. П., Рівне: РДГУ, 2004. – 360 с.
 13. Яхно Н. Н. Когнитивные расстройства в неврологической клинике / Н. Н. Яхно // *Неврологический журнал.* – 2006. – Т. 11. – Приложение № 1. – С. 4-12.

Глазков Э.А.

Луганский государственный медицинский университет

КОРРЕКЦИЯ ИЗМЕНЕНИЙ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

Аннотация

В статье представлены результаты исследования уровня адаптационных возможностей личности по многоуровневому личностному вопроснику «Адаптивность». Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о неустойчивости механизмов адаптации иностранных студентов к длительным и кратковременным экстремальным ситуациям, которые связаны с изменениями окружающей среды и новым социокультурным окружением. Выявлено, что уровень негативных изменений в показателях индивидуально-психологических адаптационных возможностей более выражен у студентов – граждан Китая по сравнению с отечественными студентами. Результатами исследования доказано, что использование эхинацеи пурпурной способствует повышению уровня адаптированности организма, снижает вероятность развития невротических реакций, повышает общий уровень работоспособности, что способствует усвоению учебного материала.

Ключевые слова: адаптация студентов, психофизиологическое обеспечение, учебная деятельность, эхинацея пурпурная.

Glazkov E.A.

Lugansk State Medical University

CORRECTION OF CHANGES IN PSYCHOPHYSIOLOGICAL SUPPORT INDICATORS OF INTERNATIONAL STUDENTS' ACTIVITY

Summary

This article presents the results of the study on the level of individual adaptive capabilities evaluated against an Adaptivity multi-level personal questionnaire. The data obtained in the course of the study indicate the low resistance of the international students' adaptation mechanism to long-lasting and short-term extreme situations which are associated with changes in the environment and new social and cultural environment. It has been revealed that negative changes in indicators of individual psychological adaptive capabilities of Chinese students are more pronounced than those of national students. It has been proved by the results of the study that the use of *Echinacea purpurea* increases the body's adaptation level, reduces the probability of neurotic reactions, increases overall physical stamina and improves comprehension of educational materials.

Keywords: adaptation of students, psychophysiological support, learning, *Echinacea purpurea*.