

**Власенко В.В.**, д.б.н., професор, **Власенко І.Г.**, д.мед.н., доцент,  
**Буга Л.О.**, аспірант<sup>©</sup>  
 Вінницький національний аграрний університет

## ВПЛИВ ВІКОСТАТЕВИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЮНАКІВ ТА ДІВЧАТ НА ПІДГОТОВКУ МАЙБУТНІХ ЖУРНАЛІСТІВ

*Ключові слова:* вікостатеві особливості, самопочуття, активність, настрій, професійна придатність.

**Вступ.** Вивчення процесів психофізіологічної адаптації юнаків і дівчат в сучасних умовах становить важливу проблему. Слід відзначити суперечливі дані щодо основних тенденцій фізичного розвитку та психофізіологічної адаптації юнаків і дівчат в період навчання у ВНЗ. Вікостатеві критерії фізіологічного розвитку у юнаків і дівчат різні, також різняться індивідуальні темпи їх розвитку, що значно ускладнює роботу з ними. Метою наших досліджень було вивчення сучасних тенденцій впливу розвитку організму юнаків та дівчат у віці 18-19 років на самопочуття, активність і настрій при психоемоційних навантаженнях.

**Матеріали та методи.** Під час досліджень вивчалась особливості реакції на психоемоційне навантаження залежно від вікостатевих особливостей юнаків та дівчат. Дослідження проводились в оптимальних умовах (аудиторія університету) та в умовах психоемоційного навантаження (модель прямого ефіру в телестудії ТРК «Вінниччина»). Рівень психофізіологічної стійкості визначався на підставі оцінки характеристик тесту «САН», за допомогою якого можна визначити самопочуття, активність та настрій.

У дослідженнях взяли участь 126 студентів віком 18-19 років Вінницького державного педагогічного університету ім. М.Коцюбинського, які були практично здорові (за даними диспансерного огляду). Отримані результати оброблялись математично.

**Результати.** Результати досліджень за кількістю і якістю оформлення картки «САН» наведені в таблиці 1.

*Таблиця 1.*

### Результати досліджень за кількістю і якістю оформлення картки «САН»

Назва показника	Результати досліджень	
кількість студентів	126	100
жіночої статі	95	75
чоловічої статі	31	25

Подальший аналіз отриманих результатів показав, що тест «САН» дає змогу оцінити психоемоційний стан студентів в оптимальному режимі (аудиторія). Отримані результати досліджень (табл.2) в оптимальному режимі свідчать, що психоемоційний стан студентів був у межах коливань фізіологічної норми і за

сумарною кількістю балів різниці між юнаками і дівчатами практично не спостерігалось.

Таблиця 2

**Результати досліджень тесту «САН» в оптимальному режимі (M±n; n=125)**

Назва тесту	Результати досліджень	
	Юнаки n=31	Дівчата n=94
Самопочуття	5,8±0,81	5,2±0,84
Активність	4,46±0,72	4,94±0,69
Настрій	5,06±0,93	5,23±0,97
Всього за тестом «САН»	15,32±2,46	15,37±2,5

Основним методом біологічних наук є експериментальний, тобто отримання даних у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв досліджуваних явищ. Такими умовами, на наш погляд, є процес практичного навчання в студії телерадіокомпанії «Вінниччина», де студенти отримують психоемоційне навантаження. Цей дослід забезпечує збереження змісту звичайної діяльності студента в процесі навчання, але робота телекамер, освітлення, підвищена увага працівників студії, відчуття прямого ефіру провокують психофізіологічні реакції.

Отже, після проведення занять в телестудії (екстремальному режимі) нами проведена оцінка згідно з параметрами тесту «САН». Результати досліджень наведені в таблиці 3.

Таблиця 3

**Результати досліджень за тестом «САН» в оптимальних та екстремальних умовах навчання**

Назва тесту	Результати досліджень			
	Юнаки n=31		Дівчата n=94	
	оптимальні умови	екстремальні умови	оптимальні умови	екстремальні умови
Самопочуття	5,8±0,81	3,73±0,78	5,2±0,84	3,11±0,86
Активність	4,46±0,72	3,06±0,79	4,94±0,69	3,51±0,74
Настрій	5,06±0,93	3,66±0,91	5,23±0,87	3,57±0,94
всього	15,8±0,81	10,48±2,48	15,37±2,50	10,19±2,54

Отримані дані в таблиці 3 свідчать, що після заняття в телестудії показники тесту «САН» в цілому знизились у юнаків на 4,84 бала, що становить 31,6% від загальної кількості балів в оптимальному режимі, а у дівчат цей сумарний показник впав на 4,38 бала, або на 29,1%.

**Обговорення.** У процесі підготовки фахівців – журналістів адаптація здійснюється щоразу, коли відбуваються кардинальні зміни в системі «організм-середовище», або ж зміни здійснюються в самому організмі.

Таким чином, адаптація на біологічному рівні – це пристосувальна діяльність організму. В основі її лежать складні фізіологічні механізми, передусім фізіологічний стрес, який програмує та перепрограмує сам процес адаптації. Успішність підготовки фахівця – журналіста залежить від рівня знань, адаптації, стану здоров'я, тренуваності організму, особливостей вищої нервової діяльності.

Актуальним у наш час є виявлення внутрішніх резервів і можливостей розвитку особистості майбутніх спеціалістів. Активне вивчення професійних можливостей у сфері журналістики зумовлене, в першу чергу, професійною придатністю фахівців. Психофізіологічна придатність має велике значення для майбутніх журналістів, оскільки робота в студії, увага телекамер, проведення інтерв'ю, прямий ефір викликає психоемоційне навантаження і відповідну реакцію організму на стресові чинники. Якщо в організмі спостерігаються залишкові явища відповідної реакції до наступного психоемоційного навантаження, то буде відбуватися накопичення негативного впливу, що може призвести до патологічних змін в організмі людини.

Характерно, що показники тесту «САН» корелюють з поведінкою, що свідчить про те, що діяльність дівчат та юнаків стає більш різноманітною, стимулюється або пригнічується діяльність особистості. Якщо самопочуття і настрої пригнічені, то виникає роздратованість. Але дівчата краще можуть знайти рішення для відповіді на поставлені питання в умовах телестудії, ніж юнаки. На нашу думку, це пояснюється особливостями стереотипу поведінки в колективі дівчат, їм легше обговорювати особисті ситуації, доводиться вгадувати власні емоції і знаходити рішення в процесі дискусії. Крім того, в дитинстві ігри дівчат – це процес спілкування, сценарії цих ігор побудовані на різноманітних життєвих ситуаціях та діалогах. У хлопців більшість дитячих та підліткових ігор мають на меті змагання, спрямовані на фізичний розвиток та швидкість реакції. Ці відмінності мали б сприяти більш швидкій адаптації юнаків до стресових ситуацій. Однак, у цих умовах для журналіста важливо ще й вміти швидко опанувати себе, зібратися з думками, логічно і змістовно висловлюватись. При моделюванні умов прямого ефіру в телестудії юнакам важче було знаходити потрібні слова, формулювати думки, впевнено триматися перед телекамерою, що провокувало розвиток психоемоційного стресу.

В результаті проведеної роботи встановлено, що дівчата віком 18-19 років більш стійкі (на 2,5%) до психоемоційних навантажень при підготовці майбутніх журналістів, ніж їх ровесники юнаки.

### Література

1. Єременко Г.М., Полька Н.С. Результати вивчення статевого розвитку школяра різних регіонів України // Актуальні питання охорони здоров'я дівчат-підлітків. - Харків, 2009.-С.51-53.
2. Ковешніков В.Г., Никитюк Б.А. Медицинская антропология. – К.: Здоров'я, 2002. – 200 с.

### Summary

*It was estimated that femes 18-19 years old are more rigidity to psychoemotional charge of bacon factory cutting department compared with youths of same age.*