

Секция «Качественные и количественные методы исследования в психологии»

**Анализ адаптационных нарушений студентов-медиков с помощью методики  
«Человек под дождем»**

**Научный руководитель – Акимова Ольга Витальевна**

***Ерёма Анна Сергеевна***

*Студент (специалист)*

Саратовский государственный медицинский университет имени В.И. Разумовского,  
Саратов, Россия

*E-mail: anya\_erema@bk.ru*

**Введение.** Люди часто сталкиваются с неблагоприятными ситуациями, с которыми необходимо уметь справляться. Однако для этого у человека должны быть определённые резервы, а также механизмы защиты. Психика человека также может по-разному реагировать на стрессовую ситуацию, и соответственно механизмы защиты также могут отличаться. В определенных ситуациях действие механизмов защиты ведет к различного рода дезадаптационным нарушениям [1].

**Цель исследования:** оценка потенциала методики "Человек под дождем" для самодиагностики адаптационных нарушений студентов медиков младших курсов.

**Материалы и методы исследования:** проективная методика «Под дождём»; методы описательной статистики; теоретический анализ специализированной литературы; систематизация и обобщение данных. В исследовании приняли участие 49 студентов Саратовского ГМУ им. В. И. Разумовского 1-2 курсов, возраст 18,12 +- 0,54.

**Результаты исследования.**

Было выявлено несколько наиболее значимых критериев оценки: отсутствие опоры (37% в обычной ситуации (об. с.), 14% в неблагоприятной ситуации (неб.с.)), импульсивность (25% в об. с., 31% в неб. с.), тревожность (69% в об. с., 67% в неб. с.) и низкая самооценка (0% в об. с., 37% в неб. с.).

**Обсуждение результатов.** Значительный процент отсутствия опоры может быть связан с шаткостью положения человека в наше время. А в неблагоприятных условиях он может понижаться в связи с осознанием, что перед лицом проблем необходимо быть стойким, чтобы преодолеть трудности. Импульсивность порождает неконтролируемые действия из-за излишних эмоциональных переживаний, либо в силу обстоятельств извне [2]. Так что, увеличение проявления импульсивности в неблагоприятной ситуации является вполне ожидаемой реакцией психики на негативный раздражитель и помогает мыслить быстрее.

Тревожность вызывает только те ситуации, которые личностно значимы для субъекта, а также соответствуют его актуальным потребностям [3]. Поэтому повышенная тревожность среди студентов может быть связана с нестабильным состоянием в наиболее значимых для них сферах. Тревожность может помочь не забыть сделать все важные дела вовремя и избежать неприятных последствий в будущем.

Понижение самооценки в неблагоприятных условиях обозначает неуверенность в своих силах при столкновении с жизненными проблемами. Это может быть связано с тем, что все испытуемые не столь давно вступили во взрослую жизнь и ещё не готовы полностью самостоятельно справляться с неблагоприятными ситуациями. В таком случае необходима поддержка извне для повышения веры в собственные силы и осознания, что человек не один в этой ситуации.

**Заключение.** Проективная методика «Человек под дождем» хорошо подходит для самодиагностики адаптационных нарушений студентов медиков младших курсов. Лич-

ностные резервы и защитные механизмы помогают психике человека справляться с неблагоприятными стимулами. Для студентов медицинского вуза наиболее значимыми механизмами защиты являются тревожность, импульсивность и отсутствие опоры. Также выделено снижение самооценки в неблагоприятных условиях у 37% испытуемых. Личностными резервами являются способность быстро действовать, уменьшение прокрастинации. Также может помочь поддержка от близких людей.

#### Источники и литература

- 1) 1. Черенева, Е. А. Защитные механизмы поведения как фактор адаптивного поведения личности / Е. А. Черенева // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2013. – № 6(134). – С. 122-126. – EDN QZIMCB.
- 2) 2. Дубатова, И. В. Роль импульсивности и расстройств импульсного контроля в формировании аддиктивных расстройств / И. В. Дубатова, А. В. Анцыборов // . – 2019. – № 6(40). – С. 68-84. – DOI 10.21661/r-497111. – EDN PBXLOW.
- 3) 3. Мисунов, С. Н. Понятие тревожности / С. Н. Мисунов // Вестник науки. – 2021. – Т. 1, № 2(35). – С. 17-20. – EDN MQGXAA.