

Р.П. Шевченко
кандидат психологических наук, доцент,
заведующая кафедрой практической психологии
Одесского национального морского университета

Реактивная и личностная тревожность у студентов специальностей морского и речного транспорта

В статье на основе анализа научной литературы, проведенных бесед, эмпирического исследования с помощью методики «Шкала реактивной и личностной тревоги Спилбергера-Ханина» проанализированы особенности психоэмоционального состояния студентов специальности морского и речного транспорта, в частности состояние реактивной и личностной тревоги.

Изучен вопрос объективно существующей базы формирования повышенной реактивной и личностной тревоги в выделенной диагностической категории в силу особенностей данной работы, связанной с длительным пребыванием в рейсе. Это в свою очередь накладывает значимые нагрузки на психофизиологическое состояние человека. Вахтовый метод работы, пребывание в помещениях с повышенным уровнем шума, загрязненным воздухом, изменение климатических зон – факторы, влияющие на психофизиологическое состояние моряка.

В ходе реализации цели исследования – изучить состояние реактивной и личностной тревоги у студентов специальности морского и речного транспорта, прошедших плавпрактику – были использованы методы: наблюдение, беседа с испытуемыми, методика «Шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера-Ханина». Исследование было проведено на базе Одесского национального морского университета, в нем приняли участие 50 студентов, прошедших плавпрактику, прошедших в море не менее 3 месяцев. Исследование было проведено при информационном согласии со стороны обследованных, с соблюдением норм этики и биоэтики.

Анализ полученных данных свидетельствует о том, что показатели личностной тревоги по сравнению с показателями ситуативной тревоги у студентов после длительного рейса достоверно отличаются в уровнях «умеренная тревога» и «выраженный уровень тревоги» ($p < 0,05$).

Проведенное исследование состояния реактивной и личностной тревоги у студентов специальности речного и морского транспорта свидетельствует о достоверном наличии определенного спектра свойств: периоды пониженного настроения, раздражительности, тенденция чаще расстраиваться по незначительным поводам, чем раньше. Высказывания о желании быть такими же счастливыми, как большинство окружающих. Склонность длительно переживать неприятности, возврата к переживаниям уже прожитого, без возможности изменить что-либо по объективным причинам. Наличие периодов снижения работоспособности. Выявленные характеристики сигнализируют о наличии снижения адаптационных возможностей у студентов, необходимости проведения дополнительных исследований психоэмоциональной сферы моряков.

Ключевые слова: реактивная тревога, личностная тревога, нарушения адаптации, студенты морских специальностей.

Р.П. Шевченко
кандидат психологічних наук, доцент,
завідувача кафедрою практичної психології
Одеського національного морського університету

Реактивна і особистісна тривожність у студентів спеціальностей морського і річкового транспорту

У статті на основі аналізу наукової літератури, проведених бесід, емпіричного дослідження за допомогою методики «Шкала реактивної і особистісної тривоги Спілбергера-Ханіна» проаналізовано особливості психоемоційного стану студентів спеціальності морського і річкового транспорту, зокрема стан реактивної і особистісної тривоги.

Вивчено питання об'єктивно існуючої бази формування підвищеної реактивної і особистісної тривоги у виділеній діагностичній категорії в силу особливостей даної роботи, пов'язаної з тривалим перебуванням у рейсі. Це в свою чергу накладає значуще навантаження на психофізіологічний стан людини. Вахтовий метод роботи, перебування в приміщеннях з підвищеним рівнем шуму, забрудненим повітрям, зміна кліматичних зон – фактори, що впливають на психофізіологічний стан моряка.

У ході реалізації мети дослідження – вивчити стан реактивної та особистісної тривоги у студентів спеціальності морського і річкового транспорту, що пройшли плавпрактику – були використані методи: спостереження, бесіда з випробуваними, методика «Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна». Дослідження було проведено на базі Одеського національного морського університету, взяли участь 50 студентів, які пройшли плавпрактику, провели в морі не менше 3 місяців. Дослідження було проведено за інформаційної згоди з боку обстежених, з дотриманням норм етики та біоетики.

Аналіз отриманих даних свідчить про те, що показники особистісної тривоги в порівнянні з показниками ситуативної тривоги у студентів після тривалого рейсу достовірно відрізняються в рівнях «помірна тривога» і «висока тривога» ($p < 0,05$).

Проведене дослідження стану реактивної та особистісної тривоги у студентів спеціальності річкового і морського транспорту свідчить про достовірну наявність певного спектру властивостей: періоди зниженого настрою, дратівливості, тенденція частіше засмучуватися з незначних приводів, ніж раніше. Висловлювання про бажання бути такими ж щасливими, як більшість оточуючих. Схильність тривало переживати неприємності, повернення і переживання вже прожитого, без можливості змінити що-небудь з об'єктивних причин. Наявність періодів зниження працездатності. Виявлені характеристики сигналізують про наявність зниження адаптаційних можливостей у студентів, необхідності проведення додаткових досліджень психоемоційної сфери моряків.

Ключові слова: реактивна тривога, особистісна тривога, порушення адаптації, студенти морських спеціальностей.

R. Shevchenko
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Odessa National Maritime University,
head of the department "Practical Psychology"

Reactive and personal anxiety among students of sea and river transport specialties

The article analyzes the features of the psycho-emotional state of students of the of sea and river transport specialties, in particular, the state of reactive and personal anxiety based on the analysis of scientific literature, interviews, empirical research using the Spielberger-Khanin Scale of Reactive and Personal Anxiety.

The question of the objectively existing base of the formation of increased reactive and personal anxiety in the selected diagnostic category due to the specificities of this occupation, associated with an extended naval voyage. This in turn imposes a significant load on the psycho-physiological state of a person. Shift method of work, being in spaces with high noise levels of noise, polluted air, frequent change of climatic zones are factors affecting the psycho-physiological state of a sea worker.

During the realization of the research goals – to study the state of reactive and personal anxiety among students of the sea and river transport specialties who underwent naval practice – the following methods were used: observation, conversation with subjects, the Spielberger-Hanin Scale of Reactive and Personal Anxiety. The study was conducted on the research basis of the Odessa National Maritime University, was attended by 50 students who have completed naval practice, who have spent at least 3 months at sea. The study was conducted with the informational consent of the surveyed, in compliance with the norms of ethics and bioethics.

Analysis of the data suggests that the indicators of personal anxiety compared with the indicators of situational anxiety among students after a long trip are significantly different in the levels of "moderate anxiety" and "high anxiety" ($p < 0.05$).

A study of the state of reactive and personal anxiety among students specializing in river and sea transport indicates a verifiable presence of a certain range of properties: periods of low mood, irritability, a tendency to get upset more often on minor occasions than prior. Statements about the desire to be as lucky as the majority of others. The tendency to feel anxiety regarding experienced difficulties, to return and re-live past experiences, without the ability to change anything due to objective reasons. The presence of periods of decline in productivity. The found characteristics signal a reduction in the adaptive capacity of students in the diagnosed clinical circle, the need for additional research on the psycho-emotional sphere of seafarers.

Keywords: *reactive anxiety, personal anxiety, adaptation disorders, students of marine specialties.*

Постановка проблеми

В современных условиях рынка труда все больше возрастают требования к работнику: его профессионализму, коммуникабельности, умению адаптироваться в новых для себя условиях. Все это накладывает значимую нагрузку на психофизиологическое состояние человека. В особенно сложных условиях работы оказываются представители профессий, чей ежедневный труд происходит в экстремаль-

ных условиях. Вахтенный метод работы, пребывание в помещениях с повышенным уровнем шума, загрязненным воздухом, частая смена климатических зон – факторы, влияющие на психофизиологическое состояние моряка.

Анализ последних исследований и публикаций

Автор Криворотько А. С. (2013) указал, что в условиях постоянно воздействующих на здоровье и психоэмоциональное состоя-

ние моряка факторов необходимы исследования данной отрасли. Объективно возникают новые требования к медицинскому обеспечению моряков. Указал, что длительный отрыв от берега у представителей данной специальности может сопровождаться определенным спектром эмоционального напряжения, вызванного в том числе переживанием чувства одиночества, что накладывает определенную напряженность в ходе адаптационного процесса [1].

Исследователи Л. Н. Галанкин, В. В. Буров (2014) так же указали необходимость оказания медицинской помощи представителям плавательных специальностей в условиях рейса. Научный интерес вызывает предложенный авторами альтернативный способ оказания медицинских услуг на судне, не имеющем в экипаже врача – теоретическая модель комплекса новых технических мер по организации профессионального образования для ускоренного внедрения морской телемедицины. Этот комплекс, по мнению авторов, обеспечит морякам во время морского рейса квалифицированную врачебную помощь на судне [2].

Зайцев В. И. (2014) на базе проведенного анализа литературных источников, в которых изучены условия труда на флоте, выделил основные группы факторов, которые обуславливают неблагоприятные условия труда плавсостава. В исследовании автор анализирует условия труда. Особый научный интерес вызывает предположение о возможной связи приведенных факторов технической и социальной среды с профессиональной и производственно обусловленной заболеваемостью моряков [3].

Исследователи Б. В. Панов, С. В. Балабан, С. Г. Чебан (2013) проанализировали распространённость конкретных нозологических форм в зависимости от стажа работы и возраста моряков. Наибольшее количество патологии сердечнососудистой системы, что традиционно трактуется как прямая связь с эмоциональной сферой субъекта, наблюдалось у лиц командного и рядового составов машинной группы,

так же авторы отметили выраженность данных показателей у моряков палубного состава [4].

Авторы Т. Н. Рымина, Е. В. Пятыхова (2014) в результате проведенного исследования воздействия факторов производственной среды на представителей морских специальностей в условиях рейса выявили, что целый комплекс факторов судовой среды оказывает влияние на состояние здоровья моряков, вызывая ответную реакцию в виде стресса [5].

Комплексное исследование, представленное авторами О. П. Ломовым, И. М. Ахметзяновым, М. О. Соколовым (2014), посвящено гигиеническому анализу физических факторов обитаемости кораблей. Особый интерес представляют предложенные авторами организационно-методические подходы к количественному определению степени профессионального риска нарушения здоровья плавсостава [6].

В исследовании В. И. Решняк, А. Г. Щурова, О. В. Витязева (2014) рассмотрены причины развития десинхроноза работников флота, так же связанные с нарушением согласования внешних и внутренних биологических ритмов, физиологические и социальные нарушения жизнедеятельности организма человека. Авторы предложили меры предупреждения дезадаптационных расстройств во время длительных рейсов [7].

А. Н. Ишеков, И. Г. Мосягин (2013) выделили как один из факторов психобиологического состояния моряка во время длительных рейсов – устойчивость к укачиванию в море. По предоставленным данным изучения на основе стабилотрии в динамике арктического рейса, исследователи провели сравнительный анализ состояния между членами состава экспедиции и экипажа научно-исследовательского судна, обнаружили возможности адаптации исследованных групп [8].

Д. Е. Транковский (2013) исследовал воздействие неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановки на морских и рыбопромысловых судах, неблагоприятное воздействие на состояние здоровья моряка производственных факторов,

обусловленных конструктивными особенностями транспортного средства [9].

Не решенные ранее части общей проблемы

Вышеизложенное подтверждает наличие научного, производственного, социально-психологического аспектов в проблеме психоэмоционального состояния представителей морских профессий. Важной составляющей декларируемого вопроса является состояния реактивной и личностной тревоги у моряка. Особый интерес представляет состояние реактивной и личностной тревоги у студентов специальности морского и речного транспорта, прошедших, согласно учебного плана специальности, плавпрактику.

Исследование проведено согласно теме госбюджетной научно-исследовательской работы кафедры практической психологии Одесского национального морского университета «Стрессогенность в современном обществе» (протокол №4 от 14.11.2017 г.).

Формулирование целей статьи

Изучить состояние реактивной и личностной тревоги у студентов специальности морского и речного транспорта, прошедших плавпрактику.

Изложение основного материала исследования

В ходе работы были использованы следующие методы исследования: наблюдение, беседа с испытуемыми, методика «Шкала реактивной и личностной тревож-

ности Спилбергера-Ханина» [10].

Для изучения состояния реактивной и личностной тревоги после длительных плаваний была набрана группа испытуемых из числа студентов 4 курса Одесского национального морского университета. Всего в исследовании приняло участие 50 студентов, прошедших плавпрактику, проводших в море не менее 3 месяцев. Исследование было проведено при информационном согласии со стороны обследованных с соблюдением норм этики и биоэтики. Результаты отражены в таблице 1.

Анализ данных, отраженных в таблице, свидетельствует о том, что показатели личностной тревоги по сравнению с показателями ситуативной тревоги у студентов после длительного рейса достоверно отличаются в уровнях «умеренная тревога» и «высокая тревога» ($p < 0,05$).

Обнаруженная тенденция свидетельствует о наличии в состоянии студентов характеризуемой группы достаточно нечастых состояний приподнятого настроения. В своих взглядах на происходящее они проявляют чувство раздражительности. Характеризую свое эмоциональное состояние, они отмечают, что часто расстраиваются.

Оценивая свою удачливость в жизненных ситуациях, они отмечают, что хотели бы быть такими же удачливыми, как большинство людей, окружающих их.

Оценивая собственное состояние реактивной и личностной тревоги, студенты выделенного диагностического круга

Таблица 1

Распределение групп студентов специальности морского и речного транспорта с реактивной и личностной тревожностью

Синдромы	Показатели СТ		Показатели ЛТ		критерий ϕ
	Абс. число	%	Абс. число	%	
Низкая (до 30 б.)	17	34	18	36	0.21
Умеренная (31-44 б.)	21	42	12	24	*1.93
Высокая (45 б. и более)	12	24	20	40	*1.72
итого	50	100	50	100	-

Примечание: * - разница показателей группы исследования «Показатели СТ» от показателей группы исследования «Показатели ЛТ» по критерию ϕ – угловое преобразование Фишера достоверно ($p < 0,05$)

отметили, что часто сильно переживают происходящие с ними неприятности и долгое время не могут забыть о том, что произошло. Склонность к возврату и переживанию уже прожитого, без возможности изменить что-либо по объективным причинам, ограничивают адаптационные возможности субъектов данной категории.

Оценивая свою работоспособность, студенты из числа опрошенных отмечают, что бывают периоды, когда они не чувствуют прилив сил и желание работать. Состояние обусловлено, по нашим наблюдениям, в том числе вынужденным пребыванием на ограниченном пространстве, отсутствием возможности смены внешних раздражителей, как следствие, переживание снижения работоспособности.

Исследованные отметили, что часто принимают происходящее «близко к сердцу», склонны переживать по незначительным причинам. Отметили, что часто испытывают чувство беспокойства из-за размышлений о планируемых, предстоящих делах и заботах.

Литература

1. Криворотько А. С. Психологические особенности переживания одиночества моряками дальнего плавания / А. С. Криворотько // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2013. – № 3 (54). – С. 71-75.
2. Галанкин Л. Н. Инновационное развитие медицинского обеспечения на морском судне / Л. Н. Галанкин, В. В. Буров // Вестник Государственного университета морского и речного флота им. адмирала С. О. Макарова. – 2014. – № 2 (24). – С. 9-16.
3. Зайцев В. И. Некоторые теоретические и практические аспекты изучения условий труда на флоте / В. И. Зайцев, С. А. Виноградов // Здоровье населения и среда обитания. – 2014. – № 2 (251). – С. 13-15.
4. Панов Б. В. Состояние здоровья моряков по результатам предварительных и периодических медицинских осмотров. Сообщение второе: показатели заболеваемости моряков возрастных и стажевых групп / Б. В. Панов, С. В. Балабан, С. Г. Чебан и др. // Актуальные проблемы транспортной медицины. – 2013. – № 4 (34). – С. 47-56.
5. Рымина Т. Н. Особенности воздействия стресса на работников плавсостава в условиях работы на море / Т. Н. Рымина, Е. В. Пятърова // Здоровье. Медицинская экология. Наука. – 2014. – № 4 (58). – С. 103-105.
6. Ломов О. П. Физические факторы обитаемости кораблей и судов / О. П. Ломов, И. М. Ахметзянов, М. О. Соколов и др. -СПб., 2014. – 560 с.
7. Решняк В. И. Профессиональная деятельность работников флота в условиях хронофизиологической адаптации / В. И. Решняк, А. Г. Щуров, О. В. Витязева // Вестник Государственного университета морского и речного флота им. адмирала С. О. Макарова. – 2014. – № 6 (28). – С. 20-24.
8. Ишеков А. Н. Показатели стабилотрии в динамике арктического рейса / А. Н. Ишеков, И. Г. Мосягин // Мир науки, культуры, образования. – 2013. – № 4 (41). – С. 355-358.
9. Транковский Д. Е. Условия труда и профессиональная заболеваемость работников транспорта в Приморском крае / Д. Е. Транковский // Здоровье. Медицинская экология. Наука. – 2013. – № 4 (58). – С. 111-113.
10. Психологические тесты для профессионалов / авт. сост. Н. Ф. Гребень. – Минск: Современ. шк., 2007. – 496 с.

Выводы

Таким образом, проведенное исследование состояния реактивной и личностной тревоги у студентов специальности речного и морского транспорта свидетельствует о достоверном наличии определенного спектра свойств: периоды сниженного настроения, раздражительности, тенденция чаще расстраиваться по незначительным поводам, чем ранее. Высказывания о желании быть такими же удачливыми, как большинство окружающих. Склонность длительно переживать произошедшие неприятности, к возврату и переживанию уже прожитого, без возможности изменить что-либо по объективным причинам. Наличие периодов снижения работоспособности. Обнаруженные характеристики сигнализируют о наличии снижения адаптационных возможностей студентов диагностируемого клинического круга, необходимости проведения дополнительных исследований психоэмоциональной сферы моряков.