

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОДИАГНОСТИКА ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
СРЕД/EDUCATIONAL PSYCHOLOGY, PSYCHODIAGNOSTICS OF DIGITAL EDUCATIONAL
ENVIRONMENTS

DOI: <https://doi.org/10.60797/PSY.2025.7.2>

ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ

Научная статья

Наумова Н.Н.^{1,*}

¹ ORCID : 0009-0000-3468-2714;

¹ Психологический центр «Перемена», Санкт-Петербург, Российская Федерация

¹ Ленинградский Государственный Университет имени А.С. Пушкина, Санкт-Петербург, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (natali.ilina22[at]mail.ru)

Аннотация

Данная статья раскрывает проблематику профессионального здоровья с акцентом на педагогическое направление профессиональной деятельности. С целью исследования критериев профессионального здоровья будущих педагогов использовалась авторская анкета для определения проблемных вопросов как категорий риска для профессионального здоровья студентов-первокурсников педагогического профиля. Для раскрытия личностных особенностей респондентов в статье приведены результаты корреляционного анализа на основе использованных методик «Шкала оценки поведения типа «А» (С. Д. Положенцев, Д. А. Руднев) и 16-ФЛЮ (16-факторный личностный опросник Кеттелла). Данное исследование посвящено изучению факторов риска для профессионального здоровья будущих педагогов.

Ключевые слова: профессиональное здоровье, здоровье педагога, личностные особенности.

SPECIFICS OF PROFESSIONAL HEALTH OF STUDENTS OF EDUCATIONAL PROFILE

Research article

Naumova N.N.^{1,*}

¹ ORCID : 0009-0000-3468-2714;

¹ Psychological center "Peremena", Saint-Petersburg, Russian Federation

¹ LSU named A.S. Pushkin, Saint-Petersburg, Russian Federation

* Corresponding author (natali.ilina22[at]mail.ru)

Abstract

This article discloses the problematics of professional health with a focus on the pedagogical direction of professional activity. In order to study the criteria of professional health of future teachers, the author's questionnaire was used to identify problematic issues as risk categories for the professional health of first-year students of pedagogical profile. In order to describe the personal characteristics of the respondents, the paper presents the results of correlation analysis based on the used methods 'Behavioural Assessment Scale of Type "A"' (S. D. Polozhentsev, D. A. Rudnev) and 16-FPQ (16-Factor Kettell Personality Questionnaire). This research is dedicated to the study of risk factors for the professional health of future teachers.

Keywords: professional health, teacher's health, personal characteristics.

Введение

Проблема профессионального здоровья педагогов является актуальной в современной педагогической науке и практике. Интенсивная работа, высокая эмоциональная нагрузка, напряженные отношения с учениками и администрацией способствуют развитию стресса, профессионального выгорания и других негативных последствий для здоровья.

Концепция поведенческого фактора риска (тип А) (Type A behaviour pattern) предложена кардиологами Фридманом (Friedman) и Розенманом (Rosenman) Под типом А подразумеваются поведенческие черты личности, которым свойственна длительная борьба за достижение цели при сопротивлении извне. Эта личность никогда не отказывается от стремления достичь желаемого, несмотря на интенсивность борьбы и многократные поражения, что является одним из факторов риска для ухудшения профессионального здоровья [10].

Существует необходимость в проведении исследований, посвященных профессиональному здоровью будущих специалистов, которая будет заключаться в поиске эффективных диагностик состояния студентов и составлении работающих рекомендаций для профилактики заболеваний, к которым предрасположены студенты с типом поведения «А».

Цель настоящего исследования – изучение личностных особенностей и факторов риска для профессионального здоровья у будущих педагогов.

Методы и принципы исследования

В исследовании приняли участие 55 первокурсников педагогического факультета. В процессе обследования респондентов использовалась авторская анкета оценки различных факторов риска для профессионального здоровья, в которой студентам предлагалось отметить наиболее важные для них изменения в жизни после поступления в высшее учебное заведение. Так, получилось выделить несколько, особенно часто встречающихся категорий:

1. Изменение ритма сна-бодрствования, проблемы со сном.
2. Изменение социального круга, недостаток общения, недовольство актуальным окружением.
3. Проблемы или существенные изменения в режиме или качестве питания.
4. Проблемы со здоровьем, утомленность, плохое самочувствие.
5. Изменение стратегии обучения, трудности с обучением или количеством выполняемых заданий.
6. Курение.
7. Употребление алкоголя.
8. Исчезновение спорта из жизни (если ранее присутствовал).

Также использовались: шкала диагностики поведения типа А (С. Д. Положенцев, Д. А. Руднев) и 16-ФЛО (16-факторный личностный опросник Кеттелла).

В ходе исследования проведен корреляционный анализ.

Основные результаты

В результате корреляционного анализа были получены следующие результаты (рис. 1).

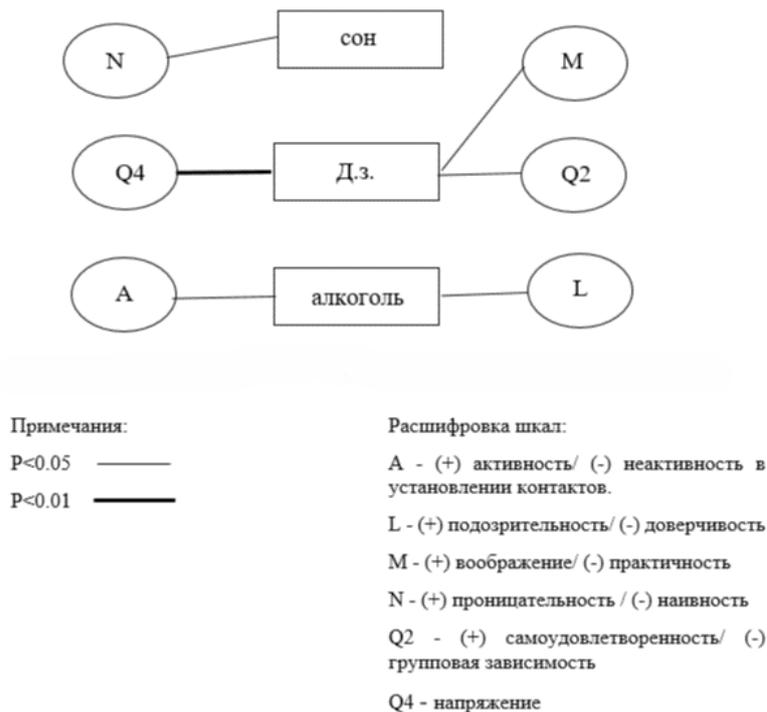


Рисунок 1 - Взаимосвязь проблемных вопросов и факторов личности студентов

DOI: <https://doi.org/10.60797/PSY.2025.7.2.1>

В исследовании было обнаружено несколько статистически значимых корреляций между шкалами методики 16-ФЛО и категориями авторской анкеты. Так, самая значимая взаимосвязь ($p < 0,01$) получена между шкалой напряжения (Q4) и проблемами, связанными с большим объемом работы или изменением стиля обучения может означать следующее. Студенты, которые склонны к напряжению, фрустрации и беспокойству (высокие показатели Q4), могут испытывать большие трудности при адаптации к повышенным учебным нагрузкам и изменениям в стиле обучения. Это может быть связано с тем, что постоянная учебная нагрузка и необходимость приспособливаться к новым методам преподавания создают стрессовые ситуации, которые еще больше повышают уровень внутреннего напряжения.

В свою очередь, напряжение снижает концентрацию, ухудшает память и затрудняет способность эффективно учиться, тем самым усугубляя проблему. Также важно отметить, что эти результаты также могут отражать связь между напряжением, стрессом, и склонностью к проявлению черт поведения типа «А».



Рисунок 2 - Взаимосвязь поведенческих особенностей и проблемных вопросов у студентов
 DOI: <https://doi.org/10.60797/PSY.2025.7.2.2>

В процессе исследования выявлены значимые взаимосвязи (рис.2) между компонентами поведения типа А и некоторыми нездоровыми привычками, а также трудностями в обучении, что подчеркивает комплексное влияние личностных характеристик на образ жизни и академическую успеваемость. В частности, была установлена сильная положительная взаимосвязь между шкалами «Нетерпеливость» и «Враждебность» с курением ($p < 0,01$). Это указывает на то, что курение может выступать в качестве своеобразного механизма совладания с дискомфортом, вызванным нетерпением и враждебностью.

Нетерпеливым людям курение может давать иллюзию быстрого облегчения от напряжения, а враждебным, склонным к раздражительности и агрессивным реакциям, курение может представляться как способ справиться с негативными эмоциями, обеспечивая мгновенное, хотя и временное, удовлетворение. Этот результат подчеркивает, что люди с выраженными чертами типа А могут быть более подвержены аддиктивному поведению, поскольку они стремятся к быстрым способам снятия напряжения.

Кроме того, исследование показало статистически значимую взаимосвязь между ощущением «Дефицита времени» и пищевым поведением ($p < 0,05$). Это свидетельствует о том, что люди, постоянно испытывающие нехватку времени, могут пренебрегать здоровым питанием, делая выбор в пользу быстрого и не всегда полезного перекуса, что часто приводит к нерегулярному приему пищи и питанию в спешке.

Интересным и важным результатом является взаимосвязь между «Проблемами с обучением» и шкалами «Сдерживание эмоций» и «Соревновательность» ($p < 0,05$). Эта связь подчеркивает, что черты, традиционно ассоциируемые с поведением типа А, такие как чрезмерная соревновательность и склонность к подавлению эмоций, могут оказывать негативное влияние на академическую успеваемость. Постоянное стремление к конкуренции и неспособность адекватно выражать свои эмоции могут создавать высокий уровень напряжения, что, в свою очередь, препятствует эффективному обучению. Таким образом, данное исследование показывает, что некоторые характеристики поведения типа А, вопреки распространенным представлениям, не всегда способствуют успеху в учебе и могут даже приводить к возникновению трудностей.

Обсуждение

Полученные результаты демонстрируют сложную взаимосвязь между личностными характеристиками, нездоровыми привычками и академической успеваемостью.

Исследование также подтвердило, что проявления поведения типа А (нетерпеливость, враждебность) связаны с нездоровыми привычками, такими как курение, которое может выступать в качестве способа совладания с негативными эмоциями и напряжением. Кроме того, ощущаемый дефицит времени коррелирует с нездоровым питанием, а проблемы с обучением связаны с такими чертами типа А, как сдерживание эмоций и соревновательность, что свидетельствует о негативном влиянии этих черт на адаптацию к учебному процессу и академическую успеваемость.

Также выявлено, что студенты, склонные к напряжению, испытывают большие трудности при адаптации к повышенным учебным нагрузкам и изменениям в стиле обучения, что, в свою очередь, может усугублять проблему.

Заключение

Полученные результаты подчеркивают необходимость разработки персонализированных программ профилактики и поддержки, которые учитывали бы индивидуальные особенности студентов и способствовали формированию здорового образа жизни и эффективных стратегий обучения. Дальнейшие исследования, углубляющие понимание выявленных взаимосвязей, могут способствовать разработке более эффективных мер по поддержке будущих педагогов и повышению их профессионального благополучия.

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Киселева Л.С. Факторы, формирующие здоровье населения: сущность и типология / Л.С. Киселева // Международный журнал экспериментального образования. — 2015. — № 8. — Ч. 1. — С. 17–20.
2. Маклаков А.Г. Психологические особенности и структура поведенческого фактора риска ишемической болезни сердца (тип А) у молодых людей в период адаптации к военной службе dis. ...канд. Social and Human Sciences: 19.00.04: Медицинская психология : защищена 2025-02-04 : утв. 2025-02-04 / А.Г. Маклаков. — Ленинград: 2025. — 188 с.
3. О состоянии санитарно-эпидемиологического благополучия населения в Российской Федерации в 2022 году: Государственный доклад. — Москва : Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 2023.
4. Пономаренко В.А. Здоровье здорового человека. / В.А. Пономаренко, А. Разумов, В. Пискунов. — Москва: Медицина, 1997. — 205 с.
5. Коричкина Л.Н. Профессиональные болезни. Основные понятия и терминология: учебное пособие / Л.Н. Коричкина, О.Б. Поселюгина, И.Ю. Колесникова и др. — Тверь: Учебные издания для высших учебных заведений, 2019. — 131 с.
6. Положенцев С.Д. Поведенческий фактор риска ишемической болезни сердца / С.Д. Положенцев, Д.А. Руднев. — Ленинград: Наука, 1990. — С. 1.
7. Столяренко Л.Д. Этика и психология профессиональной деятельности / Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин, С.Ф. Исмаилова. — Москва: Феникс, 2023. — 318 с.
8. Интервью: «Главный профпатолог Минздрава РФ: абсолютно безвредных профессий не бывает» [Электронный ресурс] // ТАСС. — 2019. — URL: <https://tass.ru/interviews/6737422>. (дата обращения: 04.02.25)
9. Якуничева О.Н. Психология общения / О.Н. Якуничева. — Москва: Лань, 2024. — 224 с.
10. Friedman M Association of specific oven behaviour pattern blood and cardiovascular findings.. / M Friedman, R.H. Rosenman // Journal of the American Medical Association. — 1959. — № 169.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Kiseleva L.S. Faktori, formiruyushchie zdorove naseleniya: sushchnost i tipologiya [Factors shaping the health of the population: essence and typology] / L.S. Kiseleva // Mezhdunarodnii zhurnal eksperimentalnogo obrazovaniya [International Journal of Experimental Education]. — 2015. — № 8. — Pt. 1. — P. 17–20. [in Russian]
2. Maklakov A.G. Psichologicheskie osobennosti i struktura povedencheskogo faktora riska ishemicheskoy bolezni serdca (tip A) u molody'x lyudej v period adaptacii k voennoj sluzhbe [Psychological features and structure of the behavioral risk factor for coronary heart disease (type A) in young people during the period of adaptation to military service] dis...of PhD in Social and Human Sciences: 19.00.04: Медицинская психология : defense of the thesis 2025-02-04 : approved 2025-02-04 / A.G. Maklakov. — Leningrad: 2025. — 188 p. [in Russian]
3. O sostoyanii sanitarno-epidemiologicheskogo blagopoluchiya naseleniya v Rossiiskoi Federatsii v 2022 godu [On the state of sanitary and epidemiological welfare of the population in the Russian Federation in 2022]: State Report. — Moscow: Federal Service for Supervision of Consumer Rights Protection and Human Welfare, 2023. [in Russian]
4. Ponomarenko V.A. Zdorov'e zdorovogo cheloveka. [Health of a healthy person] / V.A. Ponomarenko, A. Razumov, V. Piskunov. — Moscow: Medicina, 1997. — 205 p. [in Russian]
5. Korichkina L.N. Professional'ny'e bolezni. Osnovny'e ponyatiya i terminologiya:uchebnoe posobie [Occupational diseases. Basic concepts and terminology: a textbook] / L.N. Korichkina, O.B. Poselyugina, I.Yu. Kolesnikova et al. — Tver': Uchebny'e izdaniya dlya vy'sshix uchebny'x zavedenij, 2019. — 131 p. [in Russian]
6. Polozhentsev S.D. Povedencheskii faktor riska ishemicheskoi bolezni serdtsa [Behavioral risk factor for coronary heart disease] / S.D. Polozhentsev, D.A. Rudnev. — Leningrad: Nauka, 1990. — P. 1. [in Russian]
7. Stolyarenko L.D. E'tika i psixologiya professional'noj deyatel'nosti [Ethics and psychology of professional activity] / L.D. Stolyarenko, S.I. Samy'gin, S.F. Ismailova. — Moscow: Feniks, 2023. — 318 p. [in Russian]
8. Interv'yuu: «Glavny'j profpatolog Minzdrava RF: absolyutno bezvredny'x professij ne by'vaet» [Interview: "Chief occupational therapist of the Ministry of Health of the Russian Federation: there are no absolutely harmless professions"] [Electronic source] // TASS. — 2019. — URL: <https://tass.ru/interviews/6737422>. (accessed: 04.02.25) [in Russian]
9. Yakunicheva O.N. Psixologiya obshheniya [Psychology of communication] / O.N. Yakunicheva. — Moscow: Lan', 2024. — 224 p. [in Russian]
10. Friedman M Association of specific oven behaviour pattern blood and cardiovascular findings.. / M Friedman, R.H. Rosenman // Journal of the American Medical Association. — 1959. — № 169.