

А.Л. Церковский

ОСОБЕННОСТИ ТЕМПЕРАМЕНТНЫХ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ КАК ФАКТОРОВ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Витебский государственный медицинский университет

Статья посвящена исследованию темпераментных свойств личности как факторов стрессоустойчивости (СУ) студентов медицинского вуза. Были изучены темпераментные свойства (экстраверсия, интроверсия, нейротизм) у 348 студентов. Выявлена более высокая стрессоустойчивость по шкале «экстраверсия-интроверсия» и обратная зависимость уровня СУ от показателей по шкале «нейротизм». У юношей преобладает интроверсия над экстраверсией и низкий нейротизм над высоким нейротизмом; для девушек характерно доминирование экстраверсии над интроверсией и высокого нейротизма над низким нейротизмом.

По выявленным особенностям индивидуальных факторов стрессоустойчивости можно ожидать от студентов хорошей успеваемости. Результаты исследования могут использоваться при проведении учебных занятий на кафедре психологии и педагогики, в работе кураторов академических групп и психологической службы ВГМУ.

Ключевые слова: экстраверсия, интроверсия, нейротизм, стрессоустойчивость.

ВВЕДЕНИЕ

Исследование индивидуальных (индивидуально-биологических) факторов стрессоустойчивости студентов является частью НИР кафедры психологии и педагогики «Исследование стрессоустойчивости студентов медицинского вуза».

К данным факторам относятся темперамент и его свойства: экстраверсия, интроверсия, высокий (эмоциональная лабильность) и низкий (эмоциональная устойчивость) нейротизм.

Темперамент – это совокупность индивидуальных особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоци-

ональную сторону ее деятельности и поведения. Он отражает динамические аспекты поведения, преимущественно врожденного характера, поэтому свойства темперамента наиболее устойчивы и постоянны по сравнению с другими психическими особенностями человека.

В основе выделения темпераментных свойств лежит типологическая модель темперамента Ганса Айзенка. Тип темперамента, согласно этому автору, представляет собой один из четырех квадрантов при пересечении двух ортогональных шкал: 1) экстраверсия-интроверсия и 2) нейротизм: эмоциональная устойчивость – лабильность [1].

Экстраверсия-интроверсия – характеристика типических различий между людьми, крайние полюсы которой соответствуют преимущественной направленности человека либо на мир внешних объектов (у экстравертов), либо на собственный субъективный мир (у интровертов).

Нейротизм – черта личности, характеризующаяся эмоциональной неустойчивостью, тревогой, низким самоуважением, иногда – вегетативными расстройствами [1].

Мы разделяем ту точку зрения, согласно которой темпераментные свойства можно рассматривать как индивидуальные характеристики, обуславливающие протекание стресса. Подверженность человека стрессам и его способность противостоять многочисленным жизненным стрессовым ситуациям определяется стрессоустойчивостью (СУ).

Стрессоустойчивость – это индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в специфической взаимосвязи разноуровневых свойств интегральной индивидуальности, что обеспечивает биологический, физиологический и психологический гомеостаз системы и ведет к оптимальному взаимодействию субъекта с окружающей средой в различных условиях жизнедеятельности и деятельности [2].

Целью исследования является изучение темпераментных свойств как факторов стрессоустойчивости студентов.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Для достижения поставленной цели нами было обследовано 348 студентов ВГМУ, из них 106 юношей (30,5 %) и 242 девушки (69,5 %). Средний возраст на момент исследования составил $19,2 \pm 1,5$ года.

Изучение темпераментных свойств личности студентов проводилось с помощью «Тест-опросника для диагностики свойств и типа темперамента Г. Айзенка» (EPQ, форма А) [3]. Он включает в себя 57 вопросов, из которых 24 связаны со шкалой экстраверсии-интроверсии, еще 24 – со шкалой нейротизма, а остальные 9 входят в контрольную Л-шкалу («шкалу лжи»), предназначенную для оценки степени искренности испытуемого при ответах на вопросы. Тест содержит следующую инструкцию: «Вам предлагается ряд вопросов. На каждый вопрос отвечайте только «да» или «нет». Не тратьте время на об-

суждение вопросов, здесь не может быть хороших или плохих ответов, так как это не испытание умственных способностей». В обработку включались лишь те результаты тестирования, которые по «шкале лжи» не превышали трёх баллов. К интровертам были отнесены студенты с количеством баллов по шкале «интроверсия-экстраверсия» не более 9; к экстравертам – не менее 15 баллов. В группу с «низким нейротизмом» были включены студенты, набравшие по шкале «нейротизм» не более 7 баллов; в группу с «высоким нейротизмом» – не менее 15 баллов по данной шкале. Продолжительность тестирования – не более 30 минут.

При исследовании уровня стрессоустойчивости была использована «Методика для определения вероятности развития стресса (по Т.А. Немчину, Тейлору)» [4]. Тест содержит 50 утверждений с одним вариантом ответа: либо «да», либо «нет». Необходимо отметить только те утверждения, с которыми студент согласен. Если количество таких утверждений достигает 5–15, то прогнозируется высокая СУ; если число утверждений не превышает 25 – прогнозируется средний уровень СУ; если их число выше 25 – у студента прогнозируется низкая СУ. Продолжительность тестирования – 15-30 минут.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты исследования темпераментных свойств личности студентов указывают, прежде всего, на доминирование студентов-экстравертов с высоким нейротизмом. С учётом гендерных различий у юношей преобладает интроверсия над экстраверсией (соответственно 58,5 % и 41,5 %), низкий нейротизм над высоким нейротизмом (52,8 % против 47,2 %). Для девушек характерно доминирование экстраверсии над интроверсией (соответственно 79,3 % и 20,7 %; $p < 0,05$), высокого нейротизма над низким нейротизмом (88,4 % против 11,6 %; $p < 0,01$). Эти результаты отражены в таблице 1.

Анализ соотношения темпераментных свойств и СУ студентов свидетельствует о доминировании высокого уровня СУ среди студентов с низким нейротизмом (таблица 2). Средний уровень СУ характерен студентам-экстравертам ($p < 0,05$). У студентов-интровертов с высоким нейротизмом

Таблица 1 – Пол и темпераментные свойства студентов

Свойства темперамента Пол	Экстраверсия		Интроверсия		Низкий нейротизм		Высокий нейротизм	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Юноши	44	41,5	62	58,5	56	52,8	50	47,2
Девушки	192	79,3	50	20,7	28	11,6	214	88,4
Всего	236	67,8	112	32,2	84	24,1	264	75,9

Примечание: Абс. – абсолютное количество студентов, % – то же в процентах.

Таблица 2 – Соотношение свойств темперамента и СУ студентов

Свойства темперамента Уровни СУ	Экстраверсия		Интроверсия		Низкий нейротизм		Высокий нейротизм	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Высокий	58	25,0	21	18,8	58	69,2	57	21,7
Средний	149	62,5	42	37,5	16	19,2	92	34,8
Низкий	29	12,5	49	43,7	10	11,6	115	43,5

Примечание: Абс. – абсолютное количество студентов, % – то же в процентах.

чаще определяется низкий уровень СУ.

Основу интерпретации полученных данных составляет физиологическая и психологическая сущность темпераментных свойств личности.

Так, экстраверт, по сравнению с интровертом, труднее вырабатывает условные рефлексы, обладает большей терпимостью к боли, но меньшей терпимостью к сенсорной депривации, вследствие чего не переносит монотонности, чаще отвлекается во время работы и т.п. Типичными поведенческими проявлениями экстраверта являются общительность, импульсивность и недостаточный самоконтроль, хорошая приспособляемость к среде, открытость в чувствах. Он отзывчив, жизнерадостен, уверен в себе, стремится к лидерству, имеет много друзей, несдержан, стремится к развлечениям, любит рисковать, остроумен, не всегда обязателен.

У интроверта преобладают следующие особенности поведения: он часто погружен в себя, испытывает трудности, устанавливая контакты с людьми и адаптируясь к реальности. В большинстве случаев интроверт спокоен, уравновешен, миролюбив, его действия продуманны и рациональны. Круг друзей у него невелик. Интроверт высоко ценит этические нормы, любит планировать будущее, задумывается над тем, что и как будет делать, не поддается моментальным побуждениям, пессимистичен. Интроверт не любит волнений, придерживается заведенного жизненного порядка. Он строго контролирует

свои чувства и редко ведет себя агрессивно, обязателен.

Люди с высоким нейротизмом отличаются нестабильностью, неуравновешенностью нервно-психических процессов, эмоциональной неустойчивостью, а также лабильностью вегетативной нервной системы. Поэтому они легко возбудимы, для них характерны изменчивость настроения, чувствительность, а также тревожность, мнительность, медлительность, нерешительность. Для людей с низким нейротизмом характерными являются такие особенности, как эмоциональная стабильность, спокойствие, уравновешенность, уверенность, решительность.

Результаты проведенного исследования согласуются с имеющимися литературными данными, согласно которым отмечается относительно лучшая адаптация экстравертов в обычных жизненных условиях (Williams S.B., Bicknell-Behr J., 1992) [3] и, соответственно, худшая адаптированность интровертов (Hara T., Yokota M., Tomita Y., 1985; McCullough J.P. e.a., 1994; Oles P.K., 1999) [3].

На обратную связь уровня стрессоустойчивости со степенью нейротизма указывает А.М. Боковиков [5].

По мнению Р. Лазаруса, у лиц с высоким уровнем нейротизма оценка собственных ресурсов подвергается значительному искажению: чаще всего они оцениваются как неадекватные, что приводит их к недооценке угрожающего значения стрессогенных ситуаций. И, наоборот, эмоционально устойчивые индивиды воспринимают

стрессогенные события как вызов, потребность и стремление их активно преодолеть [6].

При изучении СУ студентов имеет важное значение существование соотношения между успехами в учебе и типами, а также свойствами темперамента.

Экстраверты достигают хорошей успеваемости благодаря выбору оптимальной формы копинг-поведения. Установлено, например, что хорошо успевающие экстраверты более общительны, делятся своими проблемами с другими людьми, т.е. ищут социальную поддержку [7].

Интроверты, как отмечает Д. Чайлд (1989), обладают лучшей способностью к усвоению и запоминанию нового материала, поэтому выше и вероятность успешной учебы [8]. Этот вывод подтверждают также результаты, полученные Галлахером (1996), который показал, что нейротичные и эмоционально стабильные интроверты учились, как правило, лучше экстравертов. Однако в действительности отношения между успеваемостью и «экстраверсией-интроверсией» более сложные. Установлено, в частности, что интроверсия связана с учебной успеваемостью только у учащихся колледжей и университетов [7]. Кроме того, интроверсия – хороший прогностический показатель успешности обучения только для «точных», но не для социальных наук (Д. Го и К. Мур, 1978) [3].

Что касается нейротизма, то он, приводя к тревоге и ответственности, может способствовать успеваемости. Однако очень высокий нейротизм отрицательно влияет на успеваемость (Н.А. Курдюкова, 1997; Т.С. Турбина, 2002) [3]. В целом, по выявленным особенностям индивидуальных факторов стрессоустойчивости можно ожидать от студентов хорошей успеваемости.

Применительно к гендерному аспекту индивидуальных особенностей личности, есть данные о том, что девушки являются более экстравертированными, нежели юноши (И.М. Владимирова, 2001) [9]. Ответ на вопрос: «Кто обладает более высокой стрессоустойчивостью – юноши или девушки?» – пока остаётся открытым. Согласно полученным результатам, более высокая СУ девушек по шкале «экстраверсия-интроверсия» нивелируется более низкой СУ по шкале «нейротизма».

ВЫВОДЫ

Таким образом, на основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1) выявлены следующие особенности темпераментных свойств студентов: более высокая стрессоустойчивость по шкале «экстраверсия-интроверсия» и обратная зависимость уровня СУ от показателей по шкале «нейротизма»;

2) у юношей преобладает интроверсия над экстраверсией и низкий нейротизм над высоким нейротизмом; для девушек характерно доминирование экстраверсии над интроверсией и высокого нейротизма над низким нейротизмом;

3) по выявленным особенностям индивидуальных факторов стрессоустойчивости можно ожидать от студентов хорошей успеваемости;

4) результаты исследования могут использоваться при проведении учебных занятий на кафедре психологии и педагогики, в работе кураторов академических групп и психологической службы ВГМУ.

SUMMARY

A.L. Tserkovsky

FEATURES OF TEMPERAMENTAL PERSONALITY TRAITS AS FACTORS OF STRESS-RESISTANCE OF MEDICAL UNIVERSITY'S STUDENTS

The article deals with temperamental personality traits as factors of stress-resistance of students of medical colleges. Temperamental traits (extraversion, introversion, neuroticism) of 348 students have been studied. Higher stress-resistance on a scale of «extraversion-introversion» and the inverse relationship level of stress-resistance of the performance scale «neuroticism» has been revealed. Young men are characterized by the dominance of introversion over extraversion and the dominance of low neuroticism over high neuroticism; girls are characterized by the dominance of extraversion over introversion and high neuroticism over low neuroticism.

On the identified characteristics of individuality-stress-resistance good progress can be expected from the students. The study can be used during training sessions in the department of psychology and pedagogy, in the work of curators of academic groups and

psychological services of VSMU.

Keywords: extraversion, introversion, neuroticism, stress-resistance.

ЛИТЕРАТУРА

1. Айзенк, Г. Ю. Структура личности / Г.Ю. Айзенк. - СПб.: Ювента; М.: КСП+, 1999. - 464 с.

2. Субботин, С.В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя: дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / С.В. Субботин. - Пермь, 1992. - 152 с.

3. Ильин, Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2004. - 701 с.

4. Каменюкин, А.Г. Антистресс-тренинг / А. Г. Каменюкин, Д. В. Ковпак. - СПб.: Питер, 2008. - 224 с.

5. Боковиков, А. М. Определение модуля контроля за деятельностью и его роль в формировании и преодолении напряженности / А.М. Боковиков // Методики диагностики психических состояний и анализа деятельности человека. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1994. - С. 49-61.

6. Лазарус, Р. С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к психологическому стрессу / Р.С. Лазарус // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. - М.-Женева, 1989. - С. 121-126.

7. Gallagher, D. Personality, coping and objective outcomes: extraversion, neuroticism, coping styles and academic performance / D. Gallagher // Personality and Individual Differences. - 1996. - Vol. 21. - P. 421-429.

8. Child, D. The relationship between introversion-extraversion, neuroticism and performance in school examination / D. Child // British J. Of Educational Psychology. - 1989. - Vol. 34. - P. 178-196.

9. Ильин, Е.П. Пол и гендер / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2010. - 688 с.

Адрес для корреспонденции:

210023, Республика Беларусь,
г. Витебск, пр. Фрунзе, 27,
Витебский государственный
медицинский университет,
кафедра педагогики и психологии,
тел. раб.: 8 (0212) 27-06-50.
Церковский А.Л.

Поступила 31.10.2011 г.