

На правах рукописи



Гребенникова Татьяна Олеговна

**СУБЪЕКТИВНОЕ ОТНОШЕНИЕ К УЧЕБНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ
СИТУАЦИИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ
МЕДИЦИНСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

5.3.4. Педагогическая психология,
психодиагностика цифровых образовательных сред

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Москва – 2025

Работа выполнена на кафедре психологии и педагогической антропологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московский государственный лингвистический университет».

Научный руководитель: **Величковская Софья Борисовна**
кандидат психологических наук, доцент

Официальные оппоненты: **Поддьяков Александр Николаевич**
доктор психологических наук, профессор,
профессор департамента психологии факультета
социальных наук НИУ ВШЭ

Битюцкая Екатерина Владиславовна
кандидат психологических наук, доцент, доцент
кафедры общей психологии факультета
психологии МГУ

Ведущая организация: Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Томский
государственный университет»

Защита диссертации состоится «26» февраля 2026 года в 14 час. 30 мин. на заседании диссертационного совета 33.2.012.01, созданного на базе Московского государственного психолого-педагогического университета, по адресу: 127051, г. Москва, ул. Сретенка, д. 29, ауд. 220.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте Московского государственного психолого-педагогического университета:
<https://mgppu.ru/project/481/news/16628>

Автореферат разослан «___» _____ 20__ г.

Ученый секретарь
диссертационного совета 33.2.012.01
кандидат психологических наук, доцент



А.В. Лобанова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность темы исследования непосредственно связана с запросом на высококвалифицированных медицинских работников, а также с проблемой разработки эффективных методов совладания с факторами повышенной напряженности в трудовой деятельности. Изменение социально-экономических условий обуславливает изменение требований, которым должны соответствовать профессионалы, как уже сложившиеся, так и потенциальные. На первый план выступает тенденция к интеграции смежных областей медицинских знаний, и, как следствие, подготовке специалистов-«универсалов», что, в свою очередь, требует значительной реструктуризации базовых принципов медицинского образования. Необходимо теоретическое обоснование имеющихся объективных и субъективных факторов развития повышенной напряженности деятельности, негативно влияющих на формирование субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации, а также подготовка методической базы для освоения адекватных стратегий совладания с факторами повышенной напряженности в трудовой деятельности. Ввиду отсутствия научных работ по обозначенной проблематике особенно актуальным представляется осуществление эмпирических исследований, ориентированных на выявление факторов, обуславливающих формирование и определяющих специфику проявления стрессовой симптоматики у студентов медицинских специальностей.

Степень научной разработанности проблемы. В настоящее время существует ряд исследований, посвящённых механизмам формирования субъективного образа осуществляемой деятельности (Березина, 2012; Веккер, 1961; Гостев, 2001; Климов, 1995; Леонтьев, 1983; Ошанин, 1999) и его роли в развитии профессиональной идентичности, а также субъективного отношения к будущей профессии (Денисова, 2008; Люкшина, 2016; Микирчитан и др., 2014; Серкин, 2016; Сиваченко, 2015; McManus, 2004; Shleef, 2010). Тем не менее, остаётся вне фокуса внимания потенциал субъективного отношения к учебно-

профессиональной/трудовой ситуации в качестве дополнительного ресурса совладания с состояниями повышенной напряжённости. Также недостаточно подробно исследовано влияние эмоционального фона учебно-профессиональной деятельности на формирование субъективного отношения к будущей профессии и хронизацию симптоматики стресса. Таким образом, данное исследование, акцентируя внимание на рассмотрении обозначенных выше аспектов, может выступать предпосылкой для создания новой методологической базы при создании комплексов психолого-педагогических рекомендаций, направленных на поэтапное, осознанное формирование субъективного образа будущей профессии у обучающихся.

Цель исследования состоит в выявлении у студентов медицинских специальностей специфических особенностей субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации и влияния данных особенностей на развитие состояний повышенной напряженности с учетом уровня образования.

Задачи исследования:

1. Разработать теоретическую модель, описывающую систему факторов развития стресса у студентов медицинских специальностей и роль субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации в этой системе.
2. Разработать комплекс психодиагностических методик, позволяющих адекватно оценить степень выраженности состояний психологического стресса у студентов медицинских специальностей с учетом уровня образования и роли субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации в совладании с негативными состояниями повышенной напряженности;
3. Выявить особенности субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования;

4. Определить специфические особенности формирования и преодоления стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования;

5. Изучить закономерности, возникающие между проявлениями стресса у студентов медицинских специальностей и особенностями их субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации на разных уровнях образования;

6. Разработать рекомендации по составлению программ профилактических и коррекционных мероприятий, направленных на работу с проявлениями стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования.

Объект исследования – учебно-профессиональная деятельность студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования.

Предмет исследования – особенности взаимосвязи формирования стрессовых состояний и субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования.

Основные гипотезы исследования:

1. Особенности развития и переживания психологического стресса у студентов медицинских специальностей обусловлены субъективным отношением к учебно-профессиональной ситуации;

2. На каждом этапе обучения для студентов медицинских специальностей характерны специфические симптомы острых и хронических стрессовых состояний, а также их негативные последствия;

3. Высокую значимость для формирования адекватных представлений у обучающихся о потенциальных факторах повышенной напряженности и субъективных затруднениях, связанных с освоением профессии в процессе обучения, имеет мотивационная включенность в профессиональную деятельность и степень сформированности субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации.

Научная новизна исследования – установление степени значимости такого фактора развития состояний повышенной напряженности в учебно-профессиональной деятельности и возможности совладания с ними, как субъективные представления об учебно-профессиональной ситуации.

1. Установлены специфичные для студентов разных этапов образовательного процесса субъективно значимые факторы представлений о практических аспектах медицинской профессии;

2. Выявлена высокая значимость мотивационной включенности в профессиональную деятельность для формирования адекватных представлений обучающихся о потенциальных факторах повышенной напряженности и субъективных затруднениях, связанных с ее освоением.

3. Выявлены и описаны специфические для обучающихся на каждом уровне медицинского образования симптомы острых и хронических стрессовых состояний.

4. Выделены предикторы развития острых и хронических стрессовых состояний у обучающихся медицинских вузов. Установлена определяющая роль негативного эмоционального фона учебно-профессиональной деятельности и низкой дифференцированности субъективного образа будущей профессии.

5. Разработана интегральная модель развития стресса у студентов медицинских специальностей, позволяющая определить роль субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации в совладании с факторами повышенной напряженности деятельности.

Теоретическая значимость диссертационной работы заключается в обосновании необходимости своевременного формирования целостного, адекватного представления о профессии. Дифференцированный субъективный образ трудовой ситуации позволит выстроить систему средств саморегуляции, способствующих успешному совладанию с потенциальными стрессорами и реализации продуктивной профессиональной деятельности. Приоритетом

является комплексный подход к исследованию проблематики стресса в различных аспектах учебно-профессиональной деятельности.

Практическая ценность диссертации: исследование может послужить основой для разработки системы психологических рекомендаций, направленных на обеспечение успешной адаптации обучающихся к будущей трудовой деятельности, нивелирование субъективных затруднений, а также потенциальных факторов повышенной напряженности, обусловленных спецификой выбранной профессии, в частности, для медицинских специальностей: большое количество социальных взаимодействий, жёсткая регламентация профессиональной деятельности, отсутствие адекватной обратной связи о результатах профессиональной деятельности, повышенная личная и юридическая ответственность за собственные действия, завышенные требования и частые претензии со стороны пациентов и руководства, неблагоприятные условия труда и низкая материально-техническая оснащённость рабочих мест и т.д.

Методология исследования. Методологическая база исследования представлена работами отечественных и зарубежных ученых в рамках интегративного подхода к изучению проблематики профессионального стресса (В. А. Бодров, Л. Г. Дикая, А. Н. Занковский, Л. А. Китаев-Смык, А. Б. Леонова, А. А. Обознов, С. L. Cooper, Т. Cox, G. P. Hockey, R. Lazarus, C. Maslach, W. Schoenpflug), структурно-деятельностного подхода к проблематике профессионализации личности (Э. Ф. Зеер, Е. А. Климов, А. Н. Леонтьев, Ю. П. Поваренков, Y. L. Holland, T. Parsons, D. E. Super), проблемы оперативного образа (Д. А. Ошанин) и осознанной саморегуляции (В. И. Моросанова).

Методы исследования. Теоретические методы: анализ, синтез, обобщение. Эмпирические методы: социально-психологический опрос, включающий открытые и закрытые вопросы и предназначенный для сбора предварительной информации об особенностях обследуемой выборки, в том числе о профессиональных планах опрошенных и субъективных факторах

напряженности в их учебно-профессиональной деятельности, а также психодиагностические методики. Для оценки эмоционального фона учебно-профессиональной деятельности обучающихся применялась методика «Шкала дифференциальных эмоций (ШДЭ)» (А.Б. Леонова, А.С. Кузнецова); с целью выявления субъективно значимых характеристик учебно-профессиональной деятельности использовалась «Анкета для оценки субъективно важных характеристик деятельности (JDS)» (А.Б. Леонова, С.Б. Величковская). Качественно разнородные проявления стресса изучались с помощью «Опросника для оценки уровня переживаний острого и хронического стресса» (А.Б. Леонова). Исследование проводилось в формате анонимного опроса очно и онлайн.

Методы обработки и анализа данных. Применялись методы частотного анализа данных, описательной статистики, сравнительного анализа (критерий Манна-Уитни для независимых выборок), корреляционного анализа, двухфакторного дисперсионного анализа, множественного регрессионного анализа, проверки конструктивной валидности методик (альфа Кронбаха). Статистическая обработка проводилась с использованием функционала программы IBM SPSS Statistics 23.

Положения, выносимые на защиту.

1. Особенности субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации влияют на степень выраженности психологического стресса у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования.
2. Процесс формирования и специфика динамики стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования связаны со степенью сформированности субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации.
3. Низкая дифференцированность субъективного образа будущей профессии и негативный эмоциональный фон учебно-профессиональной деятельности являются ключевыми предикторами острых и хронических

стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования.

4. Наличие целостного, эмоционально-положительного образа учебно-профессиональной ситуации повышает мотивационную включенность в учебно-профессиональную деятельность и способствует более успешному совладанию с факторами повышенной напряженности у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования.

5. Интегральная модель развития стресса у студентов медицинских специальностей представляет методологическую базу для разработки практических рекомендаций по эффективному совладанию с факторами повышенной напряженности деятельности, адекватных особенностям субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации на каждом уровне образования.

Соответствие диссертации паспорту научной специальности 5.3.4. «Педагогическая психология, психодиагностика цифровых образовательных сред» обеспечивается соответствием проблематики и методологии исследования по следующим пунктам: п.1. психология обучающегося как субъекта образовательной среды на разных ступенях образования (дошкольного, школьного, вузовского, послевузовского, переподготовки), его личностное развитие; п.2. профессиональное становление и развитие личности в разные периоды её жизнедеятельности; п.5. психология учебной деятельности.

Достоверность полученных данных обеспечена концептуальным обоснованием модели исследования стресса и субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации, разнообразием и комплексностью подобранных исследовательских процедур и методов, соответствующих цели, задачам и теоретической модели, объемом выборки респондентов, применением современных методов статистической обработки данных. Обоснованность эмпирических результатов обеспечена репрезентативной выборкой, которая представлена учащимися лечебных (31.05.01 «Лечебное

дело») и стоматологических (31.05.03 «Стоматология») факультетов московских медицинских вузов и интернами, проходящими обучение на факультете последипломного образования. Общее количество респондентов, принявших участие в исследовании, проведенном в рамках диссертационной работы, – 217 человек.

Апробация работы проводилась на кафедре психологии и педагогической антропологии и на кафедре 2-го иностранного языка ФГБОУ ВО «Московский государственный лингвистический университет», в рамках научных конференций (7-ая Российская конференция по экологической психологии (Москва, ПИ РАО, 2015); IV-я международная научная конференция «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие» (Кострома, КГУ им. Н.А. Некрасова, 22–24 сентября 2016); научно-практическая конференция «Год экологии в России: педагогика и психология в интересах устойчивого развития» (Москва, ПИ РАО, 4–5 декабря 2017 года); 3-я Международная научная конференция «Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы» (Казань, КФУ, 2018)); 13-й Международный симпозиум «Психологические проблемы смысла жизни и акме» (Москва, ПИ РАО, 2018)); зимняя школа «Психология состояний» (Казань, 21–22 февраля, 2019); VI Всероссийская научно-практическая конференция «Бехтерев и современная психология личности» (Казань, 2–4 октября, 2020); VI Международная научная конференция «Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности» (Кострома, 22–24 сентября 2022).

Структура и объем диссертации. диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения, списка литературы и приложений. Основной текст диссертации (без приложений) составляет 224 страницы. Объем приложений – 43 страницы. Работа проиллюстрирована 17 рисунками, 8 схемами и 71 таблицами. Список использованной литературы включает 200 источников, из них 61 на английском языке.

Основное содержание работы

Во введении обоснована актуальность темы исследования; определены его цель, объект и предмет, сформулированы задачи, описаны методология и методы сбора данных, обоснована научная новизна, теоретическая и практическая значимость диссертации, сформулированы положения, выносимые на защиту.

Глава 1 «Исследование проблемы субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации в процессе профессионального становления специалистов, осуществляющих медицинскую деятельность, как фактора напряженности в учебно-профессиональной деятельности» содержит аналитический обзор литературы по проблематике профессионального становления, субъективного образа профессиональной деятельности и субъективного отношения к её содержанию, которое формируется постепенно на основе имеющихся у индивида представлений, включая концепции профессионального развития, учитывающие специфику профессиональной деятельности медицинских работников [Глушко, 2006; Ясько, 2005]. Отдельное внимание уделяется концепции мотивационной включенности как фактору, определяющему успешность реализации деятельности [Карпова, 1998], а также соотношению таких понятий, как образ профессии и профессиональная идентичность. Рассматриваются современные исследования, посвященные проблеме субъективного отношения к профессии у студентов медицинских специальностей. Приводятся актуальные требования, предъявляемые к подготовке специалистов, осуществляющих профессиональную медицинскую деятельность, анализируется соответствие содержания учебных программ медицинских вузов государственным образовательным стандартам.

Глава 2 «Теоретические подходы к изучению стресса в учебно-профессиональной деятельности студентов медицинских специальностей» содержит аналитический обзор литературы по проблематике стресса в деятельности студентов медицинских специальностей и основным концепциям

профессионального стресса. Подробно анализируются современные представления о негативных последствиях стресса в деятельности медицинских работников, к которым относится, в том числе, проблема профессионального выгорания. Развитие состояний стресса обуславливает широкий спектр факторов. Особенно значимый вклад вносят детерминанты социального и психологического происхождения. Своеобразие симптоматики стресса и степень его выраженности у конкретного субъекта непосредственно связаны с имеющимся у него опытом, особенностями личностной и аффективной сферы и контекстом групповых и организационных отношений, в котором разворачивается профессиональная деятельность [Бодров, 1995; Величковская, 2005; Китаев-Смык, 2009; Кокс, 1981; Леонова, 2000; Макмихаэл, 1995; Donham, 1983; Laux, 1982; Moos, 2000 и др.]. В данной главе также представлена разработанная на основе данных исследования интегральная модель развития стресса у студентов медицинских специальностей (см. рис. 1).



Рис. 1. Теоретическая модель развития стресса у студентов медицинских специальностей

К объективным факторам относятся реальные условия, в которых разворачивается учебно-профессиональная деятельность обучающихся. К ним относятся:

1. необходимость совмещения учебной и трудовой деятельности;
2. выраженная практическая ориентированность обучения уже на ранних уровнях образования и связанное с этой особенностью повышение ответственности будущих врачей за собственные действия;
3. присутствие жесткого регламента, определяющего межличностные взаимодействия в рамках учебной и практической деятельности.

Объективные условия и содержание учебной и профессиональной деятельности актуализируются через субъективные представления, которые обучающиеся сформировали по отношению к медицинской профессии еще до начала обучения, и в процессе профессионализации этот конструкт преобразуется с учетом новых сведений, получаемых на каждом уровне образования. В зависимости от эмоциональной оценки условий и содержания учебно-практической деятельности, соответствия объективных условий субъективным ожиданиям, студенты медицинских специальностей формируют субъективное отношение к ней. Субъективное отношение складывается спонтанно в процессе обучения. В зависимости от целостности его структуры состояния острого и хронического стресса могут быть успешно преодолены посредством неосознанного применения стратегий совладания, либо вызывать серьёзные затруднения у обучающихся, приобретая выраженно хроническую симптоматику.

Глава 3 «Организация исследования и характеристика обследованного контингента студентов медицинских специальностей» охватывает методическое обеспечение и особенности организации исследования, а также процедуры обработки полученных результатов и подробную характеристику исследованной выборки.

Глава 4 «Эмпирическое исследование субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации как фактора развития стресса у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования» представляет развернутую качественную интерпретацию полученных количественных данных, включая описательную статистику, факторный и кластерный анализ и уравнения линейной регрессии. В заключительном разделе главы приводятся практические рекомендации по составлению программ профилактических и коррекционных мероприятий, направленных на работу с проявлениями психологического стресса у студентов медицинских специальностей.

Для обоснования выдвинутого предположения о том, что специфика развития и переживания психологического стресса, возникающего у студентов медицинских специальностей, зависит от уровня образования и связана с формированием дифференцированного образа учебно-профессиональной ситуации, была осуществлена процедура факторизации массивов данных для всей выборки. В результате было выведено 3-факторное решение (см. табл. 1).

Можно дать следующую интерпретацию полученных факторов:

- Фактор 1 характеризуется степенью сформированности субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации и мотивационной включённостью в учебно-практическую деятельность;
- Фактор 2 определяется отношением к учебно-профессиональной деятельности с выходом на накопление стрессовой симптоматики;
- Фактор 3 связан с процессом эмоциональной регуляции переживания негативных последствий стресса.

Таблица 1. Структура переживания стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей на разных уровнях образования

Формирование субъективного образа профессии	Отношение к учебно-профессиональной деятельности с выходом на «хронизацию» стресса	Эмоциональная регуляция стресса
<i>Вес = 2,95</i> <i>% дисперсии = 24,56</i>	<i>Вес = 2,20</i> <i>% дисперсии = 18,33</i>	<i>Вес = 1,88</i> <i>% дисперсии = 15,69</i>
ИПМ (0,945) Разнообразие (0,582) Сложность (0,635) Автономия (0,696) Внутренняя обратная связь (0,617)	Общий индекс острого стресса (0,605) Общий индекс хронического стресса (0,643) Негативные эмоции (0,800)	Значимость (0,513) Общий индекс острого стресса (-0,634) Общий индекс хронического стресса (-0,579)

Продолжение Таблицы 1

Внешняя обратная связь (0,565)	Тревожно-депрессивные эмоции (0,817)	Позитивные эмоции (0,766)
-----------------------------------	---	------------------------------

Отмечаются тесные взаимосвязи между эмоциональным состоянием и переживанием негативных последствий стресса в выведенной факторной структуре. Неблагоприятный эмоциональный фон создает условия для интенсивного накопления симптомов стресса и их хронитизации. Напротив, благоприятный фон эмоциональных переживаний играет роль «компенсаторного механизма» в совладании со стрессом.

Весь массив полученных данных также был кластеризован, что позволило распределить респондентов по критерию «благополучия» и «неблагополучия». Критерий «благополучия» («Кластер 1») отражает тенденцию сформированного, целостного субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации служить эффективным инструментом совладания с неблагоприятными симптомами переживания стресса. Критерий «неблагополучия» («Кластер 2»), напротив, характеризуется недифференцированным субъективным отношением к учебно-профессиональной ситуации, что неблагоприятно влияет на способность справляться с ситуациями повышенной напряженности. Регрессионный анализ данных позволил выявить имеющие высокую статистическую значимость различия по всем компонентам трехфакторного решения. Сводные данные по результатам кластеризации отражены в табл. 2.

Таблица 2. Детерминированные степенью сформированности субъективных представлений о профессиональной ситуации различия в факторной структуре

Факторы	Кластер 1 (147 чел.)	Кластер 2 (69 чел.)	P
Формирование субъективного образа профессии	0,12317	-0,26558	0,007
Отношение к деятельности с выходом на «хронизацию» стресса	-0,48100	1,03716	0,000
Эмоциональная регуляция стресса	-0,27126	0,58491	0,000

В кластере 2 испытуемых оказалось значительно меньше, чем в кластере 1, что позволяет вынести предположение об оптимальности условий формирования субъективных представлений об учебно-профессиональной ситуации, соответствующих объективному содержанию будущей трудовой деятельности. Кроме того, это может косвенно свидетельствовать о субъективной удовлетворенности будущих врачей получаемым образованием.

Как следует из данных в таблице 2, в «неблагополучном» кластере испытуемых оказалось значительно меньше, чем в «благополучном». Это позволяет предположить, что учёба в медицинском вузе создает удовлетворительные условия для планомерного формирования субъективного отношения к будущей профессии, и что студенты удовлетворены содержанием и качеством профессиональной подготовки.

С целью установить основные предикторы, влияющие на развитие острых и хронических стрессовых состояний в каждой из обследованных групп, а также применительно ко всей выборке в целом, был проведен регрессионный анализ. Обработка полученных данных позволила вывести следующее уравнение:

$$\begin{aligned} \text{Острый стресс} = & 21,94 - (0,09 \times \text{Внеш. Обр. связь}) - (0,03 \times \text{Внутр. Обр.} \\ & \text{связь}) - (0,013 \times \text{Автономия}) - (0,040 \times \text{Значимость}) - (0,054 \times \text{Разнообразие}) \\ & + (0,17 \times \text{Тревож.-депр. Эм.}) - (0,19 \times \text{Поз. Эм.}) + (0,56 \times \text{Хрон. стресс}) \end{aligned}$$

Предикторы острого стресса для всей выборки (n=217)

В качестве ключевых предикторов, определяющих развитие острых стрессовых состояний, согласно приведенной выше формуле, выступают недостаточная сформированность субъективного образа учебно-профессиональной ситуации, а также негативный эмоциональный фон, сопровождающий учебно-профессиональную деятельность обучающихся. Ухудшение эмоционального фона, как и низкая степень удовлетворенности результатами собственной деятельности, в значительной степени обуславливаются такими факторами, как низкий уровень самостоятельности при выборе оптимальной, с точки зрения индивида, стратегии поведения и при принятии решений, отсутствие навыков самостоятельной оценки своих достижений, нестабильная обратная связь, монотонность выполняемых действий и слабое представление о ценности достигаемых результатов. Совокупность перечисленных факторов определяет ускорение процесса хронизации стрессовой симптоматики.

Следует отметить, что для всей обследованной выборки ключевым фактором, определяющим развитие синдромов хронического стресса, является взаимовлияние эмоциональной оценки учебно-профессиональной деятельности и субъективных представлений обучающихся о ней.

$$\text{Хрон. стресс} = 20,97 - (0,102 \times \text{Значимость}) + (0,133 \times \text{Тревож.-депр. Эм.}) \\ + (0,112 \times \text{Нег. Эм.}) + (0,550 \times \text{Острый стресс})$$

**Предикторы хронических стрессовых состояний для всей выборки
(n=217)**

Студенты-медики принимают во внимание гуманистический аспект будущей профессии. Они готовятся принять на себя ответственность за жизнь пациентов, гордятся выбранной специальностью. Однако если через содержание учебно-профессиональной деятельности обучающиеся не ощущают ее социальной значимости, их отношение к деятельности меняется. Они испытывают разочарование в выбранном направлении профессионального самоопределения. Субъективная неудовлетворенность повышает их восприимчивость к стресс-факторам объективной и субъективной природы.

Проведенный анализ полученных эмпирических данных позволил установить, что студенты медицинских специальностей относятся к группам повышенного риска развития негативных последствий переживания стрессовых состояний, как в отношении деструктивных синдромов стресса, проявляющихся в острой и хронической форме, так и со стороны объективных и субъективных затруднений, возникающих в учебно-профессиональной деятельности. На каждом этапе формирования обучающихся как будущих профессионалов на первый план выходят специфические факторы риска, требующие различных подходов к профилактическим и коррекционным мероприятиям.

В заключении подводятся итоги теоретического анализа проблемы субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации как фактора развития стресса и его эмпирического исследования. Интерпретация

полученных эмпирических данных позволила сформулировать следующие выводы:

1. Субъективные представления студентов младших курсов об условиях и содержании учебно-профессиональной деятельности отражают их осведомленность о потенциальных рисках и затруднениях, сопряженных с освоением выбранной профессии. Субъективное отношение к учебно-профессиональной ситуации находится в процессе структуризации, в связи с чем высокую субъективную значимость приобретают конкретные его компоненты, такие как ориентация на наращивание практического опыта, решение сложных учебно-профессиональных задач и получение положительной оценки собственной успешности. Диффузность субъективного образа учебно-профессиональной ситуации обуславливает развитие специфических симптомов стресса, таких как ухудшение самочувствия, тревожность, астенизация, агрессивность. В условиях повышенной напряженности учебно-профессиональной деятельности это может привести к сомнениям в сделанном профессиональном выборе, соматизации стрессовой симптоматики и снижению психологической устойчивости обучающихся.

2. Студенты старших курсов критически оценивают условия и содержание учебно-профессиональной деятельности ввиду необходимости выбора дальнейшей специализации. Их субъективное отношение к учебно-профессиональной ситуации характеризуется большей упорядоченностью, ценность приобретают не только объективные критерии оценки успешности усвоения учебного материала и сформированности ключевых компетенций, но и возможность ориентироваться на самостоятельно выработанные, внутренние критерии успешности, а также потенциал для большей самостоятельности и реализации творческого подхода к решению учебно-профессиональных задач. Неудовлетворенность представленностью этих субъективно значимых аспектов приводит к развитию как когнитивной, так и эмоциональной напряженности, а также психофизиологическому истощению, агрессивности в поведении, негативной эмоциональной оценке условий и содержания учебно-

профессиональной деятельности. Длительное воздействие факторов повышенной напряженности приводит к соматизации симптомов стресса, эмоциональному выгоранию, обесцениванию собственных достижений.

3. Группа интернов характеризуется наиболее целостными субъективными представлениями о будущей профессии. В их субъективном отношении к учебно-профессиональной ситуации каждый из составляющих его компонентов приобретает равную ценность. Обучающиеся становятся практически полноценными членами своего профессионального сообщества, а потому ориентированы на продуктивную работу и профессиональное развитие в выбранной сфере, располагая всеми необходимыми для этого ресурсами. При ограничении возможностей самореализации и демонстрации своей готовности к решению учебно-профессиональных задач происходит ухудшение как общего самочувствия, так и эмоционального фона учебно-профессиональной деятельности. Субъективная неудовлетворенность способствует более интенсивной хронизации стрессовой симптоматики, что проявляется в соматизации психологического напряжения, нарушениях цикла сна и бодрствования, психофизиологической истощённости.

4. Субъективно значимые компоненты, связанные с характерными особенностями учебно-профессиональной деятельности на каждом уровне образования, специфичны для каждой из обследованных групп студентов; при этом интеграция обозначенных компонентов в целостный образ будущей профессии начинается с момента поступления в высшее учебное заведение и продолжается вплоть до завершения обучения. Данный процесс может разворачиваться как спонтанно, так и целенаправленно.

5. Несформированность субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации и неблагоприятный эмоциональный фон деятельности являются основными предикторами развития острых и хронических стрессовых состояний.

Выявленные предикторы развития острых и хронических стрессовых состояний совпадают с обозначенными в литературе факторами развития

профессионального выгорания. Предпосылки к развитию данного синдрома могут проявляться уже на этапе профессиональной подготовки. Одной из таких предпосылок является несоответствие формирующегося у обучающихся субъективного отношения к учебно-профессиональной ситуации и объективных условий учебно-профессиональной деятельности

Исходя из полученных в ходе эмпирического исследования данных могут быть сформулированы следующие практические рекомендации, направленные на коррекцию и превенцию проявлений симптоматики стресса в учебно-профессиональной деятельности студентов медицинских специальностей с учетом специфики каждого уровня образования, которые могут быть реализованы по принципу модулей:

1. мероприятия профилактического характера, направленные на формирование у обучающихся практических навыков и приемов совладания со стрессом (факультативы и тренинги, лекции и семинары, возрождение института кураторства, разработка системы психологического сопровождения, работа с профессорско-преподавательским составом);

2. мероприятия коррекционного характера, направленные на работу с неблагоприятными последствиями переживания состояний острого и хронического стресса в форме психологической помощи (социально-психологические тренинги, психотерапевтические сеансы, обучение техникам саморегуляции).

Обозначенная система мероприятий предполагает комплексный подход к совладанию с затруднениями, возникающими у обучающихся в процессе подготовки, и ориентирована на формирование психологически благоприятной среды.

Полученные в ходе проведенного исследования результаты подтверждают выдвинутые гипотезы о том, что особенности развития и переживания стресса у студентов медицинских специальностей обусловлены субъективным отношением к учебно-профессиональной ситуации, при этом на каждом уровне образования для студентов медицинских специальностей

характерны специфические симптомы острых и хронических стрессовых состояний, а также их негативные последствия. Высокую значимость для формирования адекватных представлений у обучающихся о потенциальных факторах повышенной напряженности и субъективных затруднениях, связанных с освоением профессии в процессе обучения, имеет мотивационная включенность в учебно-профессиональную деятельность и степень сформированности образа учебно-профессиональной ситуации.

Перспективным представляется систематическое изучение процесса формирования субъективного отношения к будущей профессиональной деятельности на каждом уровне образования. Также научную ценность представляет дальнейшее развитие интегрального подхода к исследованию факторов, определяющих формирование стрессовых состояний у будущих специалистов различного профиля и оптимальных стратегий совладания с ситуациями повышенной напряженности, реализованного в настоящем диссертационном исследовании.

**Основное содержание диссертационного исследования отражено в
следующих публикациях:**

Статьи в журналах, рекомендованных ВАК РФ:

1. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Особенности образа трудовой ситуации на ранних этапах профессионального становления (на примере студентов медицинских специальностей // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Психологические науки. 2015. Выпуск 8 (719). Психологические закономерности формирования познавательной деятельности. С. 53–66. Режим доступа: <http://www.vestnik-mslu.ru/Vest-2015/Vest-8z.pdf>
2. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Влияние сформированности субъективного образа трудовой ситуации на переживание психологического стресса (на примере студентов медицинских специальностей) // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Психологические науки. 2016. Вып. 8 (747). С. 35–44. Режим доступа: http://www.vestnik-mslu.ru/Vest/8_747.indd.pdf
3. *Гребенникова Т. О.* Исследование эмоционального фона как ресурса преодоления стресса в учебно-практической деятельности студентов медицинских специальностей // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2020. Вып. 3 (836). С. 192–205. Режим доступа: http://www.vestnik-mslu.ru/Vest/3_836_E.pdf
4. *Гребенникова Т. О.* Факторы напряженности в учебной деятельности студентов социномических специальностей на разных этапах обучения // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и педагогические науки. 2022. Вып. 1 (842). С. 107–114. Режим доступа: http://www.vestnik-mslu.ru/Vest/1_842_E.pdf
5. *Гребенникова Т. О.* Оценка проявлений стресса у студентов социномических специальностей на разных этапах обучения // Вестник Московского государственного лингвистического университета. Образование и

педагогические науки. 2022. Вып. 2 (843). С. 123–129. Режим доступа: http://www.vestnik-mslu.ru/Vest/2_843_E.pdf

Статьи в сборниках материалов научных конференций:

1. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Особенности образа трудовой ситуации студентов медицинских специальностей на разных этапах обучения // 7-я Российская конференция по экологической психологии. Тезисы / отв. ред. М. О. Мдивани. М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО»; СПб.: Нестор-История, 2015. С. 85–87.

2. *Гребенникова Т. О.* Особенности образа трудовой ситуации на ранних этапах профессионального становления (на примере студентов медицинских специальностей) // Психология психических состояний. Сборник материалов по итогам IX Международной зимней школы по психологии состояний / под ред. Л. В. Артищевой. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2015. С. 55–58.

3. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Факторы напряженности в учебной и практической деятельности студентов медицинских специальностей на разных этапах обучения // Психология состояний. Сборник материалов юбилейной международной школы / под ред. Б. С. Алишева, А. О. Прохорова. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2016. С. 72–77.

4. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Образ трудовой ситуации как фактор развития стресса на разных этапах профессионального обучения (на примере студентов медицинских специальностей) // Профессиональные представления / под редакцией Е.И. Рогова. Ростов-на-Дону: Изд-во Фонд науки и образования, 2017. С. 61–69.

5. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Образ мира профессионала как смыслообразующий компонент профессионального становления // Психологические проблемы смысла жизни и акме: Электронный сборник материалов XXIII Международного симпозиума / под ред. Г. А. Вайзер,

Н. В. Кисельниковой, Т. А. Поповой. М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО», 2018. С. 136–140.

6. *Величковская С. Б., Гребенникова Т. О.* Основные предикторы развития стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей на разных этапах обучения // Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы материалы Третьей Международной научной конференции. Казань, 2018. С. 111–114.

7. *Гребенникова Т. О.* Особенности организации учебной и трудовой деятельности как фактор формирования личностных деформаций у студентов медицинских специальностей // Бехтерев и современная психология личности: сборник статей VI Всероссийской научно-практической конференции (к 135-летию организации первой в России психофизиологической лаборатории в г. Казани). Казань: НОУ ДПО «Центр социально-гуманитарного образования», 2020. С. 183–185.

8. *Гребенникова Т. О.* Специфика проявления и переживания психологического стресса студентами социэкономических специальностей в зависимости от этапа обучения // Психология стресса и совладающего поведения: устойчивость и изменчивость отношений, личности, группы в эпоху неопределенности. Материалы VI Международной научной конференции. Кострома, 2022. С. 230–233.