

Влияние цифрового образа жизни лиц молодого возраста на психологическую адаптацию в вузе

Е.К. Соколова, Л.А. Платонова

Самарский государственный медицинский университет, Самара, Россия

Обоснование. Состояние психического здоровья и социально-психологической адаптации лиц молодого возраста в условиях неопределенности — актуальная проблема клинической психологии. Социально-психологическая адаптация — одна из первоочередных задач психологии, связанная с их социализацией: построение межличностных отношений, освоение профессиональных навыков, формирование устойчивости к эмоциональной пертурбации и стрессовым воздействиям. Интернет, медиатехнологии могут влиять на эмоциональное состояние и здоровье лиц молодого возраста, ведущих цифровой образ жизни [1, 2].

Рассматривая социальную ситуацию развития молодежи сквозь призму цифровой среды, можем выделить следующие особенности: нахождение в онлайн-контекстах; самостоятельное и стихийное освоение, наличие цифрового разрыва между поколениями, снижение универсальности фигуры взрослого (родителя), цифровая модернизация образовательного процесса [3].

Цель — определить психологическое состояние лиц молодого возраста и факторы социально-психологической адаптации студентов I курса СамГМУ в условиях цифрового образа жизни.

Методы. Для решения задач исследования были использованы следующие методы исследования: клиническая беседа; структурированное интервью «Карта риска» (Л.Б. Шнейдер, 2005). Психологические методы исследования: Шкала прогрессивных матриц Равена (Л. Пенроуз и Дж. Равен, 1936), Опросник EPI (Г.Ю. Айзенк, 1963), таблицы Шульте (1960), Локус контроля (Дж. Роттер, 1954). Выборка исследования: Обследовано 130 студентов I курса СамГМУ: стоматологического и педиатрического факультетов, факультета клинической психологии. Средний возраст $17,02 \pm 0,5$. 1-я группа — эмоционально устойчивая (106 человек), 2-я группа — эмоционально неустойчивая (24 человека).

Результаты. У лиц молодого возраста установлены проблемы социально-психологической адаптации по данным самоанализа студентов в структурированном интервью — среднее время пребывания в Интернете около 40 часов, учебе отдают около 10 часов, 27 часов тратят на развлечения и 4 часа на межличностное общение. По сравнению с первой группой, студенты второй группы испытывают высокое чувство вины, обиды, присутствует эмоциональная нестабильность, импульсивность.

По методике EPI Г. Айзенка у 87 % всех студентов отмечается преобладание экстрапунитивного направления психического реагирования и холерический тип темперамента. В 1-й группе также преобладает холерический тип темперамента, далее идут сангвинический, флегматический и меланхолический. Во 2-й группе достоверно преобладает нейротизм, по сравнению со студентами 1-й группы, что может быть связано с эмоциональной неустойчивостью.

Определена количественная характеристика уровня интеллекта у студентов 1-го курса по шкале прогрессивных матриц Дж. Равена: у 30 % студентов — средний уровень интеллекта, у 63 % — интеллект выше среднего, у 7 % — высокий уровень интеллекта. В группах сравнения достоверных различий не выявлено.

Психическая устойчивость и работоспособность по таблицам Шульте не имеет достоверных различий, но отмечена тенденция снижения психической устойчивости во второй группе сравнения, что возможно связано с их социально-психологической адаптацией в вузе.

У лиц с эмоциональной неустойчивостью преобладает экстернальный тип поведения, который связан с перекладыванием ответственности на окружение и неадекватной самооценкой, что мешает успешной социально-психологической адаптации в вузе.

Выводы. У лиц молодого возраста на первом курсе обучения в вузе по данным самоанализа и по «Карте риска» выявлено высокое чувство вины, обиды, импульсивность и эмоциональная неустойчивость. У студентов с эмоциональной неустойчивостью холерического типа темперамента и экстрапунитивным типом психического реагирования выявлен достоверно более высокий уровень нейротизма по сравнению с эмоционально устойчивыми студентами. У студентов с эмоциональной неустойчивостью и экстернальным типом

поведения отмечается негативная реакция на неудачи, высокая чувствительность к мнению и оценкам других, что обуславливает снижение психической устойчивости и работоспособности по сравнению с эмоционально устойчивыми студентами.

Ключевые слова: психологическая адаптация; цифровая среда; цифровой образ жизни; адаптация в вузе; адаптация студентов; эмоциональная неустойчивость студентов.

Список литературы

1. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И., Нестик Т.А. Цифровое поколение России: компетентность и безопасность. Москва: Смысл, 2017. 348 с.
2. Солдатова Г.У. Цифровая социализация в культурно-исторической парадигме: изменяющийся ребенок в изменяющемся мире // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9, № 3. С. 71–80. DOI: 10.17759/sps.2018090308
3. Чернова О.В., Сячин М.В. Социально-культурные аспекты адаптации студентов на разных этапах обучения // Вестник Кемеровского государственного университета. 2015. № 4. С. 65–74.

Сведения об авторах:

Елизавета Константиновна Соколова — студентка, группа 589, институт социально-гуманитарного и цифрового развития медицины; Самарский медицинский государственный университет, Самара, Россия. E-mail: lizasocolova0@gmail.com

Лариса Александровна Платонова — студентка, группа 589, институт социально-гуманитарного и цифрового развития медицины; Самарский медицинский государственный университет, Самара, Россия. E-mail: Parchaykina17@gmail.com