

Исследование нервно-психического напряжения и доминирующих состояний у проживающих на Севере

Научный руководитель – Ким Ксения Васильевна

Хафизова Анастасия Марсельевна

Студент (специалист)

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, Институт психологии, Якутск, Россия

E-mail: ahafizovado2010@gmail.com

В высоких широтах Северного полушария зимний период достаточно продолжителен, более 5 месяцев. Природные факторы оказывают негативное действие на физическое и психическое состояние человека. На организм человека отрицательно влияют низкие температуры в сочетании с сильными ветрами, недостаток солнечного света, резкие перепады атмосферного давления, длительное нахождение в замкнутых помещениях. Вся жизнедеятельность в таких условиях является процессом напряженной адаптации, далеко не всегда успешной [1].

Нервно-психическое напряжение (НПН) - это вид психического состояния, развивающийся у человека, действующего в психологически сложных условиях - при дефиците времени, информации, высоком уровне требований к качеству и объему результатов деятельности и ответственности за возможную неудачу [2]. Доминирующее состояния (ДС) - состояния характерны не столько в данный конкретный момент, зависящий от особенностей определенной ситуации, сколько вообще для настоящего периода жизни человека [3].

Цель: исследование НПН и ДС у лиц проживающих в высоких широтах в зимний период. Гипотеза: существуют различия в выраженности НПН и ДС у различных категорий трудоспособного населения.

Для сбора эмпирических данных были использованы: опросник «Определение нервно-психического напряжения» (Т.А. Немчин) и методика определения доминирующего состояния (Л.В.Куликов). В исследовании приняли участие 85 респондентов. Респонденты были распределены на две группы. Первая группа была сформирована из студентов СВ-ФУ и состояла из 41 респондента в возрасте от 18 до 26 лет (средний возраст 21 год), из них из них 12 (29%) мужчин и 29 (71%) женщин. Вторая группа сформирована из работающих жителей г.Якутска и состояла из 44 респондентов в возрасте от 24 до 67 лет (средний возраст 43 года), из них из них 11 (25%) мужчин и 33 (75%) женщины.

В таблице 1 представлены результаты количественно-качественного анализа результатов исследования НПН. Результаты показали, что большинству респондентов свойственно 2-ая степень НПН, которая характеризуется мобилизацией психической деятельности, чувством общего подъема душевных и физических сил.

Таблица 1

Результаты исследований нервно-психического напряжения

НПН

Группа 1

Группа 2

1 степень

31,7%

36,4%

2 степень

61%
61,4%
3 степень
7,3%
2,3

Результаты статистического анализа параметров ДС личности представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты параметров доминирующих состояний

Параметры ДС

Низкая оценка

Высокая оценка

Группа 1

Группа 2

Группа 1

Группа 2

Активное-пассивное отношение к жизненной ситуации

53,7%

27,3%

2,4%

13,6%

Бодрость-уныние

29,3%

15,9%

2,4%

22,7%

Тонус высокий-низкий

51,2%

27,3%

2,4%

20,5%

Раскованность-

напряженность

48,8%

36,4%

-

25%

Спокойствие-

тревога

43,9%

22,7%

7,3%

31,8%

Устойчивость-

неустойчивость эмоционального тона

22%

22,7%

2,4%

38,6%

Удовлетворенность-неудовлетворенность жизнью в целом	48,8%
	20,5%
	4,9%
	29,5%
Положительный-	
отрицательный	31,8%
	25%
-	
	20,5%

В таблице 3 представлены оценки различий между эмпирическими данными признаков исследований. По всем признакам, кроме «Положительный-отрицательный образ самого себя» различие между группами являются статистически значимыми. Таким образом, у студентов отмечается пассивное отношение к жизненной ситуации, низкая работоспособность. Нет сильного стремления осуществлять какие-либо изменения в себе. Неудовлетворенность жизнью в целом, ее ходом, процессом самореализации и тем, как именно в настоящее время разворачиваются основные жизненные события.

Таблица 3

Статистические критерии Манна-Уитни

Параметры ДС

U Манна-Уитни

Асимптотическая значимость

(2-сторонняя)

Положительный-отрицательный образ самого себя

693,5

0,066

Активное-пассивное отношение к жизненной ситуации

515,5

0,001

Бодрость-уныние

563,5

0,003

Тонус высокий-низкий

529,5

0,001

Раскованность-напряженность

615,5

0,012

Спокойствие-тревога

576,5

0,004

Устойчивость-неустойчивость эмоционального тона

664,5

0,037

Удовлетворенность-неудовлетворенность жизнью в целом

462,5

0,0001

У работающих респондентов, в отличие от студентов, отмечается позитивное, оптимистическое отношение к жизненной ситуации, веры в возможность конструктивного преодоления препятствий. Они воспринимают свою жизнь как приятный и разносторонний процесс, сопровождающийся самореализацией и ощущением её сбалансированности и гармоничности.

Источники и литература

- 1) Адаптация к работе вахтовым методом в экстремальных условиях Крайнего Севера: учеб. пособие / Под ред. Н.Н. Симонова; Сев. (Арктич.) федер. ун-т им. М.В. [U+202F]Ломоносова. – Архангельск: ИД САФУ, 2014. 170 с.
- 2) Немчин Т.А. Состояния нервно-психического напряжения. Л.: ЛГУ, 1983. 166 с.
- 3) Куликов Л.В. Психология настроения. СПб.: Изд-во С.-Петербур. гос. ун-та, 1997. 228 с.
- 4) Куликов Л.В. Руководство к методикам диагностики психических состояний, настроений и сферы чувств. Разработка и проверка методик. СПб.: СПбГУ, 2003.