

FEATURES OF DEPENDENCE ON SOCIAL NETWORKS IN NATURAL SCIENCE STUDENTS AND HUMANITIES STUDENTS

Baskaeva O.V.

Federal State Budgetary Scientific Institution "Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research" (Moscow)

Abstract. The connections between dependence on social networks and personal characteristics among students of natural sciences and humanities are analyzed; the similarities and differences in the structure of these connections are considered. The results obtained allow us to conclude that among students of both directions, dependence on social networks is associated primarily with clearly socially disapproved or undesirable personal characteristics. At the same time, the identified structural differences in these connections between natural sciences and humanities students indicate that the formation of dependence on social networks among students of natural sciences and humanities is influenced by different factors and humanities students are more focused on social desirability in their responses.

Keywords: addiction to social networks, personal characteristics, humanities students, students of natural sciences, Dark Triad.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАЩИТЫ В ОБЩЕНИИ И ПЕРФЕКЦИОНИЗМ У ВРАЧЕЙ-ОРДИНАТОРОВ ПСИХИАТРИЧЕСКОГО И НЕВРОЛОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЕЙ

Билецкая М.В., Билецкая М.П.

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет (г. Санкт-Петербург)
marbilets@yandex.ru

Аннотация. В статье приведены результаты исследования доминирующей стратегии психологической защиты в общении и перфекционизма у врачей-ординаторов психиатрического и неврологического профилей. Проведен сравнительный анализ в подгруппах, выделенных на основании наличия или отсутствия признаков стресса. Врачи-ординаторы, испытывающие стресс, чаще прибегают к агрессии как к стратегии психологической защиты в общении и имеют более высокие показатели социально предписываемого перфекционизма. Полученные результаты позволяют выделить направления психопрофилактики и разработать рекомендации для данного контингента.

Ключевые слова: стресс, перфекционизм, стратегии психологической защиты, общение, врачи-ординаторы.

Введение

Поиск путей сохранения и поддержания психологического благополучия медицинских работников является одной из важных задач клинической психологии. В контексте данных исследований особо остро стоит проблема профессионального стресса и профессионального выгорания, развитию которых больше всего подвержены медицинские работники в связи со спецификой своей профессиональной деятельности (Матюшкина и др., 2020). Кроме того, одним из значимых аспектов работы в системе «человек – человек» является общение. Молодые специалисты, проходящие программу ординатуры по специальностям «Психиатрия» и «Неврология», сталкиваются с большим количеством профессиональных дистресс-факторов и психологических трудностей, в том числе в общении, которые могут быть обусловлены как спецификой больных психоневрологического профиля, так и личностными характеристиками самого специалиста. Среди таких психологических характеристик в настоящее время большое внимание уделяется изучению перфекционизма, распространенность которого за последние десятилетия значительно увеличилась (Холмогорова и др., 2019). Согласно исследованиям, перфекционизм является одним из психологических факторов профессионального выгорания медицинских работников, а также связан с такими негативными психическими состояниями, как депрессия, стресс и тревожность (Гараян и др., 2018; Матюшкина и др., 2020; Холмогорова и др., 2019; Flett et al., 2022; Limburg et al., 2017). Исследования также показывают, что социально предписываемый перфекционизм является одним из наиболее деструктивных аспектов перфекционизма (Гараян и др., 2018; Холмогорова и др., 2019; Flett et al., 2022). Данные, указывающие на взаимосвязь перфекционизма с негативными психическими состояниями и профессиональным выгоранием, а также специфика профиля и высокая значимость процесса общения в профессиональной деятельности врача обуславливают актуальность исследования доминирующей стратегии психологической защиты в общении и перфекционизма у врачей-ординаторов, работающих с пациентами психоневрологического профиля.

Цель исследования: изучение доминирующей стратегии психологической защиты в общении и перфекционизма у врачей-ординаторов психиатрического и неврологического профилей.

Материал и методы исследования

На этапе формирования выборки было всего исследовано 100 врачей-ординаторов по специальностям «Неврология» и «Психиатрия» на базе ФГБУ «Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева» Минздрава России. На основании анализа результатов методики «Шкала депрессии, тревоги и стресса» (DASS-21) в исследование было включено 82 человека, которые были разделены на две подгруппы по наличию или отсутствию признаков стресса. В подгруппу врачей-ординаторов, не имеющих признаков стресса, было включено 40 человек. В подгруппу врачей-ординаторов, имеющих признаки стресса, вошло всего 42 человека: с умеренным (16 человек), выраженным (18 человек) и крайне выраженным (8 человек) уровнем стресса. Респонденты с легкой степенью выраженности стресса не были включены в исследование.

Для сбора эмпирических данных использовались: Шкала депрессии, тревоги и стресса (DASS-21) (Ловибонд С., Ловибонд П., в адаптации В.В. Руженковой, В.А. Руженкова, А.А. Золотаревой); Методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении (Бойко В.В.); Трехфакторный опросник перфекционизма (Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б.); авторская анкета (Билецкая М.В.). Статистическая обработка результатов осуществлялась с помощью непараметрического критерия Манна–Уитни.

Результаты исследования и их обсуждение

Показатели по шкале «Стресс» методики «Шкала депрессии, тревоги и стресса» (DASS-21) в выделенных подгруппах находятся на уровне значимых различий: 13 ± 2.9 ; 4.7 ± 2 ; $p < 0,01$.

На основании анализа авторской анкеты было отмечено, что 85 % врачей-ординаторов, имеющих признаки стресса, испытывают потребность в обращении за психологической помощью. Наиболее часто встречающиеся среди ответов причины: тревожность, депрессивное состояние, стресс, взаимоотношения с близкими и профессиональные трудности. В подгруппе ординаторов, не имеющих признаков стресса, потребность в обращении за психологической помощью испытывали 38% по вопросам адаптации к новым жизненным обстоятельствам, взаимоотношений с близкими, переживания утраты близкого.

Трудности во взаимодействии с окружающими и пациентами отмечали 70 % врачей-ординаторов, имеющих признаки стресса, и 35 % ординаторов, не испытывающих стресс. Врачи-ординаторы, имеющие признаки стресса, описывают трудности в инициировании и поддержании общения, а также в установлении взаимопонимания и соблюдении личных границ. Они связывают

свои трудности в общении с собственными личностными качествами (нерешительностью, неуверенностью в себе, стеснительностью, замкнутостью, несдержанностью) и качествами собеседника (надменность, грубость, наглость, скандальность, завышенные ожидания, болезненные изменения личности). Они также отмечают неизбежность конфликта интересов как с пациентами, так и с коллегами, страх быть непонятым и окружающих в целом, трудности в сообщении плохих новостей.

Врачи-ординаторы, не испытывающие стресс, отмечали трудности в общении с малознакомыми людьми и в связи с психическим состоянием пациента. Среди личностных качеств, которыми они объясняли свои трудности в общении, они выделяют излишнюю эмпатию, угодливость, страх разочаровать собеседника.

Анализ результатов методики диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении показал, что врачи-ординаторы обеих подгрупп имеют большую склонность к стратегиям «Миролюбие» и «Избегание». При этом у врачей-ординаторов, испытывающих стресс, более выражены результаты по шкале «Агрессия», чем у ординаторов без признаков стресса (7.4 ± 2.1 ; 4.6 ± 1.8 ; $p < 0.05$).

При исследовании характеристик перфекционизма нами были получены значимые различия по шкале «Озабоченность оценками со стороны других» (18 ± 3.5 ; 9.1 ± 2.3 ; $p < 0.05$). Таким образом, у ординаторов, имеющих признаки стресса, более выражен социально предписываемый перфекционизм.

Можно предположить, что использование агрессии как стратегии защиты в ситуации социального взаимодействия в условиях профессионального стресса направлено на защиту субъективной реальности личности и усиливается за счет перфекционистских установок.

Заключение

Врачи-ординаторы, испытывающие стресс, чаще прибегают к агрессии в качестве стратегии психологической защиты в общении, а также для них характерна большая выраженность социально предписываемого перфекционизма. Они отмечают потребность в получении психологической помощи и сталкиваются с трудностями в различных аспектах процесса общения и связывают их как со своими эмоционально-личностными особенностями, так и с характеристиками окружающих.

Для ординаторов, не испытывающих стресс, более характерны миролюбие и избегание как стратегии психологической защиты в общении и менее характерен социально предписываемый перфекционизм. Они в меньшей

степени отмечают потребность в обращении за психологической помощью и сталкиваются с меньшими трудностями в общении.

Таким образом, использование агрессии как стратегии психологической защиты в общении и высокий уровень социально предписываемого перфекционизма могут предположительно рассматриваться как дезадаптивные характеристики, повышающие риск возникновения стресса. Полученные результаты позволяют выделить направления психопрофилактики профессионального стресса и разработать рекомендации для данного контингента.

Литература

Гаранян Н.Г. Факторная структура и психометрические показатели опросника перфекционизма: разработка трехфакторной версии / Н.Г. Гаранян, А.Б. Холмогорова, Т.Ю. Юдеева // Консультативная психология и психотерапия. – 2018. – Т. 26. – № 3. – С. 8–32.

Матюшкина Е.Я. Профессиональный стресс и профессиональное выгорание у медицинских работников. / Е.Я. Матюшкина, А.П. Рой, А.А. Рахманина и др. // Современная зарубежная психология. – 2020. – Т. 9. – № 1. – С. 39–49.

Холмогорова А.Б. Динамика показателей перфекционизма и симптомов эмоционального неблагополучия в российской студенческой популяции за последние десять лет: когортное исследование / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян, Т.О. Цацулин // Культурно-историческая психология. – 2019. – Т. 15. – № 3. – С. 41–50.

Flett G.L. The destructiveness and public health significance of socially prescribed perfectionism: A review, analysis, and conceptual extension. / G.L. Flett, P.L. Hewitt, T. Nepon et al. // Clinical psychology review. – 2022. – Vol. 93. – Pp. 102–130.

Limburg K. The Relationship Between Perfectionism and Psychopathology: A Meta-Analysis. / K. Limburg, H.J. Watson, M.S. Hagger et al. // Journal of Clinical Psychology. – 2017. – Vol. 73. – №. 10. – Pp. 1301–1326.

DEFENSE MECHANISMS IN COMMUNICATION AND PERFECTIONISM IN PSYCHIATRY AND NEUROLOGY RESIDENTS

Biletskaya M.V., Biletskaya M.P.

Saint Petersburg State Pediatric Medical University (Saint Petersburg)

Abstract. The paper presents the results of a study of defense mechanisms in communication and perfectionism in psychiatry and neurology residents. The sample was divided into two groups based on distress symptoms and compared. The results

suggest that distressed residents tend to use aggression as a defense mechanism in communication and have higher levels of socially prescribed perfectionism. The results can be applied to specify psychological targets of psychoprophylaxis and develop guidelines.

Keywords: stress, perfectionism, defense mechanisms, communication, medical residents.

«НУЖНО УСПЕТЬ ВСЁ»: ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ ПРИ МНОГОЗАДАЧНОСТИ И ПОСТАНОВКЕ ВЫСОКОЙ ЦЕЛИ

Битюцкая Е.В., Кунашенко М.И.

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова (г. Москва)
bityutskaya_ew@mail.ru, lanaya.croft@mail.ru

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, проведенного в рамках обоснования типологии восприятия трудных жизненных ситуаций, которые предполагают достижение значимой трудной цели. Рассмотрены три типа восприятия, описывающие «приближение» к ситуации: оптимальный, максимальный, «драйвовый». На основе результатов контент-анализа и сравнения этих типов с помощью U критерия Манна–Уитни выделены особенности восприятия и преодоления жизненных ситуаций, в которых субъект ставит высокие цели и решает несколько задач.

Ключевые слова: трудная жизненная задача, восприятие ситуации, копинг, цель, многозадачность.

Рассматриваемая в этой статье типология восприятия трудных жизненных ситуаций (задач) основана на известном в современной психологии копинга измерении «приближение – уход» (approach–avoidance). Оно описывает когнитивную и эмоциональную активность, которая ориентирована либо на восприятие стрессовой ситуации, либо на отвлечение внимания от нее (Skinner et al., 2003). Исходя из этого, мы выделяем *приближение* к трудной ситуации, предполагающее фокусирование внимания на ней, направленность усилий на ее изменение; и *уход* от трудной ситуации как когнитивное отстранение, позволяющее избегать, игнорировать трудность и экономить силы. В ходе эмпирических исследований (Битюцкая, Корнеев, 2020) оказалось, что, во-первых, большая часть людей сообщает о приближении и уходе одновременно, то есть *амбивалентном* отношении к трудности; во-вторых, что приближение не однозначно.