

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

Психологический аспект информационного стресса (инфостресса).

Научный руководитель – Кочнев Вадим Арнольдович

Бухтиярова Алина Олеговна

Выпускник (магистр)

Московский государственный областной университет, Москва, Россия

E-mail: alinabuht@mail.ru

Данная работа основана на результатах магистерского исследования Бухтияровой А.О. В выпускной квалификационной работе посредством теоретического исследования отечественной и зарубежной литературы был проведен анализ проблемы личностных факторов информационного стресса (инфостресса) у студентов-психологов в процессе их учебной деятельности. Особое внимание уделено изучению личностных факторов, играющих основополагающую роль в формировании и развитии инфостресса. В практической части работы представлены результаты эмпирического исследования личностных факторов инфостресса у студентов-психологов.

Необходимость системного и структурного изучения проблемы инфостресса в учебной деятельности студентов-психологов обусловлена уточнением понятия «информационный стресс» [2; 3]; разработкой теоретических моделей инфостресса [2; 3]; вычленением личностных факторов инфостресса [3]; определением психокоррекционных (психотерапевтических) мишеней [4].

Под информационным стрессом студентов понимается неспецифическая реакция организма на внешний раздражитель, которым выступает информация (ее объём, содержание и характер), получаемая ими извне в рамках учебной деятельности. [2; 3; 4].

С целью изучения инфостресса у студентов-психологов (и возможностей его нивелирования средствами психологического консультирования) было спланировано эмпирическое исследование, которое было реализовано в 2 этапа: а) этап разработки авторского опросника для изучения инфостресса [1;7]; б) основной этап.

В соответствии с замыслом на первом этапе исследования была осуществлена проверка авторской методики на надежность и валидность [4; 6]. На втором этапе исследования были проанализированы результаты, полученные в ходе психодиагностического обследования испытуемых с помощью авторской методики.

Организация и методы исследования. В эмпирическом исследовании приняли участие 78 студентов-психологов МГОУ; возраст 20-25 лет.

Психодиагностический инструментарий: а) для определения личностных факторов: «Фрайбургский многофакторный личностный опросник (FPI)»; тест «Копинг-стратегии» (Р. Лазаруса); тест «Ситуативной и личностной тревожности» (Ч. Спилбергера - Ю. Ханина); «Висбаденский опросник (форма В) к методу позитивной психотерапии» (Н. Пезешкиана, Х. Дайденабаха); б) для определения информационного стресса: авторский опросник; тест «PSM-25» (Лемура-Тесье-Филлиона). Личностные факторы инфостресса и «психокоррекционные мишени» определялись посредством многомерного эмпирического метода - факторный анализ. Обработка результатов производилась в статистическом пакете SPSS-21 (уровень значимости при расчетах $p \leq 0,05$).

Результаты исследования. Участвовавшие в ходе исследования студенты-психологи были разделены на 3 группы в соответствии с уровнем выраженности инфостресса: 27 чел. - с низким уровнем выраженности инфостресса, 29 чел. - со средним уровнем выраженности инфостресса, 22 чел. - с высоким уровнем выраженности инфостресса.

Результаты изучения личностных факторов инфостресса получены посредством факторного анализа; факторные модели получены посредством метода вращения «Варимакс». Дисперсия вращения для всех групп студентов-психологов составила более 88 %, это показывает высокий уровень соответствия теоретических причинно-следственных гипотез полученным эмпирическим результатам [4].

В результате у студентов-психологов с разной степенью выраженности инфостресса определены различные личностные факторы инфостресса.

В группе студентов-психологов с низким уровнем инфостресса определено 10 личностных факторов: «Невротичность»; «Физиологические симптомы инфостресса»; «Сфера переработки конфликтов: контакты»; «Конфронтация»; «Модель подражания: Мы»; «Модель подражания: Я-отец»; «Интеллектуальные симптомы инфостресса»; «Спонтанная агрессивность»; «Сфера переработки конфликтов: тело/ощущения»; «Дистанцирование».

В группе студентов-психологов со средним уровнем инфостресса определено 9 личностных факторов: «Общительность»; «Дистанцирование»; «Общий интегральный показатель (ОИП) инфостресса»; «Эмоциональные симптомы инфостресса»; «Самоконтроль»; «Сфера переработки конфликтов: фантазии-будущее»; «Конфронтация»; «Поведенческие симптомы инфостресса»; «Модель подражания: ПраМы».

В группе студентов-психологов с высоким уровнем инфостресса определено 7 личностных факторов: «ОИП инфостресса»; «Сфера переработки конфликтов: контакты»; «Раздражительность»; «Самоконтроль»; «Принятие ответственности»; «Модель подражания: Мы»; «Ситуативная тревожность».

Таким образом, потенциальными «психокоррекционными мишенями» при разработке модели психологического консультирования студентов-психологов с высоким уровнем инфостресса являются: «ОИП инфостресса»; «Сфера переработки конфликтов: контакты»; «Раздражительность»; «Самоконтроль»; «Принятие ответственности»; «Модель подражания: Мы»; «Ситуативная тревожность».

На психотерапевтические мишени будет направлено психокоррекционное воздействие в рамках психологического консультирования с целью снижения уровня инфостресса у студентов-психологов в процессе их учебной деятельности.

Выводы.

1. Под информационным стрессом студентов понимается неспецифическая реакция организма на внешний раздражитель, которым выступает информация (ее объём, содержание и характер), получаемая ими извне в рамках учебной деятельности.
2. Факторный анализ (многомерный эмпирический метод) позволяет с большой степенью точности определить психокоррекционные мишени в структуре личностных факторов инфостресса у студентов-психологов.
3. Материалы и результаты исследования могут быть использованы специалистами научных и научно-исследовательских психологических и медико-психологических центров, чьи исследования связаны с изучением инфостресса и личностных факторов его обуславливающих.

Источники и литература

- 1) Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. – М.: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
- 2) Бухтиярова А.О., Кочнев В.А. Теоретические основы изучения информационного стресса. Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований [Элек-тронный ресурс]: Сборник трудов Международной научно-практической конференции «XV Левитовские чтения» (г. Москва, 15–16 апреля 2020 г.) : в 3 т. / ред. колл.: Т.С. Комарова (отв. ред.), Т.Н.

- Мельников, В.К. Виттенбек и др. – Электрон.текстовые дан. – М.: ИИУ МГОУ, 2020. – С. 257-263.– 338 с.
- 3) Бухтиярова А.О. Факторы информационного стресса в учебной деятельности. Международная научная конференция студентов, аспирантов и молодых учёных «Ломоносов-2021». Секция «Психология, Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты», 2021 г. [Электронный ресурс]: URL: <https://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov2020/data/section2719420.htm>
 - 4) Григоренко Е.Л. Применение статистического метода моделирования с помощью линейных структурных уравнений в психологии: за и против // Е.Л. Григоренко // Вопросы психологии. – 1994. - № 2. – С. 30-55.
 - 5) Гармаш Т.А. Возможности многомерных эмпирических методов в исследовании психокоррекционных мишеней в структуре личностных факторов синдрома выгорания у руководителей: Сборник Международного молодежного психолого-социального конгресса – 2017 г. [Электронный ресурс]: URL: <http://psysocwork.ru/27/59/2105/>
 - 6) Кочнев В.А. Роль конструкта "маскулинность - фемининность" в полоролевом поведении личности: на примере супружеских пар: автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.01 /; [Место защиты: Рос. ун-т дружбы народов]. – Москва, 2018. – 23 с.
 - 7) Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. –256 с.
 - 8) Висбаденский опросник (форма В) к методу позитивной психотерапии (Н. Пезешкиана, Х. Дайденабаха). URL: (Дата обращения: 07.03.2022).
 - 9) Тест «Копинг-стратегии» (Р. Лазаруса). URL: https://studopedia.ru/9195262_modifikatsiya-testa-lazarusa-oprosnik-koping-strategiy-shkolnogo-vozrasta.html (: 08.03.2022).
 - 10) Тест «Ситуативной и личностной тревожности» (Ч. Спилбергера – Ю. Ханина). URL: https://studopedia.ru/1955602_shkala-samoosenki-situativnoy-i-lichnostnoy-trevozhnosti-chspilbergera.html (: 07.03.2022).
 - 11) Тест PSM-25 (Лемура-Тесье-Филлиона) URL: <https://psikholog.info/testy/shkala-psihologicheskogo-stressa-psm-25/> (Дата обращения: 07.03.2022).
 - 12) Фрайбургский многофакторный личностный опросник» (FPI) URL: <http://www.psy-research.ru/test/222083> (Дата обращения: 08.03.2022).