

Использование АПК «Активациометр» для адаптации

Оглавление

1. САРЫЧЕВ А. С. Характеристика адаптивных реакций организма вахтовых рабочих в условиях заполярья.....	2
2. Мирошник Е.В., Веселков А.Ф. Оценка уровня адаптации сотрудника в профессиональной среде.....	3
3. Гилев Г. А. К вопросу адаптационных механизмов освоения студентами учебного материала.....	4
5. Гаврилова И. Н. Вегетативные проявления реакций срочной и долговременной адаптации студенток к условиям образовательной деятельности.....	5
6. Гаврилова И.Н. Оценка психофизиологических и психологических особенностей студенток в зависимости от вида образовательной деятельности.....	6
7. Гурин В. В., Гончаров Ю.В. Хубиев Х. А. Канаева Е. Ю. Психосамовдохновение – как новый метод здоровьесберегающих технологий в вузе	7
8. Дуденков А.А. Коррекция умственной и физической работоспособности студентов средствами дыхательных технологий	7
9. Мирошник Е.В. Оценка эффективности управления процессом адаптации персонала на ЧП «Укрстравинвест».....	8
10. Марчукова С. Ф. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации социально-психологической адаптации курсантов образовательных учреждений МВД России.....	8
11. Задоя Е.С., Селиванова С.В. Технологии сохранения здоровья в вузе (на примере психологической службы университета)	9
12. Вдовина Т.П. Диагностика уровня сформированности профессионально-личностных качеств специалистов социальной сферы с помощью прибора «Активациометр».....	10
13. Челпанов В.Б. Системная диагностика персонала как основа решения проблем профессиональной адаптации.	11
14. Челпанов В.Б. Профессиональная деятельность практического психолога образования: функции и средства.....	12
15. Челпанов В.Б. Методика аппаратурной диагностики психофизиологического статуса школьников.	14
16. Калинина Н.Г. Психофизиологические особенности адаптации студентов средних специальных учебных заведений к образовательному процессу.	16
17. Замятина А.А. Взаимосвязь адаптационного потенциала личности и психологического благополучия в юношеском возрасте.....	19
18. Баянова А. Е., Соловьев В. С., Чирятьева Т. В., Орлов С. А. Психосоматические особенности мужчин, работающих в нефтегазовой промышленности Тюменской области.....	20
19. Марчукова Светлана Федоровна. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации социально-психологической адаптации курсантов образовательных учреждений МВД России	22
20. Котляр Д.Л. Физиологическая оценка и оптимизация функционального состояния организма и военно-профессиональной адаптации лётчиков вертолётной морской авиации.	23
21. Огарышева Н. В. Нейровегетативное обеспечение регуляторных реакций у студентов с разным уровнем адаптационного потенциала	25
22. Макарова О.А., Фукин А.И. Координация движений как фактор успешности в операторском труде.....	27
23. Епонишников Ю.В. Динамика развития точности управления произвольными движениями курсантов специальной средней школы милиции.	27

24. Новикова И.А., Ксенофонтов А.М. Диагностика психологической адаптации сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях профессиональной деятельности.	30
25. Кондрашов В.В., Онищенко А.Н., д.м.н., проф. Физиологическая оценка военно-профессиональной адаптации и функционального состояния организма слушателей ординатуры военно-медицинских вузов	32
26. Алешина Ю.А. Мякишева Ю.В. Федосейкина И.В. Адаптация студентов-первокурсников с разной межполушарной организацией мозга к дистанционному обучению в вузе	33

1. САРЫЧЕВ А. С. Характеристика адаптивных реакций организма вахтовых рабочих в условиях заполярья. Автореф. дис... докт. мед. н. 03.00.13. Физиология. Архангельск, 2012.

Методы обследования.

.... **Активациометрия - глазомер, теппинг-тест для определение скорости переработки информации, простая зрительно-моторная реакция (ПЗМР), сложная зрительно-моторная реакции (СЗМР).**

....исследовалось по 228 испытуемых на каждом из трех этапов работы.

Диагностика активации и функциональной асимметрии полушарий головного мозга осуществлялась при помощи активациометрии с помощью прибора «Активациометр» (объединения «Акцептор») (Цагарелли Ю.А., 2002).

...Начальный этап экспедиционного ТВОТ характеризуется высокой скоростью процессов возбудимости ЦНС, поскольку в этот период регистрировались наименьшие в абсолютном выражении временные показатели простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР) и число допущенных ошибок. После 18–19-го дня вахты скорость реакции снижается, а число допускаемых ошибочных выборов у нефтяников возрастает, достигая максимальных значений к 27–32-м суткам. Начиная с 30–35-х суток и до окончания вахты деятельность нефтяников сопряжена с быстрой утомляемостью и ухудшением концентрации внимания. Снижение функциональных возможностей нервной системы в этот период приводит к большей чувствительности организма вахтовиков к воздействию стрессовых ситуаций экспедиционного режима труда нефтяников в Заполярье.

При оценке простой зрительно-моторной реакции (ПЗМР) в случае использования экспедиционно-вахтовой организации труда на начальном этапе вахты у нефтяников регистрировались показатели, близкие к средним значениям нормы по скорости ответной реакции на предъявляемый стимул и стабильности ответной реакции, которые в этот период оценивались «выше средней». Начиная с конца первой недели вахты у нефтяников произошло увеличение времени латентной реакции на предъявляемый стимул ($p_{1-5}=0,011$) в пользу высокой точности реакции ($p_{1-5}=0,015$). Эти изменения с незначительными колебаниями сохранялись до завершения вахтового периода. Поддержание стабильности реакции на высоком уровне реализуется за счет избыточного напряжения регуляторных механизмов, что может при длительной и напряженной работе вызывать повышенную истощаемость резервных возможностей ЦНС.

Уровень быстродействия, характеризующий скорость проведения нервных импульсов к исполнительным структурам, изменялся в динамике вахты разнонаправленно. Количество нефтяников с высоким уровнем быстродействия в динамике вахты прогрессивно

($y^5 = -0,8056x + 19,989$; $R_2 = 0,80$) снижалось, с одновременным ростом числа лиц, имевших уровень быстрой реакции «ниже среднего» ($y^2 = 0,2542x + 8,2762$; $R_2 = 0,057$) и «средний» ($y^3 = 1,2864x + 30,477$; $R_2 = 0,72$). К завершению вахты 92,8 % численного состава вахтовой смены имели сниженные скоростные характеристики. Пересечение линейных трендов, характеризующих динамику изменений уровня быстрой реакции в районе 11–12 суток вахты, по всей видимости, может являться критической точкой, характеризующей прогрессирующее развитие утомления в ЦНС, для компенсации которого организм задействует функциональные резервы, что подтверждает динамика уровня активации ЦНС. Организм как самонастраивающаяся система выбирает наиболее экономичный режим использования энергетических ресурсов, поскольку переход на средний уровень активации ЦНС, регистрируемый на 15–16-е сутки вахты, у 60,7 % нефтяников предполагает при среднем быстром действии и стабильности реакции устойчивый уровень регуляторных механизмов.

Оценка уровня операторской работоспособности у нефтяников производилась по скорости сложной зрительно-моторной реакции (СЗМР). Среднее время реакции имело три пика максимальных значений: в 1–3-и сутки, на 12–13-е и 20–24-е сутки вахты, причем снижение быстрой реакции на 12–13-е сутки вахты сопровождалось ростом числа ошибок, допускаемых нефтяниками при проведении пробы. На 6–8-е и 16–18-е сутки вахты скорость реагирования достигает максимальных значений при низком качестве выполнения теста, при этом уровень операторской работоспособности снижен, что требует пристального наблюдения за функциональным состоянием человека-оператора в эти временные периоды.

ВЫВОДЫ

....Независимо от используемых ТВОТ и РТО у части рабочих (от 17,1 до 26,8 %) к завершению вахты снижались показатели самочувствия, активности и настроения; у 60,7±8,9 % нефтяников определялось снижение скорости процессов возбудимости и переход на средний уровень активации ЦНС; регистрировалось статистически значимое ($p < 0,001$) как в течение дня, так и динамике вахтового периода преобладание активации правого полушария; выявлялось увеличение психоэмоциональной напряженности на начальном завершающем этапах вахты у 23,3–25 % вахтовиков; у 60–70 % нефтяников снижались силовые характеристики и мышечная выносливость начиная с середины вахтового периода.

2. Мирошник Е.В., Веселков А.Ф. Оценка уровня адаптации сотрудника в профессиональной среде. Москва, 2012. / [Электронный ресурс] - URL: psi.effinf.ru/publik/ocenka.htm

«...Встает вопрос о надежном инструментарии, который позволял бы квалифицированному менеджеру по персоналу выявлять сильные и слабые стороны личности и учитывать их в развитии, а также быстро обрабатывать большой объем диагностической информации, формируя результаты в табличном и графическом видах.

Основной причиной недостатков, характерных для существующих теорий и практики оценки адаптации и развития личности, является не использование или недостаточное использование системного подхода и инструментальных методов и методик.

Мы полагаем, что в целом оценка адаптации личности должна основываться на прогрессивных, проверенных практикой психодиагностических технологиях и методах, которыми, на наш взгляд, являются:

методика LCI (в составе ПМК "Эксперт +"), основанная на структурной теории эмоций и механизмов психологических защит Р.Плутчика и Г.Келлермана,

системная диагностика человека на приборе "Активациометр", разработанная Ю.А.Цагарелли, и компьютерный психодиагностический комплекс "Эксперт-Антистресс" А.Ф. Веселкова, Е.Мирошник.

Системный подход к оценке адаптации и развития сотрудника.

Системный подход к вопросу оценки психической адаптации и развития основывается на следующих принципах:...» Далее дан материал, заимствованный из учебного пособия Ю.А.Цагарелли "Теория и практика системной диагностика человека на приборе Активациометр", 2002г., а именно: принципы системной диагностика человека (с.7-8), уровни иерархической структуры свойств человека (с.9-10).

Далее авторы указывают: «При осуществлении диагностики необходимо исследовать следующие параметры (см. Учебное пособие "Теория и практика системной диагностика человека на приборе Активациометр" Ю.А.Цагарелли.2002г.):

Психоэмоциональную реактивность.

Типологическую характеристику активации левого полушария головного мозга.

Типологическую характеристику активации правого полушария головного мозга.

Типологическую характеристику функциональной асимметрии полушарий головного мозга.

Надежность в экстремальной ситуации.

Психоэмоциональную устойчивость.

Устойчивость функциональной асимметрии полушарий головного мозга.

Стабильность.

Способность к саморегуляции психических состояний.

Тип мышления.

Адекватность самооценки.

В качестве желательных для фоновой диагностики качеств отметим следующие:

Подвижность-инертность нервной системы.

Баланс нервных процессов.

Соматическую чувствительность.

Эмоциональную чувствительность.

Все перечисленные параметры снимаются с помощью инструментальных методик на приборе "Активациометр" и заносятся в компьютерную программу».

3. Гилев Г. А. К вопросу адаптационных механизмов освоения студентами учебного материала. // Шестые Байкальские международные социально гуманитарные чтения. В 3 т. Т. 2 : материалы / ФГБОУ ВПО «ИГУ». – Иркутск : Изд-во ИГУ, 2012 - с. 221-226

«...Диагностика оценки уровня адаптации и развития личности в нашей модели «Эксперт-Антистресс» включает в себя два основных раздела:1) фоновую диагностику и 2) контрольную диагностику. Фоновая диагностика осуществляется в фоновой ситуации для выявления типологических свойств обследуемого.

Все перечисленные параметры снимаются с помощью инструментальных методик на приборе «Активациометр» и заносятся в компьютерную программу «Паспорт здоровья студента», включающую оценочно-аналитический блок, по обработке, классификации, анализу, синтезу, формализации (графики и таблицы) всей собранной информации.

Результаты

...Выявлены три группы испытуемых: студенты с хорошо развитыми адаптивными способностями, студенты, склонные к «пассивному» восприятию учебного материала, и неадаптированные к успешному освоению последнего.

Оказалось, что студенты, имеющие высокий и сбалансированный уровень статусных характеристик и, прежде всего, функциональную и физическую подготовленность, показав

ли высокий уровень адаптивных способностей и не встречали значительных трудностей в освоении учебного материала.

Не адаптированные к учебному процессу студенты, как правило, имели повышенный уровень тревожности и депрессивности и, как следствие, формировали неадекватные механизмы психологической защиты, имели низкий уровень физической подготовки, отклонения в состоянии здоровья, сопровождаемые существенными дисбалансами в статусных характеристиках.

4. Григорович О.А., Минина С.М., Бабушкина О.Н., Оглуздина О.А. Психофизиологическая адаптация девушек к экзаменационным нагрузкам за время обучения в вузе.// Вестник Курганского государственного университета. Серия «Естественные науки». Вып.4.-Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2011. С. 39- 42.

Источник: recept.znate.ru/docs/index-2305.html...

Аннотация

Целью исследования явилось изучение становления долговременной психофизиологической адаптации студенток к обучению в вузе. В исследованиях принимали участие 146 студенток КГУ со II по IV курсы в возрасте 18 – 21 года. Определяли уровень психоэмоционального напряжения, активность полушарий головного мозга на основе анализа кожно-гальванической реакции, а также оценивали функциональную асимметрию полушарий, коэффициенты возбуждения и торможения и баланса нервных процессов. Для диагностики этих показателей использовали универсальный диагностический прибор «Активациометр АЦ-6».

Исследования проводились в условиях эмоциональной стабильности и перед сдачей курсовых экзаменов. В условиях эмоциональной стабильности отметили достоверное уменьшение психоэмоционального напряжения от II-го курса к IV. В период сдачи экзаменов активность полушарий и психоэмоциональное напряжение увеличились. Выявили преобладание активности правого полушария.

В период сессии к третьему курсу наблюдалось увеличение числа девушек с подвижными процессами возбуждения и торможения. При сдаче экзаменов баланс нервных процессов сместился в сторону возбуждения. Результаты исследований свидетельствуют, что в период обучения в университете в организме студентов постепенно развивается долговременный этап адаптации, что играет большую роль в учебной деятельности.

Ключевые слова: психофизиологическая адаптация, активность полушарий головного мозга, функциональная асимметрия полушарий, психоэмоциональное напряжение, кожно-гальваническая реакция, подвижность-инертность нервной системы».

5. Гаврилова И. Н. Вегетативные проявления реакций срочной и долговременной адаптации студенток к условиям образовательной деятельности. Автореф. дис...канд. биол. н. Специальность 03.00.13 – физиология. Тюмень 2007.

«...Для оценки уровня психоэмоционального напряжения при изучении адаптационных процессов у студентов использовали универсальный портативный диагностический прибор «Активациометр АЦ-6» (Ю.А. Цагарелли, 1995, 2002). Определяли уровень психоэмоционального напряжения (ПЭН), активность левого (АЛ) и правого (АП) полушарий и коэффициент асимметрии полушарий (КА).

Положения, выносимые на защиту:

1. Адаптационные процессы у студентов имеют системный характер и включают психофизиологический, психологический и вегетативный компоненты, которые образуют

иерархические отношения. Специфика реакций адаптации определяется влиянием как внешних (содержание образовательной программы), так и внутренних (психологические, психофизиологические особенности) факторов. Включение в образовательную программу дополнительной специальности или необходимость использования двух языков сопровождаются значительным усложнением структуры функциональной системы адаптации.

2. Содержание реакций срочной адаптации студентов к умственной нагрузке трансформируется в процессе обучения за счет изменения количества и характера связей между показателями физиологического, психофизиологического и психологического уровней.

Выводы

...6. Адаптационный ответ на умственную нагрузку зависит не только от специфики образовательной программы, но и от типологических особенностей студентов.

...Для студенток коми, обучающихся по программе «Родной язык и литература», ведущее значение при оценке эффективности работы имеет тип межполушарной асимметрии. Наибольшую эффективность работы обеспечивают сбалансированный и левополушарный типы асимметрии, наименьшую – правополушарный вариант латерализации.

6. Гаврилова И.Н. Оценка психофизиологических и психологических особенностей студенток в зависимости от вида образовательной деятельности. // Известия Самарского научного центра Российской академии наук 2014. Т. 16, № 5(1). С.626-628.

Источник: [ssc.smr.ru>media/journals/izvestia/2014/2014...626...](http://ssc.smr.ru/media/journals/izvestia/2014/2014...626...)

В исследовании приняли участие студентки IV курсов Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета в возрасте 17-22 лет. Группу 1 составили студентки, обучающиеся по образовательной программе «Биология и химия», группу 2 – студентки, обучающиеся по образовательной программе «Русский язык и литература», группу 3 – студентки, обучающиеся по образовательной программе «Родной язык и литература».

Для оценки уровня психоэмоционального напряжения использовали универсальный портативный диагностический прибор «Активациометр АЦ-6». Степень психического напряжения студенток определяли по методике измерения уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, адаптированной Ю.Л. Ханиным [1].

Адаптационный ответ на умственную нагрузку зависит не только от специфики образовательной программы, но и от типологических особенностей студентов.

...анализ результатов показал, что для студенток, обучающихся по программе «Родной язык и литература», успешность выполнения умственной нагрузки с высоким уровнем значимости определяется типом латерализации полушарий. Более высокую производительность при решении задач проявляют девушки коми со сбалансированным и левополушарными типами латерализации. Правополушарные студентки коми отличаются наименьшими показателями числа решенных задач.

Для студенток коми, обучающихся по программе «Родной язык и литература», ведущее значение при оценке эффективности работы имеет тип межполушарной асимметрии. Наибольшую эффективность работы обеспечивают сбалансированный и левополушарный типы асимметрии, наименьшую – правополушарный вариант латерализации.

Таким образом, адаптационные процессы у студентов имеют системный характер и включают психофизиологический, психологический и вегетативный компоненты, которые образуют иерархические отношения. Специфика реакций адаптации определяется влиянием как внешних (содержание образовательной программы), так и внутренних (психологические, психофизиологические особенности) факторов. Включение в образовательную программу дополнительной специальности или необходимость использования двух языков сопровождаются значительным усложнением структуры функциональной системы адаптации.

С целью обеспечения эффективной адаптации студентов к условиям обучения в педагогическом университете необходимы разработка и внедрение комплексной программы психолого-педагогического и физиологического сопровождения образовательной деятельности, учитывающей специфику содержания образования.

7. Гурин В. В., Гончаров Ю.В. Хубиев Х. А. Канаева Е. Ю. Псисамовдохновение – как новый метод здоровьесберегающих технологий в вузе. // Новые технологии. - 2010. - Вып. 2. - С. 157-160

«Работа посвящена разработке нового метода «псисамовдохновения», применение которого позволит частично решить проблемы связанные с табакокурением, эпизодическим приемом алкоголя, повысит стрессоустойчивость у студентов в период обучения в вузе.

Ключевые слова: псисамовдохновение, стресс, здоровьесберегающие технологии, психология, адаптация, обучение, эксперимент, вуз, вредные привычки.

...Нами был использован прибор **«Активациометр-9К»**, разработанный МНПО «Акцептор» под руководством доктора психологических наук, профессора Ю.А. Цагарелли [5]. На протяжении всего эксперимента было проведено 492 теста (на каждом этапе по 164) с использованием **научного прибора «Активациометр-9К»**.

Результаты исследования позволяют сделать **вывод** о том, что данный метод работает, прежде всего, при условии высокой мотивации со стороны участников эксперимента и дает положительный эффект при решении возникающих жизненных проблем.

В процессе реализации и применения метода ПСВ девять человек из двенадцати бросили курить, восемнадцать из двадцати анкетированных человек, ранее эпизодически потребляющих спиртные напитки, отказались от их употребления, практически все участники эксперимента научились контролировать свое психоэмоциональное состояние.

В заключении следует сказать, что предложенный нами метод показал свою эффективность и нами были достигнуты поставленные цели. С помощью метода ПСВ можно успешно нивелировать негативные психологические состояния, адаптироваться к окружающей социальной среде, обеспечить самим себе состояние психического комфорта в любой жизненной ситуации, применять данный метод в нестандартных форсмажорных ситуациях, осуществляя контроль над собственным сознанием».

8. Дуденков А.А. Коррекция умственной и физической работоспособности студентов средствами дыхательных технологий. // Психология, социология и педагогика. – Август, 2012.

Источник: [Электронный ресурс]. URL: <http://psychology.snauka.ru/2012/08/962>

«...Для диагностики использовались следующие методики с прибором «Активациометр»:

методика «Измерение времени простой зрительной сенсомоторной реакции»

методика «Реакция на движущийся объект»

методика определения психоэмоциональных состояний

методика «Таблицы Шульте».

...Полученные результаты подтверждают нашу гипотезу, и мы можем с большой долей уверенности сказать, что произвольно регулируемые дыхательные движения могут изменять психофизиологические и психические функции, такие как внимание, умственная и физическая работоспособность, состояние «сон-бодрствование» и др., за счет возраста-

ния потока активирующих влияний от ретикулярной формации и дыхательного центра к коре больших полушарий головного мозга и подкорковым образованиям».

9. Мирошник Е.В. Оценка эффективности управления процессом адаптации персонала на ЧП «Укрставинвест». Москва, 2012. [Электронный ресурс]. URL: knowledge.allbest.ru/Менеджмент/..._2.html

«...Основной причиной недостатков, характерных для существующих теорий и практики оценки адаптации и развития личности, является не использование или недостаточное использование системного подхода и инструментальных методов и методик.

Мы полагаем, что в целом оценка адаптации личности ЧП «Укрставинвест» должна основываться на прогрессивных, проверенных практикой психодиагностических технологиях и методах, которыми, на наш взгляд, являются:

1) методика LCI (в составе ПМК "Эксперт +"), основанная на структурной теории эмоций и механизмов психологических защит Р.Плутчика и Г.Келлермана,

2) **системная диагностика человека на приборе "Активациометр", разработанная Ю.А.Цагарелли**, и компьютерный психодиагностический комплекс "Эксперт-Анти-стресс" А.Ф.Веселкова, Е.Мирошник.

При этом следует учитывать специфические задачи и особенности психической адаптации и развития личности. Поэтому, мы предлагаем, при формировании процесса адаптации на ЧП «Укрставинвест» учитывать следующие принципы:...

Примечание. Далее даны принципы системной психологической диагностики из учебного пособия Ю.А.Цагарелли "Теория и практика системной диагностики человека на приборе Активациометр", Казань, 2002г.

«...Таким образом, мы можем сделать вывод, что для повышения уровня адаптации сотрудников ЧП «Укрставинвест» необходимо в первую очередь совершенствовать процесс оценки психологических качеств работников, а именно психодиагностические технологии и методы».

10. Марчукова С. Ф. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации социально-психологической адаптации курсантов образовательных учреждений МВД России : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 : М., 2005. - 140 с.

Источник: nauka-shop.com/mod/shop/productID/52044/

Целью нашего исследования мы определили оптимизацию социально-психологической адаптации курсантов.

Расчеты выполнены с использованием универсального программного пакета статистической обработки данных «СТАТИСТИКА 6.0», а также **психологического инструментария - прибора системной диагностики человека «Активациометр АЦ - 6», соответствующий ГОСТам 21631-76, 19904-74 и техническим условиям ТУ 9442-001-01238169-94.**

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Особенности социально-психологической адаптации курсантов обусловлены особой социальной ситуацией развития личности в условиях несвободы, противоречием между личностно-психологическими особенностями курсантов и экстремальными условиями обучения в образовательных учреждениях закрытого типа.

Существует взаимосвязь процессуальной и результативной составляющих социально-психологической адаптации с саногенной рефлексией, чем больше по объему этот показатель, тем интенсивнее его положительное влияние на процесс и результат адаптации.

Теоретико-методологической основой исследования являются ... теоретические положения системного подхода к изучению личности (Б.Г.Ананьев, А.Г.Асмолов, Б.Ф.Ломов, В.Д.Шадриков, **Ю.А.Цагарелли**, В.А.Лдов и др.)

Полученные в ходе исследования данные открывают новые возможности для организации воспитательной работы с курсантами, оказания психологической помощи. Воздействие на протекание адаптации с использованием технологии саногенной рефлексии является реальным воплощением принципа гуманизации образовательного процесса. Её применение, на наш взгляд, будет эффективно, в частности, для профилактики «дедовщины» (неустановленных отношений) в российской армии.

Основные методы и результаты исследования использованы в методических разработках для психологов и преподавателей, заинтересованных в повышении эффективности обучения и воспитания курсантов. Полученные данные позволяют более эффективно воздействовать на протекание адаптации курсантов, используя возможности саногенной рефлексии, и могут быть использованы для дальнейшего изучения проблем саморазвития личности.

Экспериментальное исследование проводилось на базе Восточно-Сибирского института МВД России в 2001 — 2005 годах. В качестве респондентов выступили курсанты факультета пожарной безопасности. на первом и втором этапах экспериментальной работы была проведена психодиагностика уровня социально-психологической адаптации представителей основной выборки в количестве 134 курсантов, а также личностных и характерологических особенностей 62 курсантов, из которых определены экспериментальная и контрольная группы.

Характеристика переменных. В качестве основных методов сбора информации использовались ... выкопировка данных из дисциплинарной и медицинской документации, а также результаты измерений эмоционального состояния курсантов с помощью **диагностического прибора «Активациометр АЦ - 6»**.

...Следует отметить, что **эффективность тренинговых занятий подтверждается данными психоэмоционального состояния курсантов (рис.17.), полученными с помощью психологического инструментария -универсального прибора для системной диагностики человека «Активациометр АЦ-6»**.

Данные свидетельствуют о том, что уже на первом этапе - организационном, происходит нормализация психоэмоционального состояния курсантов. Во время релаксации (этапы 3-4) можно наблюдать гармонизацию левого и правого полушарий и оптимальное эмоциональное состояние курсантов. Далее при рефлексии (этап 5) наблюдается небольшое преимущество активности деятельности левого полушария.

11. Задоя Е.С., Селиванова С.В. Технологии сохранения здоровья в вузе (на примере психологической службы университета) // Материалы V Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум»

Источник: <http://www.scienceforum.ru/2013/26/6318>

«Для более полной организации работы по сохранению психологического здоровья студентов необходимо оборудовать кабинет психологической регуляции.

Кабинет должен быть оснащен специальным оборудованием, набором методик и программ:

- Проекционное устройство «Цветодин»;
- Универсальный прибор «Активациометр АЦ-6»...;

...Занятия в кабинете психологической регуляции должны рассматриваться как самостоятельная реабилитационная процедура, способ подготовки к другим медико-психологических мероприятий.

Следовательно, такая психологическая служба должна в течение учебного года выполнять следующие задачи:

- Психологический анализ социальной ситуации в университете, выявление основных проблем, причин и средств их решения;
- Проведение мониторинговых исследований психологического здоровья студентов;
- Содействие **адаптации студентов** младших курсов к условиям обучения в вузе;
- Выявление **плохо адаптированных студентов** и психологическая помощь им;
- Консультирование преподавателей, кураторов по оказанию помощи студентам в **адаптационный период**;
- Оказание психологической помощи и поддержки студентам, находящимся в состоянии стресса, конфликта, сильного эмоционального переживания;
- Осуществление коррекции асоциального поведения студентов;
- Организация информационных бесед, посвященных развитию и сохранению психического здоровья студентов.

12. Вдовина Т.П. Диагностика уровня сформированности профессионально-личностных качеств специалистов социальной сферы с помощью прибора «Активациометр». Тамбов. Реабилитационно-оздоровительный комплекс семьи «Большая Липовица», 2009.

Источник: www.it-n.ru/Attachment.aspx?Id=40841 13.04.2009

«...вопросы определения критериев оценки уровня сформированности таких профессионально-личностных качеств специалистов социальной сферы, как эмоциональная чувствительность, психо-эмоциональная устойчивость, способность к саморегуляции психо-эмоционального состояния, а также вопросы выбора методов их диагностики являются актуальными.

Созданные на основе системного подхода с учетом потребностей современной практики, приборы для системной диагностики человека «Активациометр АЦ-6» (ручная версия) и «Активациометр АЦ-9» (компьютерная версия) в минимальные сроки позволяют получить количественные и качественные показатели данных профессионально-личностных качеств.

Достоинствами приборов являются:

достаточность арсенала методов и устройств для диагностического охвата значимых свойств, находящихся на всех основных уровнях иерархической структуры свойств человека;

соответствие общенаучным стандартам (валидности, надежности, достоверности, точности);

универсальность, позволяющая диагностировать более 70 параметров с помощью 12 диагностических устройств, объединенных в приборе;

стандартность диагностических методов и устройств (интерпретация всех результатов, диагностики осуществляется по единой цифровой диагностической шкале для получения точного интегрального заключения.);

автоматизация всех этапов диагностики и формирования банка данных на базе диалога прибор ПЭВМ (возможно использование и ноутбука);

портативность прибора (компактный «дипломат» весом 3,5 кг) и методов, отличающихся быстротой процедуры диагностики и постановки диагноза;

возможность системной детекции лжи, что повышает достоверность результатов проверки.

Диагностика эмоциональной чувствительности включает в себя измерение показателей психо-эмоционального состояния (ПС) в обычном фоновом режиме и при некотором воздействии (просмотр видеофильма определенного содержания). Показатель ПС представляет собой суммарную активацию левого и правого полушарий головного мозга. Процедура измерения ПС довольно проста. Испытуемому предлагается прижать ладонями обеих рук две пары пластинчатых электродов **Активациометра**. Через 2 – 5 секунд, при достижении максимальных показаний, осуществляется отсчет по шкале индикатора. Интерпретируя показатель психо-эмоционального состояния, следует сравнить его со средне-статистическими данными диагностической шкалы в обычном фоновом режиме и после эмоционального воздействия. Это дает возможность определить местоположение испытуемого в континууме «низкая – высокая эмоциональная чувствительность».

Для диагностики способности к саморегуляции и психо-эмоциональной устойчивости сначала производится измерение ПС и глазомера, после чего при выполнении повторного замера глазомера испытуемому создается некоторая ситуация, требующая повышенного напряжения. Делается промежуточный замер ПС. Затем испытуемому предлагается самому понизить возникшую психо-эмоциональную напряженность в течение 1,5 минуты. После этого производится контрольный замер ПС. Другими словами, диагностика способности к саморегуляции и психо-эмоциональной устойчивости включает в себя измерение ПС и глазомера испытуемого в фоновом и стрессовом состоянии и в сравнении полученных результатов.

Таким образом, с помощью приборов «Активациометр АЦ-6» и «Активациометр АЦ-9» можно не только осуществить диагностику таких профессионально-личностных качеств, как эмоциональная чувствительность, психо-эмоциональная устойчивость, способность к саморегуляции, но и проследить динамику изменений в процессе их формирования.

13. Челпанов В.Б. Системная диагностика персонала как основа решения проблем профессиональной адаптации. Курск, 2012. / [Электронный ресурс] - URL: [chelpanov.com>articles/sistemnaya-diagnostika](http://chelpanov.com/articles/sistemnaya-diagnostika)

Источник: chelpanov.com

Профессиональная адаптация персонала является важным фактором эффективности труда и обеспечивает качественное выполнение сотрудниками своих эргатических функций и трудовых задач. Кроме того, адаптационные возможности человека в профессиональной среде определяют его дальнейшую карьеру и индивидуальный стиль трудовой деятельности.

В связи с появлением новых видов труда и расширением границ профессиональной компетенции, возникает необходимость применения системного подхода к подбору кадров. Это обеспечивает получение комплексных показателей психологической структуры личности на основе системного анализа и системного синтеза его свойств и функций. Немаловажным является изучение профессионально-важных качеств человека в условиях моделирования соответствующей деятельности (профессиональных ситуаций). Исследуются так называемые «фоновые состояния» и «деятельностно-стереотипные характеристики» человека, а также совместимость человека и профессии.

Решению данных проблем способствуют аппаратные методы психодиагностики. Примером может служить прибор **«Активациометр АЦ-9К»** для системной психологической диагностики человека, разработанный Цагарелли Ю.А. (2002). Он позволяет исследовать иерархическую структуру свойств человека и, в частности, психологическую структуру личности на всех её уровнях (психофизиологические свойства, психические состояния и процессы, психологические и социально-психологические свойства личности).

Психофизиологическая диагностика включает в себя исследование активации и функциональной асимметрии полушарий головного мозга, подвижности-инертности нервной системы, баланса нервных процессов, реакции на движущийся объект (РДО); диагностику психических состояний и процессов – исследование ощущений и чувствительности, восприятия пространственных отрезков (глазомера), двигательной памяти, координации движений, ведущей руки, типа мышления; психологических свойств личности: надёжности в экстремальных ситуациях, психоэмоциональной устойчивости, склонности к риску, изучение мотивации труда.

На основании вышеизложенного нами была предложена эффективная совокупность методов психологической, психофизиологической и социально-психологической диагностики профессиональной адаптации персонала:

- 1) формализованные профиограммы специальностей и должностей;
- 2) исследование психофизиологических свойств (свойств нервной системы, активации и функциональной асимметрии полушарий головного мозга);
- 3) аппаратурная психодиагностика психических состояний (уровень активности, эмоциональная реактивность и устойчивость и др.);
- 4) психодиагностика психических процессов (психомоторика, внимание, память, мышление и т. д.);
- 5) психологическая диагностика индивидуально-типологических свойств личности бланковыми методиками (тест Спилбергера-Ханина, тест Люшера, 16PF Кеттела, ММРІ, тест Майерс-Бриггс, Джоса и пр.).

...Системная психодиагностика апробирована нами в течение 2006 – 2007 г. на 400 соискателях различных должностей: в банковской сфере (Курский филиал АКБ «Фьючер») в количестве 35 человек; менеджерах рекламного агентства «Медиа-Пилот» (90 чел.); педагогах средних общеобразовательных школ Курского и Курчатовского районов Курской области (200 чел.), сотрудниках телекомпании «ТВК и К» (75 чел.).

Из общего количества обследуемых была выделена административная группа (руководители и их заместители) в количестве 25 человек. Основными причинами профессиональной дезадаптации данной группы явились: неудовлетворительное самочувствие, высокий уровень тревожности и ответственности за действия своих подчинённых, а также синдром хронической усталости, ненормированный график работы и информационная неадекватность.

Таким образом, решение проблемы профессиональной адаптации персонала позволило: 1) выявить эргономическое содержание профессиональной диагностики, включающее следующие аспекты: медицинский, валеологический, психологический, правовой, педагогический, экономический и социальный; 2) расширить границы применения соответствующих психодиагностических методик от изучения фоновых состояний человека до исследования факторов риска труда с учётом паспорта специальности, а также предсменного контроля социально-психологических и психофизиологических характеристик работников; 3) определить интегральные показатели профессиональной адаптации личности: состояние здоровья человека, требования профессии, уровень интеллекта, уровень мотивации труда, профессиональная компетентность/некомпетентность, информационная адекватность /неадекватность; 4) обозначить области применения системной диагностики – в профессиях типа «человек – человек», «человек – среда» и «человек – техника».

14. Челпанов В.Б. Профессиональная деятельность практического психолога образования: функции и средства. Монография. Юго-Западный государственный университет. Курск. 2012.

В связи с появлением новых видов педагогического труда (педагог-организатор, учитель ОБЖ, валеолог и др.) и расширением границ профессиональной компетенции возни-

кает необходимость применения системного подхода к подбору педагогических кадров. Это обеспечивает получение комплексных показателей психологической структуры личности учителя (педагога) на основе системного анализа и синтеза его свойств и функций.

Немаловажным является изучение профессионально значимых качеств человека в условиях моделирования соответствующей деятельности (профессиональных ситуаций). Исследуются так называемые «фоновые состояния» и «деятельностно-стереотипные характеристики» человека, а также совместимость личности человека и профессии.

Решению данных проблем способствуют аппаратурные методы психодиагностики. Примером может служить прибор «Активациометр АЦ-9Ж» для системной психологической диагностики человека, разработанный Ю.А. Цагарелли. Он позволяет исследовать иерархическую структуру свойств человека и, в частности, психологическую структуру личности на всех её уровнях (психофизиологические свойства, психические состояния и процессы, психологические и социально-психологические свойства личности) [146].

Психофизиологическая диагностика включает в себя исследование активации и функциональной асимметрии полушарий головного мозга, подвижности – инертности нервной системы, баланса нервных процессов, реакции на движущийся объект (РДО); диагностику психических состояний и процессов – исследование ощущений и чувствительности, восприятия пространственных отрезков (глазомера), двигательной памяти, координации движений, ведущей руки, типа мышления; психологических свойств личности: надёжности в экстремальных ситуациях, психоэмоциональной устойчивости, склонности к риску; изучение мотивации труда.

На основании вышеизложенного нами была предложена эффективная совокупность методов психологической, психофизиологической и социально-психологической диагностики профессиональной адаптации педагогического персонала: 1) формализованные профилограммы педагогических специальностей и должностей; 2) исследование психофизиологических свойств нервной системы, активации и функциональной асимметрии полушарий головного мозга; 3) аппаратурная психодиагностика психических состояний (уровень активности, эмоциональная реактивность и устойчивость и др.); 4) психодиагностика психических процессов (психомоторика, внимание, память, мышление и т. д.); 5) психологическая диагностика индивидуально-типологических свойств личности (тесты: Спилбергера-Ханина, Люшера, 16PF Кеттела, ММПИ, Майерс-Бриггс, Джоса и пр.).

Перечисленные методы представляют собой часть эргатической системы практического психолога и относятся к психодиагностическим средствам труда, применяемым на этапах профориентации, профотбора, аттестации педагогических кадров, при социально-психологической диагностике образовательных учреждений различных форм собственности.

Кроме того, они позволяют практическим психологам отслеживать динамику развития состояний утомления, профессионального выгорания и профессиональных деформаций педагогического состава для адекватного применения методов психопрофилактики и психокоррекции.

Высокая эффективность достигается благодаря визуализации полученных результатов психодиагностики, точности прогнозирования профессиональной дезадаптации и деформации.

Системная психодиагностика апробирована в течение 2006–2007 г. на учителях средних общеобразовательных школ Курского и Курчатовского районов Курской области (200 чел.). Из общего количества обследуемых была выделена административная группа (руководители образовательных учреждений, их заместители, завучи и методисты) в количестве 40 человек. Основными причинами профессиональной дезадаптации данной группы явились: неудовлетворительное самочувствие, высокий уровень тревожности и ответственности за действия своих подчинённых, а также синдром хронической усталости, ненормированный график работы и информационная неадекватность.

Группа молодых учителей (до 35 лет) в количестве 70 человек обследовалась в динамике: перед вступлением в должность, после окончания испытательного срока и при переводе на другие должности или перед увольнением. Факторами профессиональной дезадаптации группы молодых учителей явились: незнакомая обстановка в школах, классах, риск потерять работу из-за недобора учащихся, высокий уровень личностной или ситуативной тревожности, низкий уровень развития социальной компетенции и коммуникативных качеств, низкая заработная плата.

Также была исследована группа учителей-предметников в количестве 90 человек. Здесь отмечались следующие неблагоприятные психоэмоциональные состояния: переживание профессиональных неудач в связи с растущей конкуренцией в образовательной сфере, мнительность, впечатлительность; раздражительность из-за снижения успеваемости учащихся по отдельным предметам, зависимости оплаты труда от количества часов и возрастных категорий учащихся, неважное самочувствие.

Таким образом, решение проблемы профессиональной адаптации педагогического персонала позволило: 1) выявить эргономическое содержание профессиональной диагностики, включающее следующие аспекты: медицинский, валеологический, психологический, правовой, педагогический, экономический и социальный; 2) расширить границы применения соответствующих психодиагностических методик от изучения фоновых состояний человека до исследования факторов риска труда с учётом паспорта специальности, а также контроля социально-психологических и психофизиологических характеристик педагогических работников; 3) определить интегральные показатели профессиональной адаптации личности учителя: состояние здоровья человека, требования профессии, уровень интеллекта, уровень мотивации труда, профессиональная компетентность/некомпетентность, информационная адекватность / неадекватность; 4) обозначить области применения системной диагностики – в профессиях типа «человек – человек», «человек – среда» и «человек – техника».

15. Челпанов В.Б. Методика аппаратной диагностики психофизиологического статуса школьников. Курск, 2016. / [Электронный ресурс] - URL: chelpanov.com... методика...диагностики...школьников

В условиях реформирования системы образования многие учащиеся «приобретают» дидактогенные неврозы, вызванные школьной дезадаптацией. Данное обстоятельство имеет непосредственное отношение к проблеме психологической безопасности субъектов образовательного процесса. Это послужило основанием для проведения комплексной аппаратной диагностики психофизиологического статуса школьников (ПСШ).

Цель исследования: комплексная оценка ПСШ среднего звена (5-го и 8-го классов) на доурочном и постурочном этапах для расчёта индивидуального порога «допуска» – «не допуска» к учебной деятельности с учётом шкалы «норма» – «отклонение».

Предмет исследования: динамика психофизиологического статуса школьников 5 и 8 классов в доучебный и постучебный периоды времени.

Методы исследования: включали в себя пять функциональных проб на приборе «Активациометр-АЦ-9К»: 1) функциональная активность полушарий (ФАП); 2) психоэмоциональная устойчивость (ПЭУ); 3) «сила – слабость» нервной системы (Теп-пинг-тест); 4) реакция на движущийся объект (РДО); 5) кинематометрия.

Практическая значимость: результаты исследования позволяют судить о ПСШ до и после уроков в разные дни недели при различных учебных нагрузках и прогнозировать познавательную активность детей.

Техническое обеспечение исследования:

Контроль ПСШ проводился на ноутбуке «TOSHIBA» с помощью автоматизированного режима работы прибора «Активациометр-АЦ-9К», созданного на базе Казанского государственного университета и апробированном в международном научно-производственном объединении «Акцептор» академиком Ю.А. Цагарелли.

Предварительно ребят проинструктировали, рассказали о цели исследования, методах оценки ПСШ и возможной интерпретации результатов по шкале «норма» – «отклонение». В течение одного дня было проведено тренировочное тестирование для адаптации к методике исследования. При этом некоторые методики («Реакция на движущийся объект», «Склонность к риску») предусматривают выполнение трёх тренировочных попыток из 13 возможных и 10 «зачётных».

Каждый учащийся проходил 5 аппаратурных функциональных проб (ФП) доучебного контроля и 5 аналогичных ФП постучебного контроля: 16 человек по 5 тестов два раза в день. Таким образом, за один день обрабатывалось 160 замеров ФП. Каждый учащийся прошёл десятикратное доучебное и десятикратное постучебное тестирование. Всего было зарегистрировано 1600 раз прохождения доучебного контроля, из них 160 – набор данных для расчета индивидуальных норм (10%), и 580 прохождений (50%) имели квалификационное заключение «допуск» – «недопуск» или «норма» – «отклонение».

При тестировании отмечено быстрое обучение методике, за два-три сеанса работы с прибором «Активациометр-АЦ-9К», отсутствие привыкания и «освоение» применяемых тестов за короткое время, не более 5 минут.

После двадцатикратного прохождения аппаратурных методик оценки ПСШ, автоматически были рассчитаны индивидуальные нормы функциональной активности полушарий головного мозга (ФАП) каждого школьника; определён индивидуальный порог допуска или недопуска к учебной деятельности на основе показателей «силы – слабости» нервной системы Теппинг-теста и уровня психоэмоциональной устойчивости (ПЭУ). При проведении тестирования каждый испытуемый видел результаты оценки своего ПСШ как диагноза в окне программы на мониторе компьютера, в виде построения программой графиков и диаграмм с подробной интерпретацией. Поэтому все ребята могли оценить субъективное восприятие своего самочувствия с объективной оценкой ПСШ. Такая обратная связь обеспечивала психокоррекционные эффекты ПСШ.

Полученные результаты:

Полученные результаты измерения функциональных проб отчетливо демонстрируют, что успешное прохождение доучебного контроля перед занятиями значительно лучше, чем после занятий (когда наблюдается снижение показателей с 26 до 17%). Это объясняется тем, что после занятий, вследствие утомления, состояние центральной нервной системы (ЦНС) учащихся ухудшается. Значительно сильнее влияет учебная нагрузка на неокрепший организм учеников 5-го класса: ухудшение результатов прохождения тестов на 50%: с 14 до 7%. Становится ясно, почему учителя-предметники и классные руководители, работающие в среднем звене, считают данный контингент учащихся легко управляемым: в силу утомления центральной нервной системы дети не в состоянии противостоять педагогическим требованиям, которые зачастую бывают завышенными, некорректными или необоснованными.

Ученики 8-го класса лучше переносят учебные нагрузки: наблюдается ухудшение показателей ПСШ только на треть, с 12 до 8%.

Количество лиц, которые с утра получили «не допуск», составило 16%. Снижение ПСШ отмечается вследствие заболевания (три случая: 2 простудных заболевания и 1 желудочно-кишечное расстройство) и нарушения режима отдыха («сидел в чате», поздно лег спать – не выспался). После воздействия учебной нагрузки, количество учеников, не прошедших постучебный контроль (не выполнивших функциональные пробы), значительно увеличивается: с 16 до 43% (увеличение в 2,7 раза). Причем влияние учебной нагрузки также более выражено у учеников 5-х классов: увеличение результатов «не допуск» почти в 4 раза, с 6 до 23 %, когда у восьмиклассников только в 2 раза: с 10 до 20 %.

Важно отметить, что совпадение результатов оценки ПСШ с субъективной оценкой своего самочувствия, с записями в дневнике, с физической или умственной нагрузкой, нарушением режима (поздно лег, не выспался или был трудный день, очень устал) совпали в 83% случаев у практически здоровых учеников. Совпадение результатов при заболевании наблюдалось в 100%. Такой высокий уровень совпадений объясняется рядом причин: точностью измерения ПСШ, большим влиянием физической или психологической нагрузок на организм учащихся, нарушением режима учебы и отдыха, т.е. нарушением биоритмов организма школьников.

Интересно отметить, что методика позволяет делать краткосрочный прогноз состояния человека на период до 10 часов, то есть как раз на текущую смену. Все это проверено на личном опыте. Трижды было предсказано заболевание или выздоровление человека, когда он сам еще не чувствует перемен.

Также методика позволила оценить эмоциональную лабильность, спортивность и степень обучаемости испытуемых: результаты измерения функциональных проб совпали с характеристиками учителей и результативностью учащихся. Были достоверно определены две высоко эмоционально-лабильные девочки из двух; два спортсмена из двух; два ребёнка, способных к быстрому усвоению учебного материала из двух, а также музыкальные склонности двух учениц.

Исследование подтвердило, что понедельник и пятница – наиболее тяжелые для учебной деятельности дни недели: именно в эти дни число не допусков было больше. Также отмечена низкая работоспособность учащихся в последнюю неделю перед новогодними каникулами и первые два дня после каникул, в связи с тем, что многие ребята поздно ложились спать, не высыпались и отвыкли от школьного распорядка.

Высокая мотивация выполнения функциональных проб учащимися показала их личную заинтересованность в корректировке показателей измерений в ситуации «не успеха» прохождения замеров ПСШ. Поэтому дальнейшая работа со школьниками проводилась с психокоррекционными целями: коррекция психомоторики, реципрокных координаций рук и глаз, следящих движений и др. В результате у некоторых учащихся улучшились качества письма, объективные показатели внимания и успеваемость.

16. Калинина Н.Г. Психофизиологические особенности адаптации студентов средних специальных учебных заведений к образовательному процессу. **19.00.02** – «Психофизиология» психологические науки). Автореф. дис...канд. психол.н. Ростов-на-Дону 2006.

...В качестве психофизиологических предпосылок адаптации студентов колледжа к образовательному процессу в работе изучались:

степень полушарной активности и межполушарного взаимодействия диагностировались с помощью аппаратной методики «**Активациометр**» [Цагарелли Ю.А., 1987], свойства нервной системы с помощью теппинг-теста [Ильин Е.П. 2001;

...Проведённое исследование показало, что влияние особенностей межполушарной функциональной асимметрии мозга у студентов колледжа на характер адаптации к образовательному процессу на её начальных этапах опосредовано в большей степени психологическими факторами (уровнем развития общих способностей, сформированным стилем мышления и т.д.), а на завершающих её этапах – психофизиологическими (свойствами нервной системы, свойствами темперамента).

Полученные результаты могут быть использованы преподавателями и психологами колледжей, вузов, администрацией образовательных учебных заведений в учебно-воспитательной работе со студентами и учащимися на разных этапах обучения.

Выводы данной работы необходимо учитывать при организации процесса обучения, а также в психокоррекционной, психодиагностической и профориентационной работе со студентами вузов.

... Высокий уровень развития интеллектуальных способностей чаще всего встречается у праворуких и чистых правшей, высокий уровень развития вербальных творческих способностей чаще всего встречается у праворуких и амбидекстров-смешанных, а высокий уровень развития невербальных творческих способностей - у леворуких студентов.

... Наиболее высоким уровнем адаптации характеризуются студенты с высоким уровнем интеллекта и доминирующим смешанным либо правосторонним стилем мышления, а также студенты со средним уровнем интеллекта и доминирующим левосторонним стилем мышления. Менее адаптированы студенты с высоким уровнем интеллекта и доминирующим левосторонним стилем мышления, а также студенты со средним уровнем интеллекта со смешанным стилем мышления. Таким образом, стиль мышления как показатель когнитивной межполушарной асимметрии выступает в качестве психофизиологической предпосылки уровня адаптации студентов колледжа к образовательному процессу.

... Показано, что уровень адаптации студентов колледжа к образовательному процессу преимущественно обусловлен степенью полушарной активности. При этом уровень активности левого полушария у студентов с высоким уровнем социально-психологической адаптации выше, а степень выраженности функциональной асимметрии полушарий ниже, чем у студентов с низким уровнем адаптации

... студенты колледжа с низким уровнем адаптации, характеризуются низкой степенью общей мозговой активности, причем студенты, будущая учебная и будущая профессиональная деятельность которых направлена на общение с другими людьми отличаются высокой степенью межполушарного взаимодействия, а студенты, учебная и будущая профессиональная деятельность которых направлена на информационные технологии - устойчивым доминированием правого полушария.

Делается вывод о том, что у студентов колледжа с высоким интеллектом характер адаптации к образовательному процессу обусловлен высокой интеграцией межполушарного взаимодействия, а у студентов со средним интеллектом - выраженным доминированием активности одного из полушарий мозга, детерминирующей способ обработки информации.

У студентов с высокой креативностью на начальном этапе характер адаптации к образовательному процессу обусловлен уровнем креативности, а впоследствии он в большей степени определяется особенностями межполушарного взаимодействия.

... Установлено, что у студентов с высоким уровнем развития интеллектуальных способностей с доминирующим смешанным и совмещенным стилями мышления, успешно адаптировавшихся к образовательному процессу, степень межполушарного взаимодействия в процессе адаптации повышается, а у студентов с выраженным правосторонним или левосторонним стилями снижается.

При этом студенты со средним уровнем развития интеллектуальных способностей адаптируются за счёт субдоминантного полушария, тогда как интеллектуально одарённые учащиеся адаптируются за счёт собственных ресурсов (доминантного полушария).

..На начальных этапах адаптации функция ведущего полушария этих студентов переходит к субдоминантному полушарию, а на завершающих этапах – обратно, к ведущему доминантному полушарию.

У студентов с низким уровнем адаптации динамичность торможения нервных процессов выше, чем у студентов с высоким уровнем. Им присущ недетерминированный стиль регулирования поведенческих реакций, который характеризуется реактивностью и импульсивностью поведенческих реакций, возникающих на фоне эмоционального напряжения и обусловленных доминированием ведущего, чаще правого полушария. Снижение активности левого полушария у этих студентов в процессе адаптации к образовательному процессу приводит к затруднению моторно-перцептивной деятельности, ухудшению контроля поведения, замедлению процесса адаптации.

Установлено, что студенты с высоким уровнем социально-психологической адаптации отличаются от своих менее адаптированных сокурсников большей выраженностью силы и подвижности нервной системы.

...У студентов с высоким уровнем адаптации к образовательному процессу эмоциональная чувствительность и тревога по отношению к предметной деятельности доминируют над эмоциональной чувствительностью в сфере общения, при социальном взаимодействии с окружающими.

... Если изменение социальной ситуации существенно и приближает её к экстремальной, то в ответ на действие нетипичного, неожиданного или экстремального социального фактора реализуются все возможные механизмы и программы поведения, и формируется функциональное состояние, заведомо превышающее требования к адекватному ответу. Происходит гипермобилизация, которая предполагает включение всех имеющихся физиологических, психологических, социально-психологических ресурсов. Повышение активности субдоминантного полушария в этот период, выявленное в нашем исследовании, объясняется необходимостью физиологической мобилизации. На этом этапе адаптации наиболее адаптивными оказались студенты с высоким уровнем силы и подвижности нервной системы, свойства которой помогают им выдерживать значительные интенсивные нагрузки, и студенты с доминирующей активностью правого полушария.

В заключении диссертации отмечается, что полученные данные подтверждают выдвинутые гипотезы, подводятся итоги исследования и приводятся основные выводы:

...Показано, что особенности стиля мышления как показателя когнитивной межполушарной асимметрии могут служить психофизиологической предпосылкой уровня адаптации студентов колледжа к образовательному процессу. ПЛЮ как показатель сенсомоторной межполушарной асимметрии у студентов с высоким уровнем общих способностей служит психофизиологической предпосылкой скорости адаптации к образовательному процессу.

Влияние особенностей межполушарной функциональной асимметрии студентов на характер адаптации к образовательному процессу опосредовано уровнем и структурой общих (интеллектуальных и творческих) способностей и носит нелинейный характер. У студентов с высоким интеллектом характер адаптации к образовательному процессу обусловлен высокой степенью межполушарного взаимодействия, а у студентов со средним интеллектом - выраженным доминированием активности одного из полушарий мозга, детерминирующей способ обработки информации.

Установлено, что характер успешной адаптации студентов колледжа обусловлен высокой степенью общей мозговой активности при устойчивом доминировании активности левого полушария и сильным межполушарным взаимодействием. Снижение уровня адаптации у студентов, учебная и будущая профессиональная деятельность которых направлена на информационные технологии, обусловлено низкой степенью общей мозговой активности при устойчивом доминировании активности правого полушария; а у студентов, учебная и будущая профессиональная деятельность которых направлена на общение с другими людьми - низкой степенью общей мозговой активности при высокой степени межполушарного взаимодействия.

Характер адаптации к образовательному процессу обусловлен сочетанием степени полушарной активности и межполушарного взаимодействия с выраженностью свойств нервной системы. Сочетание доминирующей активности левого полушария и высокой скоростью нервных процессов является психофизиологической предпосылкой высокого уровня адаптации.

Сочетание доминирующей активности правого полушария и низкой скорости нервных процессов является психофизиологической предпосылкой низкого уровня адаптации.

У студентов с высоким уровнем адаптации к образовательному процессу сила и подвижность нервной системы .. больше, чем у студентов с низким уровнем адаптации. Высокая межполушарная интеграция и высокая пластичность нервных процессов у студентов

с высоким уровнем адаптации способствует динамичному переходу функции ведущего полушария к субдоминантному и обратно в процессе адаптации. На поведенческом уровне это отражается в произвольном и преднамеренно самодетерминированном стиле регулирования поведенческих реакций, который характеризуется развитой способностью к продуцированию и удержанию намерений, динамичностью, высокой переключаемостью способов поведения при взаимодействии с другими.

У студентов с низким уровнем адаптации к образовательному процессу динамичность торможения нервных процессов выше, чем у студентов с высоким уровнем адаптации. Снижение активности левого полушария у этих студентов в процессе адаптации приводит к затруднению моторно-перцептивной деятельности, ухудшению контроля поведения, замедлению процесса адаптации. Им присущ непроизвольный, непреднамеренный внешнедетерминированный стиль регулирования поведенческих реакций, который характеризуется реактивностью и импульсивностью поведения, возникающих на фоне эмоционального напряжения.

...В процессе адаптации студентов колледжа выделены быстрые и медленные реакции. Быстрые (неспецифические) реакции отражают наиболее общую адаптивную реакцию на начальных этапах адаптации и опосредованы в большей степени психологическими факторами (уровнем развития общих способностей, сформированным стилем мышления и т.д.). Медленные (специфические) реакции отражают необходимость психофизиологической мобилизации организма на завершающих этапах адаптации и обусловлены преимущественно психофизиологическими факторами (свойствами нервной системы, свойствами темперамента, особенностями функциональной межполушарной асимметрии).

На начальном этапе адаптации, её уровень определяется сочетанием у студентов высокого уровня общих способностей со стилем мышления, соответствующим доминантному по степени активности полушарию, либо сочетанием среднего уровня общих способностей со стилем мышления, соответствующим субдоминантному по степени активности полушарию. На завершающем этапе адаптации, её уровень определяется сочетанием высокой силы и подвижности нервной системы с доминирующей активностью правого полушария.

Полученные данные и разработанная процедура исследования психофизиологических особенностей адаптации студентов к образовательному процессу могут быть рекомендованы для использования в области профессионального образования, в практике психологического консультирования по вопросам адаптации к новым условиям обучения, профориентации и профессиональной подготовке, а также в практике консультирования по вопросам оптимизации адаптационных процессов.

17. Замятина А.А. Взаимосвязь адаптационного потенциала личности и психологического благополучия в юношеском возрасте. // Казанский педагогический журнал, №2, том 2, 2016

Предметом обсуждения в данной работе является соотношение и взаимосвязь понятий «адаптационный потенциал личности» и «психологическое благополучие».

В эмпирическом исследовании участвовали лица юношеского возраста от 17 до 23 лет в количестве 161 человек.

Комплекс психодиагностического инструментария был структурирован по представленной ниже схеме, см. рис. 1.

...мы проводили диагностику активации и функциональной асимметрии полушарий головного мозга, адаптационных возможностей организма.

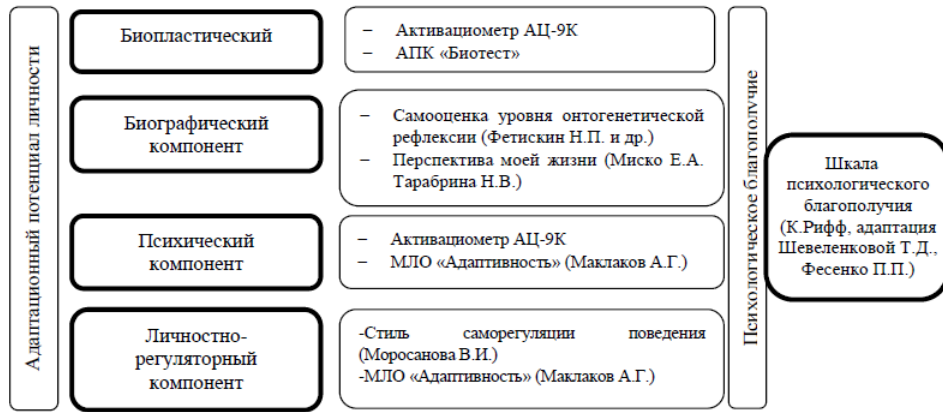


Рисунок 1. – Психодиагностический комплекс исследования

Было выявлено, что у большинства студентов превалирует активация правого полушария головного мозга; у 70% обследуемых адаптационные возможности организма находятся в состоянии дисбаланса, что обуславливает необходимость их восстановления. Отмечается дисбаланс уровня регуляции физиологических функций; в организме студентов преобладают процессы истощения энергетического потенциала, состояние выраженного стресса выявлено у 8% обследуемых. В свою очередь, все это говорит о значительном напряжении адаптационных ресурсов студентов.

По результатам обследования психического компонента адаптационного потенциала было отмечено, что только у 24% студентов уровень психоэмоционального состояния соответствует оптимальному значению, а у оставшейся группы студентов выявлено отклонение от нормативных значений, либо в сторону чрезмерного бодрствования, либо в сторону дремотного состояния. Испытуемые имеют невысокую эмоциональную устойчивость, склонность к проявлению нервно-психических срывов, конфликтов.

Таким образом, обобщая представленные результаты, можно говорить о том, что адаптационный потенциал личности взаимосвязан с психологическим благополучием; при высоком уровне психологического благополучия в юношеском возрасте происходит повышение адаптационного потенциала.

18. Баянова А. Е., Соловьев В. С., Чирятьева Т. В., Орлов С. А. Психосоматические особенности мужчин, работающих в нефтегазовой промышленности Тюменской области. // Журнал Университетская медицина Урала. Номер 2-3 (2-3), том 1, 14 декабря 2015 г. с.10-13. ФГБОУ ВПО ТюмГУ, г. Тюмень

Источник eanw.info/enzilkopedia/system-diaagnostik.pdf

У здоровых мужчин и мужчин с имеющимися сердечно-сосудистыми заболеваниями, работающих в нефтегазовой промышленности, были изучены психофизиологические особенности личности в зависимости от степени адаптации.

Показано, что на адаптационные способности организма могут оказывать влияние сила нервной системы и психоэмоциональная реактивность.

...Нами обследовано 135 работающих в нефтегазовой отрасли мужчин в возрасте от 35 до 60 лет.

Личностную тревожность (ЛТ) и ситуативную (СТ) и определяли по опроснику Спилбергера-Ханина. Для определения психоэмоционального состояния (ПС) испытуемых мы использовали «Активациометр АЦ-6» [14]. Для определения силы и подвижности нервной системы (НС), а также в качестве психоэмоциональной нагрузки, был применен «теппинг-тест», разработанный Е. П. Ильиным [5]. Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью программы STATISTICA 6.

Сила НС по методике Теппинг-тест определяется с помощью построения графика динамики количества точек в квадрате. Для облегчения визуального анализа полученных результатов мы построили усредненные графики для каждой группы.

График группы А имел ровный вид с подъёмом количества точек в шестом квадрате, что говорит о преобладании средне-сильного типа НС среди мужчин этой группы [13]. График группы В имел нисходящий вид с незначительным повышением к 6-му квадрату, что характеризует средне-слабый тип НС мужчин с напряжением механизмов адаптации.

В группах мужчин с сердечно-сосудистыми нарушениями графики характеризовали слабость НС (большая часть графика находится ниже начальной точки [5]. В группах с удовлетворительной адаптацией и напряжением адаптации количество точек в последнем квадрате ($29,29 \pm 1,04$ точек в группе С и $29,37 \pm 0,48$ точек в группе D) статистически достоверно было ниже ($p < 0,001$), чем в первом ($32,52 \pm 1,21$ точек в группе С и $31,74 \pm 0,74$ точек в группе D).

В группе В с напряжением механизмов адаптации у 42% мужчин была сильная НС, у 37% средняя, у 21% – слабая. Следовательно, в группе с удовлетворительной адаптацией большая часть мужчин отличалась сильным типом НС. В группах здоровых мужчин различия в процентном соотношении по силе НС были более выражены, чем в группах с нарушениями кардиогемодинамики. В группе мужчин с сердечно-сосудистыми нарушениями с удовлетворительной адаптацией 42% отмечено со слабой НС, 29% мужчин со средней, и 29% с сильной НС. В группе D с напряжением механизмов адаптации всего у 16% мужчин была слабая НС, 45% средняя и у 39% мужчин сильная НС.

Психоэмоциональное состояние человека отражает работу его вегетативной НС, уравновешенность процессов торможения и возбуждения. Значения индивидуально-типологического ПС в группе здоровых мужчин с напряжением механизмов адаптации были незначительно выше ($88,54 \pm 14,30$ у. е.), чем в группе здоровых мужчин с удовлетворительной адаптацией ($69,69 \pm 10,04$). В группах мужчин с нарушениями кардиогемодинамики значения ПС оказались меньше, чем у здоровых и составили от $61,15 \pm 7,81$ у. е. в группе D до $56,56 \pm 7,81$ в группе E ($p > 0,05$).

Изучение изменений ПС позволяет оценить не только реактивность центральной и периферической НС, но и адекватность реакции возбуждения на незначительные раздражители, что говорит об адаптивности (ориентировочный рефлекс) [9]. В нашем исследовании в ответ на выполнение теппинг-теста значения ПС статистически достоверно увеличились в группе мужчин с удовлетворительной адаптацией $p < 0,05$ со значений $59,12 \pm 9,15$ у. е. возросли до $71,69 \pm 10,76$ у. е.. В группе здоровых мужчин с напряжением механизмов адаптации различия были не значительны ($87,79 \pm 13,61$ у. е. до нагрузки и $96,10 \pm 16,83$ у. е. после). Значения ПС в покое в этой группе изначально были выше, чем в группе мужчин с удовлетворительной адаптацией, что может объяснить наличие резистентности к нагрузке, защищающей от психоэмоционального возбуждения и позволяющей экономить энергетические силы организма или «законом исходной величины» [5].

В группе мужчин с дисфункцией кардиогемодинамики с удовлетворительной адаптацией в ответ на выполнение теппинг-теста возросли значения ПС ($p < 0,05$) с значений $58,50 \pm 10,21$ у. е. до $68,19 \pm 10,98$ у. е.. В группе D с напряжением механизмов адаптации ПС со значения в $55,78 \pm 4,73$ у. е. выросло после теста до $64,00 \pm 4,32$ у. е., $p < 0,01$, что характеризует, на наш взгляд, повышенную реактивность. В группе E с неудовлетворительной адаптацией подъем значений ПС был незначительный с $56,80 \pm 7,25$ у. е. до $59,70 \pm 8,28$ у. е.

Заключение.

Исследованиями установлено, что уровень ситуативной и личностной тревожности обследованных мужчин достоверно не различался в группах с различной степенью адаптации. Для мужчин с удовлетворительной степенью адаптации был характерен средне-сильный тип нервной системы, а для мужчин с напряжением механизмов адаптации – средне-слабый.

Мужчины с кардиологическими заболеваниями отличались слабой нервной системой, что подтвердилось статистически. В группе мужчин с кардиологическими нарушениями и напряжением механизмов адаптации реакция характеризовала повышенную реактивность.

Таким образом, на адаптационные способности работающих в нефтегазовой промышленности мужчин второго зрелого возраста могут оказывать влияние такие психофизиологические характеристики, как сила нервной системы и реактивность их психоэмоционального состояния.

19. Марчукова Светлана Федоровна. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации социально-психологической адаптации курсантов образовательных учреждений МВД России : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 : М., 2005, 140 с.

...Целью нашего исследования мы определили оптимизацию социально-психологической адаптации курсантов.

Объектом исследования мы обозначили социально-психологическую адаптацию курсантов к условиям обучения в образовательных учреждениях МВД России (на примере курсантов факультета пожарной безопасности Восточно-Сибирского института МВД России).

...Теоретико-методологической основой исследования являются представления об единстве деятельности, сознания и личности (Б.Г.Ананьев, А.Н.Леонтьев, С.Л.Рубинштейн и др.), теоретические положения системного подхода к изучению личности (Б.Г.Ананьев, А.Г.Асмолов, Б.Ф.Ломов, В.Д.Шадриков, Ю.А.Цагарелли, В.А.Ядов и др.),

...Достоверность результатов и выводов исследования обеспечивалась реализацией общепризнанных теоретических принципов психологии, использованием надежных и апробированных в отечественной психологической науке методов и методик, взаимопроверкой результатов, получаемых по разным методикам, а также применение методов математической статистики, содержательным анализом выявленных факторов и закономерностей.

Расчеты выполнены с использованием универсального программного пакета статистической обработки данных «STATISTIKA 6.0», а также психологического инструментария - прибора системной диагностики человека «Активациометр АЦ - 6», соответствующий ГОСТам 21631-76, 19904-74 и техническим условиям ТУ 9442-001-01238169-94.

Экспериментальное исследование проводилось на базе Восточно-Сибирского института МВД России в 2001 — 2005 годах. В качестве респондентов выступили курсанты факультета пожарной безопасности.

Следует отметить, что **эффективность тренинговых занятий подтверждается данными психоэмоционального состояния курсантов (рис.17.), полученными с помощью психологического инструментария -универсального прибора для системной диагностики человека «Активациометр АЦ-6».**

Данные свидетельствуют о том, что уже на первом этапе - организационном, происходит нормализация психоэмоционального состояния курсантов. Во время релаксации (этапы 3-4) можно наблюдать гармонизацию левого и правого полушарий и оптимальное эмоциональное состояние курсантов.

Далее при рефлексии (этап 5) наблюдается небольшое преимущество активности деятельности левого полушария.

Доказано, что обучение саногенной рефлексии способствует оптимизации социально-психологической адаптации курсантов.

20. Котляр Д.Л. Физиологическая оценка и оптимизация функционального состояния организма и военно-профессиональной адаптации лётчиков вертолётной морской авиации. Автореф. дис... канд. мед.наук 03.00.13 – физиология. Саратов - 2009

Научная новизна. Опираясь на методологию системного подхода, с физиологических позиций проведено комплексное изучение процесса военно-профессиональной деятельности пилотов вертолётной авиации ВМФ. В процессе проведенной работы оценены показатели 229 лётчиков и штурманов.

«Исследование осуществлялось в реальных условиях учебно-боевой подготовки двух вертолётных частей морской авиации Черноморского флота России. В процессе исследования применялись портативный модульный комплекс, прибор авиационного врача, приборы «Физиолог-М» с блоком «Резервы» и «Активациометр». С его помощью исследовались: ... «**психоэмоциональное состояние, критическая частота слияния световых мельканий, простая сенсомоторная реакция на световой раздражитель, статический тремор, кожно-гальваническая реакция**».

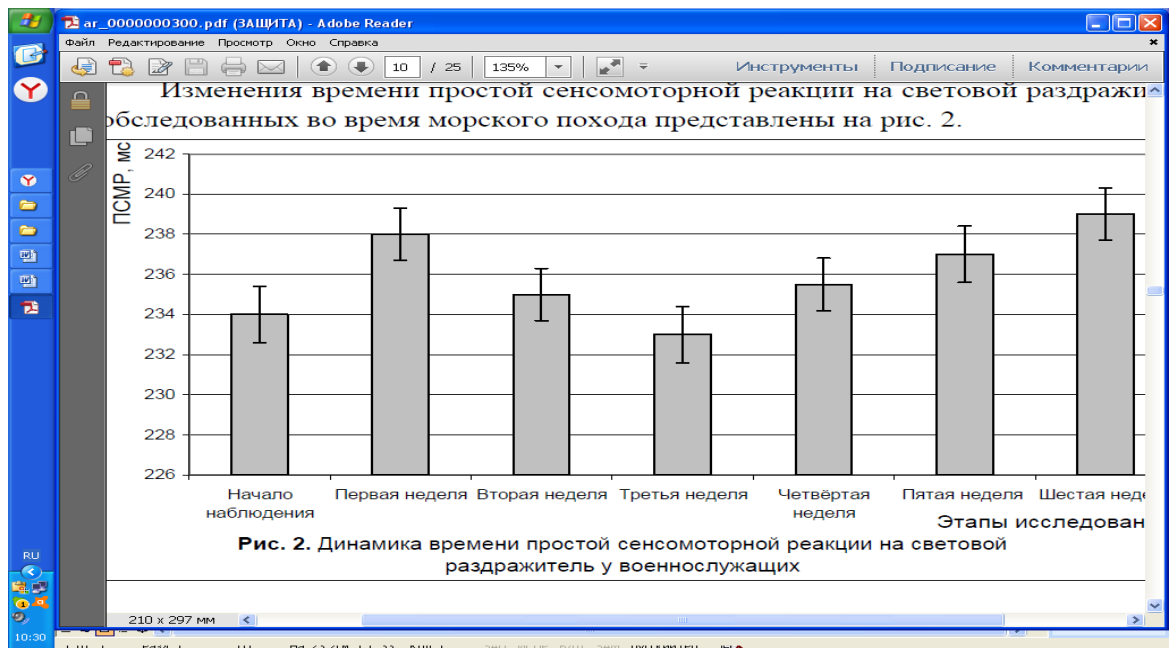
Было проведено три серии исследований функционального состояния организма пилотов вертолётной авиации: в процессе 1,5 месяцев морского похода; подготовки и проведения полётов с взлётно-посадочной площадки корабля и берегового аэродрома; во время военно-профессиональной адаптации.

Изучение военнослужащих в процессе адаптации к условиям жизнедеятельности осуществлялось на протяжении трёх лет с периодичностью в один месяц.

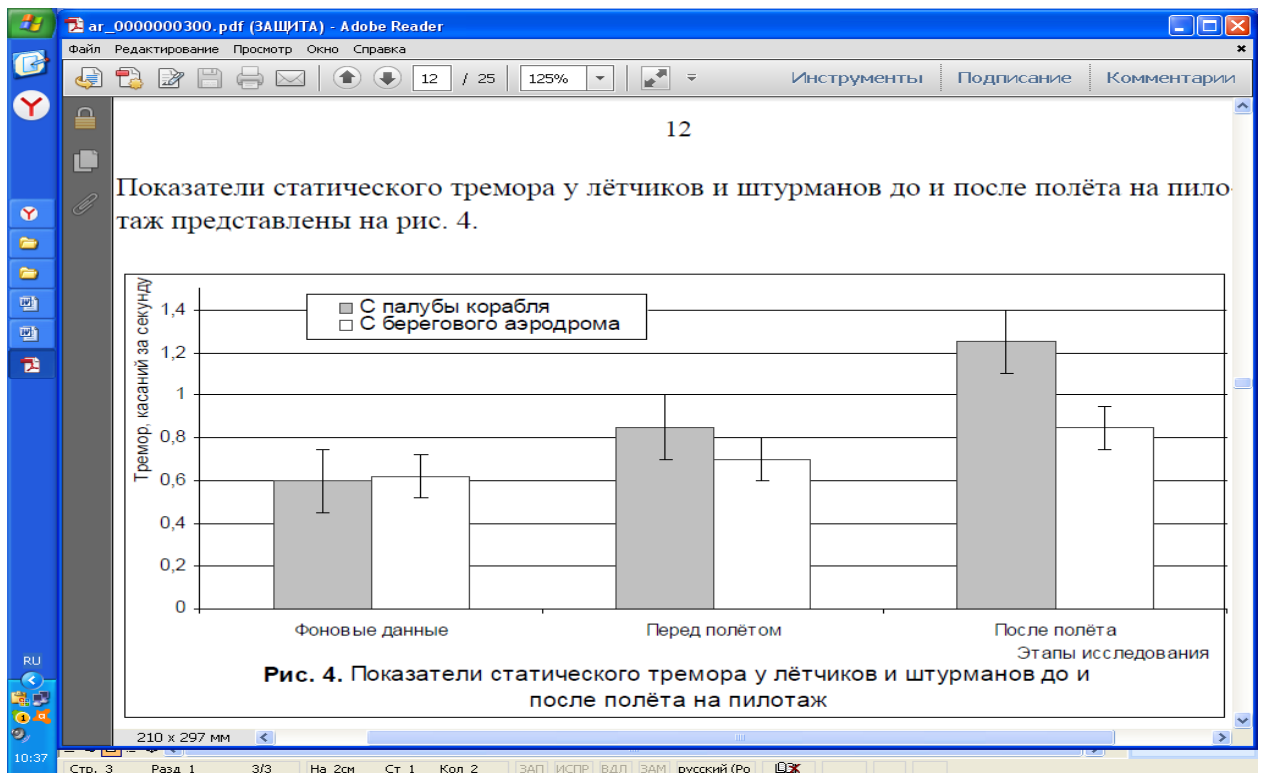
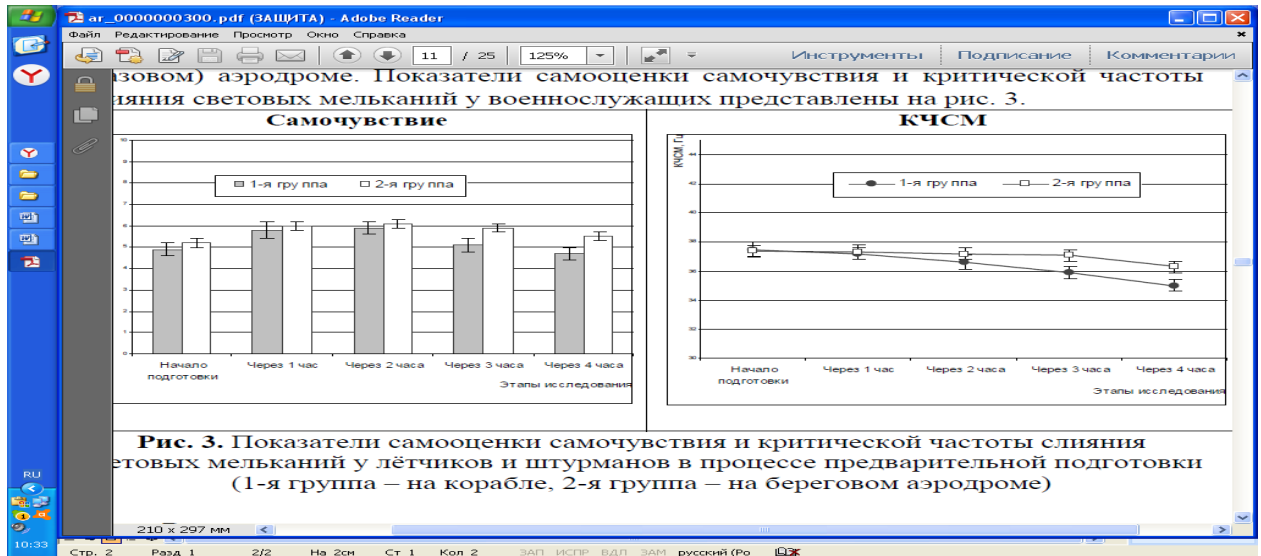
Результаты исследования позволили установить, что военно-профессиональная деятельность лётного состава вертолётной морской авиации – это крайне сложный, многосторонний и напряженный процесс, характеризующийся чрезвычайно высокими интеллектуальными, эмоциональными и физическими нагрузками.

Учебно-боевая подготовка и боевая служба требуют от лётчиков и штурманов вертолётной авиации ВМФ высокого уровня физиологических резервов организма и работоспособности, психофизиологической и физической готовности

Изменения времени простой сенсомоторной реакции на световой раздражитель у обследованных во время морского похода представлены на рис. 2



Все виды полётов, выполняемые с взлётно-посадочной площадки корабля, сопровождаются крайне высоким психоэмоциональным стрессом, так как имеется возможность касания лопастями вертолёта различных конструкций палубных надстроек, перелёта или недолёта площадки; воздействие ветра, волнения моря, брызг, трудности поисково-спасательных работ и др.



ВЫВОДЫ

Динамика функционального состояния организма лётчиков и штурманов вертолётов корабельной авиации в процессе морского похода характеризуется негативными сдвигами физиологических показателей (снижение уровня самооценки психоэмоционального состояния – на 18,2%; критической частоты слияния световых мельканий – на 5,7%; простой сенсомоторной реакции – на 4,0%; скорости переработки информации – на 18,5%; степ-теста – на 7,0%;

Физиологическая «цена» предварительной подготовки к полётам на корабле во время морского похода выше, чем в процессе её проведения на береговом (базовом) аэродро-

ме (в конце занятий самооценка самочувствия хуже на 15,7%; активности – на 12,7%, настроения – на 10,8%; ниже уровень критической частоты слияния световых мельканий – на 3,7%; простой сенсомоторной реакции – на 4,5%; скорости переработки информации – на 7,9%).

...все виды полётов, выполняемые с взлётно-посадочной площадки корабля, сопровождаются крайне высоким психоэмоциональным стрессом (физиологические реакции на уровне повышенных и чрезмерных – частота сердечных сокращений – 112-115 циклов в минуту; повышение систолического артериального давления – на 21 мм рт. ст., диастолического артериального давления – на 13 мм рт. ст.; увеличение показателей статического тремора – в 2,1 раза, кожно-гальванической реакции – в 1,4 раза).

Наиболее высокими коэффициентами парной корреляции с успешностью адаптации – внешним критерием – отличаются (связь значительная) личностный потенциал социально-психологической адаптации, результат выполнения степ-теста, оценка техники пилотирования, время простой сенсомоторной реакции и адаптационный потенциал системы кровообращения.

21. Огарышева Н. В. Нейровегетативное обеспечение регуляторных реакций у студентов с разным уровнем адаптационного потенциала. Автореф. дис...канд. биол. н. 03.03.01 – физиология. Екатеринбург – 2013

У каждого испытуемого 3 раза измерялось психоэмоциональное напряжение (ПЭН) по электродермальной реакции, с помощью активациометра (АЦ-6),

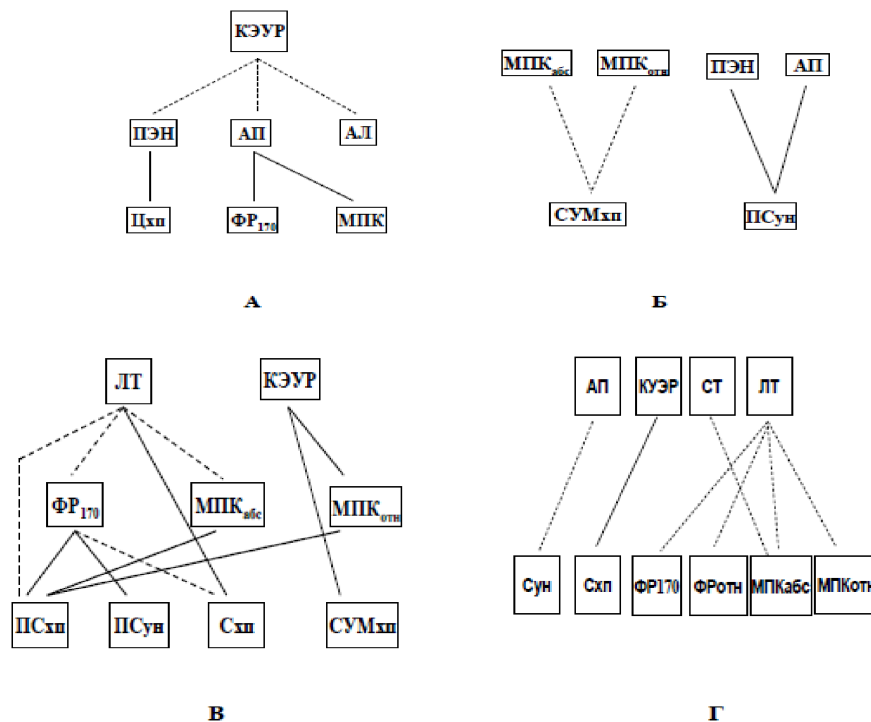


Рисунок 1 - Корреляционные отношения между параметрами регуляции у испытуемых разных групп: А – группа 1.1; Б – группа 1.0; В – группа 0.0; Г – группа 0.1.

Примечание: $r = 0,25-0,49$, $r = 0,50-0,69$, $r = 0,7-0,99$, сплошной линией – прямые связи, пунктиром – обратные. АЛ – активность левого полушария, АП – активность правого полушария, ПЭН – психоэмоциональная напряженность, КЭУР – коэффициент эффективности умственной работы, ЛТ – личностная тревожность, МПК – максимальное потребление кислорода, МПКотн. – максимальное потребление кислорода по отношению к массе

тела, ПС – парасимпатический компонент регуляции, ПЭН – психоэмоциональное напряжение, С – симпатический компонент регуляции, СТ – ситуативная тревожность, СУМ – суммарное напряжение регуляции, УН – умственная нагрузка, ФР170 – физическая работоспособность, ФРотн. – физическая работоспособность по отношению к массе тела. (с.14)

Сопоставление суммарных показателей напряжения симпатического, парасимпатического и центрального уровней регуляции при холодной пробе и умственной нагрузке с работоспособностью, психоэмоциональным напряжением (ПЭН), уровнем тревожности и коэффициентом эффективности умственной работы (КЭУР= число правильно решенных задач / общее число решенных задач) Полученные результаты свидетельствуют о том, что:

- минимальное количество корреляционных связей работоспособности с напряжением разных компонентов регуляции наблюдается в группе с повышением напряжения при обеих пробах (1.1).

- существует значительное участие психоэмоционального напряжения и активности полушарий с показателями парасимпатической, центральной и симпатической активности в группах с повышением напряжения регуляции при ХП (1.1 и 1.0) и очень слабое (группа 0.1) или полное отсутствие (группа 0.0) в группах с понижением регулирующей активности во время пробы.

Для определения взаимосвязей между показателями успеваемости, уровнем активности регуляторных систем организма, показателями тревожности и психоэмоционального напряжения был проведен корреляционный анализ (табл. 7).

Таблица 7 - Корреляционные связи между успеваемостью, показателями вегетативной регуляции, тревожностью и психоэмоциональным напряжением

Группа по ИФИ	Показатель	Средний балл по дисциплинам и сессиям				
		Общеобразовательные	Специальные	1 сессия	2 сессия	1+2 сессии
Группа 1.1						
1и.и. n=23	СТ		-0,55	-0,50		-0,49
	ЛТ		-0,45			-
2и.и. n=31	ПСун	-0,65	-0,43	-0,66	-0,39	-0,57
	Цун	0,58	0,58	0,61	0,53	0,62
3и.и. n=17	ПСхп	0,55			-	-
	Схп	-0,56			-0,57	-0,53
	Цхп	-0,61			-	-0,49
	СУМхп	-0,57			-0,49	-0,54
Группа 1.0						
1и.и. n=7	СУМхп				-0,78	
2и.и. n=14	ПЭН			0,59		
3и.и. n=23	ПСун		0,72		0,76	
	ПЭН		0,88	0,80	0,85	0,86
Группа 0.0						
2и.и. n=10	ПСун				0,63	
	Цун	-0,75	-0,62	-0,73	-0,67	-0,72
	СТ				-0,63	
Группа 0.1						
1и.и. n=7	ПСун	-0,89	-0,77	-0,85		-0,89
	Сун				0,91	
	СУМун			-0,79		
2и.и. n=16	СТ	0,63		0,66		0,61
	ЛТ	0,56		0,54		0,52

Примечание: приведены коэффициенты корреляции – r при статистически значимых связях. ПЭН – психоэмоциональное напряжение, СТ – ситуативная тревожность, ЛТ – личностная тревожность, ПС, С, Ц – пара-, симпатический и центральный компоненты регуляции при хп – холодовой пробе и ун – умственной нагрузке.

Общим для групп 2ИФИ (n=14) и 3ИФИ (n=8) в группе с повышением CV при ХП и снижением при УН (1.0) являются связи с положительным значением коэффициента корреляции между психоэмоциональным напряжением и успеваемостью. Таким образом, достигается улучшение успеваемости среди студентов этой группы.

ВЫВОДЫ

...5. Психоэмоциональное напряжение и тревожность имеют сильные зависимости с физической и умственной деятельностью: наиболее типичными являются отрицательные корреляционные связи между психоэмоциональным напряжением и успешностью решения задач, а также между тревожностью и физической работоспособностью.

22. Макарова О.А., Фукин А.И. Координация движений как фактор успешности в операторском труде. // Приоритетные направления развития науки, техники и технологий./ международный научно-практ. конф. 2016. Изд-во: ООО "Западно-Сибирский научный центр" Кемерово, 2016

АННОТАЦИЯ В статье представлены результаты исследования координации движений у представителей такой профессии как оператор получения непрерывного стекловолокна (операторы ПНС).

Для фиксации психофизиологических показателей координации движений респондентов был использован **аппаратурно-программный комплекс «Активациометр АЦ-9Ж»**. Наличие существенных различий в уровне координации движений у «более успешных» и «менее успешных» позволяет утверждать, что координация движений действительно может рассматриваться как фактор успешности в профессиональной деятельности оператора ПНС.

23. Епонишников Ю.В. Динамика развития точности управления произвольными движениями курсантов специальной средней школы милиции. Архангельский филиал Санкт-Петербургского университета МВД России. // Сборник научных трудов по материалам международной научно-практической конференции. Изд-во: ООО "НАУЧНЫЙ МИР" №.1, 2010. Иваново, 2010. С 34-40

...Одним из приоритетных направлений развития психофизиологических исследований в настоящее время является **проблема адаптации человека** к различным условиям жизни и деятельности. И чтобы облегчить процесс адаптации, необходимо на подготовительном этапе создать предпосылки, фундамент для успешного перехода к новым условиям жизнедеятельности.

Как один из видов адаптации при переходе на очередной жизненный рубеж, мы рассматриваем образовательный процесс в среднем профессиональном образовательном учреждении, от которого во многом зависят дальнейшие успехи в трудовой и служебной деятельности.

Цель исследования – изучить количественную динамику развития наиболее значимых функциональных свойств нервной системы курсантов учебного заведения МВД России.

В качестве объекта исследования нами были выбраны курсанты Архангельской специальной средней школы милиции. Экспериментальные исследования проводились в период с октября 2006 по май 2008 года с четырьмя контрольными срезами: в октябре 2006,

мае, октябре 2007, мае 2008 года. В них приняло участие 30 курсантов. Средний возраст курсантов на начало исследований составлял 16-17 лет.

Методики исследования. Исследования проводились с использованием двух приборов: «Активациометр АЦ-6», входящий в обязательный комплект оборудования кабинета психологической регуляции каждого подразделения органа внутренних дел и программно-аппаратный комплекс для психофизиологических исследований ПАКФ-01 «Мираж». Оба прибора позволяют осуществлять регистрацию психофизиологических показателей в аналоговом виде и проводить по жесткому алгоритму в реальном масштабе времени математико-статистическую обработку преобразованных в цифровой вид регистрируемых сигналов. Результаты обработки данных психофизиологических обследований могут быть визуализированы на экране дисплея или распечатаны. При выборе методик исследования мы учитывали значимость тестируемых психофизиологических качеств в дальнейшей профессиональной деятельности курсантов.

Нами была изучена точность управления произвольными движениями. Для решения этой задачи мы определяли:

1. дифференциальный порог ощущений в двигательном анализаторе;

2. абсолютный порог ощущений в двигательном анализаторе. Диагностика проводилась на кинематометре прибора «Активациометр АЦ-6». Задачей испытуемого было с закрытыми глазами: в первом случае – выставить ползунком расстояние (40-60мм, 180-200мм), затем попытаться выставить расстояние чуть больше (желательно на 1 мм), после этого чуть меньше, и так на каждый интервал по 4 раза; во втором случае – после нескольких перемещений на определенное расстояние (30мм, 230мм) выставить его 5 раз подряд. В обоих случаях фиксировались выбранные интервалы и отклонения. Затем вычислялась среднеарифметическая величина задаваемых интервалов и отклонений для больших и малых интервалов;

3. реакцию на движущийся объект. Тест проводился с использованием приборов «Активациометр АЦ-6». Задачей испытуемого было: остановить двигающийся по кругу шарик в момент пересечения с точкой на шкале; Определялся коэффициент точности – как отношение точных реакций к общему количеству реагирований и точность реакции – как отношение суммы времени запаздывающих и упреждающих реакций к общему количеству реагирований.

Результаты и их обсуждение

Таблица 2. Результаты измерений дифференциального порога ощущений в двигательном анализаторе курсантов (ошибка в мм).

	октябрь 2006	май 2007	октябрь 2007	май 2008
ДППЧ на малых интервалах (40-60 мм)	9,68±0,6 2	9,26±0,69	8,01±0,51	7,64±0,57
ДППЧ на больших интервалах (180-200 мм)	17,05±1,3	15,72±1,21	15,45±1,51	10,94±0,82
Общая характеристика ДППЧ	13,36±0,83	12,49±0,78	11,73±0,87	9,31±0,53

Результаты диагностики дифференциального порога проприоцептивной чувствительности (ДППЧ) показывают достоверное улучшение показателей ДППЧ на малых ($P<0,05$) и больших ($P<0,001$) интервалах, и как следствие, улучшение общего показателя ДППЧ ($P<0,001$). Причем, наиболее значительное уменьшение величины отклонений при воспроизведении заданных интервалах наблюдается на втором курсе.

В процентном соотношении уменьшение ошибки воспроизведения на малых интервалах с первого по четвертый контрольный срез произошло на 20%, на больших интервалах – на 36%, общего показателя – на 31%.

Полученные результаты свидетельствуют о более высоком развитии у курсантов в период обучения дифференциальных порогов двигательного анализатора на больших ин-

тервалах, что, видимо, является закономерным следствием гораздо большего объема движений, связанных с перемещением на большие расстояния.

Разнонаправленный характер динамики развития абсолютного порога проприоцептивной чувствительности на больших интервалах с общей тенденцией к улучшению ($P < 0,05$), постоянное улучшение показателей на малых интервалах ($P < 0,05$), привело в итоге к улучшению общего показателя порога абсолютной чувствительности ($P < 0,05$).

Таблица 3. Результаты измерений абсолютного порога ощущений в двигательном анализаторе курсантов (ошибка в мм).

	октябрь 2006	май 2007	октябрь 2007	май 2008
Малый интервал (30 мм)	4,99±0,3 9	4,35±0,64	3,63±0,38	3,49±0,5
Большой интервал (230 мм)	20,62±3,93	29,9±4,42	14,91±2,4	11,01±2,21
Абсолютная чувствительность	12,8±2,0 5	17,03±2,38	9,27±1,28	7,25±1,13

Уменьшение ошибки воспроизведения малых интервалов за весь период обучения составило 20%, больших интервалов – 36%, общего показателя – 31%.

Показанные результаты свидетельствуют об улучшении общего порога абсолютной чувствительности курсантов школы милиции на протяжении всего периода обучения, за исключением второго семестра. Начиная с третьего семестра, абсолютная чувствительность на больших интервалах увеличивается гораздо быстрее, чем на малых интервалах. Это свидетельствует о преобладании в процессе учебы движений, связанных с большой протяженностью.

Ниже приведены результаты исследований реакции на движущийся объект... с использованием «Активациометра АЦ-6»

Таблица 4. Результаты измерений реакции на движущийся объект.

	октябрь 2006	май 2007	октябрь 2007	май 2008
Точность реакции («Активациометр АЦ-6», мс)	28,74±1,3 3	28,70±1,3 3	25,07±1,3 2	24,84±1,1 3

Исследования показали достоверное увеличение коэффициента точности реакции ($P < 0,05$). Наиболее значительные улучшения наблюдались на втором курсе обучения.

Улучшение коэффициента точности реакции свидетельствует об увеличении количества точных реагирований, что, в свою очередь, зависит от точности ощущения времени и пространства, точности психомоторных действий. Это говорит не только о хорошей согласованной работе двигательного и зрительного анализаторов, но и об уровне физической подготовленности в целом.

Точность реакции зависит от таких характеристик как запаздывание и упреждение, которые является показателем уравновешенности нервных процессов. Улучшение точности реакции курсантов является признаком уравновешенности нервных процессов.

Таким образом, в исследуемый период у курсантов школы милиции наблюдается:

1. отчетливое сокращение моторного компонента простой и сложной двигательной реакции не только по времени, но и в процентном соотношении по сравнению с латентным временем, тенденция к снижению когнитивных процессов;

2. улучшение показателей дифференциального и абсолютного порогов проприоцептивной чувствительности на малых и больших интервалах, улучшение общего показателя двигательной чувствительности;

3. увеличение точности реакции на движущийся объект и коэффициента точности;
4. нервные процессы курсантов на втором курсе более уравновешенны;
5. наибольшее улучшение показателей точности управления произвольными движениями у курсантов происходит на втором курсе.

24. Новикова И.А., Ксенофонтов А.М. Диагностика психологической адаптации сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях профессиональной деятельности. // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: Сборник научных статей международной научно-практической конференции. – Владивосток : Мор. гос. ун-т им. адм. Г. И. Невельского, 2011. – 373 с. с.188-193.

Источник: tgm.upef.ru/system/file_storage/.../2321.pdf...

С целью разработки новых подходов к диагностике психологической адаптации сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях профессиональной деятельности были обследованы 347 сотрудников. Для прогноза успешности психологической адаптации в экстремальных условиях у сотрудников органов внутренних дел можно использовать определение функциональной асимметрии полушарий головного мозга. Чем более выражены отличия в показателях асимметрии правого полушария головного мозга, тем более вероятно развитие у сотрудников психологической дезадаптации.

Психологическая адаптация человека к экстремальным условиям не может рассматриваться без учета психофизиологических реакций. При изучении последствий участия человека в деятельности, связанной с экстремальными условиями, полицейскими психологами используется широкий спектр различных методов и методик, позволяющий осуществлять психологическую экспертизу процесса адаптации сотрудников. **Для этого может использоваться прибор «Активациометр» (АЦ-6), позволяющий изучать активность работы полушарий головного мозга, подвижность/инертность нервных процессов и множество других параметров.** Проблема симметрии и асимметрии в природе принадлежит к числу фундаментальных естественнонаучных и психологических проблем.

Показатели функциональной асимметрии полушарий имеют огромную диагностическую ценность, так как специфика функционирования каждого полушария значимо влияет на человеческую деятельность.

Высокая валидность и точность методики доказана достоверными данными, коррелирующими с электроэнцефалографическими и иными методиками [5]. Целью исследования явилась разработка новых подходов к диагностике психологической адаптации сотрудников ОВД в экстремальных условиях профессиональной деятельности.

Методика. Было обследовано 347 сотрудников ОВД по Архангельской области. Все лица мужского пола; средний возраст – $29,5 \pm 3,6$ года.

В работе в качестве аппаратной методики использовался активациометр АЦ-6 для определения коэффициента функциональной асимметрии больших полушарий головного мозга [5], а также следующие методики:

- стандартизированный метод исследования личности (СМИЛ),
- тест восьми влечений Л. Сонди в модификации Л.Н. Собчик
- метод цветовых выборов (модифицированный восьмицветный тест).

Результаты исследования и их обсуждение. Все обследованные сотрудники ОВД по типу доминирования полушарий головного мозга были распределены на три группы: 1 группа – 106 человек с доминирующим левым полушарием; 2 группа – 172 человек с доминирующим правым полушарием; 3 группа – 106 человек с функциональной симметрией полушарий головного мозга. В отличие от 1 и 2 групп, в группе обследованных с функциональной симметрией полушарий, выявлено существенно меньшее количество случаев

умеренного превышения нормативов «линейного профиля» ($p < 0,05$). Отличия выявлены в отношении 4 шкалы СМИЛ «импульсивность» – 6,5% (1 группа – 15,5%, 2 группа – 19,5%), 7 шкалы СМИЛ «тревожность» – 4,8% (1 группа – 16,5%, 2 группа – 15,4%) и 8 шкале СМИЛ «индивидуалистичность» – 6,5% (1 группа – 12,4%, 2 группа – 12,1%). Столь существенные отличия отражаются на процессе адаптации сотрудников к условиям деятельности.

Достоверное превышение «нормативного профиля» в группах с доминирующим левым или правым полушарием головного мозга указывало на наличие у обследованных психологически разнонаправленных тенденций, как вероятный результат невротического развития. Поэтому дальнейшее рассмотрение полученных данных осуществлялось с учетом роли ФАП в организации эмоциональных переживаний обследованных.

Установлено, что в группе сотрудников ОВД с доминирующим правым полушарием в отличие от обследованных 3 группы, чаще встречались случаи напряжения h-реакций (тест Л.Сонди) ($p < 0,05$). Данные реакции являются Эрос-гипертоническими [4], указывающими на наличие напряжения во взаимодействии с социальным окружением. Кроме этого, в группе лиц с доминирующим правым полушарием чаще в отличие от 3 группы обследованных встречалось повышение по 4 шкале теста СМИЛ «импульсивность» ($p < 0,05$).

Для обследованных 2 группы была характерна взаимосвязь частоты повторения отрицательных k-реакций и отрицательных d-реакций (тест Л.Сонди) ($p < 0,01$). Показатель отрицательных k-реакций явился наиболее значимым фактором, связывающим активацию головного мозга и психологические реакции у обследованных с доминирующим правым полушарием. Наличие отрицательных k-реакций указывало на развитие тенденций деструкции, утраты доверия к окружающим, разрушения личностных ценностей, а отрицательных d-реакций – на развитие тенденций инертности, сложности в адаптации и инфантилизме межличностных отношений. Кроме этого, отличительным для обследованных с правым доминирующим полушарием был выбор желтого и красного цветов в первой паре цветового ряда (тест МЦВ Люшера) ($p < 0,05$). Выбор данного сочетания цветовой пары указывает на присутствие активности, стремления к риску, сочетающиеся с неустойчивостью эмоционального состояния и неустойчивой самооценкой. Эмоциональное состояние в зависимости от уровня возникающего напряжения способно как повышать эффективность действий, так и дезорганизовать их, а также изменять мотивационную составляющую.

Частота взаимосвязи активации полушарий головного мозга и случаев повторения отрицательных d-реакций (тест Л. Сонди) характерна и для сотрудников ОВД с доминирующим левым полушарием ($p < 0,03$). Увеличение активации доминирующего полушария головного мозга проходило на фоне выбора зеленого и синего цвета в первой паре и серого цвета во второй паре цветового ряда МЦВ Люшера ($p < 0,05$). Подобная психологическая характеристика указывает на вероятность того, что в большинстве случаев увеличение активации левого доминирующего полушария проходит на фоне повышения контроля над происходящими событиями и снижения социальных контактов. **Выводы:**

1. Для прогноза успешности психологической адаптации в экстремальных условиях профессиональной деятельности у сотрудников органов внутренних дел можно использовать активациометрию для определения функциональной асимметрии полушарий головного мозга.

2. Чем более выражены отличия в показателях асимметрии правого полушария головного мозга у сотрудников органов внутренних дел, тем более вероятно развитие психологической дезадаптации, а, чем ближе данные электрической активности полушарий к симметричным значениям, тем, вероятно, более благоприятно протекает процесс адаптации в экстремальных условиях деятельности.

1. Котенев И.О. Психологическая оценка личности руководителя ОВД с помощью калифорнийского опросника / И.О.Котенев // Психологическое обеспечение профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел. – М., 2000. – С. 97-104.

2. Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая адаптация / Е.О. Лазебная // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы проблемы, перспективы. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – С. 561.

3. Организация психологического обеспечения деятельности сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях: Метод. пособие / Под ред. В.М. Бурькина. – М.: ГУК МВД России, 2004.

4. Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности / Л.Н. Собчик. – М.: Ин-т прикладной психологии, 2001.

5. Цагарелли Ю.А. Теория и практика системной диагностики человека (учебное пособие) / Ю.А. Цагарелли – Казань: Таглитат ИЭУиП, 2002.

25. Кондрашов В.В., Онищенко А.Н., д.м.н., проф. Физиологическая оценка военно-профессиональной адаптации и функционального состояния организма слушателей ординатуры военно-медицинских вузов // Саратовский научно-медицинский журнал. 2010. Т. 6, № 3. С. 516–521.

Источник: ssmj.ru/system/files/archive/ssmj-2010-3-full.pdf

Проведён анализ результатов изучения функционального состояния организма слушателей ординатуры военно-медицинских вузов в различных условиях и режимах профессионального обучения (во время учебного дня, суточного дежурства в клинике, наряда и экзамена), в процессе военно-профессиональной адаптации.

Разработана технология оптимизации функционального состояния организма военных врачей-ординаторов, учитывающая психофизиологические особенности военно-профессиональной подготовки, выявленные закономерности изменений психофизиологических резервов и военно-профессиональной адаптации, представляющая собой совокупность физиологически обоснованных структурно-функциональных компонентов (совершенствование адаптации, коррекция и восстановление функционального состояния организма).

Цель работы – изучение функционального состояния организма и военно-профессиональной адаптации слушателей ординатуры военно-медицинского вуза, физиологическое обоснование теоретических и практических основ технологии их оптимизации.

В процессе работы были оценены показатели 106 офицеров медицинской службы (62 терапевта и 44 хирурга). Все военнослужащие при поступлении в ординатуру прошли медицинское освидетельствование и были признаны годными к военной службе и обучению. Средний возраст обследованных составил $28,5 \pm 1,5$ года.

Во время работы анализировались: личностный адаптационный потенциал; самооценка психоэмоционального состояния; **критическая частота слияния световых мельканий; простая сенсомоторная реакция на световой раздражитель; тест «Чёрно-красная таблица»;** В процессе исследования применялись портативный модульный комплекс, прибор авиационного врача, прибор «Активациометр».

Результаты.

В процессе работы оценивалось функциональное состояние организма слушателей ординатуры военно-медицинского вуза во время учебного дня. Установлено, что наиболее значительное утомление и снижение работоспособности у офицеров медицинской службы регистрируется через 12 часов деятельности и в конце наряда. Функциональное состояние организма военнослужащих в это время характеризовалось заметным ухудшением самочувствия (на 17,6-20,7%); снижением активности (на 20,6-24,6%), скорости переработки информации (на 14,5-16,4%) и критической частоты слияния световых мельканий (на 5,7-10,1%); ..увеличением .. латентного времени простой сенсомоторной реакции (на 5,1-12,0%), а также ухудшением показателей внимания и оперативной памяти.

Вместе с тем наблюдалось улучшение различных характеристик организма через 18 часов дежурства. Подобное двухволновое изменение физиологических функций объясня-

ется не только особенностями развития утомления в процессе наряда, но и суточными биоритмами жизнедеятельности человека.

Уже после двенадцати часов дежурства происходит ухудшение показателей субъективного состояния, характеризующих самочувствие, активность и настроение (на 15,6-27,1%), критической частоты слияния световых мельканий (на 5,0%), простой сенсомоторной реакции на световой раздражитель (на 6,8%), объема, распределения и переключения внимания (14,1-15,5%). При этом установлено, что физиологическая «стоимость» деятельности в этих условиях выше у офицеров медицинской службы, обучающихся по хирургическому профилю. В процессе работы проведено изучение функционального состояния организма слушателей ординатуры военно-медицинского вуза во время экзаменов.

Подтверждено, что выпускной экзамен является для офицеров медицинской службы ситуацией психоэмоционального стресса, что характеризуется наблюдаемыми выраженными вегетативными проявлениями

Необходимо отметить, что на фоне интеллектуальных и эмоциональных нагрузок, связанных с подготовкой и сдачей экзамена у военнослужащих, происходит снижение уровня функциональных резервов организма (снижение критической частоты слияния световых мельканий – на 1,3-1,9 Гц, увеличение времени простой сенсомоторной реакции – на 17,5-25,8 мс, снижение скорости переработки информации – на 0,070-0,121 бит/с) с последующим его восстановлением через сутки после экзамена.

Военно-профессиональная адаптация офицеров медицинской службы, обучающихся в ординатуре, характеризовалась высокими физиологическими тратами и интенсивным расходом физиологических резервов организма в первые три-шесть месяцев военно-профессиональной подготовки. При этом у врачей-хирургов, по сравнению с врачами-терапевтами, было зарегистрировано более существенное снижение уровня показателей (психоэмоционального состояния – на 0,7 балла, времени простой сенсомоторной реакции – на 4,4-8,1 мс, критической частоты слияния световых мельканий – на 1,5-1,6 Гц,

Заключение. Основная роль в изменениях функционального состояния организма в процессе профессионального обучения офицеров медицинской службы принадлежит адаптации военнослужащих к новым условиям жизнедеятельности. Предложена технология оптимизации функционального состояния организма и военно-профессиональной адаптации слушателей ординатуры военно-медицинских вузов, представляющая собой совокупность физиологически обоснованных структурно-функциональных компонентов (совершенствование адаптации в начальном периоде обучения, мероприятия по оценке и коррекции функционального состояния организма в течение второго и третьего года подготовки).

26. Алешина Ю.А. Мякишева Ю.В. Федосейкина И.В. Адаптация студентов-первокурсников с разной межполушарной организацией мозга к дистанционному обучению в вузе

Авторы

- **Ю.А. Алешина** Самарский государственный медицинский университет <https://orcid.org/0000-0002-0653-0737>
- **Ю.В. Мякишева** Самарский государственный медицинский университет <https://orcid.org/0000-0003-0947-511X>
- **И.В. Федосейкина** Самарский государственный медицинский университет <https://orcid.org/0000-0003-1436-3331>

- **И.В. Федосейкина** Самарский государственный медицинский университет <https://orcid.org/0000-0002-0614-7914>

DOI:

<https://doi.org/10.37482/2687-1491-Z096>

Ключевые слова:

адаптационный потенциал, студенты-первокурсники, функциональная асимметрия мозга, психоэмоциональное состояние, дистанционное обучение, напряжение механизмов адаптации

Аннотация

Распространение инфекции COVID-19 обусловило появление новых трудностей в адаптации студентов-первокурсников к условиям обучения в вузах, в т. ч. связанных с дистанционным обучением.

Цель представленной статьи – анализ особенностей протекания адаптации первокурсников к условиям обучения в вузе с использованием дистанционной формы в зависимости от индивидуально-типологической организации функциональной асимметрии полушарий.

Материалы и методы. Участниками исследования (2019–2020 годы) стали студенты I курса Самарского государственного медицинского университета. **Индивидуально-типологический показатель психоэмоционального состояния обследуемых сопоставлялся с различными показателями психоэмоционального состояния в деятельностно-стереотипных и деятельностно-ситуативных условиях. Исследование проводилось с применением активациометра АЦ-5.**

Результаты. Выявлены совершенно новые данные в отношении психоэмоциональной сферы студентов. При очной форме обучения (2019 год) в период адаптации студентов-первокурсников отличия деятельностно-стереотипных и деятельностно-ситуативных показателей от индивидуально-типологического (в сторону завышения или занижения) носили не критичный характер, хотя и говорили о неоптимальности ситуативного рабочего состояния нервной системы. В 2020 году во всех образовательных организациях, в т. ч. и медицинских вузах, стало применяться дистанционное обучение, поэтому у значительной части обследованных отмечались чрезмерные отклонения указанных показателей и напряженность адаптационного потенциала, что свидетельствует о преобладании перевозбуждения психики в ситуации многократного возврата от дистанционной формы обучения к очной в течение семестра. Адаптация на фоне такого психоэмоционального состояния выражено повышает вероятность неадекватных реакций у первокурсников, становится причиной нервозности в отношениях со сверстниками и преподавателями, что, в свою очередь, может стать серьезной помехой в реализации жизненного потенциала на старших курсах. Изложенные в статье физиологические механизмы станут научной основой для разработки мер по снижению напряженности адаптации у первокурсников, выбора оптимального стиля обучения, эффективной эмоциональной регуляции и саморегуляции студентов медицинских специальностей.

