

**А. А. Маргунов**

*Научный руководитель: старший преподаватель Ю. И. Брель*

*Учреждение образования*

*«Гомельский государственный медицинский университет»*

*г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ПОКАЗАТЕЛИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ У СТУДЕНТОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ**

### ***Введение***

В современном обществе особенности личностных характеристик являются одним из важных факторов, оказывающим значительное влияние на успешность профессиональной деятельности. Повышение уровня личностной тревожности может приводить к снижению работоспособности и трудностям в общении. Согласно литературным данным, существует взаимосвязь между уровнем личностной тревожности и характеристиками эмоционального интеллекта (способность к пониманию эмоций и управлению собственными эмоциями), влияющего на эффективность коммуникации [1]. В настоящее время для построения социальных взаимоотношений широко используются социальные сети, которые, согласно литературным данным, могут оказывать как отрицательное, так и положительное влияние на психоэмоциональное состояние [2]. Предположительно, активное использование социальных сетей, а также появление признаков интернет-зависимости при их использовании может быть взаимосвязано с уровнем личностной тревожности и эмоционального интеллекта.

На сегодняшний день существует множество социальных сетей. Одной из лидирующих по популярности среди молодёжи является сеть «TikTok», главным отличительным признаком которой являются короткие видеоролики преимущественно развлекательного контента [3]. Актуальным представляется проведение анализа взаимосвязи особенностей и длительности использования социальной сети «TikTok» с уровнем эмоционального интеллекта и личностной тревожности у студентов.

### ***Цель***

Оценка взаимосвязи между уровнем личностной тревожности, показателями эмоционального интеллекта и особенностями использования социальной сети «TikTok» у студентов.

### ***Материал и методы исследования***

Было проведено добровольное анонимное анкетирование 43 студентов (14 юношей и 29 девушек) второго курса УО «Гомельский государственный медицинский университет» в возрасте 18–20 лет. Оценка показателей эмоционального интеллекта проводилась с помощью методики Н. Холла. Определение уровня личностной тревожности выполнялась с помощью шкалы самооценки Ч. Д. Спилберга и Ю. Л. Ханина [4]. Наличие признаков интернет-зависимости при использовании социальной сети «TikTok» определялось с помощью теста Кимберли Янг [5].

Статистическая обработка полученных данных проводилась с использованием пакета прикладных программ Statistica 6.0. В связи с ассиметричным распределением показателей результаты представлены в виде медианы (Me) и интерквартильного размаха (25-й и 75-й перцентили). Достоверность различий между группами оценивалась с помощью

непараметрического критерия Манна-Уитни. Оценка взаимосвязи между показателями проводилась при помощи корреляционного коэффициента Спирмена. Результаты считались статистически значимыми при  $p < 0,05$ .

### ***Результаты исследования их обсуждение***

Общее время использования студентами сети «TikTok» в течение учебной недели значительно варьировало и составляло от 10 минут до 33 ч. в неделю. Количество студентов, проводящее в сети до 7 часов в неделю, составило 33% (14 человек). 37% обследованных (16 человек) проводили в сети от 8 до 14 часов в неделю, и 30% (13 человек) – более 15 часов в неделю. Признаков зависимости от использования соцсети у большинства студентов выявлено не было, она определялась только у 3 человек (7%).

Отвечая на вопрос о влиянии социальной сети «TikTok» на уровень тревоги и напряжения, 40% студентов (17 человек) отметили снижение уровня тревоги после длительного (более 1 часа непрерывно) пребывания в сети, и только 5% (2 человека) указали на повышение тревоги. Остальные 55% опрошенных студентов (24 человека) не отметили какого-либо влияния использования соцсети на уровень тревоги.

Отвечая на вопрос о влиянии «TikTok» на уровень мотивации и настроения, 26% опрошенных (11 человек) отмечали улучшение настроения и повышение мотивации к другим видам деятельности после длительного пребывания в сети, 12% (5 человек) указали на ухудшение настроения и снижение мотивации. Остальные 62% анкетированных (27 человек) ответили, что использование соцсети не влияет на уровень мотивации и настроения. При оценке влияния соцсети на качество сна большинство студентов – 88% (38 человек) – не отметили какого-либо влияния, и только 12% (5 человек) указали на проблемы с засыпанием после использования данной соцсети.

Также была проведена оценка показателей тревожности. Низкий уровень личностной тревожности был выявлен у 7% студентов (3 человека), средний – у 53% (23 человек), и высокий – у 40% (17 человек). По данным анкетирования был проведен анализ частоты изменений психоэмоционального состояния после длительного (более 1 часа) использования «TikTok» в группах студентов с различным уровнем тревожности, результаты которого представлены в таблице 1. Приведено абсолютное и относительное (%) количество лиц от общего числа студентов с данным уровнем тревожности.

Таблица 1 – Частота встречаемости некоторых изменений психоэмоционального состояния после использования социальной сети «TikTok»

Изменение психоэмоционального состояния после использования сети	Уровень личностной тревожности	
	Средний (n = 23)	Высокий (n = 17)
Снижение уровня тревоги и напряжения	10 (43%)	7 (41%)
Повышение уровня тревоги и напряжения	–	2 (12%)
Улучшение настроения, повышение мотивации	5 (22%)	6 (35%)
Ухудшение настроения, снижение мотивации	1 (4%)	4 (24%)
Затруднение процесса засыпания	–	5 (29%)

Как видно из таблицы 1, после использования «TikTok» снижение настроения и мотивации выявлялось у 24 % студентов с высоким уровнем тревожности, в то время как в группе студентов со средним уровнем тревожности – лишь у 4% обследованных данной группы. Повышение уровня тревоги и затруднение засыпания после использования данной соцсети выявлялось только у студентов с высоким уровнем личностной тревожности и составило соответственно 12 и 29% обследованных данной группы. Студенты с низким

уровнем личностной тревожности не отмечали каких-либо изменений психоэмоционального состояния после использования данной социальной сети.

При оценке эмоционального интеллекта низкий интегральный показатель определялся у 51% студентов (22 человека), средний – у 40% (17 человек), высокий – у 9% (4 человека). Сравнительная оценка отдельных показателей эмоционального интеллекта и времени использования «TikTok» в группах студентов с различным уровнем личностной тревожности представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели эмоционального интеллекта и времени использования «TikTok» в группах студентов с различным уровнем личностной тревожности

Показатель	Уровень личностной тревожности	
	Средний (n = 23)	Высокий (n = 17)
Эмоциональная осведомлённость	11,5 (7; 14)	10 (7; 12)
Управление эмоциями	7 (3; 11)*	0 (0; 2)*
Самотивация	11,5 (8; 14)*	5 (0; 8)*
Эмпатия	9,5 (7; 12)	9 (3; 11)
Распознавание эмоций других людей	9 (8; 12)	9 (2; 12)
Интегральный показатель эмоционального интеллекта	44,5 (35; 60)*	18 (11; 35)*
Общее время пребывания в соцсети в неделю (часы)	10 (6; 16)	10 (7; 16)

*Примечание:* данные представлены в виде Me (25%; 75%).

\* – различие статистически значимо в сравнении с группой лиц со средним уровнем личностной тревожности ( $p < 0,05$ )

Как видно из таблицы 2, у лиц с высоким уровнем личностной тревожности показатели самотивации, управления эмоциями, и интегральный показатель эмоционального интеллекта были значимо ниже в сравнении с данными параметрами в группе студентов со средним уровнем личностной тревожности. Отличий по другим показателям, а также по времени использования соцсети «TikTok» в неделю выявлено не было. При проведении корреляционного анализа была выявлена умеренная отрицательная корреляция между общим временем пребывания в «TikTok» в неделю и параметром распознавания эмоций других людей ( $r = -0,42$ ;  $p < 0,05$ ). По показателям тревожности и времени пребывания в «TikTok» корреляций не выявлено.

### **Выводы**

В результате исследования была приведена оценка уровня личностной тревожности, эмоционального интеллекта и особенностей использования социальной сети «TikTok» у студентов. По результатам анкетирования было выявлено, что после длительного (более 1 часа) использования данной социальной сети более половины студентов не испытывали изменений психоэмоционального состояния; 40% студентов отмечали снижение уровня тревоги после пребывания в данной сети.

В группе студентов с высоким уровнем личностной тревожности после длительного использования «TikTok» чаще отмечались повышение уровня тревоги, ухудшение настроения, снижение мотивации и проблемы со сном в сравнении с группами студентов со средним и низким уровнем тревожности. Таким образом, высокий уровень личностной тревожности, ассоциированный с низким уровнем эмоционального интеллекта, предположительно, может являться фактором, способствующим проявлению негативного влияния социальных сетей на психоэмоциональное состояние.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Лукашевич, В. А. Эмоциональный интеллект: сущность и структурные компоненты / В. А. Лукашевич // Вестник белорусского государственного университета культуры и искусств. – 2023. – № 2 (48). – С. 101–108.
2. Gupta, C. Reviewing the Impact of Social Media on the Mental Health of Adolescents and Young Adults / C. Gupta, D. Jogdand, M. Kumar // Cureus. – 2022. – № 14 (10). – P. 30143.
3. Шакирова, Е. С. Влияние средств коммуникации на формирование личности на примере «TikTok» / Е. С. Шакирова // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2021. – № 11 (79) ч. 11. – С. 129–132.
4. Куприянов, Р. В. Психодиагностика стресса: практикум / Р. В. Куприянов, Ю. М. Кузьмина // М-во образ. и науки РФ, Казан. гос. технол. ун-т. – Казань: КНИТУ, 2012. – 212 с.
5. Юрьева, Л. Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика / Л. Н. Юрьева, Т. Ю. Большот // Днепрпетровск: Пороги, 2006. – 196 с.

УДК 159.944.4:[616.5-07:378.6-057.875]

**Д. А. Маслова, В. Е. Журова**

*Научный руководитель: к.б.н., старший преподаватель Л. Л. Шилович*

*Учреждение образования*

*«Гомельский государственный медицинский университет»*

*г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ВЛИЯНИЕ СТРЕССА НА КОЖУ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

### ***Введение***

Эмоциональный стресс представляет собой состояние ярко выраженного психоэмоционального переживания человеком конфликтных ситуаций, которые острой или длительно ограничивают удовлетворение его социальных или биологических потребностей [1].

Стрессовое воздействие на организм может усиливаться под влиянием таких факторов, как недостаточное количество сна или его отсутствие, отсутствие отдыха, нервно-психическое напряжение, физическая сверхнагрузка, несбалансированное питание.

Все это в комплексе негативно сказывается на здоровье кожи, состоянием которой студенты иногда пренебрегают, забывая, что это отдельный и важный орган, обеспечивающий в первую очередь защитную функцию. Если эта функция кожи ослаблена, то она уже не может выступать в роли физического барьера, который препятствует проникновению микроорганизмов, и, следовательно, кожные покровы превращаются в благоприятную среду для *Propionibacterium acnes*, поскольку кожное сало – основной субстрат для их размножения. Данная бактерия обитает на поверхности кожи и в норме, но в совокупности с другими факторами может являться причиной возникновения или обострения акне.

Вульгарные угри (акне) – хроническое воспалительное заболевание сальных желез. Возникает преимущественно на лице, верхней части спины, груди и верхней части плеч. Существует множество клинических вариантов угрей, среди которых различают комедоны, папулопустулезные, узловато-кистозные, конглобатные и фульминантные угри [2].

Самое распространенное заболевание кожи, поражающее до 85 % лиц в возрасте от 12 до 25 лет и 11 % лиц в возрасте старше 25 лет. Это заболевание широко распространено в мире среди всех рас [3].

Часто на фоне такого заболевания, как акне, наблюдаются самоповреждения, обусловленные аутоагрессивным поведением. Существуют отдельные термины для пациентов с акне, например «эксориированные акне молодых женщин». У таких пациенток акне выражено минимально, но из-за систематических повреждений лечение затягивается, а болезнь прогрессирует. В первую очередь необходима консультация психиатра. Сам термин «эксориация» подразумевает под собой повреждения кожных покровов с помощью выдавливания, растирания или расчесывания.