

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И КОГНИТИВНЫХ ФУНКЦИЙ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ВУЗОВ ПРЕДПЕНСИОННОГО И ПЕНСИОННОГО ВОЗРАСТА: ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ

Беляева А.В., Латышевская Н.И.

*ФГБОУ ВО ВолгГМУ Минздрава России, кафедра общей гигиены и экологии, ГБУ «ВМНЦ», лаборатория изучения техногенных факторов окружающей среды, г. Волгоград*

**Ключевые слова:** психоэмоциональное состояние, когнитивные функции, преподаватели, гендерный аспект, трудовое долголетие.

**Резюме:** преподаватели ВУЗов предпенсионного и пенсионного возраста имеют низкую устойчивость к воздействию факторов профессиональной деятельности, что приводит к развитию деструктивного эмоционального состояния. Но среди респондентов мужского пола это чаще усугубляется сопутствием острого физического, умственного утомления, хронического утомления, нарушениями когнитивных функций, наличием большого количества жалоб на здоровье.

**Resume:** university professors prefer that retirement and retirement ages be low factors contributing to the development of a destructive emotional state. Among male respondents, this is most often accompanied by acute symptoms, mental disorders, chronic disorders, cognitive impairment, and the presence of a large number of health complaints.

**Актуальность.** Увеличение трудоспособного возраста в России происходит на фоне роста показателей средней продолжительности жизни, старения трудоспособного населения, особенно в последнее десятилетие. Постарение населения привело к нарастанию социально-экономических и медицинских проблем, обусловило актуальность разработки мер профилактики преждевременного старения [3, 4]. Сегодня современные технологии направлены на увеличение продолжительности жизни человека. Медицина стремится к максимальному продлению «здоровой старости». Сюда входит и сохранение психического здоровья, интеллектуальной и эмоциональной сферы, что особенно важно для педагогов. Обращает на себя внимание и факт того, что сегодня заболеваемость и смертность мужчин по всем возрастным группам значительно превышает аналогичные показатели у женщин [1]. Это аргументирует актуальность исследования гендерных различий показателей психоэмоционального состояния, уровня когнитивных функций, работоспособности при разработке системы мер по повышению качества трудовых ресурсов, активному трудовому долголетию и профилактики преждевременного старения. Трудовая занятость пожилых людей увеличивает их покупательную способность, пенсионный капитал, способствует сохранению социальных связей. Все это ведет за собой положительные экономические, социально-гигиенические и медицинские последствия [3].

**Цель:** выявить особенности психоэмоционального состояния и когнитивных функций преподавателей ВУЗов предпенсионного и пенсионного возраста для разработки системы мер по сохранению работоспособности и профессиональной квалификации данного контингента работающих.

### **Задачи:**

1. Изучить особенности психоэмоционального состояния преподавателей ВУЗов предпенсионного и пенсионного возраста.
2. Проанализировать уровень острого физического и умственного утомления, хронического утомления.
3. Выявить уровень самооценки состояния здоровья обследуемого контингента.
4. Провести скрининг когнитивных нарушений у участников исследования по Монреальской шкале.
5. Выявить взаимосвязь между уровнем психоэмоционального состояния, нарушениями когнитивных функций и самооценкой состояния здоровья преподавателей ВУЗов предпенсионного и пенсионного возраста с помощью корреляционного анализа.

**Материалы и методы.** В исследовании приняли участие 129 человек (62 женщины и 67 мужчин) в возрасте 55-70 лет, работающих преподавателями в ВУЗах города Волгограда (I группа физической активности), имеющие одинаковую учебную нагрузку. Для оценки уровня психоэмоционального состояния использовалась «Шкала оптимизма и активности личности» (Шуллер И.С., Комуниани А.Л.); Тест Спилбергера-Ханина по оценке уровня реактивной и личностной тревожности; опросники Леонова А.Б. и Савичева Н.Н. для оценки острого умственного, физического утомления и хронического утомления; для выявления влияния психоэмоционального состояния на самооценку здоровья использовался опросник В.П. Войтенко; скрининг когнитивных нарушений проводился по Монреальская шкале (MoCA, З. Насреддин) [2,5]. Проведен корреляционный анализ полученных показателей.

Статистическая обработка результатов проводилась при помощи программы Microsoft Office Excel 2007, достоверность различий показателей определялась с помощью t-критерия Стьюдента.

Исследование выполнялось в соответствии с существующими этическими нормами с получением добровольных информированных согласий от участников.

**Результаты и их обсуждение.** Оценка результатов методики выявления уровня оптимизма и активности личности, показывающая развитие личностных факторов, способствующих профессиональной стрессоустойчивости, показала, что среди женщин достоверно больше «пассивных пессимистов» (69,3% против 47,8%,  $p < 0,01$ ), а среди мужчин «активных пессимистов» (20,9% против 6,4%,  $p < 0,05$ ). Полученные данные говорят о том, что респондентам женского пола свойственно подавленное настроение, пассивность, неверие в свои силы, уход от решения проблем в роли жертвы, а респондентам мужского пола – высокая активность, имеющая деструктивный характер, в трудных ситуациях предпочитают агрессивные стратегии преодолевающего поведения.

Оценка уровня реактивной и личностной тревожности показала, что женщины в 2,2 раза чаще имеют высокий уровень реактивной тревожности, в 1,5 раза больше - высокий уровень личностной тревожности ( $p < 0,01-0,05$ ). Что подчеркивает склонность женщин к восприятию многих ситуаций как «угрожающих».

Острое физическое утомление легкой и умеренной степени в 2 раза чаще выявляется у мужчин. Отсутствуют признаки острого умственного утомления у 75,8%

женщин, против 47,8% мужчин ( $p < 0,001$ ). Легкая и умеренная степень острого умственного утомления в 1,9-2,5 раза чаще встречается у респондентов мужского пола (23,9% против 9,7%,  $p < 0,05$ ).

Оценка степени хронического утомления так же показала, что достоверно чаще признаки хронического утомления присутствуют у мужчин (76,1% против 37,1%,  $p < 0,001$ ). При этом важно отметить, что выраженная и сильная степень утомления встречается у мужчин в 2,5-3 раза чаще, чем у женщин ( $p < 0,05-0,01$ ).

Самооценка здоровья участниками исследования (по В.П. Войтенко) показала, что мужчины в 1,5 раза чаще получают оценку «удовлетворительное» и «плохое», чем женщины, что говорит о наличии большего количества жалоб на свое самочувствие.

Оценка уровня когнитивных функций выявила, что 76,1% респондентов имеют умеренные их нарушения, у них достоверно чаще выявлялись нарушения внимания, памяти, оптико-пространственной деятельности, концептуального мышления ( $p < 0,05$ ). При этом таких респондентов в 1,3 раза меньше (58,1%).

Проведенный корреляционный анализ показал, что у женщин выявлена умеренная прямая связь показателей самооценки здоровья и степени хронического утомления ( $r = 0,569$ ), у мужчин – тесная (сильная) корреляционная связь этих показателей ( $r = 0,974$ ). У мужчин так же выявлена умеренная прямая корреляционная связь между уровнем пессимизма личности и физическим утомлением ( $r = 0,412$ ).

**Выводы:** среди женщин достоверно больше «пассивных пессимистов» ( $p < 0,01$ ), среди мужчин – «активных пессимистов» ( $p < 0,05$ ). То есть респондентам женского пола свойственно подавленное настроение, пассивность, неверие в свои силы, уход от решения проблем в роли жертвы при возникновении профессиональных проблем, а респондентам мужского пола – высокая активность, имеющая деструктивный характер, в трудных ситуациях предпочитают агрессивные стратегии преодолевающего поведения. Что, по сути, говорит о достаточно низкой профессиональной стрессоустойчивости в группах сравнения. Женщины в 2,2 раза чаще имеют высокий уровень реактивной тревожности, в 1,5 раза больше – высокий уровень личностной тревожности ( $p < 0,01-0,05$ ). Что подчеркивает склонность женщин к восприятию многих ситуаций как «угрожающих».

Острое физическое утомление легкой и умеренной степени в 2 раза чаще выявляется у мужчин. Легкая и умеренная степень острого умственного утомления в 1,9-2,5 раза чаще встречается так же у респондентов мужского пола ( $p < 0,05$ ). Оценка степени хронического утомления так же показала, что достоверно чаще признаки хронического утомления присутствуют в группе респондентов сильного пола ( $p < 0,001$ ). Выявленные признаки острого и хронического утомления среди мужчин могут вызывать снижение количественных и качественных характеристик работоспособности.

Мужчины чаще испытывают нарушения самочувствия, их самооценка здоровья в 1,5 раза чаще относилась к категории «удовлетворительная» и «плохая».

Лишь четверть мужчин не имеют нарушений когнитивных функций. В 1,3 раза чаще у них выявлялись нарушения внимания, памяти, оптико-пространственной деятельности, концептуального мышления ( $p < 0,05$ ).

Корреляционный анализ показал, что у женщин выявлена умеренная прямая связь показателей самооценки здоровья и степени хронического утомления ( $r=0,569$ ), у мужчин – тесная (сильная) корреляционная связь этих показателей ( $r=0,974$ ). У мужчин так же выявлена умеренная прямая корреляционная связь между уровнем пессимизма личности и физическим утомлением ( $r=0,412$ ).

Таким образом, принимая во внимание полученные данные, можно говорить о низкой устойчивости как мужчин, так и женщин к воздействию факторов профессиональной деятельности, что приводит к развитию психоэмоционального напряжения, деструктивного эмоционального состояния. Но среди респондентов мужского пола это чаще усугубляется сопутствием острого физического и умственного утомления, хронического утомления, нарушениями когнитивных функций, плохим самочувствием, наличием большого количества жалоб на здоровье. Полученные данные подтверждают необходимость разработки системы мер, направленных на оптимизацию психоэмоционального состояния, профилактику нарушений когнитивных функций, улучшения общего состояния здоровья и самочувствия преподавателей ВУЗов предпенсионного и пенсионного возраста с учетом пола.

#### Литература

1. Долбик-Воробей Т.А. Статистика населения и демография : текст : учебник / Т.А. Долбик, О.Д. Воробьева. – М.: КНОРУС, 2018. – 314 с.
2. Захаров В.В. Нейропсихологические тесты. Необходимость и возможность применения / В.В. Захаров // CONSILIUM MEDICUM. – 2012. - Т. 13. - № 2. - С. 82-90.
3. Калачикова О.Н. Факторы активного долголетия: итоги обследования Вологодских долгожителей / О.Н. Калачикова, В.Н. Барсуков, А.В. Короленко, Е.Б. Шулепов // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2016. - №5. – С. 76-94.
4. Капелюшников Р. Феномен старения населения: экономические эффекты / Р. Капелюшников // Экономическая политика. – 2019. – Т. 14. - №2. – С. 8-63.
5. Никифоров Г.С. Практикум по психологии здоровья / Г.С. Никифоров. – СПб.: Питер, 2006. – 461 с.