

*Зыгмантович М.И., Исакова К.А.*

## **ВОЗДЕЙСТВИЕ СЕССИИ НА САМОЧУВСТВИЕ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА**

*Научный руководитель: ст. преп. Куницкая С.В.*

*Кафедра общественного здоровья и здравоохранения*

*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** В настоящее время, в связи с особенностью образовательного процесса в Белорусском государственном медицинском университете, а также комплексного воздействия других факторов, студенты первого курса подвержены развитию эмоционального, физического и психического напряжения. Данные воздействия в последующем приводят к развитию эмоционального выгорания у студентов.

**Цель:** оценка влияния сессии на самочувствие студентов первого курса медико-профилактического факультета.

**Материалы и методы.** В работе использованы социологический и статистический методы, открыто проанкетированы студенты 1 курса медико-профилактического факультета Белорусского государственного медицинского университета (до и после сессии). В исследовании приняли участие 76 респондентов, девушки и юноши в возрасте от 17-22 лет. В исследовании использован опросник САН, который ориентирован на оперативную оценку самочувствия, активности и настроения респондентов различных возрастных категорий. Опросник дополнен вопросами, позволяющими выявить факторы, влияющие на самочувствие. Статистическая обработка данных проводилась на персональном компьютере с помощью программы «Microsoft Excel».

**Результаты и их обсуждение.** Средние баллы, набранные студентами по шкале САН указывают на благоприятное состояние здоровья студентов по шкалам «самочувствие» и «активность» (в диапазоне от 4,0 до 5,0) и нормальное состояние по шкале «настроение» (5,0–5,5).

Установлено, что по шкале «самочувствие» нет статистически значимых различий в ответах студентов до и после сессии ( $4,7 \pm 0,31$  и  $4,9 \pm 0,39$  баллов соответственно;  $p > 0,05$ ). Выявлены статистически значимые различия по шкале «активность» – до сессии средний балл  $4,0 \pm 0,27$ , после сессии –  $4,4 \pm 0,39$  ( $p < 0,05$ ), прирост составил 10% и по шкале «настроение» – до сессии  $5,2 \pm 0,29$  балла, после сессии –  $5,7 \pm 0,39$  ( $p < 0,01$ ), прирост по шкале составил 9,6%.

Выявлены статистически значимые различия как до сессии, так и после между шкалой «настроение» и шкалами «самочувствие» и «активность» ( $p < 0,05$ ), последние шкалы имеют более низкие значения, что характерно для состояния усталости.

**Выводы:** таким образом, можно утверждать, что к середине учебного года студенты подошли в состоянии усталости ( $p < 0,05$ ), фактор сданной сессии оказал положительное влияние на активность и настроение студентов ( $p < 0,05$ ), однако не сказался на их самочувствии ( $p > 0,05$ ).