

Оценка психологического состояния студентов-медиков в период экзаменационного стресса

Шиляева Наталья Александровна, Ожгибесова Татьяна Васильевна

Пермский государственный медицинский университет, Пермь

Научный(-е) руководитель(-и) – доктор медицинских наук Сединина Наталья Степановна, ПГМУ, Пермь

Введение

Здоровье молодого населения является актуальной проблемой современного общества. В период сессии студенты, несомненно, испытывают чрезвычайный стресс, который может сказаться на их здоровье и эффективности их умственного труда.

Цель исследования

Сравнить уровень нервно-психической адаптации, тревожности и астении студентов в течение семестра и во время сессии.

Материалы и методы

Выборку составили 45 студента 4 курса лечебного факультета, среди них 20 (44 %) мужчин и 25 (56 %) женщин в возрасте от 20 до 24 лет, среднее значение – 21 год. Опрос проводили 15 сентября – 15 октября 2015г и 12 – 22 января 2016г. Методики обследования: определение нервно-психической адаптации (определение уровня адаптации к новым условиям), определение личностной и реактивной тревожности по шкале Спилберга-Ханина и диагностика астении по шкале астенического состояния Л. Д. Малковой.

Результаты

По результатам опроса по шкале Ч.Д. Спилберга, Ю.Л. Ханина было выяснено, что количество человек с высокой личностной тревожностью возросло во время сдачи экзаменов на 21% и составило 62%, уровень высокой реактивной тревожности вырос до 23%, что на 19% больше, чем в при первом тестировании. Диагностика по шкале астенического состояния Л. Д. Малковой показала, что во время сдачи экзаменов число студентов с признаками астении увеличилось в сравнении с началом семестра на 24% и составило 43%. Показатели уровня нервно-психической адаптации не изменились.

Выводы

Данное исследование выявило наличие у большинства опрошенных повышенной тревожности во время сессии, что характеризуется напряжением, утомляемостью, появлением признаков астении у студентов. Коррекция психологического состояния во время сессии повысит результаты экзаменов, физическое здоровье и настроение студентов.