

Богомолова А. Н.

**ОСОБЕННОСТИ АКАДЕМИЧЕСКОГО СТРЕССА У СТУДЕНТОВ МЛАДШИХ
КУРСОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Научный руководитель к.и.н., доц. Акименко Г. В.

Кафедра психиатрии, наркологии и медицинской психологии

Кемеровский государственный медицинский университет, г. Кемерово

Актуальность. В рамках присоединения России к Болонскому процессу в системе высшего медицинского образования в последнее десятилетие происходят изменения, которые позволяют интегрироваться в мировое образовательное пространство, совершенствовать систему его качества. В этой связи возрастает нагрузка на обучающихся. Как следствие, проблема учебного стресса у студентов младших курсов медицинского вуза представляет собой одну из значимых теоретических проблем, исследуемых как на психофизиологическом, так и на социально - психологическом уровне.

Цель работы. Исследование условий, обуславливающие возникновение учебного стресса у студентов первого курса на примере студентов педиатрического факультета Кемеровского государственного медицинского университета (КемГМУ) и его особенностей.

Материалы. Объект исследования: 43 обучающихся на первом курсе КемГМУ в возрасте от 18 до 20 лет. Методы исследования: теоретический анализ источников информации. В рамках проведенного исследования были использованы методики: Бостонский тест на стрессоустойчивость и методика оценки тревожности Ч. Д. Спилбергера.

Результаты и их обсуждение. Стрессам подвержены все люди вне зависимости от их социального статуса в обществе. Учебный стресс неотъемлемая часть студенческой жизни.

Полученные в рамках эмпирического исследования результаты позволяют констатировать: 93% респондентов подвержены стрессам. Основными причинами академического стресса явились: недостаток сна, нарушение режима питания, не умение планировать рабочий день и чередовать учёбу и отдых; проблемы в общении с преподавателями и однокурсниками; отсутствие успехов в учебной деятельности; тревога, нервозность перед коллоквиумами, зачётами, личностные факторы.

Проблемы в учебной деятельности, по мнению респондентов, главным образом связаны с дефицитом школьных знаний по таким предметам, как физика, иностранный язык и др. Наличие задолженности по этим дисциплинам выявлено у более 30% опрошенных. Как следствие можно констатировать снижение мотивации к процессу обучения у части первокурсников, наличие усталости у большей части студентов (63,3%), ухудшение оперативной памяти (46,6%).

Выводы. Академический стресс – это нормальная реакция организма, являющаяся частью образа жизни студента первокурсника любого вуза. Процесс адаптации к учебе в вузе в течение первых двух курсов затрагивает в основном динамические характеристики системы поведенческого реагирования и оперативной памяти. В решении проблем адаптации студентов первокурсников необходимо уделить организации учебного процесса и психолого-педагогическому сопровождению студентов младших курсов со стороны кураторов, преподавателей, социальной – психологической службы университета.