

*Митенкова М. В., Левченко М. А.*  
**НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СТРЕСС-РЕАКЦИЙ У СТУДЕНТОВ**  
*Научный руководитель канд. биол. наук, доц. Чаплинская Е. В.*  
*Кафедра биологии*  
*Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

**Актуальность.** Современная жизнь не возможна без стрессовых явлений, которые имеют место и в повседневной жизни студентов медицинских специальностей. Стресс может оказывать негативное влияние на все процессы жизнедеятельности человека, поэтому изучение этих влияний является важной научной задачей. Способность организмов сопротивляться стрессу определяет их стрессоустойчивость, которая зависит от многих жизненных факторов: образа жизни, характера человека и прочее. Изучению некоторых частных аспектов стресс-реакций организма студентов первокурсников и посвящена представленная работа.

**Цель:** изучить уровни профессионального стресса и стрессоустойчивости у студентов 1 курса лечебного факультета учреждения образования «Белорусский государственный медицинский университет».

**Материалы и методы.** Психологическое тестирование студентов-первокурсников проводилось в конце декабря 2019 - начале января 2020 года. В нем приняли участие 217 студентов 1 курса лечебного факультета УО БГМУ. Средний возраст испытуемых составил 18 лет. Для исследования уровня профессионального стресса использовался опросник Вейсмана, адаптированный для студентов (включает 15 вопросов; в зависимости от набранных баллов испытуемые делятся на четыре группы: с низким уровнем стресса (15 - 30 баллов), средним (31 - 45), высоким (46 - 60) и очень высоким (61 - 75)), а для оценки стрессоустойчивости - Бостонский тест - «Анализ стиля жизни». По опроснику Вейсмана были протестированы 217 студентов (164 девушек и 53 юношей), а Бостонский тест выполнили 208 студентов (151 девушка и 57 юношей). Результаты Бостонского теста анализировались как у всего 1 курса в целом, так и у каждого из трех учебных потоков студентов в отдельности. Тест «Анализ стиля жизни» включал 20 вопросов. Полученные за все вопросы баллы суммировались, затем от суммы отнимали 20 баллов. Согласно набранным баллам студенты были разделены на четыре группы: с высокой стрессоустойчивостью (до 10 баллов), со средней стрессоустойчивостью (11 - 30 баллов), с низкой стрессоустойчивостью (31 - 50), с очень низкой стрессоустойчивостью (более 50).

**Результаты и их обсуждение.** В ходе проведенного исследования у большинства студентов 1 курса был установлен средний уровень профессионального стресса (у 61% девушек и 53 % юношей), на втором месте оказались студенты с низким уровнем стресса (32% девушек и 40% юношей), а наименьшей по численности была группа обследуемых с высоким уровнем стресса (по 7% и юношей, и девушек).

При анализе на стрессоустойчивость студентов первого курса в целом можно констатировать, что наибольшее число студентов - люди со средним уровнем стрессоустойчивости (74,8% девушек и 64,9% юношей), на втором месте по численности расположились лица с низким уровнем стрессоустойчивости (18,5% девушек и 19,3% юношей), а группа студентов с высоким уровнем стрессоустойчивости является самой малочисленной (6,6% девушек и 15,8% юношей). При детализированном анализе полученных результатов оказалось, что самая высокая стрессоустойчивость наблюдается среди девушек 2 потока - 10,6%, а среди юношей - у представителей 1 потока - 9,4%. Самая низкая стрессоустойчивость была характерна для лиц обоих полов 3 потока: 20,4% девушек и 38,9% юношей.

**Выводы.** Полученные результаты свидетельствуют о средней степени подверженности стрессу и достаточной стрессоустойчивости у большинства студентов (как девушек, так и юношей) 1 курса лечебного факультета УО БГМУ. В то же время выявлена значительная доля студентов-первокурсников, имеющих достаточно высокий уровень стресса и низкую стрессоустойчивость. Таким образом, стресс присущ современной студенческой жизни и особенности его проявления требуют дальнейшего углубленного изучения.