

Ковалёва П.С., Пинчук Э.С.
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ
Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Дорошевич В.И.
Кафедра общей гигиены

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Изучения психологического состояния студентов медицинских университетов обусловлена высоким уровнем стресса, связанным с интенсивной учебной нагрузкой и эмоциональным напряжением, что негативно влияет на успеваемость, адаптацию и увеличивает риск развития психологических проблем. Это также влияет на формирование профессиональных качеств будущих врачей, определяя их взаимодействие с пациентами и отношение к профессии, что подчеркивает необходимость разработки и внедрения эффективных методов профилактики и коррекции тревожности для улучшения психологического состояния студентов и повышения качества их подготовки, а также учета социальных факторов, влияющих на их уровень тревожности. Обзор литературных данных свидетельствует о недостаточном изучении психологического состояния. В связи с чем, изучение и оценка психологического состояния студентов в процессе обучения в медицинском ВУЗе является весьма актуальным.

Цель: гигиеническая оценка психологического состояния студентов медицинских ВУЗов.

Материалы и методы. Объектом исследования являлись студенты БГМУ (76 человека), ВГМУ (75 человек), ГомГМУ (75 человек). Для изучения и оценки психологического состояния использовалась шкала субъективной оценки личностной тревожности, а именно метод анкетирования также уточнение факторов, которые вызывают наибольший стресс во время обучения, что могло бы улучшить эмоциональное состояние студентов в период обучения и как студенты справляются со стрессом.

Результаты и их обсуждение. По психологическому состоянию опрошенные студенты БГМУ распределились следующим образом: высокая личностная тревожность – 81%, умеренная степень тревожности – 19% и состояние низкой личностной тревожности не выявлено. ВГМУ: высокая личностная тревожность – 81,33%, умеренная степень тревожности – 18,67%, состояние низкой личностной тревожности не выявлено. ГомГМУ: высокая личностная тревожность – 70,76%, умеренная степень тревожности – 29,33%, состояние низкой личностной тревожности не выявлено. Анализируя ответы студентов установлено: факторы, вызывающие наибольший стресс: обучение в первую смену -21,1%, обучение во вторую смену -23,4%, перемещение между корпусами -55,5% (226 человек); что могло бы улучшить эмоциональное состояние в период обучения: сон -45,6%, увеличить количество времени для переездов из корпуса в корпус -35,5%, налаживание режим приема пищи и качество питания -18,9% (128 человек); с помощью чего студенты справляются со стрессом: сон – 48,3%, употребление в пищу сладостей -12,5%, занятие спортом -20,3%, прослушивание музыкальных треков -7,9%, чтение книг -3,2%, разговор с близкими людьми – 7,8% (128 человек).

Выводы. 1. Таким образом, у всех опрошенных студентов БГМУ, ВГМУ, ГомГМУ выявлена умеренная и высокая степени личностной тревожности, что свидетельствует о высокой психоэмоциональной нагрузке в условиях их жизнедеятельности. 2. Изучая ответы студентов, установлено, что наибольший стресс вызывают следующие факторы: обучение в первую смену, обучение во вторую смену, перемещение между корпусами. Наиболее значительным фактором стресса стало перемещение между корпусами, которое затрагивает большинство студентов. 3. Было выявлено, что студенты справляются со стрессом с помощью сна, употребления сладостей, занятий спортом, прослушивания музыки, чтения книг и общения с близкими. 4. Для улучшения эмоционального состояния студентов в период обучения важными факторами являются: достаточный сон, увеличение времени для перемещения между корпусами, налаживание режима питания и улучшение качества пищи.