

Рисунок 1 – Диаграмма размаха по группам

Выводы

Таким образом, в ходе исследования было установлено, что студенты первого курса медицинского вуза обладают средним уровнем стрессоустойчивости, причем такой уровень навыка отмечается у обоих полов. Ежедневно сталкиваясь с необходимостью нести ответственность за жизнь и здоровье пациентов, принимать сложные решения в условиях ограниченного количества времени, выполнять колоссальные объемы умственной и физической работы, медики перманентно испытывают стресс, а потому способность противостоять ему – одно из самых главных качеств будущего врача. Следовательно, невозможно преуменьшить важность степени развитости навыка стрессоустойчивости для будущего медицинского работника.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мельникова, М. Л. Психология стресса: теория и практика [Электронный ресурс] учебно-методическое пособие / М. Л. Мельникова; Урал. гос. пед. ун-т; науч. ред. Л. А. Максимова. – Электрон. дан. – Екатеринбург : [б. и.], 2018. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
2. Величковский, Б. Б. Многомерная оценка индивидуальной устойчивости к стрессу : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Б. Б. Величковский. – М., 2007.
3. Трафимчик, Ж. И. Феномен Я-концепции в ракурсе аддиктивного поведения личности / Ж. И. Трафимчик // Проблемы здоровья и экологии. – 2012. – № 3. – С. 50–55.
4. Трафимчик, Ж. И. Образы «Я» как подструктуры Я-концепции у молодых людей с игровой зависимостью / Ж. И. Трафимчик // Психология телесности: теоретические и практические исследования : сб. ст. II междунар. науч.-практ. конф., Пенза, 25 дек. 2009 г. / ПГПУ им. В.Г. Белинского; под общ. ред. Е.В. Буренковой. – Пенза, 2009. – С. 52–58.
5. Трафимчик, Ж. И. Интегративный подход к проблеме Я-концепции личности с игровой компьютерной зависимостью / Ж. И. Трафимчик // Психология. – 2010. – № 4. – Ч. 1. – С. 55–57; Психология. – 2011. – № 1. – Ч. 2. – С. 24–26.

УДК 159.944.4:612.017.2]:378.6-057.875

У. В. Козленко

Научный руководитель: к.п.н., доцент Ж. И. Трафимчик

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА К СТРЕССОВЫМ УСЛОВИЯМ СРЕДЫ

Введение

В современном мире студенты медицинских вузов сталкиваются с рядом стрессовых условий. К примеру, студентам необходимо работать с большим объемом информации,

который им необходимо усвоить и применить на практике. Поэтому изучение того, насколько быстро студенты приспосабливаются к новым условиям среды, является актуальной задачей, поскольку от эффективности их адаптации зависит не только успешная учеба, но и будущая профессиональная деятельность.

Стрессоустойчивость – это термин, характеризующий некоторую совокупность личностных качеств, позволяющих человеку переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки, обусловленные особенностями профессиональной деятельности, без особых вредных последствий для работы, окружающих и своего здоровья [1].

Специалисты, чья деятельность связана с интенсивным и эмоционально напряженным взаимодействием с людьми, часто подвергаются стрессовым ситуациям. С полным основанием к категории лиц, наиболее подверженных профессиональному стрессу, можно отнести медицинских работников [2].

В условиях экстремального труда особое значение приобретают профессиональные качества специалиста, включающие не только знания, умения и навыки для выполнения работы, но и личностные особенности, способствующие эффективной адаптации к стрессовым условиям среды. Хронический профессиональный стресс приводит к состояниям повышенной напряженности и выступает пусковым механизмом психосоматических нарушений у представителей различных врачебных специализаций [3].

В своей профессиональной деятельности медицинским работникам постоянно приходится принимать важные решения, касающиеся здоровья и жизни других людей, в условиях сложных межличностных взаимодействий со страдающими людьми или их родственниками [2]. Таким образом, необходимо исследовать, насколько будущие врачи, готовые брать на себя ответственность за свои решения, анализировать факторы успеха и неудач, включая их собственные действия, внешние обстоятельства, уровень тревожности.

Цель

Исследовать уровень адаптации студентов медицинского вуза к стрессовым условиям среды.

Материал и методы исследования

В период с января по февраль 2024 года было проведено эмпирическое исследование на базе учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет». Исследуемую группу составили 25 студентов 1 курса в возрасте от 17 до 18 лет, из них 12 % – юноши, 88 % – девушки. Для достижения поставленной цели использовался метод анкетирования, представляющий собой тест самооценки стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона, созданный для оценки уровня воспринимаемого стресса, то есть субъективного восприятия уровня напряженности ситуации. Результаты теста получены путем подсчета суммы баллов, набранной испытуемым по всем вопросам теста. Полученные данные обработаны с помощью программы Microsoft Office Excel.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе исследования среди опрошенных студентов проводилась оценка уровня адаптации к стрессовым условиям среды, результаты которой представлены на рисунке 1.

Исследование показало, что 24% респондентов обладают очень высоким уровнем стрессоустойчивости, 44% – высоким уровнем, 20% – средним уровнем и 4% испытуемый имеет низкий уровень адаптации к стрессовым условиям среды по шкале «Стрессоустойчивость» теста самооценки С. Коухена и Г. Виллиансона.

Средний показатель уровня устойчивости к стрессу среди участников опроса составил 15,16 единиц, что представляет собой высокий уровень адаптации студентов к стрессовым условиям среды.

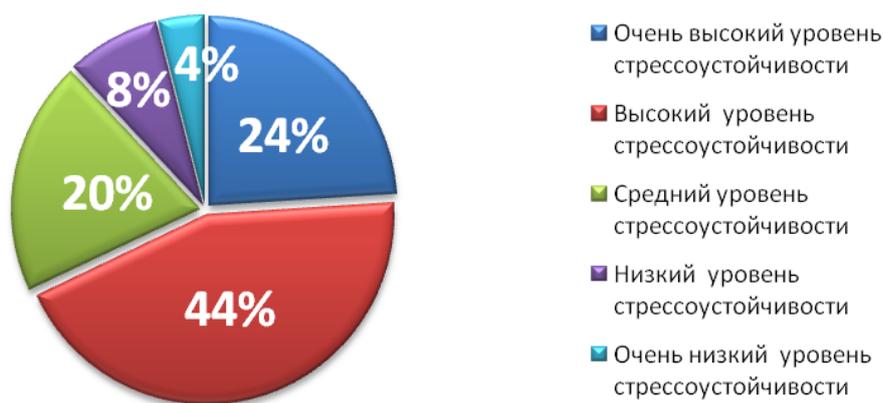


Рисунок 1 — Результаты диагностики уровня стрессоустойчивости у студентов

В ходе анализа стрессоустойчивости студентов медицинского университета было обнаружено, что 33% молодых людей обладают очень высоким уровнем стрессоустойчивости, 67% имеют высокий уровень, в то время как среди девушек 23% обладают очень высокой стрессоустойчивостью, 41% – высоким уровнем, 23% – средним уровнем, 9% – низким уровнем, и лишь 5% – очень низким уровнем стрессоустойчивости.

На вопрос теста «Как часто вы чувствуете уверенность в своей способности справиться со своими личными проблемами?» 24 (96%) респондента ответили «Довольно часто» и «Очень часто», что указывает на широкое распространение уверенности в способности справиться с личными проблемами среди большинства респондентов. На вопрос «Как часто вы чувствуете себя нервным, подавленным?» 9 (36%) студентов ответили «Почти никогда», 12 (48%) студентов – «Иногда», 3 (12%) студента – «Довольно часто» и 1 (4%) студент ответил «Очень часто». Представленные данные отражают разнообразие уровней чувства нервозности и подавленности среди студентов. Большинство респондентов (48%) отметили, что они иногда испытывают эти чувства, что может указывать на то, что такие факторы, как стресс и депрессия могут присутствовать в их повседневной жизни. В то же время, 36% студентов заявили, что они почти никогда не испытывают нервозность или подавленность, что может указывать на их способность более эффективно управлять стрессом. Однако, небольшая группа студентов (16%) отмечают более частые проявления нервозности и подавленности, что может свидетельствовать об их уязвимости к стрессу и эмоциональному напряжению.

Выводы

По результатам исследования, можно сделать следующие выводы: у студентов медицинского университета отмечается выносливость к стрессовым ситуациям, поскольку большинство респондентов обладает либо высоким, либо очень высоким уровнем стрессоустойчивости.

Необходимо отметить, что среди юношей доля тех, кто обладает очень высоким уровнем стрессоустойчивости, немного выше, чем среди девушек. Это указывает на то, что у юношей, вероятно, наблюдается более выраженная тенденция к развитию высокой стрессоустойчивости по сравнению с девушками.

Также необходимо отметить, что небольшая часть респондентов имеет пониженный уровень стрессоустойчивости, что может требовать дополнительного внимания и поддержки в области психологической помощи и тренингов по управлению стрессом. Ряд авторов подтверждают, что переживание интенсивного стресса может быть связано с повышенным риском употребления психоактивных веществ и развитием разнообразных форм нехимических аддикций [4].

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Киреева, М. В. Стрессоустойчивость как компонент культуры человекоориентированных профессий / М. В. Киреева // Вопросы журналистики, педагогики, языкознания. – 2011. – Т. 11. – № 18 (113). – С. 288–293.
2. Фельдман, И. Л. Копинг стратегии и защитные механизмы в развитии личностного самопознания медицинских работников / И. Л. Фельдман // Известия Тульского государственного университета. Гуманитарные науки. – 2013. – № 1. – С. 200–206.
3. Кашкевич, Е. И. Обусловленность стрессовой устойчивости особенностями индивидуально-психологических качеств врачей / Е. И. Кашкевич, Е. В. Зубарева // Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – Т. 10. – № 6.
4. Трафимчик, Ж. И. Современные компьютерные игры: последствия и особенности влияния на психику детей младшего школьного возраста / Ж. И. Трафимчик // Здоровы лад жыцця. – 2010. – № 3. – С. 3–6.

УДК 159:378.6-057.876

У. В. Козленко

Научный руководитель: к.пс.н., доцент Ж. И. Трафимчик

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ БУДУЩУЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Введение

Актуальность изучения психологических факторов не вызывает сомнений, так как психологические процессы играют значительную роль в формировании поведения и решений человека. Понимание психологических механизмов облегчает взаимодействие и коммуникацию, способствует развитию самосознания и саморегуляции.

Рассматривая аффективные переживания личности, Л. И. Божович отмечает, что уже на первом году жизни аффективные конфликты между «хочется» и «нельзя» приводят к нарушению эмоционального благополучия ребенка и стремлению сделать «наоборот» тому, что требуют взрослые. Если это побуждение закрепляется, оно может стать источником дальнейшего неблагоприятного развития ребенка. Изучение так называемых «трудных детей», проведенное под руководством Л. И. Божович, Т. В. Драгуновой и других, дало убедительные факты, подтверждающие, что за плохим поведением ребенка часто скрыты аффективные переживания, связанные с каким-либо эмоциональным неблагополучием в его взаимоотношениях с окружающими. В современном мире ощущение эмоционального неблагополучия находит отражение в различных формах девиантного поведения, из которых наиболее встречаемой является чрезмерная увлеченность компьютерными играми [1].

Мясищев В. Н. в своем исследовании утверждает, что эмоциональное неблагополучие ведет к возникновению устойчивых форм поведения, составляющих основу формирования характера ребенка. Так, к примеру, отрицательные переживания (раздражение, недовольство, отчаяние, разочарование, страх) при определенных условиях способствуют появлению таких черт личности, как агрессивность, боязливость, малодушие, пессимизм. Анализ психолого-педагогических исследований свидетельствует о том, что эмоциональная устойчивость имеет важное значение в воспитании и обучении ребенка.

Эмоциональная устойчивость рассматривается и как один из важных психологических факторов надежности, эффективности и успеха в профессиональной деятельности врача [2]. Эмоциональная устойчивость уменьшает отрицательное воздействие сильных