

УДК 613:159.944.4:378-057.875

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СТРЕССОВЫХ НАГРУЗОК СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Винник М. В.

Научный руководитель: к.б.н., доцент *И. В. Яблонская*

Учреждение образования
«Гомельский государственный медицинский университет»
г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Процесс обучения студентов характеризуется потенциальным возникновением различных стрессовых нагрузок. При этом, проявления стресса выражаются в плохом настроении, ощущении страха, тревоги, постоянной нехватки времени. Снижается концентрация внимания, и как следствие — снижение общей успеваемости, повышенная утомляемость, снижение самооценки. То есть для студенческой среды проблема формирования стрессоустойчивости очень актуальна. Стрессоустойчивость позволяет поддерживать оптимальную работоспособность, концентрацию внимания, а также, психическое и физическое здоровье [1, 2].

Цель

Оценить стрессовые нагрузки студентов высших учебных заведений.

Материал и методы исследования

Материалами исследования явились результаты анализа проведенного мониторинга стрессовых нагрузок, испытываемых студентами медицинских, технических и технологических, педагогических, сельскохозяйственных, экономических, художественных, узкопрофильных вузов и университетов культуры в Республике Беларусь. Из 2050 опрошенных студентов 600 студентов медицинских университетов. Для оценки персонализированных ответов использовалась 10-бальная шкала. Обработка материала проводилась в программном приложении «Statistica» 10.0ю

Результаты исследования и их обсуждение

В результате проведенного исследования установлено, что все 2050 студентов испытывают стрессовые нагрузки. Однако интенсивность нагрузок в вузах отличается. Интенсивные нагрузки требуют от студента активации всех компонентов психики и мобилизации внутренних ресурсов. Исходя из анализа интенсивности нагрузок, испытываемых студентами, была выявлена взаимосвязь между интенсивностью стрессовой нагрузки и профилем вуза (рисунок 1).

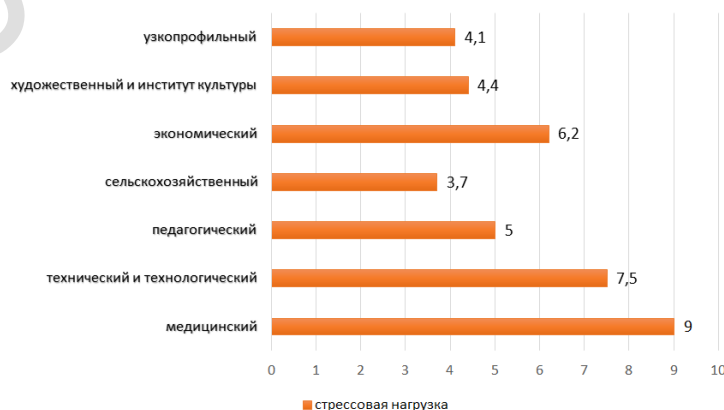


Рисунок 1 — Интенсивность стрессовых нагрузок студентов различных вузов и их стрессовой нагрузки

Согласно результатам анализа, полученных данных, стрессовые нагрузки испытывают студенты всех высших учебных заведений. Максимальная интенсивность нагрузок отмечается у студентов третьего года обучения в медицинских вузах. При этом, согласно результатам статистической обработки, полученных данных, у студентов медицинских университетов наблюдается постепенное увеличение стрессоустойчивости после 3 курса обучения (таблица 1).

Таблица 1 — Оценка показателей стрессоустойчивости студентов медицинских университетов

Вопрос	1 курс, ЛФ	2 курс, ЛФ	3 курс, ЛФ	4 курс, ЛФ	5 курс, ЛФ	6 курс, ЛФ
1. Снижена ли самооценка?	45 %	32 %	11 %	9 %	2 %	1 %
2. Ваши эмоции под контролем?	5 %	14 %	20 %	23 %	25 %	13 %
3. Ощущаете чувство беспомощности?	51 %	21 %	12 %	9 %	5 %	2 %
4. Нарушен аппетит и сон?	43 %	38 %	12 %	1 %	5 %	1 %
5. У вас позитивный взгляд на будущее?	2 %	8 %	12 %	15 %	17 %	46 %
6. Вы планируете свой день?	1 %	4 %	5 %	20 %	29 %	41 %
7. Расставляете приоритеты?	1 %	1 %	3 %	10 %	60 %	25 %
8. Находите время на хобби?	5 %	6 %	7 %	59 %	19 %	4 %
9. В учебе пугает количество информации и новизна?	66 %	10 %	12 %	8 %	2 %	2 %
10. Пугает неопределенность в будущем?	9 %	13 %	16 %	25 %	30 %	7 %

Выводы

1. Стрессовые нагрузки испытывают студенты всех высших учебных заведений.
2. Наиболее высокие стрессовые нагрузки испытывают студенты медицинских университетов.
3. Умеренные стрессорные нагрузки обеспечивают тренинг и стрессоустойчивость студентов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Городецкая, И. В. Оценка уровня стресса у студентов ВГМУ / И. В. Городецкая, О. И. Солодовникова // Вестник ВГМУ. — 2016. — Т. 15, № 2. — С. 118–128.
2. Гасанова, Р. Р. Стрессовые ситуации студентов в процессе обучения в вузе / Р. Р. Гасанова // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. — 2015. — № 8. — С. 212–214.

УДК 614.272:304.3(476)

ОЦЕНКА КРИТЕРИЕВ ВЫБОРА СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖЬЮ ЛЕКАРСТВЕННЫХ СРЕДСТВ НА ПРИМЕРЕ НЕСТЕРОИДНЫХ ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫХ ПРЕПАРАТОВ

Владимирова А. В., Наварко В. О.

Научный руководитель: старший преподаватель *Г. Д. Смирнова*

Учреждение образования

«Гродненский государственный медицинский университет»

г. Гродно, Республика Беларусь

Введение

Ежедневно лекарственные препараты используют более 30 миллионов человек, 300 миллионов принимают их кратковременно (из них до 200 миллионов приобретают препараты без рецепта врача) [1]. По экспертным оценкам Республика Беларусь среди