

В то же время студенты считают, что стресс, связанный с учебой, проявляется в виде низкой работоспособности, повышенной утомляемости 50,5 % (n = 216).

Практикуемые студентами приемы снятия учебного стресса. Наиболее практикуемым приемом снятия стресса для большинства студентов оказались сон 71,7 % (n = 312), перерыв в работе или учебе 62 % (n = 268) и общение с друзьями и любимым человеком 60,2 % (n = 260)

Для того чтобы уменьшить степень своего волнения накануне экзамена, студенты чаще всего используют самоубеждение, лекарственные препараты, физические нагрузки.

Выводы

Таким образом, установлено, что высокая учебная нагрузка является основным фактором, вызывающим развитие стрессовых ситуаций у большинства студентов нашего университета. Наиболее частые проявления учебного стресса: плохой сон, ощущение постоянной нехватки времени, плохое настроение, депрессия, низкая работоспособность, повышенная утомляемость; наименее частые — затруднение дыхания, проблемы с желудочно-кишечным трактом, головная боль, нарушение социальных контактов, проблемы в общении, напряжение или дрожание мышц.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Гринберг, Дж.* Управление стрессом / Дж. Гринберг. — 7-е изд. — СПб.: Питер, 2004. — 496 с.
2. *Маришук, В. Л.* Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Маришук, В. И. Евдокимов. — СПб.: Сентябрь, 2001. — 260 с.
3. *Шевандрин, Н. И.* Психодиагностика, коррекция и развитие личности: учебник / Н. И. Шевандрин. — М.: Владос, 2001. — 512 с.

УДК 159.923: [61:378-057.875]

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ 1–6 КУРСА УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ «ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Лане С. О.

Научный руководитель: м.м.н., старший преподаватель А. В. Провалянский

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Современная жизнь изобилует стрессами, которые могут окружать нас повсюду. В настоящее время психологи трактуют понятие стресс как состояние психологического напряжения, возникающее у человека в процессе деятельности в наиболее сложных, трудных условиях как в повседневной жизни, так и особых обстоятельствах [1]. Стрессоустойчивость — интегративное свойство личности, характеризующееся таким взаимодействием эмоциональных, волевых, интеллектуальных и мотивационных компонентов психической деятельности человека, которые обеспечивают оптимальное успешное достижение цели деятельности с ложной мотивационной обстановке.

Цель

Оценка индивидуально-психических особенностей личности 1–6 курса студентов ГомГМУ 13-факторным сокращённым взрослым вариантом опросника Рэймонда Бернарда Кэтелла [2].

Материал и методы исследования

Обследовано 720 респондента из числа студентов ГомГМУ 1–6 курса. Статистический анализ проводился с использованием пакета прикладного программного обеспечения «Microsoft Excel».

Результаты исследования и их обсуждение

Было проведено исследование 13 личностных качеств, после чего были выведены средние значения личностных факторов от 1 до 6 курса. В результате были получены следующие данные: 1) интеллект всех курсов как абстрактное так и конкретное; 2) эмоциональная неустойчивой преобладает у всех курсов; 3) большинство студентов всех курсов самоуверенны, обладают доминантностью и авторитарностью; 4) первый курс в основном отличается беспринципностью и подвержены асоциальным действиям; 5) 3–6 курс отмечают смелостью, склонностью к риску, легко переносят жизненные невзгоды; 6) 4–6 курсы отмечают жесткостью, самоуверенностью, практичностью; 7) большинство студентов всех курсов отличаются подозрительностью, эгоистичностью, осторожностью; 8) 2, 4, 5 курсы отмечают хитростью, расчетливостью, искусственностью и проницательностью; 9) 4–6 курсы более тревожны, депрессивны; 10) 1, 5 курс придерживаются установившихся понятий, консерватизм, а вот 6 курс отмечается радикализмом, тяга к новому, экспериментальности, аналитическим мышлением; 11) 1–3 курс отмечают зависимость от группы, следуют общественному мнению, конформизм; 12) начиная со 2 курса студенты в большинстве контролируют свои эмоции и поведение, а так же точность в выполнении социальных требований; 13) в зависимости ситуации напряженность и расслабленность варьируют.

Выводы

Таким образом, с каждым учебным годом у студентов появляется уверенность в себе, смелость, способность контролировать свои эмоции, появляется чувство ответственности в т. ч. и перед обществом, формируется аналитическое мышление. Все эти качества благоприятно влияют на формирование личности будущего врача.

ЛИТЕРАТУРА

1. Куприянов, Р. Д. Психологическая диагностика: практикум / Р. Д. Куприянов // Психологическая наука и образование. — 2018. — № 3. — С. 77–83.
2. Structured personality- learning theory: A Wholistic Multivariate research approach / R. B. Cattell [et. al.] // Centennial Psychology Series. — 1985. — Vol. 21, № 1. — P. 67–80.

УДК 616.89-008.429.2

ФЕНОМЕН «ДЕЖАВЮ» КАК ПРОЦЕСС НАРУШЕНИЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ

Леценко А. Г.

Научный руководитель: м.м.н., старший преподаватель А. В. Провалинский

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Уже виденное, дежавю — психическое состояние, при котором человек ощущает, что он когда-то уже был в подобной ситуации, подобном месте, однако это чувство не связывается с конкретным моментом прошлого, а относится к прошлому в общем.

Цель

Изучение причин возникновения дежавю и изучение дежавю как нарушение физиологических процессов.