

УДК:613.6.02

Коваленко Лариса Анатольевна

кандидат психологических наук,

Магистр Общественного здоровья (МРН)

доцент кафедры патофизиологии и общей патологии, Медицинский институт

БУ ВО ХМАО-Югры «Сургутский государственный университет»

lak_wmd@mail.ru

Сарварова Лилилия Айдарова

Студент 5 курса, Медицинский институт

БУ ВО ХМАО-Югры «Сургутский государственный университет»

sarvarova_la@edu.surgu.ru

Мухаматиева Ольга Александровна

Студент 5 курса Медицинский институт

БУ ВО ХМАО-Югры «Сургутский государственный университет»

mukhamatieva@bk.ru

Larisa A. Kovalenko

Candidate of Psychological Sciences,

Master of Public Health (MRN)

Associate Professor of the Department of Pathophysiology and General Pathology,

Medical Institute

BU IN KhMAO-Yugra "Surgut State University"

lak_wmd@mail.ru

Lililia A. Sarvarova

5th year student, Medical Institute

BU IN KhMAO-Yugra "Surgut State University"

sarvarova_la@edu.surgu.ru

Olga A. Mukhamatieva

5th year student Medical Institute

BU IN KhMAO-Yugra "Surgut State University"

mukhamatieva@bk.ru

**ОЦЕНКА И АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХИЧЕСКОГО
ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ 5 КУРСА МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА**

**EVALUATION AND ANALYSIS OF MENTAL HEALTH FEATURES
OF 5 YEAR STUDENTS OF MEDICAL UNIVERSITY**

Аннотация. Стресс - неотъемлемая часть жизни каждого человека, как результат постоянного эмоционального напряжения, переживаний, чувства повышенной тревожности, беспокойства и истощения организма, напрямую становится актуальной психологической проблемой, в особенности, у студентов медицинских вузов. Стресс приводит к постоянному нервно-психическому напряжению, истощающему все внутренние ресурсы и

сокращающему резервы организма, которые впоследствии влекут за собой и психосоматические нарушения здоровья студентов.

Ключевые слова: психо-эмоциональное здоровье, уровень качества жизни, физический и психологический компоненты здоровья.

Abstract. Stress is an integral part of every person's life, as a result of constant emotional stress, worries, feelings of increased anxiety, anxiety and exhaustion of the body, it directly becomes an urgent psychological problem, especially among medical students. Stress leads to constant neuropsychic tension, which exhausts all internal resources and reduces the body's reserves, which subsequently entail psychosomatic health disorders of students.

Key words: psycho-emotional health, quality of life, physical and psychological components of health.

Профессия врача продолжает оставаться сложной, эмоционально требовательной и психогенной профессией. В ходе исследований подтверждено, что студенты медицинских специальностей и начинающие врачи подвержены повышенному личностному и профессиональному стрессу в периоды обучения в рамках специалитета и ординатуры. В процессе обучения, формируется кумулятивный эффект повышенной психической нагрузки на физический и психологический компоненты здоровья студентов. Здоровье является ценным ресурсом, необходимым для успешного овладения медицинской специальностью, поэтому важно поддерживать психическое здоровье уже в студенческие годы, чтобы обеспечить общий баланс всех компонентов здоровья. А также помочь студентам в формировании компетенций будущего врача и реализации своих профессиональных функций и действий, направленных на выполнение обязанностей по уходу за пациентами и обеспечению их безопасности. [2, с.28]

Анализ исследовательских и прикладных работ в области оценки и анализа психического здоровья студентов показал, что накопление хронической усталости и выгорание в процессе обучения у студентов медицинских вузов встречается довольно часто. Это связано с влиянием целого ряда факторов системы обучения: индивидуально-психологические факторы личности студента; уровень интеллекта и обучаемости; неопределенность и сомнения в правильности выбора своей будущей специальности и профессии; низкий уровень мотивации в получении знаний; напряжение в интерперсональных взаимодействиях и др. [1]

Цель данного исследования направлена на оценку и анализ особенностей психического здоровья у студентов 5 курса Медицинского института. В ходе исследования особенностей психического здоровья поставлены задачи оценки и анализа уровня неспецифического качества жизни у студентов 5 курса (65 респондентов) Медицинского Института БУ ВО ХМАО-Югры «СурГУ».

В ходе решения исследовательских задач были использован надежный, валидный и стандартизированный опросник. Для оценки уровня неспецифического качества жизни у студентов 5 курса по 8 шкалам был

использован опросник диагностики качества жизни SF-36 HEALTH STATUS SURVEY («Методика оценки качества жизни»). В ходе обработки полученных данных по шкалам и компонентам физического и психического здоровья студентов был применен статистический метод с использованием программы «SPSS 20.0». Приоритетным анализом в исследовании использован частотный анализ данных. Результаты частотного анализа исследования неспецифического качества жизни у студентов 5 курса Медицинского института представлены в таблице 1.

Частотный анализ полученных результатов, показал, что психологический компонент здоровья у студентов 5 курса имеет более низкие показатели, по сравнению с физическим компонентом здоровья. Низкие и средние показатели психологического компонента здоровья и жизнеспособности наблюдаются у 42,2% респондентов; показатели выше среднего и высокий уровень продемонстрировали 57,8% студентов.

Таблица 1 - Частотный анализ данных неспецифического качества жизни по 8 шкалам и двум компонентам здоровья у студентов 5 курса

Показатели	Уровни, (%)				
	низкий	ниже среднего	средний	выше среднего	высокий
Физическое функционирование	0	0	3,1	14,10	82,80
Ролевое (физическое) функционирование	4,7	7,8	9,4	23,40	54,70
Боль	0	3,1	7,8	26,60	62,50
Общее здоровье	0	14,1	21,8	23,50	40,60
Жизнеспособность	7,8	28,1	28,2	31,20	4,70
Социальное функционирование	3,1	7,8	17,2	39,10	32,80
Эмоциональное функционирование	17,2	14,1	0	21,80	46,90
Психологическое здоровье	4,7	21,9	20,3	37,50	15,60
Физический компонент здоровья	0	0	6,3	40,60	53,10
Психологический компонент здоровья	1,6	15,6	25,0	34,40	23,40

Полученные показатели свидетельствуют о психологическом неблагополучии, т.е. респонденты в течение последнего месяца большую часть времени чувствуют себя менее спокойными и умиротворенными. Что отражается на психоэмоциональном здоровье, социальном и ролевом функционировании в процессе обучения. Повышенные показатели физического компонента здоровья у студентов говорят о ресурсах, которыми обладают

студенты в силу своей молодости и пока временной, устойчивости относительно психической, социальной и учебной нагрузки.

На рисунке 1 представлены результаты групповой статистики показателей качества жизни у студентов 5 курса с высокими уровнями неспецифического качества жизни, в сравнении со 100% показателями качества жизни по данной методике. Групповая статистика характеризует снижение неспецифического качества жизни у студентов, связанного со здоровьем, и прежде всего с психологическим компонентом здоровья.

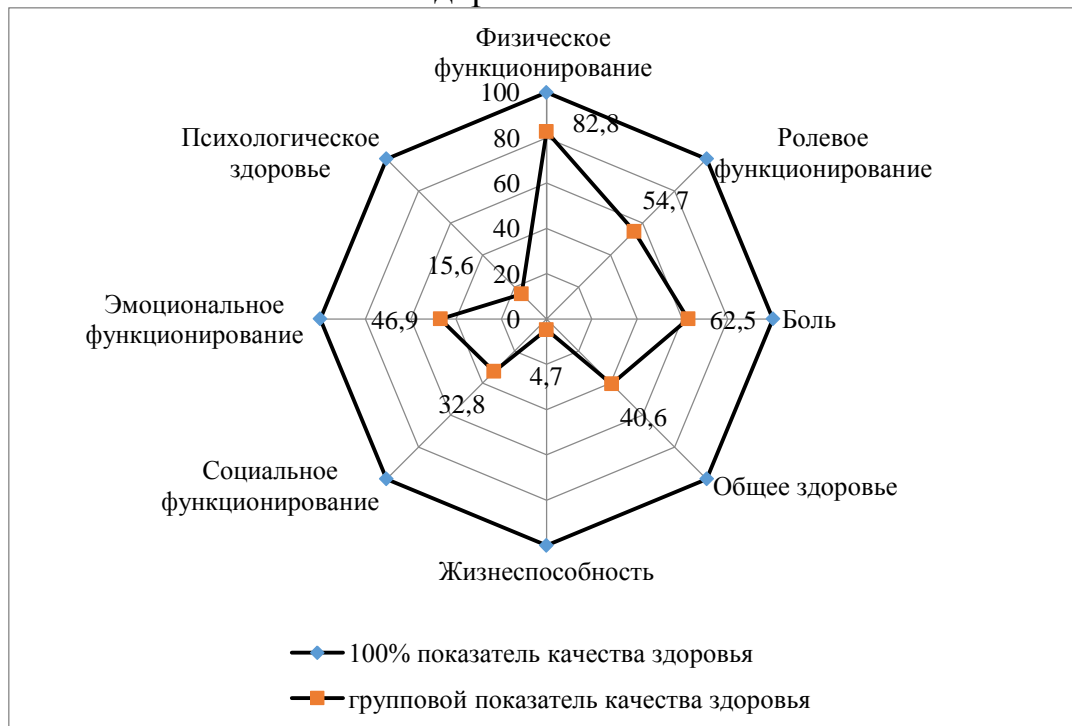


Рис. 1 – Результаты групповой статистики показателей физического и психологического компонента здоровья у студентов 5 курса (высокий уровень)

Высокий уровень жизнеспособности и жизненной активности продемонстрировали 4,7% студентов. Низкий уровень жизнеспособности наблюдается у 35,9% студентов, что свидетельствует об утомлении и снижении жизненной активности у студентов 5 курса.

Высокий уровень социального функционирования можно наблюдать у 38,8% студентов. Низкий уровень продемонстрировали 10,9% студентов, что говорит о проблемах в формировании социальных контактов (т.е. наблюдается социальная отстраненность), снижении уровня коммуникативного взаимодействия в связи со снижением и ухудшением физического, психологического и эмоционального состояния (наблюдается эмоциональная отстраненность). 46,9% студентов продемонстрировали высокий уровень эмоционального функционирования. Низкий уровень можно наблюдать у 31,3% студентов, у которых качество жизни по этому показателю свидетельствует об ограничении в выполнении повседневной работы (учебе), которое обусловлено ухудшением эмоционального состояния и эмоционального взаимодействия.

Высокий уровень психологического здоровья наблюдается только у 15,6% студентов. У 26,6% студентов наблюдается низкий уровень психологического благополучия. Полученные результаты демонстрируют нарастание

психических состояний таких, как депрессия, стресс, тревожность, что является показателями психического дискомфорта у исследуемой группы студентов. Оценка качества жизни у студентов 5 курса Медицинского института показала, что 42,2% респондентов переживают определенный психологический стресс, который выражается в утомлении, снижении жизненной активности, ухудшении физического и эмоционального состояния, в наличии депрессивных, тревожных переживаний, психическом неблагополучии.

Подводя итог, можно сделать вывод, в ходе оценки уровня неспецифического качества жизни, у студентов 5 курса Медицинского Института был проведен анализ, который показал, что студенты медицинских специальностей подвержены повышенному личностному и профессиональному стрессу в периоды обучения на старших курсах. Результаты оценки и анализа показателей качества жизни продемонстрировали, что в процессе обучения формируется кумулятивный эффект повышенной психической нагрузки, влияющий на физический и психологический компоненты здоровья у студентов. [3, с.43]

Поддержка психического здоровья студентов последних (5-6 курсов) Медицинских высших образовательных учреждений приобретает особую актуальность в реалиях настоящего времени. Здоровье является ценным ресурсом, необходимым для успешного овладения медицинской специальностью, поэтому важно поддерживать психическое здоровье уже в студенческие годы, чтобы обеспечить общий баланс всех компонентов здоровья. [4, с.339]

Своевременная и системная диагностика, повышение качества жизни и удовлетворенности качеством жизни у студентов медицинских специальностей позволяют сохранять и укреплять психоэмоциональное здоровье будущих специалистов системы здравоохранения.

Литература

1. Барко В.Н. Социально-психологические факторы развития эмоционального выгорания у студентов // Материалы XI Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». – 2019. URL: <https://scienceforum.ru/2019/article/2018014104>.
2. Глазачев О. С. Синдром эмоционального выгорания у студентов вузов: поиски путей оптимизации педагогического процесса // «Вестник Международной академии наук. Русская секция», 2011. Спец. выпуск №1: С.26-45.
3. Коваленко, Л.А. Исследование показателей стресса студенческой молодежи и взаимосвязей в реализации копинг-стратегий / Л.А. Коваленко // Образовательный вестник Сознание. – 2019. – Т. 21. – № 12. – С.41-47.
4. Коваленко, Л.А. Оценка уровня удовлетворенности качеством жизни студентов 3 курса Медицинского института / Л.А. Коваленко, Л. М. Арутюнян // материалы конференции XXII Открытой региональной студенческой научной конференции им. И. Назина «НАУКА 60-Й ПАРАЛЛЕЛИ» 4 апреля 2018 года. Сургут. С. 338-340

Literature

1. Barko V.N. Socio-psychological factors in the development of emotional burnout among students // Proceedings of the XI International Student Scientific Conference "Student Scientific Forum". – 2019. URL: <https://scienceforum.ru/2019/article/2018014104>.
3. Glazachev O. S. Burnout syndrome among university students: search for ways to optimize the pedagogical process // Bulletin of the International Academy of Sciences. Russian section”, 2011. Spec. Issue #1: P.26-45.
4. Kovalenko, L.A. Study of indicators of stress of student youth and relationships in the implementation of coping strategies / L.A. Kovalenko // Educational Bulletin Consciousness. - 2019. - T. 21. - No. 12. - P. 41-47.