

УДК 37.015.3

Л.М. Ковалёва

КВУЗ «Мелитопольский медицинский колледж» ЗОС

ул. Кирова 184, г. Мелитополь, Украина, 72319

E-mail: mmk_74@mail.ru

**ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРЕССОВЫХ СОСТОЯНИЙ
СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ КОЛЛЕДЖЕЙ В ПЕРИОД ИХ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**

Анализируются особенности проявления стрессовых состояний у студентов-медиков, экспериментально исследуется уровень тревожности, фрустрации, ригидности агрессивности, стрессоустойчивости. Выявляются наиболее типичные проблемы, а также области жизни студентов-медиков, где стрессы существенно выражены.

Ключевые слова: стресс, стрессовые состояния, нервно-психическое напряжение, стрессоустойчивость, студенты-медики, высшее учебное заведение.

Постановка проблемы стресса в последнее время является одной из самых актуальных тем в мировой психологической науке и практике. Подготовка студентов в медицинских учебных заведениях является весьма специфической, что не исключает возникновения стрессовых состояний – тревожности, фрустрации, ригидности и агрессивности, которые обусловлены рядом причин, в первую очередь – более высокими требованиями к темпу учебной деятельности по сравнению с общеобразовательной школой. Уровень стрессоустойчивости студентов непосредственно влияет не только на эффективность учебного процесса, но и на последующую адаптацию выпускников к самостоятельной профессиональной деятельности. Таким образом, проблема исследования особенностей возникновения и проявления стрессовых ситуаций у студентов – медиков является актуальной и требует детального изучения.

Анализ последних исследований и публикаций, выделение нерешённой части проблемы. Несмотря на тот факт, что феномен стресса изучается с начала XX века до нашего времени не выработано единой концепции стресса, и, соответственно, существуют противоречия, сложности в определениях и понятиях. Внедряя авторскую концепцию или модель стресса, ученые пытаются дать и собственное определение стресса [1].

Существует достаточно большое количество концепций, моделей стресса, как в отечественных, так и у зарубежных исследователей. Среди них – когнитивная теория психологического стресса Р. Лазаруса, концепции профессионального стресса (А.Н. Занковского, Т. Cox, W. Schorpfug и другие), социально-психологические теории стресса (концепции: D. Mechanik, R. Darendor, B.P. Darenwend и другие) и многие другие [2, 3, 4].

Проблемам, связанным с возникновением стрессовых ситуаций, обусловленных в том числе и непосредственно самим учебным процессом, у студентов высших учебных заведений, посвящены публикации [5, 6], однако в них не исследуются глубинные причины, приводящие к развитию стрессов у студентов-медиков.

Анализируя различные психологические исследования можно сделать вывод, что в настоящее время наблюдаются тенденции к интегрированным системным подходам в области изучения стресса. В то же время остаются вопросы, которые не получили достаточного освещения в современной психологической науке, в частности, связанные с особенностями переживания стрессовых состояний студентами медицинских специальностей. Проблематикой работы является возникновение стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей, переживаемых ими в различных сферах их жизни. Поэтому, основной **целью работы** является выявление особенностей проявлений стрессовых состояний у студентов-медиков. В соответствии с этим, основными задачами работы являются: определение уровня нервно-психического напряжения студентов в период их профессиональной подготовки в условиях вуза, уровня тревожности, фрустрации, ригидности и агрессивности, уровня стрессоустойчивости, наиболее типичных проблем, степень ощущения студентами своей зрелости, которая связана с обучением в вузах I-II уровней аккредитации, а также выявление тех сфер жизни студентов-медиков, где стрессы являются наиболее выраженными.

Изложение основного материала. Экспериментальные исследования осуществлялись по заранее разработанным методикам, и были проведены в период с октября по декабрь 2009 года среди студентов 1-х курсов специальностей «Лечебное дело» и «Сестринское дело» коммунального воспитательного учебного заведения (КВУЗ) «Мелитопольский медицинский колледж» Запорожского областного Совета (ЗОС). Общая выборка составила 60 человек. Студентам необходимо было ответить на вопросы по следующим методикам: опросник «Где прячутся ваши стрессы», методика «Самооценка психических состояний» (по Айзенку) – «Тревожность, фрустрированность, агрессивность, ригидность», пройти тест на

самооценку стрессоустойчивости личности [7], а также написать творческое сочинение на тему «Моя новая жизнь в медицинском колледже». После обработки данных были получены следующие результаты.

Анализ данных методики "Самооценка психических состояний по Айзенку" дала возможность получить следующие результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели уровня самооценки психических состояний студентов – медиков (показатели в %)

Уровень показателя	Тревожность		Фрустрация		Агрессивность		Ригидность	
	Специальность «Лечебное дело»	Специальность «Сестринское дело»	Специальность «Лечебное дело»	Специальность «Сестринское дело»	Специальность «Лечебное дело»	Специальность «Сестринское дело»	Специальность «Лечебное дело»	Специальность «Сестринское дело»
Низкий	63	45	63	45	27	37	10	27
Средний	27	55	27	55	55	63	80	63
Высокий	10	-	10	-	18	-	10	10

Из приведенной таблицы видно, что у 63 % студентов специальности «Лечебное дело» и 45 % студентов специальности «Сестринское дело» обнаружен низкий уровень тревожности. К этому уровню относятся студенты, которые не чувствуют напряжения или нервозности. Было также обнаружено, что 27 % и 55 % соответственно студентов имеют средний уровень, а 10 % студентов специальности «Лечебное дело» – высокий уровень тревожности. Эти студенты характеризуются наличием субъективно переживаемых эмоций в процессе обучения. В 63 % и 45 % соответственно студентов выявлен низкий уровень фрустрации. Эти студенты, имеющие высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боятся трудностей. У 27 % и 55 % студентов соответственно был выявлен средний, а у 10 % студентов специальности «Лечебное дело» – высокий уровень фрустрации. Они имеют низкую самооценку, стремятся избегать трудностей и боятся неудач. Для 27 % и 37 % опрошенных соответственно характерным является низкий уровень агрессивности. Эти студенты довольно спокойно и взвешенно воспринимают учебный процесс. Вместе с этим, в 55 % студентов выявлен средний уровень, а у 18 % студентов специальности «Лечебное дело» – высокий уровень агрессивности. Эти студенты испытывают серьезные трудности в общении и взаимодействии с другими людьми, в том числе с преподавателями, а также внутри студенческого коллектива.

У 10% студентов доминирует высокий уровень ригидности. Для них характерна неизменность поведения, взглядов и убеждений, даже если они расходятся и не совпадают с реальными обстоятельствами жизни. Вместе с этим, соответственно для 10 % и 27 % студентов соответственно характерен низкий уровень ригидности, а для 80 % и 63 % студентов – средний уровень по этому признаку. Это указывает в целом на низкий уровень проявления этого состояния у студентов во время их учебы в высшем учебном заведении. Обработка экспериментальных данных по методике «Тест на самооценку стрессоустойчивости личности» позволила получить количественные результаты оценки уровня стрессоустойчивости студентов медицинских специальностей. Результаты диагностики представлены на рисунке 1.

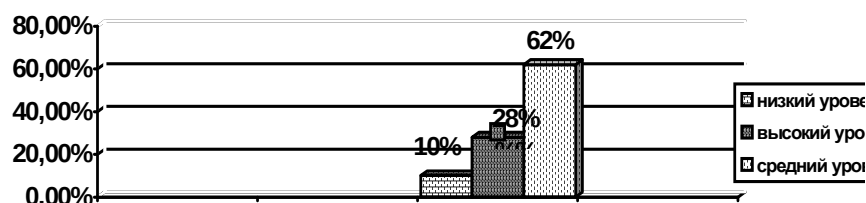


Рисунок 1 – Диаграмма показателей уровня стрессоустойчивости студентов-медиков

Обработка данных, полученных по методике «Где прячутся ваши стрессы», позволила получить результаты, представленные в таблице 2.

Таблица 2 – Показатели уровней проявления стрессов в различных сферах жизни студентов-медиков

Сферы жизни студентов	Показатели (в %)					
	Специальность «Лечебное дело»			Специальность «Сестринское дело»		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Здоровье	-	100	-	-	66,6	33,4
Личные контакты	-	100	-	16,7	83,3	-
Способ жизни	-	75	25	-	66,6	33,4
Внутренний покой	-	58,3	41,7	-	58,3	41,7
Быт	-	-	100	-	25	75
Профессиональная жизнь	-	100	-	-	66,6	33,4

Из таблицы 2 видно, что наиболее стрессогенной для студентов специальностей «Лечебное дело» и «Сестринское дело» является сфера быта, наименее стрессогенными для студентов этих же специальностей является сфера личных контактов. Результаты творческого произведения на тему «Моя новая жизнь в медицинском колледже» представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Результаты обработки данных, полученных по методике «Моя новая жизнь в медицинском колледже»

Отношение студентов к разным аспектам жизни	Краткое содержание причин стресса
Взаимоотношения с одногруппниками	- в группе очень весело и интересно; - тяжело привыкнуть к новым лицам и людям; - много девушек; - в начале обучения никого не знали и боялись, но потом со всеми раззнакомились; - почти все знакомы, так как училась на подготовительных курсах; - интересно участие в воспитательных мероприятиях; - мне некомфортно в группе, потому что есть большая разница в возрасте
Отношение к преподавателям	- почти все преподаватели меня понимают; - тяжело изучать отдельные предметы
Отношение к учебному процессу	- после каникул не могла сконцентрироваться; - тяжело отрабатывать пропущенные занятия; - тяжело запомнить расположение аудиторий; - долго не могли привыкнуть к медицинской форме; - большая учебная нагрузка по сравнению со школой; - длинные пары, большой объем информации; - много обязанностей, связанных с обучением; - проблемы в семье из-за большого объема учебной работы в медицинском колледже; - непостоянное расписание занятий
Отношение к здоровью	- ощущение усталости; - головная боль; - постоянное плохое настроение; - повышенный уровень агрессии; - хорошее самочувствие; - положительное отношение к учебе

Проведённое экспериментальное исследование показало следующее:

1. Подготовка студентов в медицинских учебных заведениях является весьма специфической, что не исключает возникновения стрессовых состояний, которые обусловлены более высокими требованиями к темпу учебной деятельности.

2. Студенты медицинских специальностей в большинстве случаев проявляют средний уровень стрессоустойчивости, то есть большинство студентов готовы к встрече с трудностями и стрессовыми ситуациями.

3. Наиболее стрессогенной для студентов является сфера быта и внутреннего покоя. Среди причин возникновения стрессов наиболее типичными являются: отличная от общеобразовательной школы организация учебного процесса, повышенный темп учебной деятельности, большой объем учебного материала, изменение обычного окружения.

4. Среди студентов-медиков в ходе экспериментальных исследований выявлено значительное количество лиц, имеющих высокий уровень агрессивности. Следует отметить, что эти студенты остро нуждаются в психологической коррекции, поскольку они не только способны дезорганизовать учебный процесс в своих группах, но и не могут в дальнейшем корректно строить взаимоотношения с коллегами и пациентами.

Перспективы дальнейших исследований в этой области. В связи с тем, что в ходе экспериментального исследования были выявлены показатели, подтверждающие наличие стрессовых состояний у студентов медицинских специальностей высших учебных заведений I-II аккредитации, перспективы дальнейших исследований связаны с разработкой коррекционной программы, направленной на снижение уровня стресса студентов-медиков, внедрением её в практику и проверкой её эффективности. Целью разработки и внедрения коррекционной программы является обеспечение полноценной адаптации студентов-медиков к условиям обучения в колледже, что позволит существенно повысить эффективность учебного процесса, предупредить возможные конфликты в студенческом коллективе, снизить отсев студентов по причинам, связанным с неудовлетворенностью психологическим климатом в учебном заведении.

Библиографический список

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие учения и современное состояние проблемы / В.А. Бодров. — М: Институт психологии РАН, 1995. — 320 с.
2. Вальдман А.В. Психофизиологическая регуляция эмоционального стресса / А.В. Вальдман // Актуальные проблемы стресса. — 1996. — С. 34–43.
3. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. Психологический аспект / М.И. Дьяченко [и др.]. — М.: Изд-во Московского ун-та, 1995. — 206 с.
4. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. — М.: Изд-во Московского ун-та, 1999. — 152 с.
5. Коврова М.В. Исследование коммуникативного стресса у студентов в условиях процесса обучения в высшей школе: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05: защищена 28.01.03: утв. 17.06.03 / Коврова Марианна Вячеславовна. — Кострома, 2002. — 234 с. — РГБ ОД, 61:03-19/302-4.
6. Ананьев Б.Г. К психофизиологии студенческого возраста / Б.Г. Ананьев // Современные психолого-педагогические проблемы высшей школы. — 2005. — № 2. — С. 3–11.

Поступила в редакцию 19.02.2010 г.