К.М. ФАЙЗУЛЛИНА, Г.К. КАУСОВА, А.Н. НУРБАКЫТ

Высшая Школа Общественного здравоохранения

ХАРАКТЕР ТРУДНОСТЕЙ, ИСПЫТЫВАЕМЫХ СТУДЕНТАМИ МЕДИЦИНСКИХ ВУЗОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Наиболее активные процессы адаптации к новым условиям студенческой жизни в медицинском вузе происходят на начальных курсах, а также к завершению обучения в медицинском вузе студенты испытывают трудности, и нуждаются в психологической помощи. Из предложенных вариантов общения с психологом, наиболее популярным оказался «клуб общения».

Ключевые слова: медицинский вуз, стресс, адаптация студентов.

Начало обучения в высшем учебном заведении у большинства абитуриентов является периодом формирования адаптационно-компенсаторных механизмов функциональных систем к новым условиям. От того, как быстро и через какие механизмы сформируется процесс адаптации впервые месяцы обучения в вузе, зависит не только эффективность его обучения, но и состояние здоровья студента, а значит и его профессиональное будущее [1,2,3]. После вступительных испытаний первокурсники медицинских вузов сталкиваются с новой структурой и условиями учебной деятельности. По сравнению со школой, повышаются педагогические требования, увеличивается объем учебной работы, появляются специальные предметы и для многих из них появляется новая система обучения (лекции, семинарские занятия), возникает необходимость самостоятельно планировать учебное и свободное время, и другое. Это безусловно оказывает влияние на нервную систему молодых людей. Таким образом, стресс - это неотъемлемая часть повседневной жизни каждого студента. Реакция на стресс, как и начало трудового дня, режим питания, двигательная активность, качество отдыха и сна, взаимоотношения с окружающими, являются составными частями образа жизни. От самого студента зависит, каким будет его образ жизни - здоровым, активным или же нездоровым, пассивным, а, следовательно, как часто и продолжительно он будет находиться в стрессовом состоянии.

Студенту необходимо преодолеть переходные трудности, освоить новые роли и модифицировать старые, в результате чего они также могут испытывать стресс. Данной проблемой занимались следующие психологи: Ганс Селье, Л.А. Китаев-Смык, Ю.В. Щербатых, Д. Майерс и другие [4-8].

Вопросы адаптации студентов к образовательному процессу в вузах изучались многими авторами [9,10]. Процесс адаптации студентов отражает сложный и длительный процесс обучения и предъявляет высокие требования к пластичности психики и физиологии молодых людей. Наиболее активные процессы адаптации к новым условиям студенческой жизни происходят на первых курсах. Причём адаптация студентов, проживающих в отрыве от родителей (в общежитии, арендуемой квартире) протекает тяжелее и часто приводит к возникновению разнообразных соматических и психоневрологических патологических состояний.

Согласно исследованию, проведенному в Washington University School of Medicine in St. Louis, студенты, которым было 24 лет и старше, при поступлении в медицинскую школу чаще, чем студенты более юного возраста испытывают трудности. Исследователи полагают, что у этих студентов, возможно, были дополнительные семейные обязанности на момент поступления в медицинскую школу или была необходимость работать, чтобы обеспечить финансирование, и другие проблемы [11].

В нашем исследовании, мы изучали мнение студентов медицинских вузов относительно их впечатлений от учебного процесса, о характере трудностей в адаптации, а также необходимости психологического сопровождения в процессе обучения.

Методы: Объектом исследования были студенты Казахского Национального Медицинского университета имени С.Д.Асфендиярова (КазНМУ) и Казахстанско – Российского Медицинского университета (КРМУ) в количестве 1526 человек и 862 человека, соответственно.

Для изучения мнения студентов относительно вышеуказанных вопросов, мы распространили разработанную нами анкету, состоящую из 51 вопроса, из которых в анализ были включены 11 вопросов, касающиеся нашего исследования. Анализ проводился с использованием пакета SPSS 15 версии. Результаты: Нами было опрошено 2 388 студентов обоих медицинских вузов, что составило 26,6 % от общего количества обучающихся в 2011 – 2012 учебном году, из которых 2 113 студенты и 275 врачей интернов.

Более четверти студентов сообщили о наличие трудностей в адаптационном процессе и практически 36 % студентов КазНМУ испытывают трудности в адаптации. Распределение по факультетам выглядит следующим образом: больше всего трудностей испытывают студенты педиатрического и лечебного факультета, наименьший показатель среди студентов медико-профилактического факультета. При этом следует отметить, что педиатрический и лечебный факультет были представлены студентами 5, 6 курса и врачами интернами. Студенты 4 и 5 курса, показали наименьший процент, студентов испытывающих трудности. Это можно объяснить тем, что первоначальные нагрузки, связанные с учебным процессом, и сам адаптационный период уже прошел, а проблемные вопросы относительно будущей карьеры еще не появились (выбор специализации, вопрос о дальнейшем продолжении учебы в резедентуре, магистратуре и т.д.). Более подробная информация в таблице 1.

Таблица 1 - Доля студентов, сообщивших о трудностях в адаптации к нормам студенческой жизни в зависимости от социально – демографических характеристик.

Характеристика	Абс. (%)	% студентов, указавших о трудностях в
		адаптации к нормам студенческой жизни
Вуз		

КазНМУ	1526 (63,9)	35,9
КРМУ	862 (36,1)	27,8
Факультет		
Общая медицина	1478 (61,9)	33,6
Медико-профилактическое дело	51 (2,1)	15,6
Стоматология	315 (13,2)	22,5
Лечебный	411 (17,2)	38,4
Педиатрический	133 (5,6)	39,8
Год обучения		
1 курс	455 (19,1)	34,2
2 курс	411 (17,2)	37,4
3 курс	350 (14,6)	30,5
4 курс	301 (12,6)	22,6
5 курс	312 (13,1)	26,2
6 курс	284 (11,9)	38,3
Врачи интерны	275 (11,5)	40,7
Пол		
Мужской	609 (25,5)	33,1
Женский	1779 (74,5)	32,3
Место проживания до поступления в медицинский вуз		
Город	1289 (54,0)	29,7
Село	1099 (46,0)	36,8
Место проживания после		
Поступления в медвуз		
Общежитие	788 (33,0)	38,8
Арендное жилье	654 (27,4)	29,2
Своя квартира	946 (39,6)	30,7
Семейное положение		
В браке	331 (13,9)	36,8
Холост(ая)	2057 (86,1)	32,3

Среди других проблем, указанных студентами как проблемы, возникшие в студенческой жизни, были следующие: недостаточное обеспечение учебной литературой (38,8%), проблемы коммуникативного характера (2,1%), материальные проблемы (6,0%), требуется помощь при подготовке к занятиям (6,9%), отсутствие жилья (6,3%), отсутствие психологической помощи (2,8), отсутствие информации в вузе о формах общественной жизни (3,9%). Недостаточное обеспечение литературой, в 68% отметили студенты казахского отделения.

Необходимость в общении с психологом в стенах вуза указали 67% опрошенных, из которых три четвертых это студенты, приехавшие из сельской местности. Наилучшей формой общения с психологом студенты избрали – клуб общения (70,6 %), далее следуют психологические тренинги – 59,4 % и индивидуальные консультации 38,2 % .

Сегодня очень часто поднимают вопросы «эмоционального выгорания» именно среди работников медицинской сферы, считаем необходимым введение психологической поддержки уже в студенческие годы.

Практически половина опрошенных студентов имеют хорошие впечатления от учебного процесса и лишь 14 % отмечают наличие высоких учебных требований (рисунок 1).

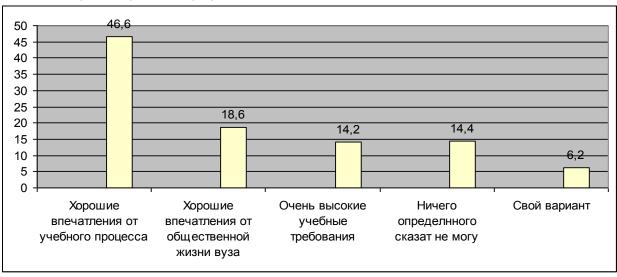


Рисунок 1 - «Впечатления от студенческой жизни»

Заключение.Полученные результаты исследования согласуются с литературными данными, а именно наиболее активные процессы адаптации к новым условиям студенческой жизни происходят на начальных курсах. При этом адаптация студентов, проживающих в отрыве от родителей (в общежитии, арендуемой квартире) протекает тяжелее [4,5], и может быть причиной развития различных психоневрологических состояний. При этом, одним из вариантов решения данной проблемы, мы видим в ведении психологического сопровождения студентов не только первых курсов, но и в процессе всего обучения в медицинском университете. Из предложенных вариантов общения с психологом, наиболее популярным оказался клуб общения.

Также согласно литературным источникам [6], высокий процент, испытывающих трудности среди студентов 6 курса и врачей интернов можно объяснить наличием дополнительных обязательств, таких как семейные обязанности, совмещение учебы и работы, и другие.

Таким образом, стресс является неотъемлемой частью повседневной жизни каждого студента, а введение психологического сопровождения студентов в процессе обучения в медицинском вузе позволит с начальных этапов обучения снизить уровень напряженности и стресса среди студентов, а также будет способствовать более мягкому течению адаптационного периода.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Markham F.W.Jr., Sawhney H.K., Butler J. A. The changing perceptions of junior medical students about the current U.S. health care system after a seminar series // J. Community. Health. 2001. Vol. 26. N 5. P. 345-356.
- 2 Williams B. Tennessee medical schools: are we educating today's medical students for tomorrow's practices // T. M. 2001. Vol. 94. N 8. 28 p.
- 3 Егорова Н.А. Гигиеническая оценка умственной работоспособности студентов медицинского вуза (на основе психологических типов личности): Автореф. дис.канд. мед. наук. Ростов-на-Дону: 2005. 21 с.
- 4 Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. M.: Hayka, 1983. 368 с.
- 5 Майерс, Д. Психология / Д. Майерс; пер. с англ. И.А. Карпиков, В.А. Старовойтова. 2-е изд. М.: Попурри, 2006. 848 с.
- 6 Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. 256 с.
- 7 Щербатых Ю.В. Влияние показателей высшей нервной деятельности студентов на характер протекания экзаменационного стресса // Журнал ВНД им. Павлова. 2000. №6. C.959-965.
- 8 Щербатых Ю.В. Использование методов саморегуляции и нейролингвистического программирования для снижения уровня стресса у студентов // Профилактика правонарушений в студенческой среде. Воронеж: ВГПУ, 2003. С.105-107.
- 9 Спицин А. П. Особенности адаптации студентов младших курсов медицинского вуза // Гигиена и санитария. 2002. №1. С. 47-49.
- 10 Сухарева Л. М., Рапопорт И. К., Павлович К. Э., Шубочкина Е. И. Медицинские и психофизиологические аспекты профессиональной ориентации молодежи // Российский педиатрический журнал. 1998. №4. С.23-26
- 11 Andriole DA, Jeffe DB. Prematriculation variables associated with suboptimal outcomes for the 1994-1999 cohort of US medical school matriculants. Journal of the American Medical Association. Vol. 304. No. 11. –P. 1212-1219.

Түйін: Студенттік өмірдің жаңа жағдайларына белсенді бейімделу үрдістері төменгі курстарда белең алады, сонымен қатар медициналық жоғары оқу орындарын тәмәмдау кезінде студенттер кейбір қиыншылықтармен соқтығысады және психологиялық көмекті қажет етеді. Психологтардан кеңес алуда ұсынылған варианттардың ішінде «араласу клубы» ең танымал болып табылды.

Түйінді сөздер: медициналық жоғары оқу орындары, күйзеліс, бейімделу, студенттер.

Resume: The most active processes of adaptation to the new conditions of a student's life in the medical school are in the early courses, and the completion of training in medical school students experience difficulties, and in need of psychological help. From the options to communicate with the psychologist, was the most popular such as «communication club».

Keywords: medical school, stress, adaptation students.