

DOI: 10.21802/artm.2020.4.16.120.
УДК 37.01/.09:61

ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ ЯК ВИД СОЦІАЛЬНОГО СТРЕСУ У СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ПІДГОТОВКИ ІНОЗЕМНИХ ГРОМАДЯН

М.В. Пюрик

*Івано-Франківський національний медичний університет, кафедра хірургії факультету післядипломної освіти, м. Івано-Франківськ, Україна,
ORCID ID: 0000-0002-6065-831X,
e-mail: mpyuryk@ifnmu.edu.ua*

Резюме. Навчання у вищому навчальному закладі є складним етапом життя молоді, особливо в умовах дистанційного навчання. Студенту факультету підготовки іноземних громадян необхідно не тільки призвичаїтись до умов життя в іншій країні, а й пристосуватися до нового ритму життя, динаміки навчання. Великий об'єм нової інформації, фізичні та психологічні труднощі, з якими стикається студент-іноземець, призводять до постійного напруження та стану хронічного стресу. Сучасна освітня система за останній рік настільки змінилась, що студенту необхідно безперервно адаптуватися до нововведень. Стрес стає дедалі глобальнішою проблемою, особливо серед студентів, і негативно позначається на їхньому житті та здоров'ї. Тому актуальним залишається вивчення проблеми соціального емоційного хронічного стресу в навчальній діяльності студентів.

В основу дослідження було покладено кількісне дослідження, проведене серед іноземних студентів шляхом таємного анкетування та збір інформації про найбільш стресові сфери життя та дистанційного навчання за умови карантину.

У статті наведені результати анонімного опитування 134 студентів 2-3 курсів факультету підготовки іноземних громадян Івано-Франківського національного медичного університету щодо причин незадовільної успішності з вивчення практичних дисциплін. Респондентам було запропоновано самостійно визначити причини неадекватного засвоєння матеріалу на практичних заняттях та лекціях.

Висновки. Отримані нами результати таємного анкетування свідчать про стан хронічного напруження студентів, їх перебування у стані соціального стресу, що зумовлений не лише новими умовами життя, а й частими змінами між періодами живого спілкування на парах та умовами дистанційного навчання.

Ключові слова: соціальний стрес, хронічний стресор, вища освіта, студент-іноземець.

Вступ. Соціальний стрес є невід'ємною складовою повсякденного життя, і останні роки його вивчають у контексті комплексних систематичних взаємин у команді чи групі людей [1, 2]. Такою ідеальною моделлю є група студентів, які щодня відчувають на собі дію стресових чинників [3, 4, 5]. Співіснування з друзями, одногрупниками, суперниками, родичами, ворогами, романтичними партнерами, намагання відповідати культурним приписам країни, у якій навчається, виконання соціальних ролей дають підґрунтя для частого переживання стресу [6, 7, 8]. Чинники соціальної природи, що породжують стрес, можуть бути сталою частиною культурних інституцій та соціальних ролей і тому діяти постійно (хронічні стресори), а можуть бути наслідком поодиноких подій у соціальній тканині (наприклад, такі гострі стресори як розрив стосунків, втрата роботи, зрада тощо). Стрес стає дедалі глобальнішою проблемою, особливо серед студентів, і негативно позначається саме на їхньому житті та здоров'ї [9, 10, 11]. Щоденне життя студентів-іноземців, особливо в умовах карантину, наповнене великою кількістю стресорів, як гострих, так і хронічних, що може відобразитись і на навчальному процесі, і на успішності в умовах дистанційного навчання. Студентам незрозумілі

практичні навички, які викладач пояснює через монітор і не завжди в студента є можливість забезпечити себе спеціальними макетами та муляжами для навчання. Зокрема, через стресовість навчального процесу студенти втрачають мотивацію до навчання, не вміють застосовувати здобуті вміння на практиці.

Психологія та психодіагностика стресу цікавить науковців не одне десятиліття [9, 10]. Вивченням проблеми стресу займалася ціла плеяда науковців, зокрема Г. Сельє, якого вважають засновником теорії класичного стресу; І.П. Павлов, який присвятив життя вивченню теорії експериментально неврозу; Р. Лазарус, що розробив когнітивну теорію психологічного стресу; Е. Геллгорт, У. Кенон, які вивчили роль нервової системи у формуванні адаптивних реакцій організму в умовах стресу; Л.А. Орбелі, що спрямував наукові дослідження на вивчення прямого впливу нервової системи на обмін речовин в тканинах [1, 10].

Мета дослідження. Вивчити характер хронічного соціального стресу в студентів факультету підготовки іноземних громадян, що буде базовими та необхідними знаннями для викладачів університету, адже дедалі частіше перед адміністрацією університетів постає питання

поширеності проблем із психічним здоров'ям серед студентів-іноземців, та визначити фактори, що впливають на успішність студентів-медиків.

Навчальний процес за нормальних соціальних умов є складною частиною загального процесу виховання всебічно розвинутої особистості. Студенту факультету підготовки іноземних громадян необхідно не тільки призвичаїтись до умов життя в іншій країні з абсолютно протилежними традиціями, звичаями, віросповіданням, а й пристосуватися до нового ритму життя, динаміки навчання, змінити спосіб життя та праці, свою поведінку. Великий об'єм нової і спеціалізованої інформації, фізичні та психологічні труднощі, з якими стикається студент-іноземець, призводять до постійного напруження та стану хронічного стресу. Сучасна освітня система за останній рік настільки змінилась, що студенту безперервно необхідно адаптуватися до нововведень, особливо за умов дистанційного навчання, неможливості наочно побачити та проробити практичні навички, що дуже необхідно для студентів факультету підготовки іноземних громадян. Потрібно зазначити, що навчання в іншій країні є теж вагомим стресовим чинником, що зумовлено абсолютно новим середовищем. На процес сприйняття та засвоєння інформації може впливати і безліч інших факторів, зокрема умови карантину, настроєність суспільних мас, страх перед інфікуванням COVID-19 у чужій країні, неможливість нормального повноцінного живого спілкування між студентами та викладачем, і саме дистанційне навчання. Це все мотивувало нас провести таємне опитування студентів 3-4 курсів факультету підготовки іноземних громадян ІФНМУ спеціальності «Медицина».

Результати дослідження показали, що основними стресорами для студентів-іноземців серед 73,1 % (98 осіб) опитаних є нові умови життя в іншій країні, 64,2 % (86 осіб) студентів бояться інфікування COVID-19 у чужій країні, 54,5 % (73 особи) всіх іноземних студентів панічно переживають через вихідний рівень знань за умов дистанційного навчання, а 83,6 % (112 осіб) студентів низько оцінюють рівень вивчених практичних навичок і хвилюються не лише за здачу модулів, а й за швидку практичну діяльність у сфері медицини. Нашим респондентам було запропоновано самостійно визначити причини неадекватного засвоєння матеріалу з різних дисциплін на практичних заняттях та лекціях за умов дистанційного навчання. Студенти вказують, що намагаються боротися зі своїми стресорами, 91,8 % (123 особи) всіх анкетованих вказали, що часто перебувають в умовах побутового стресу, який не завжди зумовлений їхнім навчанням, однак завжди впливає на бажання вчитися та досягати поставленої перед собою мети.

Висновки. Отримані нами результати свідчать про стан хронічного напруження, який трансформується у хронічний стрес у 91,8 % (123 особи) усіх респондентів; студенти вважають, що перебувають саме в умовах навчального стресу через недосконалість навчальної системи в умовах

дистанційного навчання, великий об'єм незрозумілої спеціалізованої інформації, а соціальний стрес підсилюється страхом інфікуватися COVID-19 у чужій країні.

Саме тому на сьогоднішній день під час роботи зі студентами викладачі ІФНМУ повинні розглядати кожного студента як такого, який перебуває у хронічному стресі, та звертати особливу увагу на наявність депресивної симптоматики, щоб попередити серйозні неврологічні порушення та скерувати студентів до відповідних фахівців.

References:

1. Naugolniuk LB. *Psikhologiya stresu: pidruchnyk*. Lviv: Lvivskiy derzhavnyj universytet; 2015. P.324.
2. Grinberg Dzh. *Upravlinnya stresom*. Piter. 2002. P.496.
3. Garanyan N, Kholmogorova A, Evdokymova Ya, Moskova M, Vojcex V, Semykyn V. *Predekzamenacyonnyj stress y emocyionalnaya dezadaptaciya v studentov mladshyx kursov*. *Socynaia u klinicheskaiia psyhiatriia*. 2007; 17(2):38-42.
4. Loktyeva S. *Rozvytok osobystosti i adaptaciya v studentskomu sere dovysshi*. *Psikhologichni nauky: zb. nauk. pracz: NPU imeni M. P. Dragomanova*. 2009; 24:78-82.
5. McLeod J. *The meanings of stress: Expanding the stress process model*. *Society and Mental Health*. 2012; 2(3):172-186. Available from: DOI: <https://doi.org/10.1177/2156869312452877> 72 ISSN 2617-9067.
6. Sapolsky R. *The influence of social hierarchy on primate health*. *Science*. 2005; 308:648-652. Available from: DOI: <https://doi.org/10.1126/science.1106477>.
7. Smirnov BA, Dovgopolova YeV. *Psikhologiya diyalnosti v ekstremalnih situaciakh*. Kharkiv: Vydavnyctvo "Gumanitarnyj centr". 2007. P.276.
8. Selin H, Davey G. *Happiness across cultures: Views of happiness and quality of life in non-Western cultures*. NY: Springer. 2012. Available from: DOI: <https://doi.org/10.1007/978-94-007-2700-7>
9. Shherbatyh YuV. *Psikhologiya stresu*. M.: EKSMO. 2006. P.304.
10. Kupriianov R, Kuzmyna Yu, sost. *Psikhodiagnostyka stressa: praktikum*. Kazan: M-vo obrazovaniia i nauky Rossii, Kazan. nacz. issledovatel'skij tekhnol. un-t. 2012. P.212.
11. Hampton R. *Cultural changes in neural structure and function*. 2018. Available from: DOI: <https://doi.org/10.31234/osf.io/52eg>
12. *Kontseptsiia «Nova ukrainska shkola»*. Available from: <http://osvita.ua/doc/fiies/news/520/52062/new-school.pdf>.
13. *Zakon Ukrainy «Pro osvitu»*. Available from: <http://osvita.ua/legislation/law/2231/>

УДК 37.01/09:61

**ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ КАК ВИД
СОЦИАЛЬНОГО СТРЕССА У СТУДЕНТОВ
ФАКУЛЬТЕТА ПОДГОТОВКИ
ИНОСТРАННЫХ ГРАЖДАН**

М.В. Пюрык

*Ивано-Франковский национальный медицинский университет, отделение хирургии факультета последипломного образования,
г. Ивано-Франковск, Украина,
ORCID ID: 0000-0002-6065-831X,
e-mail: mpyuryk@ifnmu.edu.ua*

Резюме. Обучение в высшем учебном заведении является сложным этапом жизни молодых людей, особенно в дистанционном обучении. Студенту факультета подготовки иностранных граждан необходимо не только привыкнуть к условиям жизни в другой стране, но и адаптироваться к новому ритму жизни, динамике обучения. Большое количество новой информации, физические и психологические трудности, с которыми сталкивается иностранный студент, приводят к постоянному напряжению и хроническому стрессу. Современная система образования за последний год настолько изменилась, что студенту необходимо постоянно адаптироваться к инновациям. Стресс становится все более глобальной проблемой, особенно среди студентов, и оказывает негативное влияние на их жизнь и здоровье. Поэтому изучение проблемы социального эмоционального хронического стресса в образовательной деятельности студентов остается актуальным.

Исследование было основано на количественном исследовании, проведенном среди иностранных студентов с помощью секретной анкеты и сбора информации о наиболее стрессовых областях жизни и дистанционного обучения в карантинных условиях. В статье представлены результаты анонимного опроса 134 студентов 2-3-го курсов факультета подготовки иностранных граждан Ивано-Франковского национального медицинского университета о причинах неудовлетворительных успехов в изучении практических дисциплин. Респондентам было предложено самостоятельно определить причины недостаточной усвоения материала на практических занятиях и лекциях.

Выводы. Результаты секретной анкеты показывают состояние хронического напряжения студентов, их пребывание в состоянии социального стресса, обусловленного не только новыми условиями жизни, но и частыми изменениями между периодами живого общения на парах и условиями дистанционного обучения.

Ключевые слова: социальный стресс, хронический стрессор, высшее образование, иностранный студент.

UDC 37.01/09:61

**DISTANCE LEARNING AS A TYPE OF SOCIAL
STRESS FOR STUDENTS OF THE FOREIGN
CITIZENS TRAINING FACULTY**

M.V. Pyuryk

*Ivano-Frankivsk National Medical University,
Department of Surgery of the Faculty of Postgraduate
Education, Ivano-Frankivsk, Ukraine,
ORCID ID: 0000-0002-6065-831X,
e-mail: mpyuryk@ifnmu.edu.ua*

Abstract. For studying in a higher educational institution it is necessary to get used to living conditions in another country, it is a difficult stage of youth's life, especially under the conditions of distance learning. A student of the Faculty of Foreign citizens training, who has completely different traditions, customs, religions, has to adapt to the new rhythm of life, dynamics of education, way of life and work, their behavior, etc. Coexistence with friends, rivals, relatives, enemies, romantic partners, trying to meet the cultural norms of the country in which he/she studies, the performance of social roles provide the basis for frequent experience of stress. Factors of social nature that give rise to stress can be a sustainable part of cultural institutions and social roles and therefore act constantly (chronic stressors), and can be a consequence of single events in the social aspect. A large amount of new and specialized information, physical and psychological difficulties faced by a foreign student, lead to constant tension and a state of chronic stress. The modern educational system has changed so much over the past year that the student constantly needs to adapt to innovations, especially in conditions of distance learning, inability to clearly see and develop practical skills, which is very necessary for students of the School of Medicine. Unfortunately, stress is becoming an increasingly global problem especially among students and adversely affects their lives and health, quality of knowledge and skills. Students do not always have the opportunity to provide themselves with special layouts and dummies for studying, in particular, because of the stress of the educational process, students lose motivation to study and do not get pleasure from it, do not know how to apply skills in practice.

Purpose: to study the presence of chronic social stress in students of the Foreign Citizens Training Faculty, which will be basic and necessary knowledge for employees of the dean's office of the Faculty of Foreign Citizens, because increasingly the administration of universities faces the question of the prevalence of mental health problems among foreign students; and identify factors influencing the success of medical students. The educational process under normal social conditions is a complex part of the overall process of educating a comprehensively developed individual. The article presents the results of an anonymous survey of 134 students of the 2-3 year of the Faculty of Foreign citizens' training department of Ivano-Frankivsk National Medical University on the reasons for unsatisfactory success in the study of practical disciplines. Respondents were asked to inde-

pendently identify the reasons for inadequate assimilation of material in practical classes and lectures.

Conclusions. The results of the questionnaire indicate the state of chronic tension of students, their state of social stress, due to not only new living conditions, but also frequent changes between periods of live communi-

cation during classes and distance learning conditions, exacerbations of chronic diseases, psychological problems in the group or/and family.

Keywords: social stress, chronic stressor, higher education, foreign student.

Стаття надійшла в редакцію 07.12.2020 р.