DOI: 10.21802/gmj.2017.2.13
УДК: 371.78+614.253.4

Павлюк Т.В.[1], Рожко М.М.[2], Панчак О.В.[3]

Оцінка психоемоційного стану в студентів молодших курсів медичного університету

[1] Асистент кафедри терапевтичної стоматології, Івано-Франківський національний медичний університет
[2] Професор, доктор медичних наук, Івано-Франківський національний медичний університет
[3] К.психол.н, в.о.доцента кафедри психіатрії, наркології та медичної психології, Івано-Франківський національний медичний університет
Івано-Франківський національний медичний університет, вул. Галицька, 2, Івано-Франківськ, 76018, Україна

Резюме. На сьогодні психосоціальні фактори, стрес і психічне виснаження розглядаються експертами ВООЗ і Міжнародної організації праці як новий важливий фактор, що впливає на стан здоров'я, працездатність, навчання та трудову діяльність. Молоде покоління, а особливо студентська молодь, яка являє собою виробничий та інтелектуальний потенціал країни, можна віднести до групи ризику через надзвичайно високе адаптаційне навантаження. Інтенсивність та напруженість сучасного життя на психологічному рівні передує появі негативних емоційних переживань і стресових реакцій, які, накопичуючись, викликають формування депресивних станів. **Метою** дослідження було вивчити рівень психоемоційного навантаження в студентів молодших курсів медичного університету. Спостереження проведені за студентами-медиками другого курсу навчання. Для визначення психоемоційного навантаження нами було використано адаптивний варіант методики Г.Айзенка, яка включає в себе тривожність, фрустрацію, агресивність та ригідність, шляхом проведення анкетування. За **результатами обстеження** психоемоційного стану виявили низькі показники стресостійкості в студентів в умовах навчальної діяльності, що вказує на те, що студенти піддаються негативному впливу оточуючого середовища. Також слід зазначити, що рівень психоемоційного стану студентів залежить від особистісного переживання стресогенних ситуацій, що виникають в житті студентів.

Ключові слова: психоемоційне навантаження, стрес, студенти-медики.

Постановка проблеми і аналіз останніх досліджень. Останнім часом психосоціальні фактори, стрес і психічне виснаження розглядаються експертами ВООЗ і Міжнародної організації праці (МОП) як новий важливий фактор, що впливає на стан здоров'я та працездатність, мотивацію навчання та трудову діяльність [5].

Ознаками психічного здоров'я студентів є їхня активність, життєрадісність, спостережливість, адаптованість до умов навчальної діяльності у вищому навчальному закладі, низька тривожність, емоційна стабільність, здатність сприймати та аналізувати інформацію [8].

Молоде покоління нашої країни, а особливо студентська молодь, яка являє собою виробничий та інтелектуальний потенціал країни, можна без перебільшення віднести до групи ризику через надзвичайно високе адаптаційне навантаження [5].

Інтенсивність і напруженість сучасного життя на психологічному рівні передує появі негативних емоційних переживань і стресових реакцій, які, накопичуючись, викликають формування виражених та тривалих депресивних станів. На жаль, стрес став невід'ємною частиною повсякденного життя багатьох людей. Часом його навіть не зауважують, тоді як довготривалий вплив негативних емоцій може спричинити багато захворювань стресової етіології, так званих «хвороб стресу». На молодих людей, що починають студентське життя, одночасно мають вплив декілька стресових чинників: зміна референтного та мікросоціального середовища в закладі освіти, нерідко зміна житлових умов, зміна звичного способу життя, у тому числі порядку навчальних занять та контрольних заходів в університеті (в порівнянні зі шкільним навчанням) тощо. Тому студентська молодь часто потребує допомоги в адаптації до нових умов життя.

Необхідність дослідження психічного здоров'я студентів визначається наявністю таких чинників, що впливають на стан їх психічного здоров'я, серед яких: іспити, періоди соціальної адаптації, необхідність особистого самовизначення в майбутньому професійному середовищі та ін. Емоційні стани, що переживаються в цей період, і їх наслідки складають серйозну загрозу психологічному здоров'ю студентів. В умовах вищого навчального закладу психічне здоров'я є дуже важливим фактором, який визначає успішність студентів у навчальній діяльності, сприяє їхньому особистісному розвитку та безконфліктному спілкуванню [8].

Практично кожна людина (а також і студенти) переживає у своєму житті сильні стресові ситуації, які залишають у душі глибокі травмуючі, а іноді й невиліковні рани. Особливо гостро це переживає молодь. Негаразди в навчальному закладі, суперечки, конфлікти з однолітками, проблеми в особистому житті, сімейні конфлікти, нестача любові, батьківська та педагогічна жорстокість чи байдужість або просто непослідовність у системі покарань та винагород, матеріальні труднощі – це далеко не повний перелік обставин, які травмують психіку молодих людей. Якщо це емоційно вразливі, незахищені студенти, то вони на тлі пасивно-захисної реакції починають відставати у навчанні, постійно знаходяться в стані страху та тривоги, стані безвиходу та апатії, знижується їх загальна активність, що веде до погіршення стану здоров'я.

Аналізуючи питання стресу в студентів молодших курсів, варто уточнити поняття «стрес». У сучасному розумінні, згідно з психологічним словником, стрес – це неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію; це фізіологічна реакція, що мобілізує резерви організму й готує його до фізичної активності як то супротив, боротьба, втеча. Аналіз класифікацій стресів свідчить про те, що вони (стреси) є результатом впливу стресорів, які різняться за змістом, силою, часом дії. До того ж одні й ті ж стресори викликають різну реакцію у різних людей, особливо молоді [1].

З психологічної точки зору, стан стресу містить специфічну форму відображення людиною екстремальної ситуації і модель поведінки як відповідну реакцію на це відображення. Тривожність розглядається як вид стресу. Ми знаходимо класифікацію стресу на: евстрес (позитивний стрес, який поєднується з бажаним ефектом і мобілізує організм) та дистрес (негативний стрес з небажаним шкідливим ефектом). При евстресі відбувається активізація пізнавальних процесів і процесів самосвідомості, осмислення дійсності, пам'яті. Дистрес, що виникає в робочій або навчальній (для студентів) ситуації, має тенденцію розповсюджуватися і на відпочинок. Негативні нервово-психічні й фізіологічні наслідки, що накопичуються, важко компенсувати в години дозвілля, потрібна швидка компенсація під час навчальної або трудової діяльності. Зараз особливості існування суспільства, зокрема інформаційне перевантаження, є причиною хронічних форм стресу. Як зазначають окремі науковці, у наш час стрес набув характеру епідемії [2].

Професійні навантаження емоційного характеру за відсутності раціонального відпочинку в багатьох людей призводять до стану хронічного емоційного напруження.

Високий рівень психоемоційного напруження, пов'язаний з інформаційним перевантаженням, прискореним темпом життя, несприятливими умовами навчання чи праці, може сприяти зростанню запально-дистрофічних хвороб тканин пародонта. Клінічні дослідження останніх років підтверджують високу чутливість тканин пародонта до стресу. Результати дослідження впливу різноманітних факторів на виникнення хвороб тканин пародонта свідчать, що стрес є визначальним чинником розвитку патології пародонта [6].

Показано, що тривалий вплив на людину іммобілізаційного стресу супроводжується перерозподілом циркулюючої крові, змінами мікроциркуляції та деструктивними пошкодженнями мікросудин [4], посиленням вільнорадикальних процесів, зменшенням споживання кисню [10], порушенням енергетичного обміну [11] та розвитком дистрофії кісткової тканини [3, 9, 12]. Водночас питання про стресіндуковані порушення транспорту та утилізацію кисню в м'яких і твердих тканинах пародонта залишається майже не з'ясованим [7].

Студентський вік, за визначенням Б.Ананьєва, є сенситивним періодом для розвитку основних соціогенних потенцій людини. Вища освіта спричиняє величезний вплив на психіку людини, розвиток її особистості, формує склад мислення, який характеризує професійну спрямованість особистості. Умови теоретичного й практичного навчання є своєрідним полігоном для тренування адекватних реакцій на різноманітні стимули соціального та фізичного середовища. Для успішного навчання у вищому навчальному закладі необхідний досить високий рівень загального інтелектуального розвитку, ерудованості, широти інтересів, рівня володіння певним колом логічних операцій тощо. При деякому зниженні цього рівня можлива їх компенсація за рахунок підвищеної мотивації або працездатності, наполегливості, ретельності і акуратності в навчальній діяльності. Тривожність впливає на успішність діяльності людей. Як встановлено, тривожність сприяє діяльності в достатньо простих для індивіда ситуаціях і перешкоджає – у складних, при цьому істотне значення має початковий рівень тривожності людини.[1]

Мета: вивчити рівень психоемоційного навантаження в студентів молодших курсів медичного університету.

Матеріал і методи дослідження

Для дослідження самооцінки емоційних станів студентів-медиків молодших курсів ми залучили 137 студентів (37-хлопців, 100-дівчат) 2 курсу медичного університету. Вибірка не мала суттєвих відмінностей за гендерним та віковим складом, місцем проживання.

Нами було використано адаптивний варіант методики Г.Айзенка, яка включає в себе тривожність, фрустрацію, агресивність та ригідність, шляхом проведення анкетування. Анкета містить 40 питань по 10 на кожну групу психічних станів. Якщо цей стан спостерігається часто, це оцінюється в 2 бали, якщо буває, але зрідка – у 1 бал, якщо зовсім не підходить – 0 балів. Інтерпретація результатів здійснюється наступним чином: підраховуються бали за питання від 1 до 10, що відповідає показнику тривожності, від 11 до 20 – фрустрації, від 21 до 30 – агресивності та від 31 до 40 – ригідності. Кількість набраних балів за кожен психічний стан оцінюємо за табл. 1.

Статистичний аналіз результатів дослідження здійснювали за допомогою статистичного пакету «Stat Soft 6.0», класичних методів варіаційної статистики. Наявність відмінностей між досліджуваними показниками оцінювали за критерієм Стьюдента.

Результати дослідження та їх обговорення

За результатами психологічного тестування студентів другого курсу медичного університету, ми отримали відповідні дані (табл. 2) щодо кожного показника психічного стану (тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності)

При дослідженні тривожності ми виявили в 46% досліджуваних низький рівень тривожності, що в середньому становив 5,32±0,18. Щодо показника середнього рівня тривожності, то він спостерігається у 49,9% анкетованих студентів, що в середньому становить 9,76±0,23 бали. Якщо ж оцінювати кількість студентів, які отримали результат високої тривожності, то він є доволі низьким і становить 4,4% і в середньому складає 15,67±0,42 бали. Аналізуючи показник тривожності, слід зазначити, що в більшості студентів спостерігається середній рівень тривожності, який є допустимим і характеризується залежністю від загальних обставин та ситуацій.

Таблиця 1. Інтерпретація психоемоційних станів

Бали	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
0-7	Неспокійний	Висока самооцінка, стійкі до невдач, не боїтеся труднощів	Стійкі, стримані	Ригідність відсутня, легко переключаєтеся
8-14	Тривожність середня, допустима	Середній рівень, фрустрація має місце	Середній рівень	Середній рівень
15-20	Дуже тривожний	Низька самооцінка, ви уникаєте труднощів, боїтеся невдач	Агресивні, нестримані. Бувають труднощі в роботі з людьми	Висока ригідність, протипоказана зміна місця роботи, зміни в сім'ї

Провівши аналіз показника фрустрації, ми отримали такі дані: 66,4% досліджуваних мали низький рівень фрустрації, що в середньому становить 5,03±0,18 бали; у 30,7% – виявили середній рівень фрустрації, що в середньому становить 10,07±0,28 бали; у 2,9% – показник фрустрації є високим і в середньому дорівнює 15,5±0,5 бали. Отже, з отриманих результатів ми бачимо, що більшість студентів мають низький рівень фрустрації, що вказує на те, що студенти мають високу самооцінку, стійкі до невдач та не зупиняються на досягнутому.

За шкалою агресивності можна зробити висновок, що 29,2% студентів не є агресивними, що в середньому становить 4,93±0,27 бали. Середній рівень агресивності відмічається у 60,6% студентів і становить 10,36±0,19 бали. Щодо показника високого рівня агресивності, то він відмічається в 10,2% студентів, що в середньому складає 16,0±0,29 бали. Як бачимо з таблиці 2, у студентів 2 курсу агресивність відповідає середньому рівню, що характеризується зміною настрою та стриманням своєї агресії.

Аналізуючи показники ригідності, ми спостерігаємо, що у 32,1% студентів ригідність відповідає низькому рівню і в середньому становить 5,82±0,21 бали. Якщо ж оцінювати середній рівень ригідності, то його спостерігаємо у 60,6% студентів, що складає в середньому 10,42±0,22 бали. Високий рівень ригідності відмічаємо в 7,3% студентів, що в середньому дорівнює 15,5±0,17 бали. Отже, більшість сту-

Таблиця 2. Показники психічних станів в студентів 2 курсу

Рівень показника	Тривожність		Фрустрація		Агресивність		Ригідність	
	%	Середній бал	%	Середній бал	%	Середній бал	%	Середній бал
Низький (0-7)	46	5,32 ±0,18	66,4	5,03 ±0,18	29,2	4,93 ±0,27	32,1	5,82 ±0,21
Середній (8-14)	49,6	9,76 ±0,23	30,7	10,07 ±0,28	60,6	10,36 ±0,19	60,6	10,42 ±0,22
Високий (15-20)	4,4	15,67 ±0,42	2,9	15,5 ±0,5	10,2	16,0 ±0,29	7,3	15,5 ±0,17

дентів мають середній рівень ригідності, що свідчить про вплив настрою цих осіб та їх бажань на поведінкову активність людини.

Висновок

За результатами обстеження психоемоційного стану за методикою Г.Айзенка, ми виявили досить низькі показники стресостійкості в студентів в умовах професійно-навчальної діяльності. Показники тривожності, агресивності та ригідності знаходяться на середньому рівні, що свідчить про те, що студенти не вміють чинити опір негативному впливу оточуючого середовища, погано реагують на конфліктні та стресові ситуації.

Отже, рівень психоемоційного стану залежить від особистісного переживання стресогенних ситуацій що виникають в житті студентів, зокрема й під час навчання.

Перспективи подальших досліджень

Плануємо подальше вивчення рівня психоемоційного навантаження у студентів старших курсів, а також його взаємозв'язок з захворюваннями ротової порожнини.

Література

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учеб. пособие для студентов вузов / Г.С.Абрамова. – [6-е изд.]. – М.: Академ. проект, 2006. – 701с.

2. Андреева И.Н. Предпосылки развития эмоциональных отношений / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – 2007. – №5. – С.57-65.

3. Влияние прерывистой нормобарической гипоксии на кислородный метаболизм и биофизические свойства кости при гипокинезии / О.М.Левашов, В.А.Березовский, М.И.Левашов [и др.] // Укр. мед.альманах. – 2007. – Т.10, №5. – С.105–09.

4. Изменение лимфомикроциркуляции при патологическом стрессе / А.В.Соловьева, Е.И.Галанжа, Т.В.Степанова [и др.] // Бюл. эксперим. биологии и медицины. – 2002. – Т.134, №9. – С.280–282.

5. Оцінка психоемоційного стану студентів-випускників ХНМУ / Т. М.Дмуховська, І. В. Завгородній, К. М. Сокол [та ін.] / / матеріали XV з'їзду гігієністів України «Гігієнічна наука та практика: сучасні реалії» [Львів, 20-21 вересня 2012 р.]. – Львівський національний медичний університет ім. Данила Галицького. – 2012. – С. 184–185.

6. Психологічні характеристики людини в прогнозуванні хвороб тканин пародонта / Т.О.Петрушанко, І.Ю.Литовченко, М.О.Артюх [та ін.] // Український стоматологічний альманах. – 2014. – №5-6. – С. 32-34.

7. Стан і способи фармакологічної корекції киснезалежних процесів у тканинах пародонта при тривалому іммобілізаційному стресі / Г.В.Опанасенко, Л.В.Братусь, Б.Л.Гавенаускас [та ін.] // Фізіологічний журнал. – 2013. – Т. 59, №1. – С. 17-24.

8. Юрценюк О.С. Рівень тривожності у студентів-медиків / О.С.Юрценюк. // Клінічна та експериментальна патологія. – 2015. – Т. XIV, №4(54). – С. 190–193.

9. Chronic stress may modulate periodontal disease: a study in rats / D.C.Peruzzo, B.B.Benatti, I.B.Antunes [at all.] // J.Periodontol. – 2008. – Vol.79, №4. – P.697–704.

10. Kojic Z. Immobilization stress reduced oxygen consumption of the isolated interstitial rats' testes cells / Z.Kojic, L.J.Scepanovic, T.Kostic // Acta Physiol. Hung. – 2011. – Vol. 98 № 1. – P.45–50.

11. Metabolism in rats during antiorthostatic hypokinesia / A.M.Novoselova, M.A.Custaud, D.V.Tsvirkun [at all.] // Bull. Exp. Biol. Med. – 2008. – Vol.46, №7. – P.42–45.

12. Stress, depression, cortis ol, and periodontal disease / A.E.Rosania, K.G.Low, C.M.McCormick [at all.] // Ibid. – 2009. – Vol.80, №2. – P.260–266.

Павлюк Т.В., Рожко М.М., Панчак О.В.

Оценка психоэмоционального состояния у студентов младших курсов медицинского университета

Резюме. В настоящее время психосоциальные факторы, стресс и психическое истощение рассматриваются экспертами ВОЗ и международной организации труда как новый важный фактор, влияющий на состояние здоровья, работоспособность, обучение и трудовую деятельность. Молодое поколение, особенно студенческая молодежь, которая представляет собой производственный и интеллектуальный потенциал страны, можно отнести к группе риска из-за чрезвычайно высокой адаптационной нагрузки. Интенсивность и напряженность современной жизни на психологическом уровне предшествует появлению негативных эмоциональных переживаний и стрессовых реакций, которые, накапливаясь, вызывают формирование депрессивных состояний. Целью исследования было изучить уровень психоэмоциональной нагрузки у студентов младших курсов медицинского университета. Наблюдение проведенные за студентами-медиками второго курса обучения. Для определения психоэмоциональной нагрузки нами были использованы адаптивный вариант методики Айзенка, которая включает в себя тревожность, фрустрацию, агрессивность и ригидность, путем проведения анкетирования. По результатам обследования психоэмоционального состояния обнаружили низкие показатели стрессоустойчивости у студентов в условиях учебной деятельности, указывает на то, что студенты подвергаются негативному воздействию окружающей среды. Также следует отметить, что уровень психоэмоционального состояния студентов зависит от личностного переживания стрессогенных ситуаций возникающих в жизни студентов.

Ключевые слова: психоэмоциональная нагрузка, стресс, студенты-медики.

T.V. Pavliuk [1], M.M. Rozhko [2], O.V. Panchak [3]

The Evaluation of Psycho-Emotional State in Junior Students of Medical University

1. Assistant of Department of Therapeutic Dentistry, Ivano-Frankivsk National Medical University

2. Professor, Habilitation Degree in Medicine, Ivano-Frankivsk National Medical University

3. Candidate of Psychological Sciences, acting Associate Professor of Department of Psychiatry, Addiction Medicine and Medical Psychology, Ivano-Frankivsk National Medical University

Ivano-Frankivsk National Medical University, str. Halytska 2, Ivano-Frankivsk, 76018, Ukraine

Abstract. Currently, psychosocial factors, stress and mental exhaustion are considered by WHO experts and the International Labour Organization as an important new factor affecting the health, working capacity, training and career. Young generation, especially students, who are an industrial and intellectual potential of the country can be attributed to the risk group because of the extremely high burden of adaptation. The intensity and tension of modern life at a psychological level preceding the occurrence of negative emotional experiences and stress reactions that, accumulating, cause the formation of depressions. The aim of the study was to examine the level of psycho-emotional stress in the junior students of medical university. The observations of the medical students of the second year of study were performed. To determine the psycho-emotional stress we have used adaptive varint of H.Ayzenko method that include an anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity, through questionnaires. According to a survey results of the state of psycho-emotional state low levels of stress resistance were found in students in learning activities, indicating that students are exposed to the negative impact of the environment. It should also be noted that the level of emotional condition of students depends on the personal experience of stressful situations that arise in students' lives.

Key words: psycho-emotional stress, stress, medical students.

Надійшла 17.05.2017
Завершено рецензування 19.06.2017
Прийнято до друку 19.06.2017