

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ СТРЕСС У СТУДЕНТОВ — ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ КОРРЕКЦИИ

Лисовский Олег Валентинович, Лисица Иван Александрович

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет. 194100, Санкт-Петербург, ул. Литовская, д. 2

E-mail: oleg.lisowsky@yandex.ru

Ключевые слова: тревога, депрессия, экзаменационный стресс, адаптация.

Введение. Обучение в медицинском высшем учебном заведении, основанное на высокой учебной нагрузке, плотности учебного графика, сопряжено с высокими интеллектуальными и психоэмоциональными нагрузками [1, 2]. Наиболее остро это проявляется в предэкзаменационную сессию [3, 4]. Выпускники медицинских вузов также испытывают переживания по поводу государственной итоговой аттестации, поступления в клиническую ординатуру или начала самостоятельной профессиональной деятельности [3, 5]. Развитие на фоне эмоционального стресса тревожно-депрессивных расстройств личности могут в значительной мере повлиять не только на результаты государственных экзаменов, но и явиться триггерами эндогенных расстройств психики [5, 6]. Раннее выявление и коррекция тревожно-депрессивных расстройств являются ведущими объектами интереса медицинского педагогического сообщества [7].

Цель исследования. Изучить распространенность и динамику формирования тревожно-депрессивного синдрома у выпускников педиатрического факультета медицинского вуза в зависимости от этапов государственной итоговой аттестации; разработать комплексную программу профилактики в рамках формирования студент-ориентированной модели образования.

Материалы и методы. Проведено комплексное клинико-эпидемиологическое обследование выпускников педиатрического факультета Санкт-Петербургского государственного педиатрического медицинского университета 2021 года. Составлено 3 панели в зависимости от этапа проведения экзаменационных испытаний: в период подготовки к государственной итоговой аттестации (в апреле — мае 2021 года) — 255 человек, перед этапом оценки практических навыков ГИА (июнь 2021 года) — 270 человек и перед проведением оценки практических умений и навыков в симулированных условиях во время первичной аккредитации специалистов (июль 2021 года) — 146 человек. В качестве скринингового инструмента использована Госпитальная шкала тревоги и депрессии (Hospital Anxiety and depression Scale — HADS), валидизированная в России.

Результаты. В сформированных выборках отменено незначимое расхождение по половой и возрастной структурам: в первой выборке 41 юноша (16,08%) и 214 девушка (83,92%), средний возраст — 23,93 года, во второй — 56 юношей (20,74%) и 215 девушек (79,26%), средний возраст составил 24,22 года, в третьей — 31 юноша (21,23%) и 115 девушек (79,86%), средний возраст 24,3 года. В период подготовки к ГИА показатели тревоги по шкале HADS составили 7,32 у юношей и 8,18 у девушек (среднее значение 8,04), что свидетельствует о наличии у девушек признаков субклинической тревоги; уровень депрессии — 5,37 у юношей, 5,29 у девушек (среднее по панели — 5,3), что указывает на отсутствие признаков депрессии. Перед проведением ГИА отменена динамика показателей тревоги: 7,01 у юношей, 8,75 у девушек (среднее по выборке 8,39), что свидетельствует о нарастании тревожных расстройств у девушек при сохранении показателей у юношей. При оценке депрессии определены средние значения 5,84 у юношей, 6,08 у девушек (среднее по панели — 6,03), что свидетельствует о нарастании скрытых депрессивных расстройств у девушек. Перед проведением первичной аккредитации уровень тревоги у девушек также увеличился (до 9,3 в среднем), у юношей, наоборот, имел тенденцию к снижению (6,71), среднее по выборке — 8,75. Признаков депрессии по объективным данным осмотра и результатам HADS не выявлено (5,26 у юношей, 6,66 у девушек, в среднем по выборке — 6,36). Таким образом, по результатам проведенного анализа определено, что в

динамике наблюдается увеличение тревожных симптомов более выражено, чем депрессивных. Также выявлено, что расстройства тревожно-депрессивного характера более подвержены девушки.

С целью профилактики развития тревожно-депрессивных расстройств предложены: использование комплекса медико-социальных мероприятий по активному выявлению (мониторингу) пограничных состояний, мониторингу психосоматических заболеваний как маркеров формирования психопатологических состояний; включение в образовательные программы курсов «учебных клиник» с моделированием реальных клинических ситуаций в учебных комнатах при использовании фантомно-симуляционного оборудования высокой степени реалистичности, внедрение интерактивных методик в образовательный процесс.

Выводы. Динамика нарастания тревожно-депрессивных расстройств у выпускников педиатрического факультета прямо пропорциональна приближению к итоговым экзаменам и началу самостоятельной профессиональной деятельности.

Психические нарушения, связанные с нарастающей тревожностью у девушек, выявленные при проведении исследования, имеют полиморфизм проявлений, стертую клиническую картину, неустойчивость симптоматики.

Необходимы профилактические мероприятия по раннему выявлению и коррекции тревожно-депрессивных расстройств.

Литература:

1. Кочорова Л.В., Скрипов В.С., Сливка А.С. К вопросу о тревоге и депрессии в молодежной студенческой среде. Наука молодых (Eruditio Juvenium). 2020. Т. 8. № 2. С. 246–253.
2. Мустафина, З.З., Хузина А.О., Шарафутдинова И.Р. Тревожные и депрессивные расстройства у студентов лечебного и стоматологического факультетов БГМУ: распространённость, факторы риска. Молодой ученый. 2018. № 14 (200). С. 139–141.
3. Лисовский О.В., Гостимский А.В., Лисица И.А. и др. Правовые особенности допуска врача-педиатра к профессиональной деятельности. М. Медицинское образование и профессиональное развитие. 2020. Т. 11, № 2 (38). С. 140-148.
4. Проскурякова Л.А. Здоровье сбережение в системе высшего образования // Здоровье студента. 2012. с. 80–83.
5. Стрижев В.А., Бойко Е.О., Ложникова Л.Е. и соавт. Тревожно-депрессивные расстройства в медицинской студенческой среде. Кубанский научный медицинский вестник. 2016; (2) С. 126-131.
6. Максимович А.Б., Кадыров Р.В. Тревожные и депрессивные реакции у студентов вуза. Научное мнение. 2019. № 4. С. 54–59.
7. Попова Д.А., Давлетгильдеев Э.Р., Ерланова Е.Е. и соавт. Психоэмоциональное состояние студентов КАЗНМУ во время пандемии COVID-19. Вестник Казахского национального медицинского университета. 2021. № 2. С. 309-314.