

ИССЛЕДОВАНИЕ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ

© Бута А.А.1, Чураева С.Н.2

Научный руководитель: доцент, к. м. н. Глущенко В. А.

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Контактная информация: Бута Арина Андреевна — студентка 5 курса, педиатрический факультет.

E-mail: arina.buta@yandex.ru

Ключевые слова: нервно-психическое напряжение, студенты, психическое состояние, психическая нагрузка при обучении.

Актуальность исследования: значительная интенсификация учебного процесса, повышение количества занятий, широкое использование различных педагогических инноваций приводят к несоответствию учебной нагрузки функциональным возможностям организма студентов и способствует повышенному напряжению адаптационных механизмов, что приводит к нарушению функционального состояния организма и, соответственно, нарушения психического здоровья.

Цель исследования: выявить степень нервно-психического напряжения (НПН) студентов СПбГПМУ, СПбГАСУ и СПбГК им. Н.А. Римского-Корсакова и разработать мероприятия по его снижению.

Материалы и методы: исследование проводилось на базе трех ВУЗов: Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет Минздрава России, Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, Санкт-Петербургская государственная консерватория им. Н.А. Римского-Корсакова. Для анализа НПН студентов была разработана анкета, позволяющая субъективно оценить их нервно-психическое напряжение и его проявления. Методика позволяет выявить начинающееся перенапряжение регуляторных систем организма.

Результаты: в исследовании участвовали 197 человек, из которых 67 — студенты медицинского ВУЗа, 56 — студенты строительного ВУЗа, 74 — студенты консерватории. Частота слабого нервно-психического напряжения у студентов медицинского ВУЗа составляет 22,4%, умеренного — 37,3%, чрезмерного — 40,3%. У студентов строительного ВУЗа частота встречаемости слабого нервно-психического напряжения — 12,5%, умеренного — 37,5%, чрезмерного — 50,0%. Среди студентов консерватории частота слабого нервно-психического напряжения составила 67,5%, умеренного — 24,3% случаев, чрезмерное напряжение составляет 8,0%.

Выводы: среди студентов СПбГПМУ, СПбГАСУ и СПбГК им. Н.А. Римского-Корсакова отмечается нервно-психическое напряжение трех степеней выраженности (слабое, умеренное, чрезмерное). Однако у студентов СПбГПМУ и СПбГАСУ преобладает чрезмерное нервно-психическое напряжение, а в СПбГК им. Н.А. Римского-Корсакова — слабое. Стабилизации нервно-психического здоровья студентов будет способствовать повышение их качества жизни, улучшение учебного и социально-бытового функционирования.

Литература

1. Попов А.В., Программа и методика комплексного социально-гигиенического исследования здоровья студентов медицинского ВУЗа / А.В. Попов // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. — М., 2007. — № 3 (23). — С. 31–36.
2. Полунина Н.В., Общественное здоровье и здравоохранение: учебник для студентов медицинских вузов / Н. В. Полунина. — М.: МИА, 2010. — С.11–82.