

УДК 614.253.4:159.94:378.096

***ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ СТРЕССА И ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ВЫГОРАНИЯ У СТУДЕНТОВ НА ЛЕЧЕБНОМ И ПЕДИАТРИЧЕСКОМ
ФАКУЛЬТЕТАХ И ЕГО СВЯЗЬ С АКАДЕМИЧЕСКОЙ УСПЕВАЕМОСТЬЮ***

Домрачева Д.А.

*студент 4 курса лечебного факультета,
ФГБОУ ВО «Ижевская государственная медицинская академия»,
Ижевск, Россия*

Панасенко С.Д.

*студент 4 курса лечебного факультета,
ФГБОУ ВО «Ижевская государственная медицинская академия»,
Ижевск, Россия*

Толмачёв Д.А.

*доктор медицинских наук, доцент,
ФГБОУ ВО «Ижевская государственная медицинская академия»,
Ижевск, Россия*

Аннотация

Представленная работа направлена на всестороннее изучение уровней стресса и эмоционального выгорания среди студентов медицинского факультета, а именно педиатрического и лечебного факультетов. Исследование предполагает сравнение показателей стресса и эмоционального выгорания между группами студентов и анализ их взаимосвязи с успеваемостью. Методология исследования включает анкетный опрос. Полученные данные помогут понять, существуют ли различия в степени выраженности стресса и эмоционального выгорания между студентами разных факультетов и как эти факторы влияют на их академические достижения.

Ключевые слова: стресс, эмоциональное выгорание, студенты, лечебный факультет, педиатрический факультет, академическая успеваемость, медицинское образование.

A STUDY OF STRESS LEVELS AND EMOTIONAL BURNOUT AMONG STUDENTS AT THE MEDICAL AND PEDIATRIC FACULTIES AND ITS RELATIONSHIP TO ACADEMIC PERFORMANCE

Domracheva D.A.

4th year student of the Faculty of Medicine,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Panasenko S.D.

4th year student of the Faculty of Medicine,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Tolmachev D.A.

doctor of Medical Sciences, Associate Professor,

Izhevsk State Medical Academy,

Izhevsk, Russia

Abstract

The presented work aims to comprehensively study the levels of stress and emotional burnout among medical students, specifically those from the pediatric and medical faculties. The study involves comparing the stress and emotional burnout indicators between different student groups and analyzing their relationship with academic performance. The research methodology includes a questionnaire survey. The obtained data will help understand whether there are differences in the severity of stress and emotional burnout between students from different faculties and how these factors affect their academic achievements.

Keywords: stress, emotional burnout, students, medical faculty, pediatric faculty, academic performance, medical education.

Введение

Медицинское образование - одна из самых напряженных областей профессиональной подготовки [1,4,5]. Современное общество сталкивается с постоянным увеличением уровня стрессовых факторов, что негативно сказывается на здоровье людей. Студенты медицинских высших учебных заведений крайне подвержены влиянию высокой умственной нагрузке, что влечет за собой возникновение стресса и эмоционального перенапряжения [4]. Перед студентами, особенно на лечебном и педиатрическом факультетах, стоит задача усвоения огромного объема информации, овладения практическими навыками в условиях, имитирующих реальную клиническую практику, и принятия ответственности за жизнь и благополучие пациентов. Эти факторы могут привести к стрессу и эмоциональному выгоранию, снижая качество образования и потенциально влияя на будущую медицинскую практику. Физическое и психическое здоровье взаимосвязаны, и если страдает что-то одно, то непременно будет страдать и второе [5]. Понимание особенностей стресса и эмоционального выгорания у студентов разных факультетов, а также их взаимосвязи с успеваемостью имеет решающее значение для разработки эффективных мер поддержки и профилактики. К основным проявлениям «синдрома эмоционального выгорания» можно отнести эмоциональные срывы, ощущение чувства беспомощности и безнадёжности, упадок настроения, притупление чувств и переживаний [1]. Цель этого исследования - сравнить уровни стресса и эмоционального выгорания среди студентов лечебного и педиатрического факультетов и оценить влияние этих состояний на их успеваемость.

Актуальность исследования заключается в необходимости изучения особенностей адаптации студентов к профессиональным требованиям медицинского образования, учитывая специфику направлений подготовки. Воздействие на организм стрессовых факторов в процессе обучения и прохождения практики приводит к эмоциональному выгоранию студентов медицинских вузов [2]. Хотя студенты лечебного и педиатрического факультетов изучают одни и те же медицинские основы, в дальнейшем они ориентированы на разные области клинической практики. Это может привести к различиям в уровнях стресса и эмоционального выгорания, а также повлиять на их успеваемость. Напряжение непосредственно отражается на учебной деятельности студентов. Давно известно, что нервное напряжение отрицательно воздействует на работоспособность и эмоциональный тон учащихся высшего учебного заведения [3]. Понимание этих различий поможет определить конкретные проблемы для каждого факультета и разработать меры профилактики, направленные на снижение негативных последствий стресса и эмоционального выгорания, улучшение успеваемости. Основная проблема заключается в том, что высокий уровень стресса и эмоционального выгорания, с которыми сталкиваются студенты лечебного и педиатрического факультета, потенциально может привести к снижению их успеваемости, снижению качества образования и негативно сказаться на их будущих карьерных перспективах.

Основная часть

По результатам опроса студентов третьего курса лечебного и педиатрического факультета получены следующие данные. Опрос состоял из перечня вопросов, где студенты должны были оценить уровень стрессоустойчивости от 1 до 5 баллов (где 1- совершенно не согласен, 5- совершенно согласен). На вопрос о способности сохранять спокойствие и контролировать свои эмоции в стрессовых ситуациях большинство студентов

лечебного факультета заняли нейтральную позицию - поставили 3 балла (44,0%). Студенты педиатрического факультета поставили 5 баллов (45,5%). Свои умения адаптироваться к неожиданным изменениям и нестандартным ситуациям студенты лечебного факультета оценили 4 балла (36,0%), а педиатрического выбрали нейтральную позицию - 3 балла (45,5%). Студенты лечебного факультета не особо оценивают способность к умению быстро принимать решения в условиях неопределённости - выбрали нейтральную позицию (3 балла, 36,0%), в то время как студенты педиатрического факультета более уверены в своих способностях и поставили 4 балла (54,5%). Студенты лечебного и педиатрического факультетов уверены, что они справятся с многозадачностью и высокой рабочей нагрузкой, поставили 4 балла по шкале (40,0% и 36,4% соответственно). Респонденты педиатрического факультета более уверены, что они способны управлять своим стрессом и поставили 5 баллов по шкале (28,0%), а лечебного - 4 балла (29,0%).

Следующая часть вопросов на тему эмоционального выгорания, где шкала от 1 до 5 (1 - никогда, 5- всегда). Далее был задан вопрос "насколько часто вы чувствуете эмоциональное истощение": студенты лечебного выбрали 2 балла (37,0%), студенты педиатрического - 3 балла (36,4%). Лечебный факультет относится нейтрально к вопросу о снижении профессиональной эффективности - 3 балла (32,0%), а студенты педиатрического факультета разделились на две группы: поставили 2 балла (36,4%) и 5 баллов (36,4%). У лечебного факультета почти никогда не возникает чувство безнадежности и отсутствия смысла в учёбе - 2 балла (28,0%), а педиатрический факультет остались в нейтральной позиции (3 балла - 45,5%). Лечебный факультет считает, что они почти никогда эмоционально не истощены после занятий (2 балла - 44,0%), в то время как педиатрический факультет всегда чувствуют себя эмоционально опустошенными после занятий (5 баллов - 36,4%).

На вопросы, связанные с успеваемостью, получили такие данные: средний балл педиатрического и лечебного факультетов варьируется в пределах одинаковых значений (4,18 и 4,19). Оба факультета редко пропускают занятия (80,0% - лечебный факультет, 63,6% - педиатрический факультет) и довольны своей академической успеваемостью.

Выводы по результатам исследования:

1. Студенты педиатрического факультета уверены в своей способности сохранять спокойствие и контролировать свои эмоции в стрессовых ситуациях, получая в среднем более высокие баллы.
2. Студенты лечебного факультета лучше оценивают свою адаптивность к неожиданным изменениям и нестандартным ситуациям.
3. Студенты педиатрического факультета более уверены в своей способности быстро принимать решения в условиях неопределенности.
4. Обе группы студентов демонстрируют высокую уверенность в своей способности справляться с многозадачностью и высокой рабочей нагрузкой.
5. Студенты лечебного факультета реже испытывают эмоциональное истощение после занятий, в то время как студенты педиатрического факультета чаще отмечают полное истощение.
6. В области профессиональной эффективности студенты педиатрического факультета демонстрируют два мнения: равное количество отмечает как редкое снижение, так и частое.
7. Студенты лечебного факультета реже испытывают чувство безнадежности и отсутствия смысла в учебе.
8. Средний балл академической успеваемости студентов лечебного и педиатрического факультетов находится на практически одинаково высоком уровне.
9. Студенты лечебного факультета демонстрируют более высокую посещаемость занятий, чем студенты педиатрического факультета.

10. Отсутствует прямая корреляция между стрессоустойчивостью, эмоциональным выгоранием и успеваемостью: несмотря на различия в оценке стрессоустойчивости и проявлениях эмоционального выгорания между студентами лечебного и педиатрического факультетов, их академическая успеваемость находится на высоком уровне. Это может указывать на то, что, несмотря на более высокие показатели стресса и выгорания у студентов педиатрического факультета, они, тем не менее, успешно справляются с учебной нагрузкой.

Рекомендации:

1. Развитие навыков стрессоустойчивости и эмоциональной регуляции: организация семинаров и создание доступных психологических консультаций по управлению стрессом, развитию навыков принятия решений в условиях неопределенности.

2. Поддержка академической успеваемости и профилактика выгорания: регулярное информирование студентов о важности баланса между учебой и отдыхом, поощрение студенческих сообществ и групп поддержки, где студенты могут делиться опытом и оказывать взаимопомощь.

3. Проведение регулярных опросов и исследований для отслеживания динамики уровня стресса, выгорания и успеваемости студентов, что позволит своевременно корректировать проводимые мероприятия.

Библиографический список

1. Александрова М.Р., Гайдарова Д.С., Пичугина Н.Н. Оценка эмоционального выгорания у студентов-медиков в процессе их обучения // Форум молодых ученых. – 2018. – № 2 (18). – С. 11-14.
2. Баранова Ю.В., Герасимова В.Я. Выгорание студентов медицинских вузов // Молодой ученый. – 2019. – № 4 (242). – С. 149–152.

3. Захарова Е. В. Исследование учебного стресса у студентов медицинского университета // Молодой ученый. – 2018. – № 46 (232). – С. 251-252.

4. Кугушева Е. Ю., Чуракова Т. А., Толмачёв Д. А. Исследование влияния стресса и эмоционального перенапряжения на работу сердца и минутный объем крови // Аллея науки. – 2024. – Т. 1. №11 (98). – С. 197-203.

5. Куликова Н. С., Акмалова А. И., Толмачёв Д. А. Влияние физических нагрузок на эмоциональное состояние студентов // Биология и интегративная медицина. – 2024. – №6 (71). – С. 96-107.

Оригинальность 78%