

**ИЗУЧЕНИЕ УСТОЙЧИВОСТИ К СТРЕССОГЕННЫМ ФАКТОРАМ У СТУДЕНТОВ  
ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК УЧРЕЖДЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ «ГОМЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Зайцева Елизавета Дмитриевна**

студент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

**Вакульчик Николай Андреевич**

студент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

**Концевая Валентина Владимировна**

научный руководитель, старший преподаватель Гомельского государственного медицинского университета, РБ, г. Гомель

**Цвирко Янина Владимировна**

научный руководитель, психолог, Учреждение здравоохранения «Гомельская центральная городская клиническая поликлиника», филиал № 4, РБ, г. Гомель

**RESEARCH OF RESISTANCE TO STRESS FACTORS OF BOYS AND GIRLS OF THE  
EDUCATIONAL INSTITUTION "GOMEL STATE MEDICAL UNIVERSITY"**

***Elizaveta Zaitseva***

*Student, Gomel State Medical University, Belarus, Gomel*

***Nikolay Vakulchik***

*Student, Gomel State Medical University, Belarus, Gomel*

***Valentina Kontsevaya***

*Scientific supervisor, Senior lecturer of the Gomel State Medical University, Belarus, Gomel*

***Yanina Tsvirko***

*Scientific supervisor, Psychologist, Health care institution "Gomel Central City Clinical Polyclinic", Branch No. 4, Republic of Belarus, Gomel*

**Аннотация.** Понятие стресса рассматривается со многих точек зрения. Стрессом называют неспецифическую реакцию организма на воздействие (физическое или психологическое), нарушающее его гомеостаз, а также соответствующее состояние нервной системы организма (или организма в целом). Обучение в высшем учебном заведении – это стресс для большинства студентов. В статье излагаются результаты эмпирического исследования, цель которого выявление уровня стрессоустойчивости юношей и девушек студентов медицинского

вуза.

**Abstract.** Stress is viewed from many angles. Stress is a nonspecific reaction of the body to an impact (physical or psychological) that violates its homeostasis, as well as the corresponding state of the nervous system of the body (or the body as a whole). Higher education is stressful for most students. The article presents the results of an empirical study, the purpose of which is to identify the level of stress resistance of boys and girls.

**Ключевые слова:** студент; медицинский ВУЗ; стрессоустойчивость; уровень стрессоустойчивости.

**Keywords:** student; medical university; stress tolerance; level of stress resistance.

**Введение.** В современном мире существует множество стрессогенных факторов – психологических, экологических, социальных, информационных, которые приводят к обострению психического состояния человека. Особый аспект в исследуемой проблеме получает учебная и интеллектуальная деятельность, как фактор, инициирующий формирование стрессовых состояний в жизни студента [1].

Учебная нагрузка в медицинских университетах в среднем в 2 раза выше, чем в других вузах, сопровождается учебным стрессом, влияет на психическое и соматическое здоровье юношей и девушек студентов [2]. Причем стили реагирования юношей и девушек на вызванный сложными обстоятельствами стресс отчетливее всего проявляются в способах защиты, к которым они прибегают. Однако проблема по исследованию механизмов гендерных влияний на проявление учебного стресса остается малоизученной как в физиологии, так и в психологии [3].

Девушки и юноши довольно легко жертвуют своим здоровьем ради высоких оценок, изнуря себя выполнением многочисленных домашних и дополнительных заданий. В связи с этим изучение склонности к стрессу, их гендерных особенностей у студентов позволит обеспечить профилактику развития стрессовых состояний [4].

**Цель.** Изучить уровень стрессоустойчивости у студентов юношей и девушек учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет».

**Материал и методы исследования.** В исследовании приняли участие 103 молодых человека, из них 62 респондента женского и 41 – респондент мужского полов учреждения образования «Гомельский государственный медицинский университет» (УО «ГомГМУ»). Исследование проводилось с мая по июнь 2021года.

Для выявления степени проявления стрессоустойчивости у респондентов применялась методика «Экспресс-диагностики стрессогенных факторов в деятельности руководителя» [5].

Анкета состояла из двух блоков: I блок — общие сведения о респондентах (пол, возраст); II блок — методика «Экспресс-диагностики стрессогенных факторов в деятельности руководителя».

Оценка полученных результатов проводилась в соответствии с предложенным ключом и суммой набранных респондентом баллов: до 5 баллов — уровень стрессоустойчивости высокий; от 5 до 10 баллов — средний уровень; от 10 до 11 — склонность к низкой стрессоустойчивости, свыше 12 баллов — низкий уровень.

Статистический анализ полученных данных проводился при помощи компьютерной программы статистической обработки данных SPSS Statistics 17.0. Анализ и обобщение научно-методической литературы.

**Результаты исследования и их обсуждение.** При изучении устойчивости к стрессогенным факторам у студентов УО «ГомГМУ», были получены следующие результаты, которые отражены в таблице 1.

**Таблица 1.**

**Показатели устойчивости к стрессогенным факторам**

Показатель	Повышенная конфликтность в роли руководителя		Психологические перегрузки		Проблемы в служебной деятельности		Нап от ру
	М %	Ж %	М %	Ж %	М %	Ж %	
<i>Низкий</i>	5	3	2	3	17	8	12
<i>Средний</i>	83	86	63	66	73	85	81
<i>Склонность к высокому</i>	10	11	22	24	10	7	2
<i>Высокий</i>	2	0	12	7	0	0	5

По шкале «Повышенная конфликтность в роли руководителя» среди опрошенных нами были получены следующие результаты: 5% юношей и 3% девушек имеют по данной шкале низкий результат, 83% респондентов юношей и 86% девушек имеют средний показатель, склонность к конфликтной деятельности в роли руководителя имеют 10% юношей и 11% девушек, принявших участие в опросе, только 2% респондентов мужского пола имеют повышенную конфликтность в роли руководителя, и ни одна девушка не имеет такую характеристику, как повышенная конфликтность в роли лидера.

Данные показывают, что у 2% юношей и 3% девушек низкий показатель психологических перегрузок, 63% респондентов мужского и 66% респондентов женского полов имеют средний уровень психологической перегрузки, в то время как 22% юношей и 24% девушек имеют склонность к психологическим перегрузкам, и только 12% юношей и 7% девушек имеют высокий показатель психологической перегрузки. При выявлении такого показателя как напряженность в отношениях с руководством мы получили следующие результаты: 12% респондентов мужского пола и 5% респондентов женского пола имеют низкую напряженность в отношениях с руководством, 81% юношей и 89% девушек имеют средний показатель по данной шкале. Склонность к напряженным отношениям с руководством обладают 2% юношей и 6% девушек, принявших участие в опросе. Повышенную напряженность в отношении с руководством имеют 5% респондентов мужского пола, у девушек данный показатель не выявлен.

**Выводы:**

По итогам результатов полученных данных мы пришли к выводу, что студенты УО «ГомГМУ» обладают средним уровнем устойчивости к стрессогенным факторам.

При сравнительном анализе выяснилось, что респонденты мужского пола обладают более резистентными качествами по отношению к стрессогенным факторам. В роли руководителя у юношей снижен уровень конфликтности на 2%, чем у девушек. Низкие показатели по шкалам: «проблемы в служебной деятельности» и «напряженность в отношениях с руководством» выше у юношей, чем у девушек. Высокий показатель психологических перегрузок и напряженности по отношению к руководству преобладают у юношей на 5%.

Девушки имеют выраженный средний уровень устойчивости к стрессогенным факторам, чем юноши.

### **Список литературы:**

1. У.Б. Гаджиева. Влияние стрессогенных факторов учебного процесса на здоровье студентов / Гаджиева. У. Б. // Scientific Cooperation Center "Interactive plus". - 2019. - №1. - С. 206-208.
2. Masood A. Nonclinical Depression and Anxiety as Predictor of Academic Stress in Medical Students / Masood A., Sumaira R., Musarrat R., Mazzahir S. // International Journal of Medical Research and Health Sciences. - 2016. - № 5. - P. 391-397.
3. Е. В. Лукьянова. Гендерные особенности проявления учебного стресса у студентов вуза / Е. В. Лукьянова, И. Ю. Лукьянов // Вестник ивановского государственного университета. - 2013. - № 1. - С. 47-51.
4. Т. Д. Землякова. Особенности гендерных соотношений биоритмов и стресса у студентов медицинского вуза и способы их гармонизации / Землякова Т.Д. Головкова Т.А. Антонова Е.В. // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: зб. наукових праць - Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». - 2017. - № 1(75). - С. 294-303.
5. Методика экспресс-диагностики стрессогенных факторов в деятельности руководителя [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://hr-portal.ru/tool/oprosnik-ekspress-diagnostiki-stressogennyh-faktorov-v-deyatelnosti-rukovoditelya> - Дата доступа: 22.06.2021.