

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7681147>

УДК 378.17:178. + 364.622

Гладышева О.В., Хабарова Т.Ю.

Гладышева Ольга Валериевна, кандидат сельскохозяйственных наук, ассистент, ФГБОУ ВО Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко, Россия, 394036, г. Воронеж, ул. Студенческая, 10. E-mail: russia_1980@inbox.ru.

Хабарова Татьяна Юрьевна, кандидат психологических наук, доцент, ФГБОУ ВО Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко, Россия, 394036, г. Воронеж, ул. Студенческая, 10. E-mail: t.xabarova@mail.ru.

Влияние учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние иностранных студентов медицинского ВУЗа в условиях пандемии

Аннотация. В статье представлены результаты исследования, целью которого явилось изучение влияния учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние иностранных студентов медицинского ВУЗа в условиях дистанционного обучения. В исследовании приняли участие студенты 1 курса Международного института медицинского образования и сотрудничества ВГМУ им. Н.Н. Бурденко в количестве 50 человек. Исследование проводили при помощи следующих методик: «Психические состояния личности (Джерлсайд)», «Самочувствие, активность и настроение (САН)», «Индекс жизненной удовлетворенности (Life Satisfaction Index A, LSIA)». Статистическую обработку результатов проводили с помощью программы Microsoft Excel. В результате исследования было установлено, что дистанционное обучение у некоторых студентов способствовало снижению мотивации к процессу обучения, особенно у юношей. При этом у студентов было выявлено повышенное настроение и самочувствие, что, скорее всего, связано с недооценкой студентами продолжительности периода дистанционного обучения. Кроме того, у студентов обнаружен низкий уровень жизненной удовлетворенности в период изоляции, что, по мнению студентов, связано с проблемами интернета, отсутствием живого общения с преподавателями и сверстниками, отсутствием надлежащей клинической практики.

Ключевые слова: психоэмоциональное состояние студентов, дистанционное обучение, самоизоляция, самочувствие, активность, настроение, жизненная удовлетворенность.

Gladysheva O. V., Khabarova T. Y.

Gladysheva Olga Valerievna, Candidate of Agricultural Sciences, assistant, Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko, Russia, 394036, Voronezh, Studentskaya str., 10. E-mail: russia_1980@inbox.ru.

Khabarova Tatiana Yurievna, Candidate of Psychological Sciences, associate professor, Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko, Russia, 394036, Voronezh, Studentskaya str., 10. E-mail: t.xabarova@mail.ru.

The impact of the academic load on the psycho-emotional state of foreign medical university students in a pandemic

Abstract. The article presents the results of a study, the purpose of which was to study the impact of the educational load on the psycho-emotional state of medical university students in distance learning. The study was attended by students of the 1st year of the International Institute of Medical Education and

Cooperation of the N.N. Burdenko State Medical University in the number of 45 people. The study was carried out using the following methods: "Mental states of personality (Gerlside)", "Well-being, activity and mood (SAN)", "Life Satisfaction Index (Life Satisfaction Index A, LSIA)". Statistical processing of the results was carried out using the Microsoft Excel program. As a result of the study, it was found that distance learning among some students contributed to a decrease in motivation for the learning process, especially among young men. At the same time, students were found to have an increased mood and well-being, which was most likely due to students underestimating the duration of the distance learning period. In addition, the students had a low level of life satisfaction during the isolation period, which, according to the students, was due to Internet problems, lack of live communication with teachers and peers, lack of proper clinical practice.

Key words: psycho-emotional state students, distance learning, self-isolation, well-being, activity, mood, life satisfaction.

Введение. С момента перехода ВУЗов на дистанционное обучение в период распространения коронавирусной инфекции, в учебных заведениях была проведена коррекция и адаптация учебного процесса к новым условиям работы, что могло негативно повлиять на образ жизни и распределение учебных нагрузок студентов [1, с.179; 8, с.112]. Особо острая проблема встала перед студентами медицинских ВУЗов, так как освоение теоретического материала студентами-медиками неразрывно связано с постоянной отработкой практических навыков [2, с.50; 3, с.15].

Цель исследования: изучение влияния учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние иностранных студентов медицинского ВУЗа в условиях пандемии.

Материалы и методы исследования. Исследование проводилось в период пандемии 2021 года на базе ВГМУ им. Н.Н. Бурденко, в котором приняли участие иностранные студенты 1 курса лечебного и фармацевтического факультетов

Международного института медицинского образования и сотрудничества, прибывших на обучение из стран Средней Азии и Ближнего Востока в количестве 50 человек. Испытуемыми являлись девушки и юноши в возрасте 17-19 лет. Для выявления психологического состояния студентов в период дистанционного обучения (ДО) мы воспользовались несколькими методиками:

1. Для выявления таких внутренних негативных состояний человека как одиночество, ощущение бессмысленного су-

ществования, безнадежность и др. использовался опросник «Психические состояния личности (Джерлсайд)» [6, с.223-225].

2. Опросник «самочувствие, активность и настроение» (САН) был применен для оценки психического состояния, психоэмоциональной реакции на учебную нагрузку у студентов-медиков для выявления индивидуальных особенностей и биологических ритмов психофизиологических функций [7, с.118-121].

3. При определении общего психологического состояния человека, степени его психологического комфорта и социально-психологической адаптации применялась методика «Индекс жизненной удовлетворенности (Life Satisfaction Index A, LSIA)» [4, с. 110-112].

Статистическую обработку результатов проводили с помощью программы Microsoft Excel.

Результаты исследования и их обсуждение. 1. Анализируя «психическое состояние студентов» по методике Джерлсайд отметим, что одиночество у иностранных студентов в период пандемии в 77% случаев выражено слабо или умеренно. Полученные результаты объясняются тем, что большинство студентов постоянно находились на видеосвязи со своими родными и близкими, получая от родителей постоянную поддержку, поэтому одиночество для них не ощущалось так остро.

У 23% студентов данный критерий был выражен достаточно сильно, что может быть связано с особенностями характера, темперамента человека или с какими либо другими личными причинами.

Из этих 23% наиболее одинокими ощущали себя юноши, вероятно потому что психологическое взросление и проявление самостоятельности у юношей происходит несколько позже, чем у девушек того же возраста (рис.1).

Рассматривая такой критерий как «ощущение бессмысленности существования», можно отметить, что у 74% студентов он выражен слабо или умеренно, у 26% сильнее, что может свидетельствовать о ситуативном снижении настроения или о депрессии, причина которой не связана со сложившейся ситуацией. Из 26% в боль-

шей степени этому ощущению были подвержены юноши, что скорее всего связано с их особенностями переживания стресса. Юноши зачастую хуже справляются со стрессовой ситуацией, чем девушки. У них появляется недовольство собой, снижается самооценка, и как следствие, развивается депрессивное расстройство, чаще скрытая депрессия, основными компонентами которой является сниженное настроение, идеаторная и моторная заторможенность приводящая к апатии ко всему происходящему и человек начинает ощущать бессмысленность своего существования.

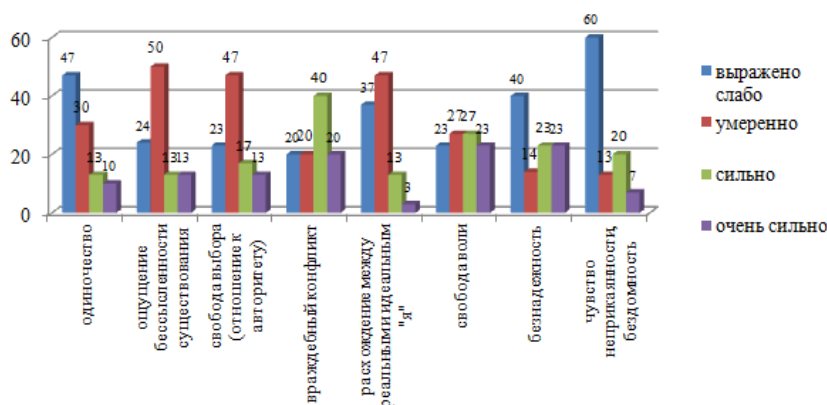


Рис.1. Психическое состояние иностранных студентов-медиков (юноши и девушки) в период дистанционного обучения.

Из графика 1 видим, что свобода выбора у 70% студентов выражена слабо или умеренно. Это говорит о том, что студенты все же подчиняются правилам, установленным в ВУЗе, понимая, что для получения определенных знаний, умений и навыков необходимо выполнение учебного плана. У 30% студентов данная позиция была выражена сильнее, особенно у юношей. Это можно объяснить тем, что большинство юношей с меньшей ответственностью относятся к учебному процессу, чем девушки.

«Враждебный конфликт» между студентами в группах в 60% случаев выражен сильно или очень сильно. Основными причинами агрессивного поведения студентов в группе предположительно могут выступать религиозные и идейные

разногласия, так как в группах обучаются студенты разных национальностей, также из-за социально-психологической несовместимости и др. Более агрессивно в этом плане ведут себя юноши, что скорее всего связано с особенностями менталитета людей азиатских стран. При этом юноши обладают повышенной реактивностью, импульсивны, несдержанны в проявлении своих чувств и эмоций. Также стоит отметить, что количество обучающихся девушек в иностранной группе всегда меньше, чем юношей, поэтому конфликты между ними возникают гораздо реже.

Расхождение между реальным и идеальным «я» в 84% у студентов выражено слабо или умеренно и только лишь у 16% студентов наблюдается его силь-

ное проявление. Расхождение между реальным и идеальным «я» в большей степени свойственно людям с завышенной или заниженной самооценкой. Человек либо преувеличивает свои возможности и имеет высокий уровень притязаний к себе, либо ставит перед собой задачи и при этом довольствуется малым результатом. Идеальное «я» - это, как правило, продукт общественного мышления, веяния моды, что больше всего характерно для девушек.

Критерий «свободы воли» у иностранных студентов выражен неоднозначно. У одних студентов в 50% данный критерий выражен слабо или умеренно, так как по сути, это вынужденная воля и студенты обязаны соблюдать определенную поведенческую стратегию в вынужденном режиме. Но есть и те студенты, у которых этот критерий выражен достаточно сильно, что может говорить о безответственном отношении к учебе. Такое отношение согласно результатам тестов более свойственно юношам.

«Чувство безнадежности» в 54% почти не свойственно испытуемым, но при этом у 46% иностранных студентов оно выражено достаточно ярко. Подобное чувство у иностранных студентов может быть связано с выраженной ситуативной

тревожностью, так как в этот достаточно сложный период пандемии они были далеки от дома, родных и близких [9, с. 6-7].

«Чувство бездомности» на 73% отсутствует у респондентов и только у 27% исследуемых подобное чувство могло быть связано с длительным периодом расставания на время пандемии со своими родными людьми.

2. Анализируя показатели, полученные по результатам теста «самочувствие, активность, настроение» у студентов-медиков можно сказать следующее, что у 67% респондентов наблюдаются высокие показатели «самочувствия». Показатель «настроение» также довольно высокий и отмечен у 53% опрошенных, и только у 17% студентов данный показатель занижен (рис.2).

Полученные высокие показатели «самочувствия» и «настроения» говорят о том, что процесс адаптации к новым условиям для иностранных студентов первого курса, в том числе и к учебному процессу прошел успешно.

Показатели «активности» для 60% студентов являются средними, что можно объяснить длительными занятиями за компьютером, вследствие этого малоподвижным образом жизни.

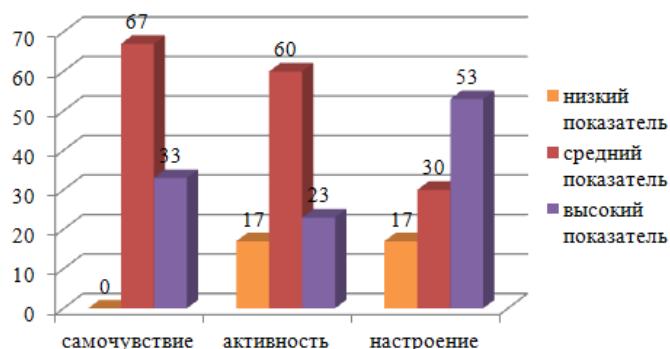


Рис. 2. Показатели самочувствия, активности и настроения у иностранных студентов-медиков (юноши и девушки) в период дистанционного обучения.

А также приходящей усталостью, которая возникает из-за того, что студентам приходится осваивать большой объем информации, испытывать напряжение

и волнение на занятиях, а также вследствие прочих причин, не касающихся образовательного процесса.

Если сравнить показатели теста (САН) у юношей и девушек, то можно отметить, что «настроение» у девушек на 40% выше, чем у юношей. Это можно объяснить тем, что девушки быстрее адаптируются в меняющихся условиях, чем юноши. Показатели «активности» у девушек снижены на 20% в сравнении с юношами, что объясняется психофизиологическими особенностями женского организма.

3. «Интерес к жизни» у иностранных студентов в целом имеет высокие показатели, что, скорее всего, связано с

повышенным интересом обучающихся к чужой стране, её культуре, традициям.

Но у 10% студентов отмечаются сниженный интерес к жизни, к учебе (апатия).

Это можно объяснить высокими умственными и физическими нагрузками, недостатком времени, недостаточной верой в свои возможности, в результате чего теряется значимость между затраченными усилиями и результатом своей работы, что приводит к снижению мотивации и эмоциональному выгоранию и как следствие к апатии [10, с.15] (рис. 3).

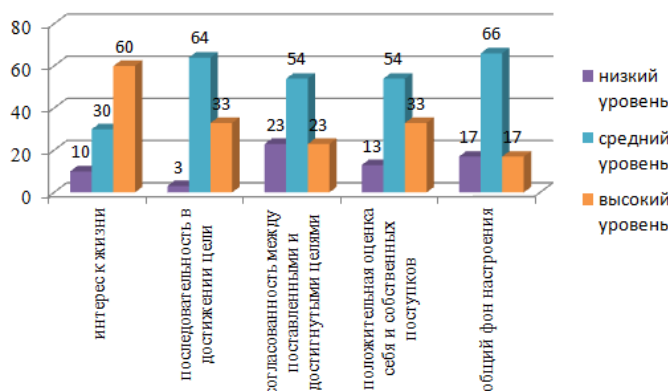


Рис.3. Индекс жизненной удовлетворенности у иностранных студентов-медиков (юноши и девушки) в период дистанционного обучения.

У студентов показатели: «последовательность в достижении цели», «согласованность между поставленными и достигнутыми целями» и «положительная оценка себя и собственных поступков» в целом имеют средние значения, но средние и высокие показатели более выражены у девушек, так как чаще всего девушки более ответственные, дисциплинированные, усидчивы и упорно идут к своей цели. Общий фон настроения студентов отмечается как средний, но для девушек данный показатель оказался несколько выше в сравнение с юношами.

Рассматривая общий показатель индекса жизненной удовлетворенности по всем рассмотренным нами критериям, видим, что для 60% студентов характерен низкий уровень жизненной удовлетворенности (рис. 4). Такие показатели у

студентов 1 курса в период дистанционного обучения связаны с тем, что, по мнению студентов, они не получили те знания, которые хотели бы получить, также многие студенты отмечают, что ДО менее эффективно в сравнении с традиционным. Кроме того, существенным недостатком ДО как отмечают студенты, является отсутствие их живого общения с преподавателем и друг с другом. Студенты также пожаловались на снижение мотивации к обучению ввиду отсутствия качественного контроля со стороны преподавателей. Также недостаточная техническая оснащенность, как ВУЗа, так и студентов напрямую влияет на качество обучения. Многие занятия, которые требуют практического навыка невозможно объяснить в формате on-line. При этом существенным недостатком дистанцион-

ного обучения является отсутствие клинической практики, которая так важна будущему врачу [5, с.72]. У юношей общий показатель индекса жизненной удовлетворенности ниже в сравнении с

девушками, так как юноши нуждаются в большем контроле при выполнении учебного задания со стороны преподавателя, соответственно и успеваемость у юношей ниже, чем у девушек.

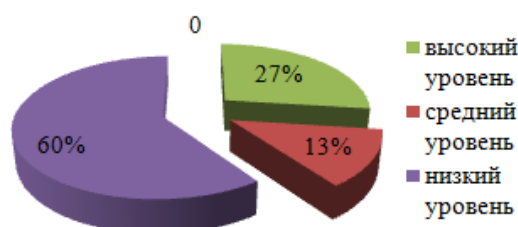


Рис.4. Индекс жизненной удовлетворенности (общий показатель по всем рассмотренным критериям) у студентов-медиков (юноши и девушки)

Выводы. 1. Вынужденную самоизоляцию можно рассматривать как ситуацию неопределенности, которая связана с травматическим воздействием на психику студента в период его обучения. Стоит отметить, что все же некоторым студентам не хватало живого общения со своими сверстниками и преподавателями, а невозможность детально контролировать выполнение домашнего задания преподавателем способствовало у некоторых студентов снижению мотивации к процессу обучения, особенно у юношей.

2. В период ДО у многих студентов отмечается нормальное или даже повышенное настроение и самочувствие, что скорее связано с недооценкой студентами

продолжительности периода ДО. Что же касается физического состояния в период ДО, то студенты отмечают его ухудшение, так как им приходилось подолгу проводить время у компьютера и мало двигаться.

3. Низкий уровень жизненной удовлетворенности студентов в период ДО объясняется проблемами, связанными с компьютерной техникой и качеством интернета, отсутствием живого общения с преподавателями и сверстниками, отсутствием надлежащей клинической практики. Студенты вынуждены в большей степени изучать учебный материал самостоятельно, что требует большей затраты времени.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Амлаев К.Р., Кошель В.И., Ходжаян А.Б. и др. Медицинский вуз в условиях пандемии COVID -19: новые вызовы и выученные уроки // Медицинское образование и профессиональное развитие. 2020. Т.11. № 3. С.176-185.
2. Земляной Д.А., Потапова Е.А., Александрович И.В. и др. Образ жизни и самочувствие студентов медицинских специальностей в период дистанционного обучения в зависимости от условий проживания // Профилактическая медицина. 2022. №25(3). С.47-55.
3. Кучма В.Р., Седова А.С., Степанова М.И. и др. Особенности жизнедеятельности и самочувствия детей и подростков, дистанционно обучающихся во время эпидемии новой коронавирусной инфекции (COVID -19) // Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. 2020. №.2. С.4-23.
4. Панина Н.В. Литературный источник: Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути / под ред. А.А. Кроника. М.: Прогресс. 1993. С.107-114.
5. Калиева Ш.С., Корниенко Ю.Ю., Абушахманова А.Х. и др. Проблемы дистанционного образования в медицинском ВУЗе // Медицина и экология. 2021. С.70-75.

6. Прохоров А.О. Практикум по психологии состояний / Под ред. проф. А.О. Прохорова. СПб: Речь, 2004. 480 с.
7. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Самара: Издательский дом Бахрах-М, 2001. 672 с.
8. Сетко Н.П., Булычева Е.В. Особенности психоэмоционального состояния у студентов медицинского университета в условиях дистанционного обучения // Медицинское образование и профессиональное развитие. 2021. Т. 12. № 1. С. 109-115.
9. Хабарова Т.Ю., Гладышева О.В., Филозоф А.А. Тревожность как фактор снижения психических процессов у студентов медиков-первого курса // Интернет-журнал «Мир науки» World of Science. Pedagogy and psychology, 2018. №6. Том. 6. С. 1-8. (идентификационный номер статьи 44PSMN618).
10. Эмоциональное выгорание медицинских работников в условиях пандемии COVID -19 / Хабарова Т.Ю., Плотникова И.Е., Гладышева О.В. и др. Воронеж: ФГБОУ ВО Воронежский ГМУ, 2021. С.166.

REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Medical university in the conditions of the COVID-19 pandemic: new challenges and learned lessons / Amlaev K.R., Koshel V.I., Khodjayan A.B. et al. // Medical education and professional development. 2020. Vol.11. No. 3. pp. 176-185.
2. Lifestyle and well-being of students of medical specialties during distance learning depending on living conditions / Zemlyanoi D.A., Potapova E.A., Aleksandrovich I.V. et al. // Preventive medicine. 2022. No. 25(3). pp. 47-55.
3. Features of life and well-being of children and adolescents studying remotely during the epidemic of a new coronavirus infection (COVID -19) / Kuchma V.R., Sedova A.S., Stepanova M.I. et al. // Questions of school and university medicine and health. 2020. No.2. pp. 4-23.
4. Panina N.V. Literary source: Lifeline and other new methods of the psychology of the life path / edited by A.A. Kronik. M.: Progress. 1993. pp.107-114.
5. Problems of distance education in a medical university / Kalieva Sh.S., Kornienko Yu.Y., Abushakhmanova A.Kh., et al. // Medicine and ecology. 2021. pp.70-75.
6. Prokhorov A.O. A workshop on the psychology of states: textbook / Edited by prof. A.O. Prokhorov. St. Petersburg: Speech, 2004. 480 p.
7. Raygorodsky D.Ya. Practical psychodiagnostics. Methods and tests. Study guide. Samara: Publishing house Bahrah-M, 2001. 672 p.
8. Setko N.P., Bulycheva E.V. Features of the psycho-emotional state of medical university students in the conditions of distance learning // Medical education and professional development. 2021. Vol. 12. No. 1. pp. 109-115.
9. Khabarova T.Yu., Gladysheva O.V., Filozop A.A. Anxiety as a factor in reducing mental processes in first-year medical students // Online magazine "World of Science" World of Science. Pedagogy and psychology, 2018. No. 6. Vol. 6. Pp. 1-8. (article identification number 44PSMN618).
10. Emotional burnout of medical workers in the conditions of the COVID -19 pandemic / Khabarovsk T.Yu., Plotnikova I.E., Gladysheva O.V. et al. Voronezh: Voronezh State Medical University, 2021. p.166.

Для цитирования:

Гладышева О.В., Хабарова Т.Ю. Влияние учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние иностранных студентов медицинского ВУЗа в условиях пандемии // Гуманитарный научный вестник. 2023. №2. С. 5-11. URL: <http://naukavestnik.ru/doc/2023/02/Gladysheva,Khabarova.pdf>