

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, №1 / 2023, Vol. 11, Iss. 1 <https://mir-nauki.com/issue-1-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/36PSMN123.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Гладышева, О. В. Влияние учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние студентов медицинского ВУЗа в условиях дистанционного обучения / О. В. Гладышева, Т. Ю. Хабарова, Л. С. Бакулина // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/36PSMN123.pdf>

For citation:

Gladysheva O.V., Khabarova T.Yu., Bakulina L.S. The influence of the academic load on the psycho-emotional state of medical university students in the conditions of distance learning. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(1): 36PSMN123. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/36PSMN123.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 378.17:178; 364.622

Гладышева Ольга Валериевна

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, Воронеж, Россия
Ассистент кафедры «Биологии»
Кандидат сельскохозяйственных наук
E-mail: Russia_1980@inbox.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=836800

Хабарова Татьяна Юрьевна

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, Воронеж, Россия
Доцент кафедры «Педагогики и гуманитарных дисциплин»
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: t.khabarova@mail.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=801019

Бакулина Лариса Сергеевна

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный медицинский университет имени Н.Н. Бурденко»
Министерства здравоохранения Российской Федерации, Воронеж, Россия
Профессор кафедры «Оториноларингологии»
Доктор медицинских наук, профессор
E-mail: lor@vsmaburdenko.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=752247

Влияние учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние студентов медицинского ВУЗа в условиях дистанционного обучения

Аннотация. 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. Особо острая проблема встала перед студентами медицинских ВУЗов, так как освоение теоретического материала студентами-медиками неразрывно связано с постоянной отработкой практических навыков в стационаре.

В статье приведены результаты исследования, целью которого явилось — изучение влияния учебной нагрузки на психоэмоциональное состояние студентов медицинского ВУЗа в условиях дистанционного обучения. В исследовании приняли участие студенты 1 курса

Воронежского государственного медицинского университета имени Н.Н. Бурденко в количестве 100 человек. Исследование проводили при помощи 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, было связано с недооцениванием студентами продолжительности периода дистанционно обучения. Кроме того, у студентов был определен низкий уровень жизненной удовлетворенности в период изоляции, что, по мнению студентов, было 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

Актуальность

На период эпидемиологической ситуации, связанной с коронавирусной инфекцией, многие ВУЗы перешли частично или полностью на дистанционный формат обучения. В связи с чем, возникла проблема быстро изменившихся стереотипов взаимоотношений между преподавателем и студентом в отношении их психологической адаптации к новым условиям обучения [2; 12]. В период on-line обучения изменился объем учебного материала, увеличилось количество заданий, которые требовали самостоятельного разбора, ускорились процессы внедрения различных методов электронного обучения. Особенно тяжелая ситуация сложилась для первокурсников, у которых, пока еще отсутствует навык организации самостоятельной системной работы и самоконтроля [7].

Кроме того, низкий уровень физической активности оказывает негативное влияние на здоровье студентов в целом [8; 11]. Отсутствие мотивации к двигательной активности приводит к ухудшению состояния организма, а также к снижению качества учебы и жизни [3; 4; 9].

Таким образом, все перечисленные факторы могут в совокупности оказывать неблагоприятное воздействие на психоэмоциональное состояние студентов, вызывая у них тревожность и нервно-психическое напряжение.

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

Материалы и методы исследования

Исследование проводилось в период пандемии 2021 года на базе ВГМУ имени Н.Н. Бурденко, в котором приняли участие студенты 1 курса медико-профилактического, лечебного, педиатрического и фармацевтического факультетов в количестве 100 человек. Испытуемыми являлись девушки и юноши в количестве 50×50 (100) человек 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 существования, безнадежность и др. использовался опросник «Психические состояния личности (Джерлсайд)»¹.
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 функций².
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)»³.

Статистическую обработку результатов проводили с помощью программы Microsoft Excel.

Результаты и их обсуждение

1. Анализируя «психическое состояние студентов» по методике Джерлсайд отметим, что одиночество у студентов в период пандемии в 80 % случаев выражено слабо или умеренно. Это можно объяснить тем, что большинство студентов на время дистанционного обучения находились дома со своими родными и близкими, поэтому у них не возникало ощущение одиночества. Но у 20 % студентов одиночество было выражено сильно или очень сильно, как правило, это были те студенты, которые на время изоляции были вдали от дома, проживали в общежитии. Из этих 20 % 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 77 % студентов он выражен слабо или умеренно, у 23 % сильнее, что может свидетельствовать о ситуативном снижении настроения или о депрессии, причина которой не связана со сложившейся ситуацией.

Из 23 % в большей степени этому ощущению были подвержены девушки, так как они больше склонны к самоанализу, рефлексии неприятных, негативных ситуаций. Юноши гораздо быстрее справляются с заниженным фоном настроения и долго не погружаются в длительные размышления о негативных событиях, стараясь сразу разрешать возникающие проблемы.

Из графика 1 видим, что свобода выбора у 85 % 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 15 % 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.

¹ Прохоров А.О. Практикум по психологии состояний: учебное пособие / Под ред. проф. А.О. Прохорова. — СПб: Речь, 2004. — 480 с.

² Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / ред. — сост. Д.Я. Райгородский. — Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2004. — 670 с.

³ Панина Н.В. Литературный источник: Lifeline и другие новые методы психологии жизненного пути / под ред. А.А. Кроника. — М.: Прогресс. — 1993. С. 107–114.

«Враждебный конфликт» между студентами в группах в 55 % случаев выражен сильно или очень сильно.

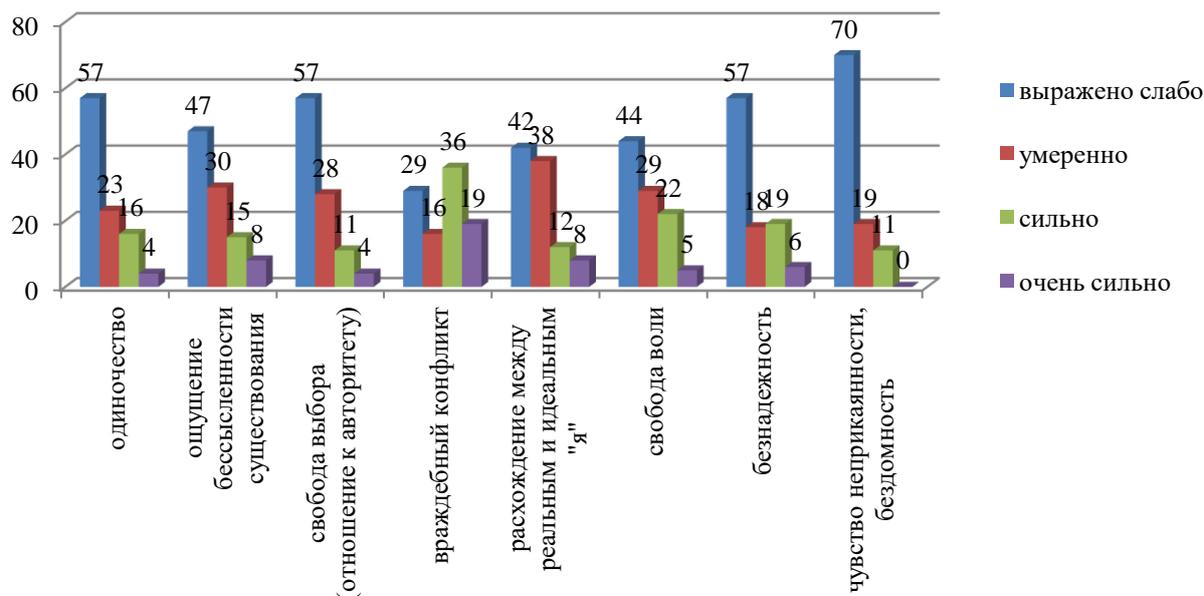


Рисунок 1. Психическое состояние студентов-медиков (юноши и девушки) в период дистанционного обучения (составлено авторами)

Основными причинами агрессивного поведения студентов в группе предположительно могут выступать религиозные и идейные разногласия, так как в группах обучаются студенты разных национальностей, из-за социально-психологической несовместимости или социально-экономического неравенства в группе, из-за сложившихся уже в группе морально-этических норм и правил, которые не разделяет студент переведенный в данную группу после академического отпуска и др. Более агрессивно в этом плане ведут себя девушки, так как, по своей природе, они более эмоциональны и вспыльчивы.

Расхождение между реальным и идеальным «я» в 80 % у студентов выражено слабо или умеренно и только лишь у 20 % студентов наблюдается его сильное проявление. Данный критерий в большей степени свойственен 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» в 73 % выражен у студентов слабо или умеренно, так как, по сути, это вынужденная воля, потому что студенты обязаны соблюдать определенную поведенческую стратегию в вынужденном режиме.

«Чувство безнадежности» в 75 % почти не свойственно испытуемым, но у 15 % студентов оно выражено достаточно ярко. Как правило, такое чувство возникает у студентов с выраженной личной и ситуативной тревожностью [10; 13; 15]. Это люди с неустойчивым настроением, депрессивные, демонстративные, возбудимые, экзальтированные личности.

«Чувство бездомности» на 89 % отсутствует у респондентов и лишь у 11 % исследуемых подобное чувство могло быть связано с длительным периодом расставания во время пандемии со своими родными и близкими.

2. Анализируя показатели, полученные по результатам теста «самочувствие, активность, настроение» у студентов-медиков можно сказать следующее, что у 47 % респондентов наблюдаются высокие показатели «самочувствия». Показатель «настроение» также довольно высокий и отмечен у 66 % опрошенных, и только у 8 % студентов данный критерий занижен (рис. 2).

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

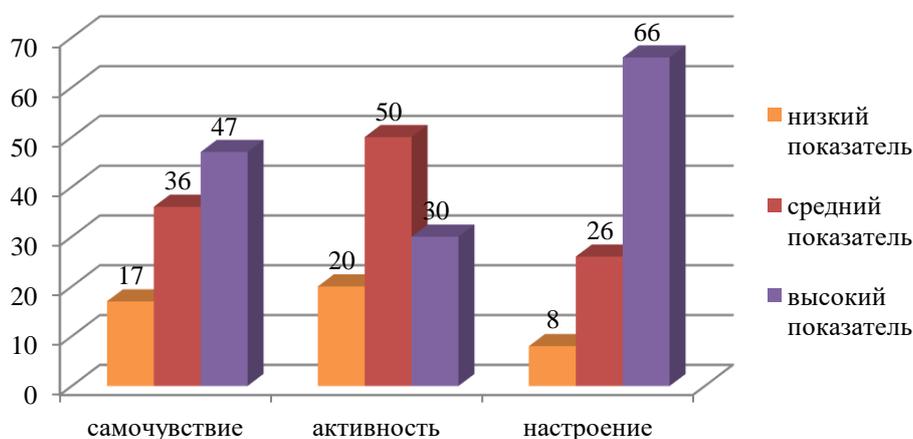


Рисунок 2. Показатели самочувствия, активности и настроения у студентов-медиков (юноши и девушки) в период дистанционного обучения (составлено авторами)

Показатели «активности» для 50 % студентов являются средними, что можно объяснить длительными занятиями за компьютером, вследствие этого малоподвижным образом жизни. 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 «самочувствие» и «настроение» у девушек выше, чем у юношей на 18 % и 8 % соответственно. Это можно объяснить тем, что девушки быстрее адаптируются в меняющихся условиях, чем юноши.

Показатели «активности» несколько снижены у девушек (на 4 %) в сравнении с юношами, что объясняется психофизиологическими особенностями женского организма.

3. «Интерес к жизни» у студентов в целом имеет средние значения, у девушек данный показатель несколько выше, чем у юношей (рис. 3).

Но у 20 % 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 [14].

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, дисциплинированы, 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.

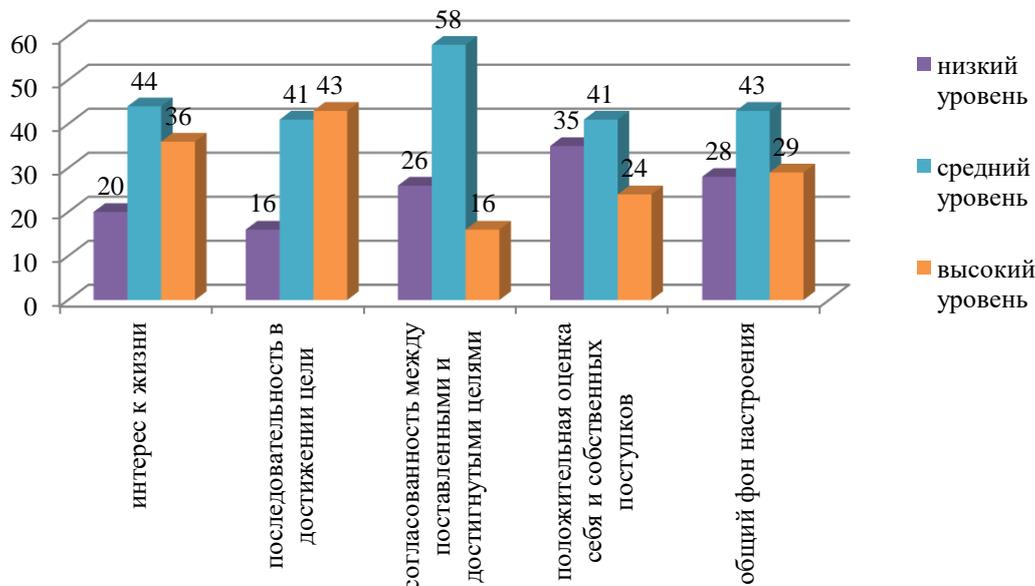


Рисунок 3. Индекс жизненной удовлетворенности у студентов-медиков (юноши и девушки) в период дистанционного обучения (составлено авторами)

Рассматривая общий показатель индекса жизненной удовлетворенности по всем рассмотренным нами критериям, видим, что для 50 % 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 живого общения студентов с преподавателем и друг с другом.

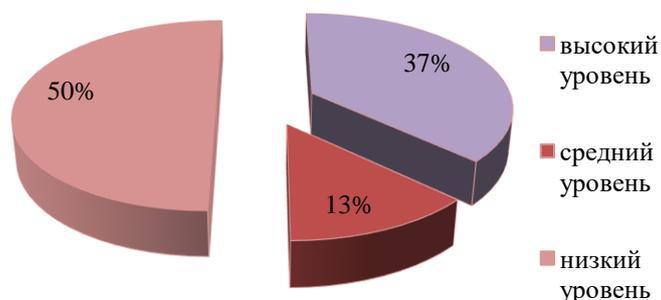


Рисунок 4. Индекс жизненной удовлетворенности (общий показатель по всем рассмотренным критериям) у студентов-медиков (юноши и девушки) (составлено авторами)

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 [1]. Многие

занятия, которые требуют практического навыка невозможно объяснить в формате on-line. При этом существенным недостатком дистанционного обучения является отсутствие клинической практики, которая так важна будущему врачу [5; 6].

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.

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 тем, что большинство студентов в этот период находилось дома со своей семьей, а также с недооцениванием 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.

ЛИТЕРАТУРА

1. Амлаев, К.Р., Кошель, В.И., Ходжаян, А.Б. и др. Медицинский вуз в условиях пандемии COVID-19: новые вызовы и выученные уроки / К.Р. Амлаев, В.И. Кошель, А.Б. Ходжаян и др. // Медицинское образование и профессиональное развитие. — 2020. — Т 11. — № 3. — С. 176–185.
2. Сетко, Н.П., Булычева, Е.В. Особенности психоэмоционального состояния у студентов медицинского университета в условиях дистанционного обучения / Н.П. Сетко, Е.В. Булычева // Медицинское образование и профессиональное развитие. — 2021. — Т. 12. — № 1. — С. 109–115.
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) / В.Р. Кучма, А.С. Седова, М.И. Степанова и др. // Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. — 2020. — № 2. — С. 4–23.
4. Нежкина, Н.Н., Кулигин, О.В., Бендин, Д.С. Образ жизни и физические качества студентов медицинского ВУЗа в период пандемии COVID-19 / Н.Н. Нежкина, О.В. Кулигин, Д.С. Бендин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2021. — № 12(202). — С. 256–259.

5. Родионов, В.А., Родионова, М.А. Влияние самоизоляции в условиях пандемии COVID-19 на качество жизни, связанное со здоровьем студентов / В.А. Родионов, М.А. Родионова // Теория и практика физической культуры. — 2021. — № 5. — С. 97–98.
6. Дейкова, Т.Н., Мишина, Е.Г. Влияние самоизоляции в условиях пандемии COVID-19 на двигательную активность студентов специальной медицинской группы / Т.Н. Дейкова, Е.Г. Мишина // Международный научно-исследовательский журнал. — 2021. — № 1(103). — Ч. 4. — С. 127–130.
7. 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 / Д.А. Земляной, Е.А. Потапова, И.В. Александрович и др. // Профилактическая медицина. — 2022. — № 25(3). — С. 47–55.
8. Осипов, А.Ю., Клепцова, Т.Н., Лепилина, Т.В. и др. Влияние пандемии COVID-19 на физическую активность студенческой молодежи / А.Ю. Осипов, Т.Н. Клепцова, Т.В. Лепилина и др. // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. — 2021. — № 3(193). — С. 313–317.
9. Попова, Д.А., Давлетгильдеев, Э.Р., Ерланова, Е.Е. и др. Психоэмоциональное состояние студентов КАЗНМУ во время пандемии COVID-19 / Д.А. Попова, Э.Р. Давлетгильдеев, Е.Е. Ерланова и др. // Вестник Казахского национального медицинского университета. — 2021. — № 2. — С. 309–314.
10. Хабарова, Т.Ю., Гладышева, О.В., Филозоф, А.А. Тревожность как фактор снижения психических процессов у студентов медиков-первого курса / Т.Ю. Хабарова, О.В. Гладышева, А.А. Филозоф // Интернет — журнал «Мир науки» World of Science. Pedagogy and psychology, — 2018. — № 6. — Том. 6. — С. 1–8. (идентификационный номер статьи 44PSMN618).
11. Хабарова, Т.Ю., Гладышева, О.В. Особенности развития и течения невротических расстройств у педагогов и студентов с высоким уровнем тревожности / Т.Ю. Хабарова, О.В. Гладышева // II Региональная научно-практическая конференция «Психолого-педагогические исследования — тульскому региону. Тула. — 2022. — С. 302–307.
12. Хабарова, Т.Ю., Плотникова, И.Е., Гладышева, О.В. и др. Эмоциональное выгорание медицинских работников в условиях пандемии COVID-19 / Т.Ю. Хабарова, И.Е. Плотникова, О.В. Гладышева и др. Воронеж: ФГБОУ ВО Воронежский ГМУ, 2021. — с. 166.
13. Алексеева, А.Ю., Балкизов, З.З. Медицинское образование в период пандемии COVID-19: проблемы и пути решения / А.Ю. Алексеева, З.З. Балкизов // Медицинское образование и профессиональное развитие. — 2020. — № 2(38). — С. 8–24.
14. Иванчук, О.В., Плащевая, Е.В. Медицинское образование в период пандемии COVID-19: анализ и обобщение опыта / О.В. Иванчук, Е.В. Плащевая // Мир науки. Педагогика и психология. — 2021. — № 3. — Т 9. — С. 8–24.
15. Калиева, Ш.С., Корниенко, Ю.Ю., Абушахманова, А.Х. и др. Проблемы дистанционного образования в медицинском ВУЗЕ / Ш.С. Калиева, Ю.Ю. Корниенко, А.Х. Абушахманова и др. // Медицина и экология. — 2021. — С. 70–75.

Gladysheva Olga Valerievna

«Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko»
Ministry of Health of the Russian Federation, Voronezh, Russia
E-mail: Russia_1980@inbox.ru
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=836800

Khabarova Tatyana Yuryevna

«Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko»
Ministry of Health of the Russian Federation, Voronezh, Russia
E-mail: t.xabarova@mail.ru
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=801019

Bakulina Larisa Sergeevna

«Voronezh State Medical University named after N.N. Burdenko»
Ministry of Health of the Russian Federation, Voronezh, Russia
E-mail: lor@vsmaburdenko.ru
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=752247

The influence of the academic load on the psycho-emotional state of medical university students in the conditions of distance learning

Abstract. Since the transition of Universities to distance learning during the spread of coronavirus infection, the correction and adaptation of the educational process to new working conditions has been checked in educational institutions, which could negatively affect the lifestyle and distribution of educational loads of students. A particularly acute problem arose for students of medical universities, since the development of theoretical material by medical students is inextricably linked with the constant development of practical skills in the hospital.

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 involved students of the 1st year of N.N. Burdenko State Medical University in the number of 100 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.

Keywords: psycho-emotional state students; distance learning; self-isolation; well-being; activity; mood; life satisfaction