

УДК 159.942:378

DOI <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2024-2-14>

Тетяна ШЕВЧУК

кандидат медичних наук, доцент кафедри медичної біології, Вінницький національний медичний університет імені М. І. Пирогова, shevchukti77@gmail.com

ORCID: 0000-0003-2725-4716

ОЦІНКА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ДО НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ

Постановка проблеми. Студенти складають специфічну соціальну групу, яка характеризується певними умовами життя і побуту, навчання і спілкування, морфофункціональними і психосоціальними особливостями. Порушення процесів адаптації до нових умов існування може сприяти негативному психоемоційному стану у студентів, зниженню ефективності навчання, погіршенню здоров'я. **Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз останніх публікацій показав важливість знань з особливостей адаптації для людини та навичок їх використання в певних критичних ситуаціях. Науковці виділяють кілька напрямків адаптації студентів: соціально-психологічний, педагогічний, навчальний, фахово-професійний. Особливості психоемоційного стану студентів вивчали в умовах дистанційної форми навчання, напруження під час сесії, в умовах воєнного часу, під час пандемії коронавірусної інфекції. Недостатня кількість досліджень присвячена проблемі оцінки психоемоційного стану студентів, що здобувають фах лікаря. **Метою** дослідження є оцінка психоемоційного стану студентів медичного факультету першого курсу, вивчення особливостей адаптації студентів до навчального процесу, а також визначення факторів, які б сприяли оптимізації і ефективності процесів адаптації. **Виклад основного матеріалу дослідження.** У дослідженні використано метод аналізу, синтезу, узагальнення, порівняння, наукового спостереження, анкетування. Респондентами виступили 160 студентів першого курсу медичного факультету Вінницького національного медичного університету імені М. І. Пирогова. Результати дослідження показали, що більшість студентів свідомо обрали медичний заклад, не сумніваються у правильності свого вибору і вважають себе готовим до навчання. Але на момент опитування більше половини студентів оцінили свій психоемоційний стан як тривожний і пригнічений, оскільки вказали на наявність проблем у навчанні, побуті, спілкуванні, а також відмічають погіршення здоров'я. **Висновки.** У студентів-медиків адаптація тісно пов'язана із баченням і сприйняттям майбутньої професії, розумінням її важливості і соціальної значущості. Для полегшення процесів адаптації студентів до навчання необхідне створення сприятливої і позитивної психоемоційної атмосфери у навчальному закладі. Перспективним напрямком подальших досліджень щодо даної проблеми є вивчення механізмів адаптації, пошук і розробка науково-педагогічних підходів, які б полегшували процеси адаптації студентів-медиків до навчального процесу.

Ключові слова: адаптація, психоемоційний стан, студенти-медики, навчальний процес, медичний університет.

Tetiana Shevchuk. ASSESSMENT OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF MEDICAL FACULTY STUDENTS AT THE STAGE OF ADAPTATION TO EDUCATIONAL PROCESS

Formulation of the problem. Students make up a specific social group, which is characterized by certain living and learning conditions, specific communicational, morphofunctional and psychosocial features. Disturbance of adaptation to new conditions of existence may contribute to a negative psycho-emotional state of the students, lower learning efficiency, and health impairment. **Analysis of recent research and publications.** The analysis of the latest publications suggests the importance of knowledge of human adaptation specifics and the ability to use it in certain critical situations. Scientists distinguish several directions of students' adaptation: socio-psychological, pedagogical, educational, and professional ones. The peculiarities of the psycho-emotional state of students were studied under the conditions of distance learning and the associated stress, in wartime and coronavirus pandemic conditions. An insufficient research has been dedicated so far to the problem of assessing the psycho-emotional state of medical students. **The purpose of the study** was to assess the psycho-emotional state of students of the first-year medical faculty, to study the special aspects of students' adaptation to the educational process, as well as to determine factors that would contribute to optimization and higher efficiency of the adaptation processes. **Presentation of the basic materials of the study.** We used the methods of analysis, synthesis, generalization, comparison, scientific observation and interview in the study. The study involved 160 first-year students of the medical faculty of the National Pirogov Memorial Medical University, Vinnitsia. The results of the study showed that the majority of students consciously chose the medical profession, did not doubt their choice, and considered themselves ready to study. But at the time of interview, more than half of the students assessed their psycho-emotional state as anxious and depressed, and mentioned the education, everyday life, and communication problems. They also noted the health impairment. **Conclusion.** The adaptation of medical students is closely related to the vision and perception of the future profession, understanding of its importance and social significance. To facilitate the students' adaptation to learning process, it is necessary to create a conducive and positive psycho-emotional atmosphere at the educational institution. A promising direction of further research into this problem is the study of adaptation mechanisms, the search and development of scientific and pedagogical approaches that would facilitate the processes of adaptation of medical students to the educational process.

Key words: adaptation, psycho-emotional state, medical students, educational process, medical university.

Постановка проблеми. Студентська молодь є основним джерелом формування висококваліфікованих професійних кадрів для всіх сфер люд-

ської діяльності. Студенти складають специфічну соціальну групу, яка характеризується певними умовами життя і побуту, навчання і спілкування,

морфологічними і психосоціальними особливостями. Студенти наділені творчими здібностями, вони здатні стимулювати один одного, створюючи розумну конкуренцію; амбіційність та авантюризм спонукають до пошуку нових ідей, нетрадиційних підходів до рішення певних задач, до нестандартного мислення в критичних ситуаціях.

Студенти, будучи складовою закладу вищої освіти, виконують свою соціальну роль, здобувають знання, вміння і навички з метою отримання певних компетентностей і становлення майбутнього спеціаліста. До категорії студентів відносяться молоді люди переважно віком від 17 до 24 років, які переживають не лише біологічні зміни в організмі, а й формування певних психологічних характеристик, тому на даному етапі важливим є підтримка з боку дорослих у подоланні несприятливих адаптаційних моментів, особливо на першому курсі навчання.

У періоді студентства формується особистість, складається світогляд, виробляється самостійність щодо вибору діяльності, прийняття рішень, прослідковується чіткий зв'язок інтересів з майбутньою професією. Тому цей період є критичним в адаптаційному аспекті, оскільки порушення процесів пристосування до нових умов існування може негативно вплинути на подальший розвиток і формування професійного самовизначення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливості психоемоційного стану студентів вивчали в умовах різних незвичайних ситуацій. До прикладу, М. Шпак встановлено, що в умовах дистанційної форми навчання у студентів негативно змінюється психоемоційний стан, тривала соціальна ізоляція і онлайн спілкування призводить до підвищення рівня тривожності, зниження емоційного інтелекту і зростання емоційної напруги перед сесією [13]. Дослідження О. Савицької щодо психоемоційного стану і уваги студентів першого курсу в ситуації іспиту показало різні типи реакції, що відрізнялися інтенсивністю тривоги, напруги і уваги [10].

У зв'язку з повномасштабними військовими діями в Україні активно вивчаються особливості навчального процесу і психологічної адаптації студентів в даній ситуації. Так, К. М. Березяк, О. А. Васильєва відмічають, що багато студентів під час війни мають відчуття недоречності процесу навчання загалом, їх турбує провина «вцілілого», деякі мають проблеми із зосередженістю [1]. Інші автори при дослідженні психологічного стану студентів у період війни засвідчують виникнення порушень пам'яті, сну, харчової поведінки, можливість переходу дистресу у більш важчі порушення психіки [5].

Психологічні особливості студентства вивчали такі науковці: Л. Яворовська, Р. Камишнікова, С. Висотченко, І. Зайцева, Т. Бойчук, Ю. Мосейчук, Т. Дере-

ка, В. Ляшенко, В. Подгорна та інші [2, 6, 7, 8, 9]. Дослідники розглядають особистість студента у таких основних аспектах: психологічний, соціальний і біологічний. Автори зазначають, що студенти першого курсу часто довірливі, у них легко формується залежність від обставин і оточуючих людей, вони важко переносять зміни звичного для них середовища, нерівноважені, не можуть вирішити конструктивно соціальні конфлікти. Крім того у студентів наявна тривожність, деяка пасивність, невпевненість у собі, невміння приймати рішення, схильність до апатії та відчаю у проблемних ситуаціях. Адаптація студентів до навчального процесу є предметом вивчення наукових досліджень І. Андрійчука, Ю. Сидоренко, Г. Колесник, О. Євдокімової, Т. Спіріної, Ю. Зарюгіної, Н. Мирончук, М. Дідух, які в своїх дослідженнях вказують на те, що адаптація студентів до навчання у вищому навчальному закладі є комплексною проблемою, вирішення якої потребує спільної роботи студентів, кураторів, педагогів, психологів і керівництва навчального закладу [3, 4, 14, 15].

Але досліджень, присвячених вивченню психоемоційного стану студентів-медиків першого курсу недостатньо, що і обумовило вибір теми нашої роботи.

Формулювання мети статті. Метою дослідження є оцінка психоемоційного стану студентів медичного факультету першого курсу, вивчення особливостей адаптації студентів до навчального процесу, а також визначення факторів, які б сприяли оптимізації і ефективності процесів адаптації.

Виклад основного матеріалу дослідження. В роботі використано такі **методи дослідження:** теоретичні – аналіз наукових джерел з педагогіки, психології і медицини, аналіз і порівняння результатів сучасних наукових досліджень вітчизняних і закордонних вчених за даною проблемою, синтез складових елементів об'єкту дослідження, їх поєднання і встановлення зв'язків між ними з метою сприйняття проблеми як цілої системи; емпіричні – спостереження, бесіда, анкетування.

Для оцінки психоемоційного стану студентів у дослідженні було використано розроблену автором анкету, питання в якій стосувалися готовності студентів до процесу навчання, враження від організації навчально-виховної роботи в університеті, щодо оцінки стану соціально-психологічної атмосфери в групі і в навчальному закладі, які емоції та проблеми виникли у студентів з початком навчання, особливості спілкування з оточуючими тощо.

В опитуванні взяли участь 160 студентів першого курсу медичного факультету Вінницького національного медичного університету імені М. І. Пирогова віком від 17 до 20 років. Серед них 72,5 % склали особи жіночої статі і 27,5 % – чоловічої статі.

Більшість студентів свідомо обрали медичний вуз, 80,6 % опитаних стали студентами медичного університету тому, що їх цікавить професія лікаря, 7,5 % – із-за престижності, 4,4 % вказали, що це було рішення батьків і 3,1 % вважають це сімейною традицією. В своїй більшості респонденти не мають сумнівів щодо правильності вибору навчального закладу, вони задоволені і відчують гордість, що навчаються саме в медичному вузі, але 11,9 % студентів часто піддають сумніву, чи обрали вони той вуз, який їм підходить, і 12,6 % опитаних ще не можуть визначитися з вибором навчального закладу.

Разом з тим повністю готовим до процесу навчання вважають себе 54,4% опитаних, а інші стверджують, що готові на половину. На питання «Чи достатній рівень вашої підготовки для навчання в медичному університеті?», 71,9 % респондентів відповіли, що мають достатній рівень і він повністю відповідає вимогам вузу, 23,8% вважають свій рівень підготовки недостатнім і потребують додаткових занять.

Обираючи навчальний заклад, студенти керуються не лише бажанням отримати певну професію, а й сподіваються на комфортну і гармонійну атмосферу в колективі, відповідну організацію навчального процесу та задоволення від отримання знань. Серед студентів майже половина (46,9 %) задоволені організацією навчального процесу в університеті, а 41,9% відповіли, що процес навчання не зовсім відповідає їхнім очікуванням. На питан-

ня «Що не сподобалось вам в університеті відразу з початком навчання?» відповіді розділились так: 37,9 % не сподобались умови навчання, 29,7% – умови проживання, 17,2 % – викладачі, 9,7 % – група студентів, в якій навчається.

При оцінці соціально-психологічної атмосфери в студентській групі 76,3 % опитаних назвали її комфортною і доброзичливою; 8,8 % висловили байдужість щодо цього питання, вони вважають, що на них не впливають відносини з оточуючими; 10,6 % вважають обстановку в групі не зовсім комфортною, але можна до неї звикнути і 3,7 % відповіли, що атмосфера в групі дискомфортна, складна і напружена.

Не зважаючи на те, що більшість студентів психоемоційну обстановку в групі вважають комфортною, 34,4 % респондентів оцінили свій стан як тривожний, 25,6 % – як пригнічений, бо мають багато проблем і не знають, як їх вирішити; 5,6 % мають сумний настрій, тому що немає поряд друзів і рідних і ще третина студентів (34,4 %) мають піднесений настрій від того, що навчаються в медичному університеті (рис. 1.).

Більше половини студентів (54,4 %) вказали, що найбільше проблем у них на момент опитування у сфері навчання, які в основному пов'язані з труднощами в самостійному опрацюванні великої кількості інформації, невмінням чітко висловлювати свої думки, невпевненістю і страхом виступати перед аудиторією (рис. 2).



Рис. 1. Самооцінка психоемоційного стану студентами

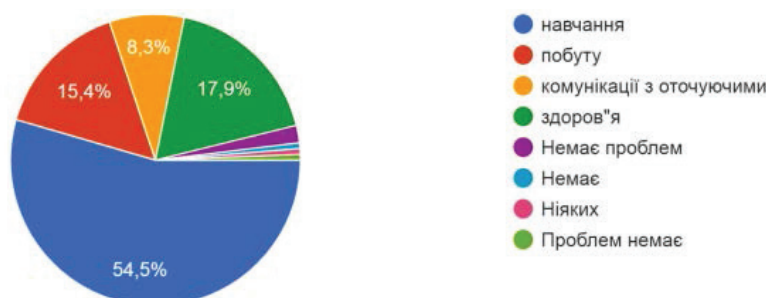


Рис. 2. Проблеми, з якими стикаються студенти-медики на першому курсі

Крім навчання у 17,9 % студентів є проблеми зі здоров'ям, у 15,4 % – побутові проблеми і у 8,3 % – проблеми в спілкуванні і налагодженні міжособистісних контактів.

Серед проблем зі здоров'ям 50 % студентів поскаржилися на хронічну втоми, слабкість, сонливість, у 8,1 % – загострилися хронічні захворювання, 8,8 % виражають постійне незадоволення станом свого здоров'я і способом життя, 4,4 % відмітили, що з початком навчання почали часто хворіти на вірусні інфекції (рис. 3).



Рис. 3. Оцінка свого стану здоров'я студентами медичного факультету

При оцінці комунікативних здібностей 63,7 % студентів відмітили, що при спілкуванні у них проблем немає, вони легко вступають в контакт з оточуючими, у інших наявні певні труднощі у підтриманні взаємовідносин у колективі, важко вступити першому в контакт, небажання вести з ким-небудь бесіду. Незважаючи на проблеми міжособистісного спілкування і недостатній рівень комунікативних здібностей, студенти демонструють готовність до соціальної взаємодії і бажання налагоджувати продуктивне спілкування [11].

Можна стверджувати, що зміна умов існування студентів першого курсу, соціального оточення, поява певних вимог до організації свого часу, навчання, самостійної роботи, відповідальності, розумове навантаження, необхідність вироблення правил комунікації призводять до хронічного стресу, тривалої емоційної напруги, розвитку тривожних і депресивних станів, що в свою чергу знижує адаптаційні можливості організму, негативно впливає на стан здоров'я і, відповідно, знижує успішність у навчанні і затримує подальший особистісний і професійний розвиток.

Висновки. За результатами дослідження встановлено, що при оцінці свого психоемоційного стану лише третина студентів задоволені і мають

Результати досліджень вказують, що стресові ситуації, які часто виникають у студентів першого курсу, призводять до зниження імунних механізмів захисту, тому більше половини опитаних кілька разів (2-3 рази) на рік хворіють гострими респіраторними інфекціями [12].

Побутові проблеми наявні у 41 % студентів, спричинені незадовільними умовами проживання у гуртожитках або орендованому житлі, невмінням планувати бюджет, нестачею коштів, невмінням готувати їжу тощо.

піднесений настрій, а інші вказали на тривожність, напруженість, сум і пригнічення. Причиною появи негативних емоцій і погіршення самопочуття студенти назвали наявність проблем у навчанні, побуті, спілкуванні і здоров'ї.

Адаптація є складним і багатограним процесом, який включає в себе біологічний, соціальний і психологічний аспекти. У студентів-медиків адаптація тісно пов'язана із баченням і сприйняттям майбутньої професії, розумінням її важливості і соціальної значущості.

Для профілактики виникнення адаптаційних проблем і полегшення процесів пристосування студентів до навчання необхідна координаційна і злагоджена робота науково-педагогічних працівників, керівництва закладу і соціальних і законодавчих освітніх інституцій з метою створення сприятливої і позитивної психоемоційної атмосфери у навчальному закладі.

Перспективи подальших розвідок в даному напрямку. Перспективним напрямком подальших досліджень щодо даної проблеми є вивчення механізмів адаптації, пошук і розробка науково-педагогічних підходів, які б полегшували процеси адаптації студентів-медиків до навчального процесу.

Література:

1. Березяк К. М., Накорчевська О. П., Васильєва О. А. Психологічні особливості адаптації студентів до навчання в умовах війни. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2022. № 10 (15). С. 401–411. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10\(15\)-401-411](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10(15)-401-411).
2. Висотченко С. В., Зайцева І. В. Психологічні особливості навчання студентів. *Інноваційна педагогіка*. 2022. Випуск 44, т. 1. С. 56–59. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/44/1.11>
3. Дідух М. М. Проблеми й основні напрями адаптації студентів до умов навчання в закладах вищої освіти. *Юридична психологія*. 2019. № 2 (25). С. 61–69. doi: <https://doi.org/10.33270/03192502.6>
4. Колесник Г. Соціально-психологічні умови успішної адаптації першокурсників до навчання у закладах вищої освіти. *Молодь і ринок*. 2019. № 7 (174). С. 162–166.
5. Михайлишин У. Б., Сухан В. С., Анталовці О. В. Психологічний стан здобувачів вищої освіти в період воєнного стану. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія*. 2023. Вип. 2. С. 27–33. DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.2.5>
6. Мосейчук Ю. Ю. Особливості адаптації студентів ВНЗ до навчання. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2015. Вип. 8. С. 236–239.
7. Подгорна В. В., Кокотеева А. С., Бочков П. М. Залежність психоемоційного стану студентів у період адаптації до навчання в закладі вищої освіти від рівня фізичної підготовленості. *OLYMPICUS*. 2023. № 3. С. 138–144. DOI <https://doi.org/10.24195/olympicus/2023-3.20>.
8. Психологічні особливості студентського віку. На допомогу кураторам. Вип. 3/ [укладачі: Яворовська Л. М. та ін.]. – Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2013. – 88 с.
9. Психологічні особливості студентів закладів вищої освіти / Дерка Т., Ляшенко В., Туманова В., Гацко О. *Педагогічний процес: теорія і практика (серія: психологія)*. 2018. № 3 (62). С. 7–15.
10. Савицька О. В. Особливості психоемоційного стану та уваги першокурсників в ситуації іспиту. *Габітус*. 2021. Вип. 32. С. 55–60. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.8>.
11. Шевчук Т. І. Визначення стану сформованості соціокомунікативної компетентності у студентів-медиків. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2022. № 9(14). С. 483–494. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9\(14\)-483-494](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-9(14)-483-494).
12. Шевчук Т. І. Проблема захворюваності студентів медичного факультету на інфекційні хвороби. *Актуальні проблеми сучасної медицини: Вісник Української медичної стоматологічної академії*. 2024. Том 24, № 2 (86). С. 195–199. DOI: <https://doi.org/10.31718/2077-1096.24.2.195>
13. Шпак М. М. Психоемоційний стан студентів в умовах дистанційного навчання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2021. Вип. 4. С. 115–121. DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-4-15>.
14. Gonta I., Bulgac A. The Adaptation of Students to the Academic Environment in University. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 2019. 11(3), 34–44. doi:10.18662/rrem/137
15. Faria AAG of BT, Almeida LS. Academic adaptation of 1st year students: promoting success and retention at the University. *International Journal of Higher Education*, 2020. 7, e021024. <https://doi.org/10.20396/riesup.v7i0.8659797>