СТЕПЕНЬ РОСТА ТРЕВОЖНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ДИСТАНЦИОННО НА ПЕРВОМ КУРСЕ РОСТГМУ В СВЯЗИ С ПАНДЕМИЕЙ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

ANXIETY GROWTH RATE AMONG FIRST YEAR STUDENTS STUDYING THROUGH
THE DISTANCE LEARNING IN ROSTOV STATE MEDICAL UNIVERSITY DUE TO THE NEW
CORONAVIRUS INFECTION

Григорян Нарине Аразиковна

Доцент кафедры медицинской биологии
и генетики, Ростовский государственный
медицинский университет Министерства
здравоохранения РФ, кандидат биологических наук
E-mail: narine_g69@mail.ru

Колмакова Татьяна Сергеевна

Заведующий кафедрой медицинской биологии
и генетики, Ростовский государственный
медицинский университет Министерства
здравоохранения РФ, доктор биологических
наук, доцент
E-mail: tat_kolmakova@mail.ru

Галустян Лусине Кареновна

Лаборант кафедры медицинской биологии
и генетики, Ростовский государственный

Grigoryan Narine A.

Assistant Professor at the Department
of Medical Biology and Genetics, Rostov
State Medical University of the Ministry of
Healthcare of the Russian Federation, PhD in
Biology

E-mail: narine_g69@mail.ru

Kolmakova Tatyana S.

Head of the Department of Medical Biology
and Genetics, Rostov State Medical University
of the Ministry of Healthcare of the Russian
Federation, ScD in Biology, Associate Professor

E-mail: tat_kolmakova@mail.ru

Galustyan Lusine K.

Department of Medical Biology and Genetics
Assistant, Rostov State Medical University

Контент доступен по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International License
The content is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

© Григорян Н. А., Колмакова Т. С., Галустян Л. К., 2020

медицинский университет Министерства здравоохранения РФ, студент фармацевтического факультета 3-го курса

E-mail: markgalustyan@yandex.ru

of the Ministry of Healthcare of the Russian Federation, 3rd year student at the Faculty of Pharmacy

E-mail: markgalustyan@yandex.ru

Аннотация. Тревожность определяется как устойчивое отрицательное переживание беспокойства и ожидания неблагоприятия со стороны окружающих. Ситуативная тревожность имеет ссылки на конкретную ситуацию и проходит вместе с завершением ситуации. В статье приведены результаты изучения степени роста тревожности у студентов всех факультетов 1-го курса РостГМУ в связи с самоизоляцией и переходом на дистанционное обучение, в ситуации угрозы распространения новой коронавирусной инфекции. В опросе приняли участие 400 молодых людей от 18 до 20 лет.

Abstract. Anxiety is defined as a strong negative feeling of worry and expectation of ill-being from others. Situational anxiety is triggered by specific situations and is gone when the situation is solved. The article presents the results of studying the degree of anxiety growth among first-year students of all faculties of Rostov State Medical University due to the self-isolation and the transition to distance learning, within the framework of the threat of the new coronavirus infection spreading. 400 young people aged 18–20 took part in the survey.

Ключевые слова: коронавирусная инфекция, пандемия, тревожность, дистанционное обучение, самоизоляция.

Keywords: coronavirus infection, pandemic, anxiety, distance learning, self-isolation.

Страх обостряет чувства, тревожность парализует

*Курт Гольдштейн (Kurt Goldstein)
(немецкий и американский невролог и психиатр,
автор основ нейро- и психопсихологии)*

Современная наука рассматривает человека как сложную целостную систему, соединяющую в себе биологические и социальные компоненты. Это обусловлено тем, что, с одной стороны, человек принадлежит природе, а с другой – социальному миру. Аристотель называл человека «политическим животным», подчеркивая тем самым наличие в человеке двух начал: животного (биологического) и политического (социального).

Учитывая современную социальную активность человека, любая биологическая и медицинская проблема начинает приобретать в том числе социальный и политический аспект, и наоборот, социальные потрясения могут отразиться на физическом и психологическом здоровье людей. Эмоциональная реакция, выражающаяся в форме постоянной тревоги, выступает связующим звеном между психологической и соматической сферами.

Тревога является эволюционным защитным механизмом, который проявляется при попытке интерпретировать ситуацию как возможную угрозу. Как и любая другая эмоция, тревога полезна, если она не слишком интенсивна, так как помогает настроенно

относиться к потенциально опасным ситуациям, стимулирует концентрацию и помогает человеку более эффективно решать проблемы.

Эмоциональное переживание, характеризующееся дискомфортом от неопределенности перспективы, имеет определенный биологический смысл: мобилизация ресурсов организма, обеспечивающих поведение в экстремальных состояниях. Однако наш мозг не может нормально функционировать в состоянии постоянной опасности, которой является перманентная тревога. В этом состоянии человек становится не способным к расслаблению, постоянное возбуждение в нервных центрах, повышенная активность эндокринной системы могут привести к истощению функциональных резервов организма и развитию дистресса.

И это никак не связано с адаптивной функцией – наоборот, дистресс может приводить к развитию психосоматических заболеваний. Следовательно, постоянная тревога может ослабить иммунитет и повысить риск заразиться инфекционными заболеваниями, начиная от легкой простуды и заканчивая тяжелыми формами воспалительных процессов. Значимость информации для каждого индивидуума определяет степень ее патогенности, которая проявляется не только уровнем соматического здоровья, но и способствует формированию психосоматических расстройств [1; 2].

В условиях современного общества проблема оценки функционального состояния организма человека чрезвычайно актуальна. Основной причиной данной актуализации является усугубление экзогенного давления социальных, психологических, физических, химических и биологических воздействий на организм человека [3].

В сегодняшней реальности человечество в очередной раз столкнулось с проблемой, вызванной пандемией нового коронавируса: 11 марта 2020 г. ВОЗ признал, что распространение нового коронавируса Covid-19 обрело характер пандемии. Случаи заражения коронавирусом выявлены во всех регионах России.

В России из-за пандемии введен ряд мер, ограничен список предприятий, которые могут функционировать в это время; вузы и школы перешли на дистанционное обучение, во всех субъектах РФ в том или ином виде введен режим самоизоляции.

С юридической точки зрения самоизоляция – это различные ограничительные меры для населения, вводимые правительством на определенный срок для борьбы с распространением опасных инфекций. «Самоизоляция» – это часть карантинных мер, которых граждане должны придерживаться, чтобы не заразиться в нынешней ситуации коронавирусом самим и не заразить им других.

Учитывая биосоциальную сущность человека, самоизоляция является не только медицинской, но и социальной проблемой, борьба с распространением вируса ограничивает общение между, на первый взгляд, абсолютно здоровыми людьми, меняется уклад жизни, режим дня, привычки.

Предлагаются меры, которые должны соблюдаться сознательно и с большой социальной ответственностью перед обществом, особенно если речь идет о будущем враче. В этих условиях беспокойность за свое здоровье и за здоровье своих близких резко возрастает, и с учетом информационной «атаки» со стороны СМИ, ограниченности социального общения резко возрастает тревожность. Источником тревоги может выступать

информация о семейных и служебных неприятностях (переход на другую форму работы), потере близких, угрозе жизни, здоровью и благополучию.

У обучающихся в вузах одной из причин, способных вызвать тревогу, является переход на дистанционное обучение. Это новый формат получения знаний, отчетности и, главное, оценивания знаний, полученных самостоятельно не в аудитории. Среди обучающихся в вузах в группу риска по дезадаптации входят практически все первокурсники. Переход на дистанционное обучение является очередной резкой сменой информационной среды – совокупности технических и программных средств хранения, обработки и передачи информации, а также социально-экономических и культурных условий реализации процессов информатизации. При этом в условиях самоизоляции резко снижается физическая активность студентов, результаты исследования доказывают, что сочетание сниженной мышечной нагрузки с нарастанием интенсивности нервно-психической деятельности способствуют ухудшению работоспособности студентов – как физической, так и умственной [4].

Ранее исследования, выполненные в РостГМУ, показали, что психофизиологическая характеристика адаптационных реакций организма студентов 1-го курса РостГМУ в обычных условиях коррелирует с уровнем тревожности [5].

На основании изложенного выше проведено изучение уровня тревожности обучающихся 1-го курса РостГМУ в ситуации пандемии, что явилось целью настоящей работы.

Цели и задачи

1. Изучить отношение студентов-медиков к социальным мерам, принятым в связи с угрозой распространения новой коронавирусной инфекции.
2. Изучить уровень тревожности студентов в связи с угрозой распространения новой коронавирусной инфекции.
3. Изучить влияние дистанционного обучения на уровень тревожности студентов.

Материалы и методы

Для изучения обозначенной проблемы был составлен опросник, состоящий из 20 вопросов. Опрос проводился анонимно на онлайн-платформе. В исследовании приняли участие 400 студентов-добровольцев 1-го курса в возрасте от 18 до 20 лет. Анкетирование проводилось в апреле 2020 г.

В соответствии с поставленными задачами первая часть вопросов была посвящена коронавирусной инфекции и режиму самоизоляции.

Вторая группа вопросов касалась уровня тревоги студентов в связи с распространением новой коронавирусной инфекции.

Третья группа вопросов ориентирована на выяснение отношения студентов к дистанционному обучению.

С учетом специфики получаемого образования в анкету вошли вопросы относительно выбранной профессии в сложившейся ситуации.

Результаты исследования

Опрос на тему самоизоляции показал, что большая часть студентов (70%) считают необходимым соблюдать режим самоизоляции и выходят на улицу только в случае острой необходимости. Кроме того, обучающиеся понимают целесообразность использования индивидуальных мер защиты для профилактики заболевания Covid-19, и 85,1% используют антисептические средства и носят медицинские или немедицинские маски.

Из 400 опрошенных студентов 1-го курса 75,6% понимают риск развития осложнений и при первых признаках недомогания обратятся к врачу, а не станут заниматься самолечением. Данные цифры показывают нам высокую социальную ответственность будущих врачей за свое здоровье и здоровье окружающих.

Представляет интерес ответы студентов относительно информации о новом вирусе. Более половины первокурсников (61,2%) пополняют свои знания о короновирусах и о новом короновирусе Covid-19, используя научную литературу, 59% опрошенных считают информацию в СМИ о короновирусной инфекции исчерпывающей.

Следующая часть опроса была посвящена тревожности в связи с распространением новой короновирусной инфекции. Опрос показал, что 20,5% опрошенных испытывают страх и панику перед угрозой распространения вируса и возможностью заболеть, 8,5% ищут у себя симптомы заболевания. Однако уровень тревоги у этих студентов остался на умеренном уровне, так как уверены в получении соответствующей медицинской помощи в случае необходимости. 79,5% студентов, принявших участие в опросе, не испытывает паники и тревожности в связи с пандемией, однако 25% следят за информацией о Covid-19 и проверяют ее в СМИ более одного раза в день.

Следующая группа вопросов была посвящена дистанционному обучению. Результаты опроса показали, что 63,2% считают, что переход на дистанционное обучение не отразился на успеваемости, 19,3% отметили повышение успеваемости, примерно столько же обучающихся (17,6%) получают оценки ниже, чем при очной форме обучения. При этом большинство опрошенных (74,1%) считают, что учебная нагрузка после перехода на дистанционное обучение стала больше, несмотря на то что учебный план и объем изучаемого материала остались без изменения. В связи с этим 56,8% опрошенных чувствуют нервное напряжение и тревогу за результаты в сессии, тогда как в условиях очного обучения предсессионную тревогу испытывают 33,5% первокурсников РостГМУ [5].

Анкетируемые отметили, что испытывают затруднения в освоении учебного материала, в связи с чем 77,3% обучающихся 1-го курса стали больше тратить времени при выполнении заданий.

Дистанционное обучение не отразилось на суточном режиме обучающихся – 51,5% продолжают изучать материал в дневное время, 23,2% вечером, 14,6% ночью и лишь 10,7% утром.

Следующая группа вопросов непосредственно касалась выбранной профессии. 94,6% опрошенных студентов ответили, что ситуация с пандемией не повлияла на выбор профессии и они намерены продолжать обучение в медицинском вузе. Более того,

62% в нынешней неблагоприятной ситуации готовы пойти работать в медицинские учреждения и помогать врачам.

Выводы

Данные цифры показывают осознанный выбор профессии врача студентами 1-го курса РостГМУ и большую социальную ответственность. Но при этом с переходом на дистанционное обучение студенты испытывают затруднения в освоении учебного материала, резко растет тревожность первокурсников, что может привести к формированию стресса со всеми вытекающими из этого последствиями.

Список литературы

1. Грехов Р. А., Сулейманова Г. П., Адамович Е. И. Роль тревоги в психофизиологии стресса // Вестник ВолГУ. Сер. 11: Естественные науки. 2017. Т. 7, № 1. С. 57–66.
2. Waller E., Scheidt C. E. Somatoform disorders as disorders of affect regulation: a developmental perspective // International Review of Psychiatry. 2006. Vol. 18, No. 1. P. 13–24.
3. Aghajanyan N. A., Makarova N. I. The ethnic dimension of adaptation physiology and disease of the population // Human Ecology. 2014. Vol. 3. P. 3.
4. Севрюков А. В., Парахин В. А. Здоровье и развитие студентов в условиях информационной и эмоциональной загруженности // Материалы III межрегиональной научно-практической конференции «Экология и здоровье», Ростов-на-Дону, 27 мая 2016: тез. докл. Ростов н/Д.: Изд-во РостГМУ, 2016. С. 26–30.
5. Сравнение психофизиологической характеристики адаптационных реакций организма и уровня тревожности у студентов 1 курса / И. В. Захарченко, А. А. Кураш, И. И. Гриша, Х. Т. Бахриев // Материалы III межрегион. науч.-практ. конф. «Экология и здоровье», Ростов-на-Дону, 27 мая 2016: тез. докл. Ростов н/Д.: Изд-во РостГМУ, 2016. С. 146–151.

References

1. Grekhov R. A., Suleymanova G. P., Adamovich E. I. Rol trevogi v psikhofiziologii stressa. *Vestnik VolGU. Ser. 11: Estestvennye nauki*. 2017, Vol. 7, No. 1, pp. 57–66.
2. Waller E., Scheidt C. E. Somatoform disorders as disorders of affect regulation: a developmental perspective. *International Review of Psychiatry*. 2006, Vol. 18, No. 1, pp. 13–24.
3. Aghajanyan N. A., Makarova N. I. The ethnic dimension of adaptation physiology and disease of the population. *Human Ecology*. 2014, Vol. 3, p. 3.
4. Sevryukov A. V., Parakhin V. A. Zdorovye i razvitie studentov v usloviyakh informatsionnoy i emotsionalnoy zagruzhenosti. In: *Proceedings of the III Interregional scientific-practical conference "Ekologiya i zdorovye"*, Rostov-on-Don, 27.05.2016. Rostov-on-Don: Izd-vo RostGMU, 2016. Pp. 26–30.

5. Zakharchenko I. V., Kurash A. A., Grisha I. I., Bakhriev Kh. T. Sravnenie psikhofiziologicheskoy kharakteristiki adaptatsionnykh reaktsiy organizma i urovnya trevozhnosti u studentov 1 kursa. In: *Proceedings of the III Interregional scientific-practical conference "Ekologiya i zdorovye"*, Rostov-on-Don, 27.05.2016. Rostov-on-Don: Izd-vo RostGMU, 2016. Pp. 146–151.

Интернет-журнал
«Проблемы современного образования»
2020, № 5

Статья поступила в редакцию 21.07.2020
The article was received on 21.07.2020