

Т.А.ЖУМАКОВА, У.С.АРТЫКБАЕВА, М.Б.ДАУТОВА, К.В.АНТОНЕЦ, Н.М.ЧУРУКОВА

С. Ж. Асфендияров атындағы Қазақ Ұлттық Медицина Университеті,
валеология курсымен қалыпты физиология кафедрасы

СТУДЕНТТЕРДІҢ БЕЙІМДЕЛУІНЕ ОҚУ ҮРДІСІНІҢ ӘСЕРІ

Жоғарғы оқу орындары студенттерінің денсаулығы медицина саласының түрлі мамандарының назарын аударуда. Бұл жұмыста медициналық университеттің екінші курс студенттерінің арасында жүргізілген организмнің күйзеліс жағдайларға бейімделуіне негізделген зерттеудің нәтижелері көрсетілген. Студенттерде психоэмоционалдық көрсеткіштердің өзгеруі сессия кезінде туындайтын емтихандық күйзеліске байланысты екені анықталған.

Түйінді сөздер: студенттердің бейімделуі, физиология, емтихандық күйзеліс.

Кіріспе.

Жоғарғы оқу орындарында білім алатын студенттер үшін оқу үрдісіне студенттер организмнің бейімделуі психоэмоционалдық реттеулерді тудыратын басты фактордың бірі болып табылады[1]. Студенттердің көпшілігіне тән емтихандық күйзеліс емтиханды жақсы тапсыруға кедергі келтіретін фактор болып табылады, себебі емтихандық күйзеліске тән қорқыныш интелекті, ерікті бұғаттайды, есте сақтау, назар аудару қабілетерін нашарлатады және ойды жинақтау қабілетін төмендетеді[2].

Сынақ және емтихан тапсыру кезінде оқу үрдісінің бақылау және бағалау үлгілері өзгеріп отырады, ал бұл өзгерістер студенттердің еңбек және демалыс режимдеріне әсер етпей қалмайды. Білім берудің жаңа жүйелеріне бейімделу бейімделудің ең проблемалы түрі болып табылады, әсіресе жоғарғы оқу орындарында оқудың алғашқы екі жылы.[3].

Зерттеу мақсаты. Жалпы медицина факультетінің екінші курсына оқу кезінде студенттердің психоэмоционалдық жағдайына емтихандық күйзелістің әсерін экспериментальды зерттеу.

Зерттеу материалы мен әдістемелері. Студенттердің оқу процесіне бейімделуін зерттеу С. Ж. Асфендияров атындағы Қазақ Ұлттық Медицина Университетінің жалпы медицина факультетінің екінші курс студенттері арасында өткізілді. Зерттеу екі рет жүргізілді – сессияралық уақытта практикалық сабақ күні және емтихан тапсыратын күні. Зерттеуге 17 жастан 20 жасқа дейінгі 76 студент қатысты.

Зерттеліп отырған студенттердің психоэмоционалдық жағдайын САН (жағдай, белсенділік, көңіл күй) тесттік сауалнамасының және «Қобалжу шкаласының» (Дж. Тейлор бойынша) көмегімен анықтадық. Темпераменттік мінез-құлықтың ерекшеліктерін Айзенка әдісімен анықталды. Тәуліктік биоритмді бағалау Д. Хорн әдісімен, тұлғалық және жағдайлық қобалжу Ч. Д. Спилберг және Ю. Л. Ханин тәсілімен жүргізілді.

Зерттеу нәтижелері: Студенттердің қобалжу деңгейінің салыстырмалы анализі бұл көрсеткіштің емтихандық сессия кезінде жоғарылауын көрсетті. Тесттілеудің 1 және 2 кезеңдерінің арасындағы айырмашылық қобалжудың төменгі деңгейі үшін 0,5 баллды; орташа деңгейі үшін – 1,95 баллды; жоғарғы деңгейі үшін – 3,1 баллды құрады. Ал максимум 50 баллды құрады. (диаграмма 1).





Диаграмма 1 - Дж. Тейлор бойынша қобалжу деңгейінің салыстырмалы анализі
Ескерту: 1 – сессияаралық кезең; 2 – емтихандық сессия.

САН(жағдай, белсенділік, көңіл күй)тестінің нәтижелеріне сәйкес, студенттердің көбі өздерінің жағдайларын, белсенділігі мен көңіл күйін төмен деп бағалайды. Әсіресе, емтихандық сессия кезінде көрсеткіштер деңгейінің анық төмендеуі байқалды (диаграмма 2).



Диаграмма 2 - САН диагностикасы (жағдай, белсенділік, көңіл күй)

Ескерту: ҚД – қобалу дәрежесі.

Айзенка әдісі бойынша темпераменттің мінез-құлық ерекшеліктерінің анализі студенттердің басым көпшілігі, жоғары экстроверсия мен жоғары эмоционалдық төзімділікке ие, сангвиниктар (56,25%) екенін көрсетті. Төменгі эмоционалдық төзімділігімен ерекшеленетін, холериктер 18,75% құрады. Анық интроверсиямен сипатталатын флегматиктер мен меланхоликтер бір деңгейде анықталды – 12,5%. Студенттердің көбі, ЖОО-на бейімделудің басты шарттары – жаңажағдайларға тез үйренетін, адамдармен тез тіл табысып кететін болып шықты.

Ч. Д. Спилберг пен Ю. Л. Ханниннің тестінің көмегімен зерттелінген студенттердің тұлғалық (ТҚ) және жағдайлық қобалжу (ЖҚ) деңгейі анықталды. Алынған нәтижелер студенттерді қобалжу деңгейіне байланысты үш топқа бөлуге мүмкіндік берді: ТҚ және ЖҚ-ның жоғары, орташа, төменгі деңгейімен (табл. 1). Жоғарғы қобалжу деңгейіне сай топқа көбі кірді – 45,9%, орташа қобалжу деңгейі сай студенттер бірінші кезеңде $49,57 \pm 0,2$ балл және екінші кезеңде $52,16 \pm 0,5$. Жағдайлық қобалжу деңгейінде тұлғалық қобалжу деңгейіндегідей заңдылық байқалды (табл. 1).

Таблица 1 - Ч. Д. Спилберг пен Ю. Л. Ханин бойынша тұлғалық және жағдайлық қобалжу көрсеткіштері

| Көрсеткіш | Кезең | Қобалжу деңгейі | | |
|-------------------|-------|-----------------|-----------------|-----------------|
| | | Жоғарғы | Орташа | Төменгі |
| Тұлғалық қобалжу | 1 | $49,57 \pm 0,2$ | $39,41 \pm 0,5$ | $20,89 \pm 0,3$ |
| | 2 | $52,16 \pm 0,5$ | $40,11 \pm 0,6$ | $23,74 \pm 0,5$ |
| Жағдайлық қобалжу | 1 | $49,46 \pm 0,8$ | $40 \pm 0,3$ | $19,8 \pm 0,6$ |
| | 2 | $53,06 \pm 0,4$ | $38,18 \pm 0,7$ | $29 \pm 0,7$ |

Ескерту: 1 – семестрлік кезең; 2 – емтихандық сессия.

Биологиялық тәуліктік ритм арасында студенттерде аралық күндізгі тип басым болып шықты – «көгершін» – 79,6%. Көгершіндер бейімдірек, тәуліктің кез келген уақыт аралығында ұйқтауға және оянуға бейім, ал белсенділік шыңы тәуліктің бірінші және екінші жартысында да байқалуы мүмкін. Бұл – оқу процесіне бейімделудің маңызды көрсеткіші. «Жапалақтар» мен бозторғайлар» 16,4% және 4% құрады.

Қорытынды: Өткізілген зерттеулер емтихандық сессия кезінде семестрлік уақытпен салыстырғанда студенттерде, қобалжу деңгейінің артуы мен организмнің бейімделу мүмкіндігінің төмендеуінен көрінетін, психоэмоционалдық көрсеткіштердің өзгеруі байқалған деген қорытындыға келуге мүмкіндік берді. Бұл өзгерістердің барлығы, студенттерде сессия кезінде туындайтын, емтихандық күйзеліспен байланысты болу мүмкін. Оқудың әр кезеңінде студенттердің денсаулығын зерттеуде психоэмоционалдық тәсілді қолдану организмнің индивидуалдық ерекшеліктеріне негізделген адамның бейімделуін болжауға мүмкіндік береді. Студенттердің емтихандық күйзеліске бейімделуі бейімделу мүмкіндіктерінің төмендеуінен көрінеді.

ӘДЕБИЕТ ТІЗІМІ

- 1 Сидтиков Ф. Г., Шайхелисламова М. В., Валеев И. Р. Влияние учебной нагрузки и условий производства на функциональное состояние симпатoadреналовой системы и показатели регуляции сердечного ритма у девушек 17–18-летнего возраста // Физиология человека. 2001. – Т.27, № 5. – 60 с.
- 2 Щербатых Ю. Б. Влияние показателей высшей нервной деятельности студентов на характер протекания экзаменационного стресса // Журнал ВнД им. И. Павлова. 2000. – № 6. – С.959-963.
- 3 Л. К. Токаева, С. С. Павленкович Влияние экзаменационного стресса на психоэмоциональный статус и функциональное состояние сердечно-сосудистой системы первокурсников // Современные проблемы науки и образования, № 2. – Саратов.: СГУ им. Н. Г. Чернышевского. 2012. – 82 с.
- 4 Л. В. Косованова, М. М. Мельников, Р. И. Айзман Скрининг-диагностика здоровья школьников и студентов. Организация оздоровительной работы в общеобразовательных учреждениях. – Новосибирск.: Сиб. Унив. изд-во, 2003. – 240 с.

Т.А.ЖУМАКОВА, У.С.АРТЫКБАЕВА, М.Б.ДАУТОВА, К.В.АНТОНЕЦ, Н.М.ЧУРУКОВА

ВЛИЯНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА НА АДАПТАЦИЮ СТУДЕНТОВ

Резюме:Состояние здоровья студентов в высших учебных заведениях все больше привлекает внимание медицинских специалистов разного профиля.

В работе представлены результаты исследования, проведенные среди студентов второго курса Казахского Национального Медицинского Университета имени С.Д.Асфендиярова, основанные на адаптации организма к условиям стресса. Установлено, что изменения психоэмоциональных показателей связаны с экзаменационным стрессом, возникающим у студентов в период сессии.

Ключевые слова: адаптация студентов, физиология, экзаменационный стресс.

T.A.ZHUMAKOVA, U.S.ARTYKBAYEVA, M.B.DAUTOVA, K.V.ANTONETS, N.M.CHURUKOVA

INFLUENCE OF EDUCATIONAL PROCESS ON ADAPTATION OF STUDENTS

Resume: The state of health of students in higher educational institutions draws attention of medical experts of a different profile more and more.

This work presents the result of research conducted among second-year students of the Asfendiyarov Kazakh National Medical University, based on adaptation of an organism to stress conditions. It is established that changes of psychoemotional indicators are connected with the examination stress arising at students during a session.

Keywords: adaptation of students, physiology, examination stress.