

Новосибирский государственный медицинский университет  
Кафедра гигиены и экологии

# «ФИЗИОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТАЦИИ К НАЧАЛУ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗе»

Выполнили: студентки 4 курса, лечебного факультета

Иванова Н.Л.

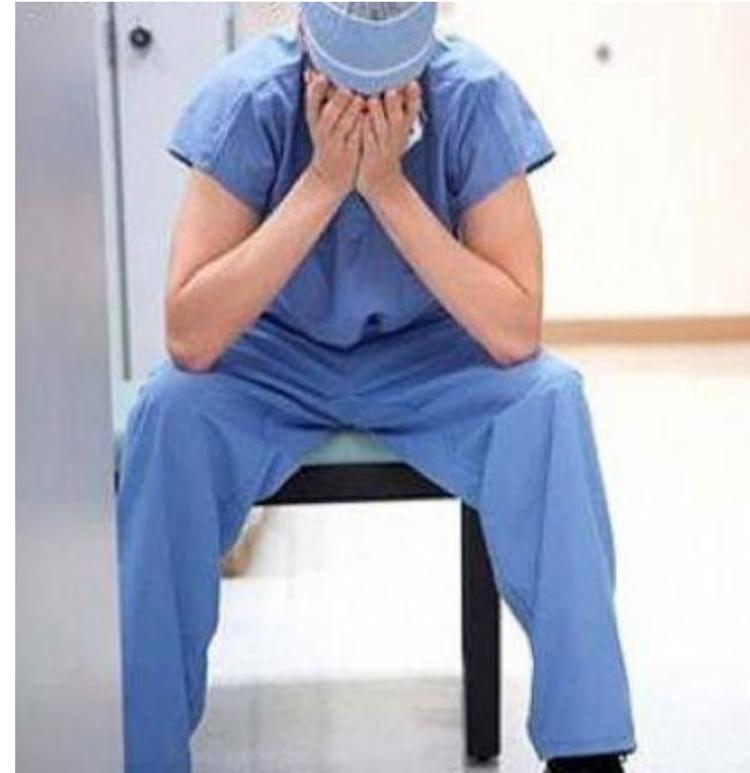
Позднякова Д.М.

Савченко А.С.

Научный руководитель: Семенова В.Н.

# Актуальность темы:

- Обучение в высшем учебном заведении - один из важных этапов социализации. Начало обучения сопровождается ломкой динамического стереотипа, существенными *изменениями* многих составляющих жизни, в том числе физиологических и психологических функций, состояния здоровья.
- Проблема адаптации комплексна, многокомпонентна – социальные, медицинские, гигиенические аспекты. Данная проблема касается значительного числа молодых людей.



# Цель исследования:

изучить степень адаптации первокурсников НГМУ и выявить факторы, влияющие на течение адаптационного периода, а так же определить необходимость профилактических мероприятий.

**Объект исследования** – первокурсники лечебного факультета НГМУ, 100 человек

# Задачи и их методическое решение

- ❖ Представить *характеристику* адаптационного периода.
  - анкетирование,
  - психологическое тестирование (показатели реактивной и личностной тревожности по тесту Спилберга- Ханина).
  - психофизиологическое тестирование - тест Айзенка
  - социометрическое исследование, определение степени комфортности нахождения в коллективе, выявление формальных и неформальных лидеров.
  - расчет адаптационного потенциала (методика В.П.Казначеева – Р.М. Баевского)
- ❖ Выяснить *роль факторов*, определяющих течение адаптационного периода – анализ, анкетирование, психофизиологическое тестирование (тест Айзенка)
- ❖ Обосновать необходимость *профилактических* мероприятий

## Расчет

$$\begin{aligned} \text{АП} &= 0,011\text{ЧП} + 0,014\text{АД} \\ &\quad \text{max} + 0,008\text{АД} \\ &\quad \text{min} + 0,014\text{В} + 0,009 \\ &\quad \text{MT} - 0,009\text{Р} - 0,27 \end{aligned}$$

где:

- ✓ ЧП – частота пульса
- ✓ АД – артериальное давление
- ✓ В – возраст
- ✓ МТ – масса тела
- ✓ Р – рост

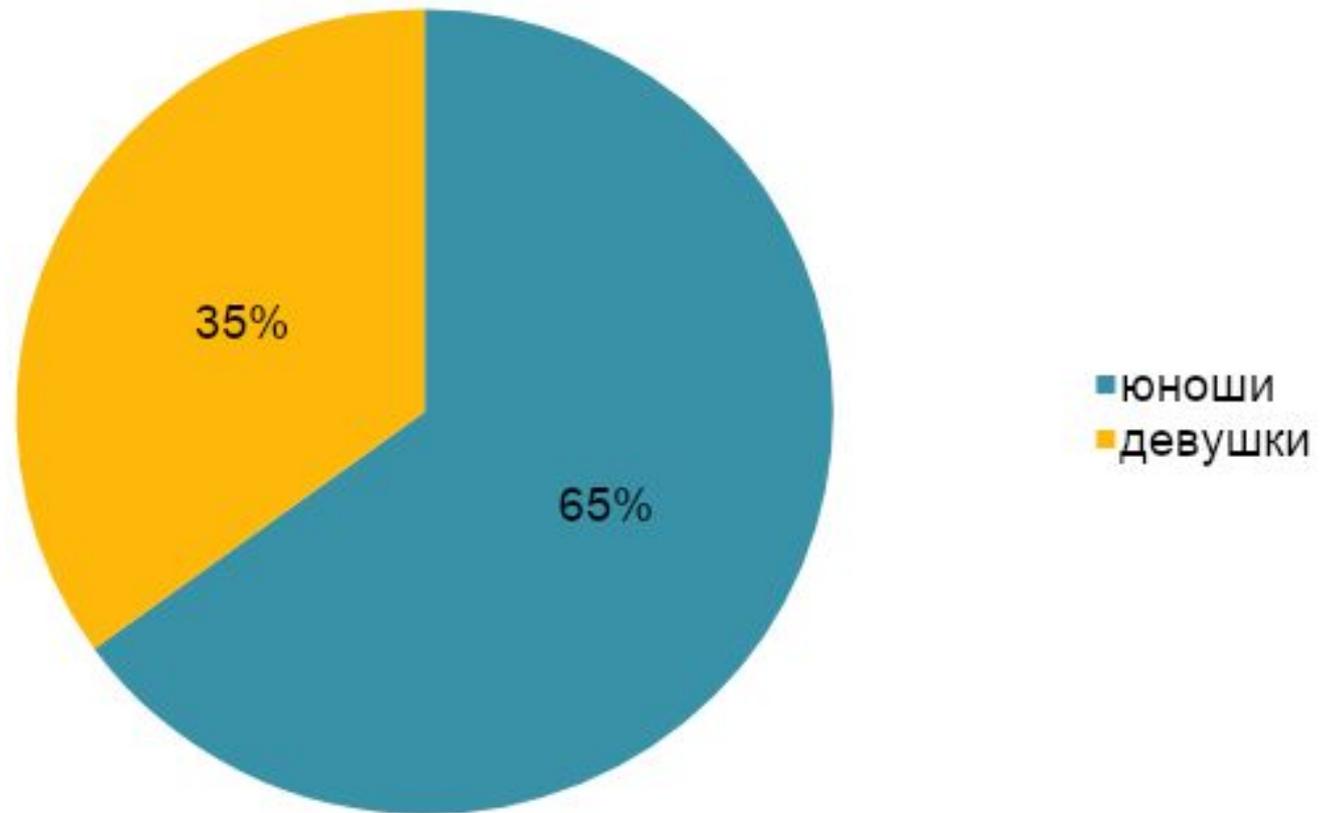
## Оценка

### Классификация АП:

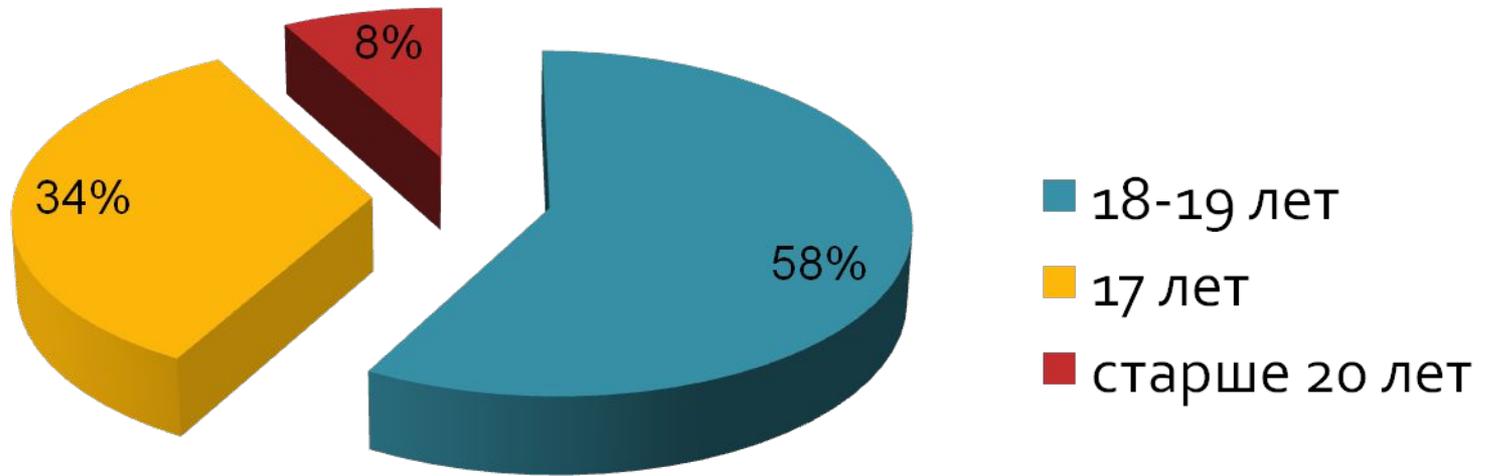
- 1,9+/-0,3 –  
удовлетворительный
- 2,0+/-0,05 – напряженный
  - 2,3+/-0,01 –  
неудовлетворительный
- 2,5+/-0,01 – срыв  
адаптации

# Адаптационный потенциал

# Гендерная характеристика респондентов

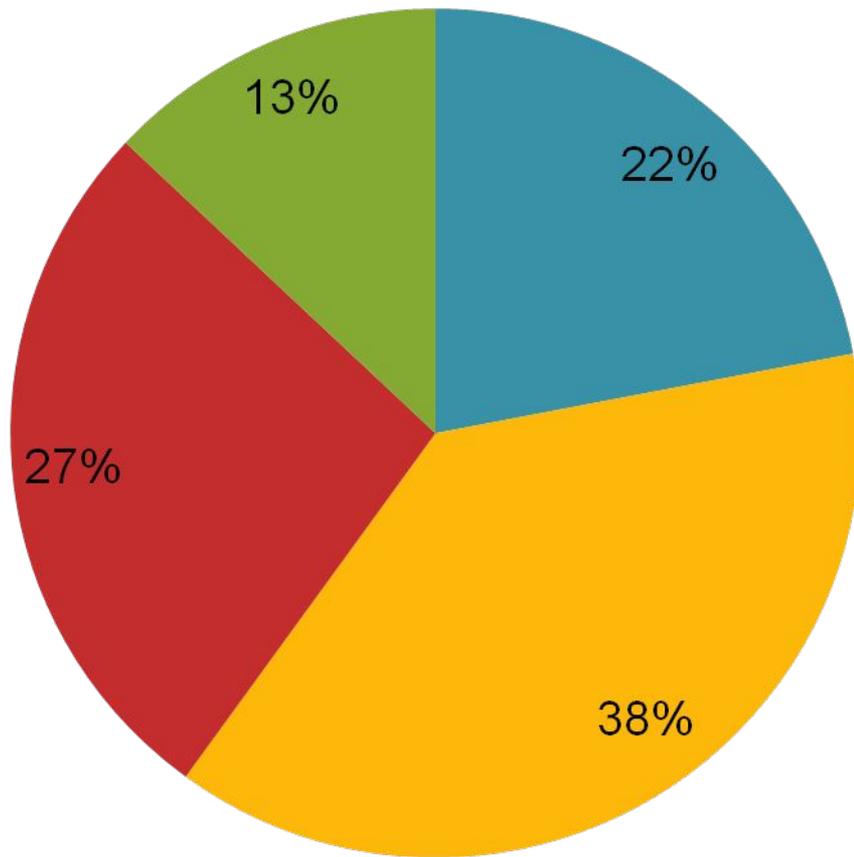


# Характеристика респондентов (по возрастным категориям)





## Типы адаптации (результаты теста Спилбергера-Ханина):



- высокий уровень реактивной и личностной тревожности, очень напряженное эмоциональное состояние
- средний уровень реактивной тревожности и высокий уровень личностной тревожности, и очень напряженное эмоциональное состояние
- средний уровень реактивной и личностной тревожности и напряженное эмоциональное состояние
- высокий уровень реактивной и средний уровень личностной тревожности, и очень напряженное эмоциональное состояние

## **Тревожность, здоровье, мотивация**

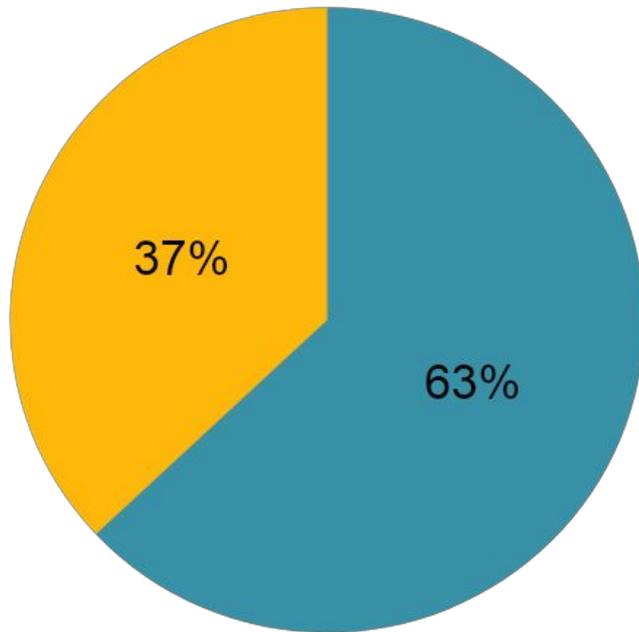
- По **степени тревожности и здоровью** испытуемые разделились на 4 группы.
- Изучение **мотивации**.
  - более половины (60%) поступив в медицинский ВУЗ, осуществили свою мечту.
  - треть первокурсников пришли по совету друзей, родственников.

## **Взаимосвязь**

- Лица с высоким уровнем тревожности имеют хронические заболевания и чаще болеют. В этой группе - те, кто выбрал медицину по «совету».
- У лиц со средним уровнем – картина противоположная, положительная мотивация

# **Характеристика адаптации**

# Роль учебной нагрузки



- 1 Повышенная учебная нагрузка, оценивают учебу сложной (7-8 баллов), учатся хорошо и отлично. Поступили в ВУЗ по своему желанию. По тесту Спилбергера-Ханина имеют средний уровень тревожности. По оценке состояния здоровья болеют реже.
- 2 Средняя учебная нагрузка, оценивают учебу по сложности на 5 баллов, учатся удовлетворительно и хорошо. В ВУЗ пошли по «совету» или другим причинам. Наблюдается высокий уровень тревожности. Болеют чаще.

Средняя учебная нагрузка, оценивают учебу по сложности на 5 баллов, учатся удовлетворительно и хорошо. В ВУЗ пошли по «совету» или другим причинам. Наблюдается высокий уровень тревожности. Болеют чаще.

*лучшая адаптация и средний уровень реактивной и личностной тревожности и напряженное эмоциональное состояние*

*адаптация протекает хуже (высокий уровень реактивной и личностной тревожности и очень напряженное психоэмоциональное состояние)*

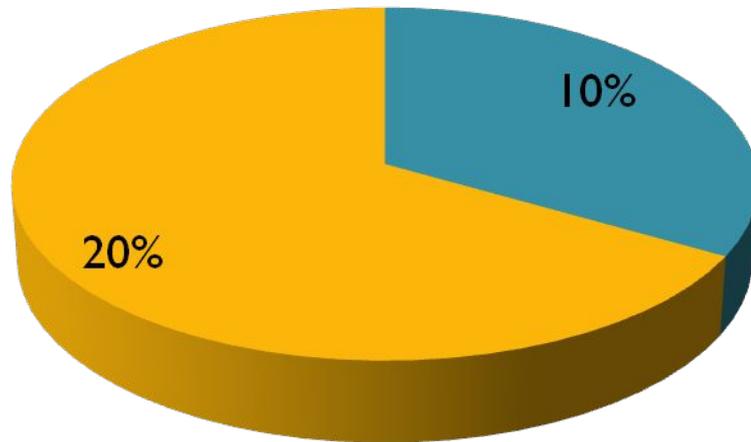
- проживают дома с родителями,
- занимаются спортом
- имеют другие увлечениями .

- проживают в общежитии,
- приехали из других городов и регионов,
- не занимаются спортом
- не имеют других увлечений

## **Условия и образ жизни**

# Характеристика адаптации и образ жизни.

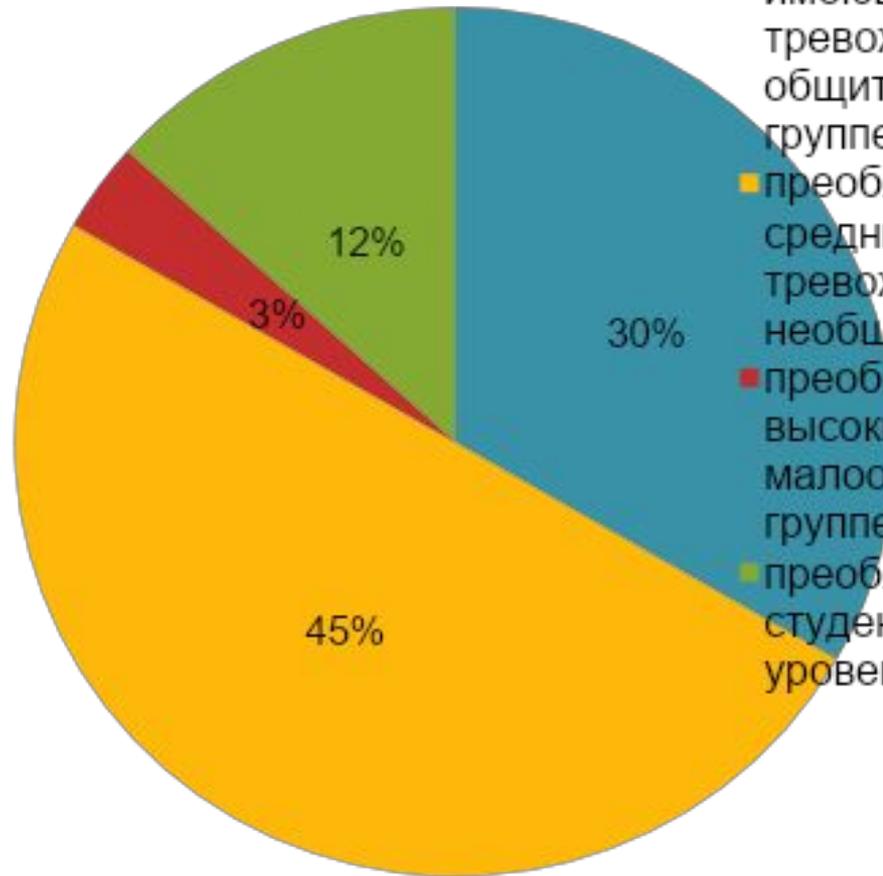
**В.Н.** — название, непонятны %  $10+20=30$ . д.Б.  
100%????



■ Занимаются спортом, имеют удовлетворительный адаптационный потенциал, средний уровень тревожности.

■ Не занимаются спортом, имеют напряженный адаптационный потенциал и высокий уровень тревожности.

# Роль взаимоотношений ???



- общительные ребята, отношения в группе отличные. Среди них преобладают студенты, имеющие средний уровень тревожности
- общительные, отношения в группе хорошие. Среди них преобладают лица, имеющие средний и высокий уровни тревожности
- необщительные. Среди них преобладают лица, имеющие высокий уровень тревожности
- малообщительные, отношения в группе хорошие. Среди них преобладают студенты, имеющие высокий уровень тревожности

Исследование в *каждой* группе первого курса и определение степени комфортности нахождения в коллективе *каждого* студента показало, что среди студентов, у которых в группе хорошие взаимоотношения, наблюдается средний уровень тревожности, что способствует внутригрупповому сплочению и повышению степени комфортности нахождения в коллективе.



# Ранжирование факторов

- мотивация,
- образ жизни студентов,
- учебная нагрузка
- состояние здоровья
- индивидуальные особенности????????
- *В.Н. - представить истинную «очередность»*

# Ожидания студентов и реальность???

*В.Н. - Опечатка в легенде*



- 
- Среди тех, у кого совпали, преобладают ???????

# ВЫВОДЫ

Проведенные исследования

- ❖ 1. свидетельствуют о
  - о наличии *различных типов адаптационного состояния* первокурсников
  - *различной роли факторов.*
- ❖ 2. диктуют необходимость психологической поддержки первокурсников.

- 
- Про спасибо за внимание