**УДК:** 159.942:616-053.82:378.6

**С.В. Бобрук**

*Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова*

**ШЛЯХИ ПОКРАЩЕННЯ НАВЧАННЯ З МЕТОЮ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ПСИХО – ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У СТУДЕНТІВ – МЕДИКІВ ВИЩИХ МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДІВ**

 **S.V. Bobruk**

*Vinnytsia National Medical University by M.I. Pirogov*

**WAYS OF IMPROVING EDUCATION WITH THE AIM OF PREVENTION OF PSYCHO-EMOTIONAL FAULTS TO STUDENTS - MEDICATORS OF HIGHER MEDICAL INSTITUTIONS**

**Резюме.** У статті наведено способи покращення сприйняття матеріалу студентами – медиками та шляхи подолання наслідків психо – емоційного навантаження. Створення умов для відпочинку та отримання кваліфікованої допомоги психолога сприятимуть легшому перебігу адаптації до навантаження, а викладання тематичного матеріалу у вигляді гри – полегшить засвоєння програми.

**Ключові слова:** психо – емоційні порушення, студенти – медики, мотивація.

**Symmary.** The article provides ways to improve the perception of material by medical students and ways to overcome the consequences of psycho - emotional stress. Creating conditions for rest and getting qualified psychologist assistance will facilitate the easier adaptation of the load, and teaching the thematic material in the form of a game - facilitate the mastering of the program.

**Key words**: psycho-emotional disturbances, students - physicians, motivation.

**Вступ.** В сучасних умовах інтеграції освіти України, з передовими освітніми технологіями, особливої ваги набуває питання забезпечення якісного вивчення студентами медичних вишів, незалежно від їх державної приналежності, усіх дисциплін, що викладаються протягом навчального циклу. Адже професійна компетентність майбутніх лікарів на пряму залежить від рівня знань та оволодіння практичними навичками. Окрім цього, для виховання високопрофесійних спеціалістів досить важливим є мотивація та сформована самооцінка студента. Як складне особистісне утворення, що належить до фундаментальних психологічних властивостей людини – самооцінка - формує конкурентоспроможність [1, 2]. Порушення самооцінки щодо власної професійної компетенції у той чи інший бік, негативно позначається на психологічному стані та відповідно на кінцевому результаті діяльності. Психо – емоційне здоров′я людини, є досить важливою складовою у формуванні особистості, яка в умовах сьогодення має бути соціальною та затребуваною. Професія лікаря направлена на допомогу, при цьому сам лікар має чітко усвідомлювати свій внесок у суспільство без самопожертви з боку свого власного здоровʼя.

**Мета роботи –** покращити навчання студентів-медиків з метою зменшення стресогенності та попередження розвитку психо-емоційних розладів.

**Основна частина.** В умовах реформування освіти в Україні, студенти – медики перших років навчання відчувають велике навантаження та відповідальність, що тягне за собою постійний психологічний тиск та емоційне виснаження [3]. Великий об’єм матеріалу, нестача часу та відсутність відпочинку відображаються у хронічній втомі, яка призводить до депресії, зневірі у власних силах та, як наслідок – суїцидальних думок та намірів. Зростання рівня стресогенності в ході навчання знаходить своє відображення в багатьох соматичних захворюваннях вже на більш старших курсах і призводить до формування психологічно не стабільної нації лікарів.

Небажані наслідки психо-емоційного навантаження краще профілактувати, аніж лікувати. Досить цікавою практикою у рішенні цих проблем є необхідність у створенні кімнат для відпочинку та зняття стресу. Обов′язковою умовою, окрім ретельно підібраного інтер’єру є послуга спеціаліста в сфері психології, адже, зачасту, студенти не можуть відкритися одноліткам та «закриваються» у собі. Наявність таких кімнат забезпечуватиме, окрім відпочинку, ще й належну консультацію спеціаліста та допомагатиме окреслети коло «проблемних» студентів, які шляхом вчасного виявлення будуть проходити курси відповідного лікування з метою попередження небажаних наслідків.

Іншою проблемою є викладання великої кількості матеріалу за короткий час заняття. Аналізуючи методи підготовки лікарів у вищих медичних закладах, слід відмітити основні ланки спрямованості на теоретичне викладення матеріалу протягом заняття, роботу з стимуляційним допоміжним інструментарієм та навчання у ліжка хворого на клінічних базах [4]. Важкість поєднання великого об’єму теоретичного матеріалу з практичними вправами призводить у студентів до швидкої втоми та не засвоєння матеріалу. Альтернативою може слугувати ведення заняття у вигляді гри, коли одночасно залучаються знання усієї групи, поєднуються теоретичні та практичні навики [5]. Під керівництвом викладача студенти, відповідно до рівня вивченого матеріалу, створюють ситуацію та разом йдуть до її вирішення. Це дає можливість викладачу оцінити всіх учасників гри, зацікавити студентів до вивчення предмета, а також створює умови для їх відпочинку [6].

Невідємним компонентом корисного навчання є мотивація, що являється прагненням людини реалізувати себе в тому, в чому вона здібна [7]. Саме вона забезпечує високопродуктивну працю. Тому студенти – медики, які показали найкращі знання та активність під час заняття, окрім оцінки, мають отримувати додаткові заохочення у вигляді балів на підсумковому модулі.

**Висновки.** В умовах реформування як галузі охорони здоровʼя, так і освіти, велику увагу слід приділяти психологічному здоровʼю студентів, які представляють собою майбутню рушійну силу країни. Забезпечення належних умов навчання та відпочинку сприяє продуктивній підготовці висококваліфікованих спеціалістів в галузі медицини. Наряду з правильною організацією та викладенням тематичного матеріалу, мотивація до навчання забезпечить правильний підхід до підготовки майбутніх лікарів.

**Список літератури**

1. Ломов Б.Ф. Психическая регуляция деятельности. Избранные труды / Б. Ф. Ломов. – Изд-во: ИП РАН, 2006. – 246 с.

2. Яньшин П.В. Клиническая психодіагностика личности. Учебно – методическое пособие / П.В. Яньшин. – 2-е узд., испр. – СПб.: Речь, 2007. – С.320.

3. Depression, anxiety, and perceived hassles amond entering medical students / C.K. Smith, D.F. Peterson, B.F. Degenhardt, J.C.Johnson // Psychology, health & medicine. – 2007. – Vol. 12, №1. – P. 31-39.

4. Артьоменко В.В. Симуляційне навчання в медицині: міжнародний та вітчизняний досвід / В.В.Артьоменко // Одеський медичний журнал. – 2015. - №6 (152). – С. 67 – 74.

5. Козирєва Н.Ю. Рольова гра як один із засобів інтерактивного навчання / Н.Ю.Козирєва // Ученые записки Таврического національного университета им. В.И.Вернадского. Серия « Филология. Социальные коммуникации». – 2012. – Т. 25 (64), № 1, ч. 2. – С. 289-293.

6. Івченко В.К. Про деякі проблеми практичної підготовки фахівців / В.К.Івченко, П.С. Меженський, О.І.Швець // Проблеми медичної науки та освіти. – 2001. - № 3. – С. 32-33.

7. Maslow Abraham. Motivation and personality / Abraham H. Maslow. – New York: Harper and Row, 1970. – 369 p.

**References**

1. Lomov, B.F. (2006). Psikhicheskaya regulatsyya deyatelnosti. Izbrannyyetrudy [Psychic regulation of activity. Selectas]. M.: Izd-vo IP RAN [in Russian].

2. Yanshyn, P.V. (2007). Klinicheskaya psikhodiagnpstika lichnosti. Uchebno-metodicheskoye posobiye [Personality clinical psychodiagnostics. Education and methodology guide]. SPb: Rech [in Russian].

3. Smith, C.K., Peterson, D.F., Degenhardt, B.F., & Johnson, J.C. (2007). Depression, anxiety, and perceived hassles amond entering medical students. Psychology, health & medicine, 12 (1), 31-39.

4. Artomenko, V.V. (2015). Symuliatsiine navchannia v medytsyni: mizhnarodnyi ta vitchyznianyi dosvid [Simulation learning in medicine: international and national experience]. Odeskyi medicine zhurnal – Odesa Medical Journal, 6 (152), 67 – 74 [in Ukrainian].

5. Kozyrieva, N.Yu. (2001). Rolova hra yak odyn iz zasobiv interaktivnogo navchania [Role-playing game as on of the means of interactive learning]. Uchenyye zapiski Tavricheskogo natsyonalnogo universiteta im. V.I. Vernadskogo. Seriya “Filologiya. Sotsyalnyye komunikatsyi” – Proceedings of Taurian National University by V.I. Vernadsky. Series “Philology. Social communication”, 25 (64), 1(2), 289-293 [in Ukrainian].

6. Ivchenco, V.K. Mezhenskyi, P.S., & Shvets, O.I. (2001). Pro deiaki problem praktychnoi pidhotovky fakhivtsiv [Some problems of profesionalsʼ practical training] Problemy medychnoi nauky ta osvity – Problems of Medical Science and Education, 3, 32-33 [in Ukrainian].

7. Maslow Abraham. Motivation and personality / Abraham H. Maslow. – New York: Harper and Row, 1970. – 369 p.

**Авторська довідка:**

**Бобрук Світлана Володимирівна** кандидат медичних наук, асистент кафедри дитячих інфекційних хвороб Вінницького національного медичного університету ім. М.І. Пирогова.

Адреса: 21008 Україна, м. Вінниця, вул. Сонячна б.9, кв.18.

E-mail: doctorbobruk@gmail.сom

Телефон:067-90-40-568.