

## ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ НАЧАЛЬНЫХ КУРСОВ ВЫСШЕГО МЕДИЦИНСКОГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Рогачева Е.А., Вовк А.А., Дорохов А.В.

ГБОУ ВПО «Ростовский государственный медицинский университет» Минздравсоцразвития России, Россия, г. Ростов-на-Дону,

**Актуальность.** Адаптивные свойства организма определяются рядом причин. Исходным является генотип, комплекс наследственных признаков. В процессе жизни и взаимодействия со средой вырабатываются индивидуальные фенотипические признаки в пределах нормы реакции. В значительной мере адаптация к природной и, особенно, социальной среде зависит от сочетания резервных возможностей организма к функциональным перестройкам, социального положения человека в обществе и формы поведения, определяющейся интеллектуальным и духовным состоянием человека. Гибкость поведения и способность к созданию искусственной среды, изолирующей от воздействия негативных факторов, у человека выражена гораздо сильнее, чем у животных, что обусловлено особенностью высшей нервной деятельности человека и функциональным взаимодействием коры больших полушарий и подкорковыми структурами мозга.

**Цель.** Изучить адаптационный потенциал студентов первого курса с разным вегетативным статусом. Оценить состояние здоровья студентов. Разработать практические рекомендации по повышению уровня адаптации.

**Материалы и методы.** Изучали адаптационный резерв ЦНС у 25 студентов 1 курса РостГМУ с разным вегетативным тонусом в возрасте 17 – 20 лет. Вегетативный тонус, силу и устойчивость нервных процессов определяли методом теппинг теста. Из 25 обследуемых с ваготоническим типом (ВТ) было 9 человек, с симпатотоническим (СТ) - 2 и нормотоническим (НТ) – 14. Тип вегетативной регуляции определяли с помощью дермографической пробы. В процессе исследования был использован метод диагностики оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (САН), проведена оценка личностной и ситуационной тревожности по Ч. Д. Спилбергеру. Полученные данные подверглись корреляционному анализу.

**Результаты.** Активность организма до и после занятий была различна и крайне переменчива: у некоторых она повышается, у других – понижается, а может и держаться на одном уровне. По результатам теппинг теста выяснено, что ваготоники имеют низкую начальную активность, но она может сохраняться на стабильном уровне. Нормотоники имеют достаточно высокую активность, которая со временем снижается. Симпатотоники имеют среднюю начальную активность, которая со временем повышается. У ваготоников выявлена среднеслабая нервная система, у нормотоников – средней силы, у симпатотоников – слабой силы. В ходе корреляционного анализа между различными показателями САН и уровнем тревожности установлено, что коэффициент корреляции с показателем «самочувствие» соответствовал  $-0,7$  ( $p < 0,05$ ), для показателя «активность»  $-0,28$  ( $p < 0,05$ ), а для «настроение» был низким и составил  $-0,06$  ( $p > 0,05$ ). Следовательно, наибольшая связь наблюдалась между уровнем тревожности и показателем САН «самочувствие». При уменьшении показателя «самочувствие» происходило увеличение уровня тревожности.

**Выводы.** Следовательно, ваготоники приспособлены к длительным, но небольшим нагрузкам; нормотоники – коротким, но импульсивным нагрузкам; симпатотоники – к очень коротким и очень импульсивным вследствие быстрого утомления. Данное обстоятельство необходимо учитывать при организации учебных нагрузок на начальных курсах высшего учебного заведения.