



Харківський національний медичний університет
Кафедра загальної та клінічної патофізіології імені Д.О.Альперна

Дослідження впливу нав'язливих думок на психоемоційний стан студентів-медиків



Презентацію підготувала:

Штикер А.С., студентка 3 курсу

Науковий керівник:

Юхта М.С., к.м.н., асистент кафедри клінічної та
патологічної фізіології ім. Д.О. Альперна

01 Вступ

Нав'язливі думки – це повторювані, неприйнятні думки або образи, які переривають поточний процес мислення, визначаються внутрішніми чинниками і важко піддаються контролю.



01 Вступ

Причинами появи нав'язливих думок можуть бути:

- тиск зі сторони однолітків та суспільства,
- завищені вимоги до себе,
- стрес у навчальному або робочому середовищі,
- підвищена тривожність разом зі слабкою нервовою системою тощо.

Інтенсивні, часті нав'язливі думки, які впливають на життєдіяльність особистості, можуть призвести до розвитку неврозу нав'язливих станів.



02

Мета

Визначити вплив нав'язливих думок на психоемоційний стан студентів-медиків.



03

Матеріали та методи

Для досягнення мети дослідження було створене анонімне онлайн-анкетування на платформі Google Forms. У дослідженні взяли участь 173 вітчизняні студенти Харківського національного медичного університету 1, 2 і 3 років навчання. Термін проведення опитування - січень 2022 року.



04

Результати та їх обговорення

168 (97,11%)

відзначили у себе наявність нав'язливих думок

112 (66,67%)

вказали на значну частоту їх появи

105 (62,50%)

побоюються, що турбуючі думки стануть
матеріальними

143 (85,12%) відповіли, що нав'язливі думки впливають на психоемоційний стан:



75,52% **108 осіб**
Роздратованість

73,43% **105 осіб**
Перепади настрою

65,03% **93 особи**
Постійна тривога

65,03% **93 особи**
Пригніченість

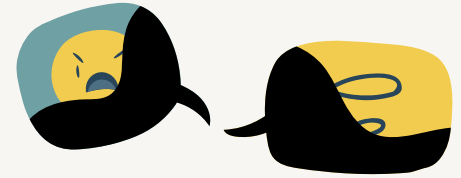
41,26% **59 осіб**
Почуття безвиході

32,87% **47 осіб**
Байдужість



62,94% (90) – порушення сну і засинання





48,95% (70)

Труднощі у спілкування
з оточуючими людьми



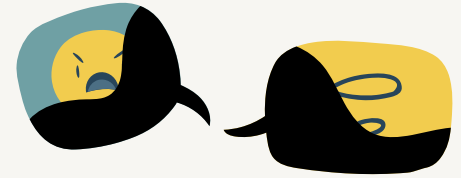
47,55% (68)

Погане самопочуття



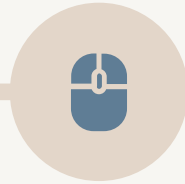
38,46% (55)

Проблеми у навчанні



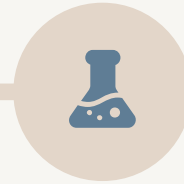
33,57% (48)

Порушення апетиту



27,97% (40)

Надмірна залученість у
комп'ютерні ігри та
Інтернет



7,69% (11)

Зловживання
алкогольними напоями

96 осіб - 67,13% - намагаються поліпшити свій психоемоційний стан

64,58% (62)

Займаються фізичною активністю і спортом

51,04% (49)

Практикують медитацію і йогу



26,04% (25)

Приймають фармацевтичні засоби (антидепресанти, снодійні, седативні)

12,50% (12)

Звертаються до спеціалістів (психолог, психотерапевт)

Спілкування з близькими людьми, повноцінний відпочинок і сон, заняття хобі, прослуховування улюбленої музики.



Причини поширеності нав'язливих думок серед студентів університетів

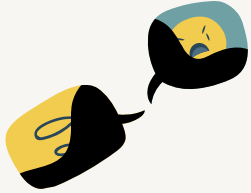
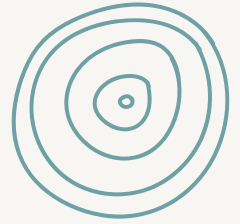


Молоді люди більш схильні до стресу, пов'язаного з напруженим ритмом життя і необхідністю пристосовуватися до нових академічних вимог. При цьому їм може не вистачати достатнього рівня знань та досвіду, що робить їх більш уразливими до впливу цих факторів.



Студенти, що брали участь в даному опитуванні, зазнавали стресорного впливу пандемії COVID-19 та пов'язаними з нею самоізоляції і дистанційного навчання, які також є причиною зростання кількості людей із симптомами нав'язливих станів.

Висновок



В результаті проведеного дослідження з'ясовано, що значна частина студентів Харківського національного медичного університету відмічає у себе нав'язливі думки, що значно впливають на їхній психоемоційний стан.

Головна ідея зменшення негативного впливу нав'язливих думок на якість повсякденного життя полягає у тому, щоб навчитися правильно реагувати на свої думки, емоції, внутрішні відчуття та інтерпретувати зовнішні події.





Дякую за увагу!