

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
БИОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
Кафедра физиологии человека и животных

ОСИПЕНКО

Татьяна Алексеевна

ОЦЕНКА УРОВНЯ СТРЕССА У СТУДЕНТОВ ПО
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИМ ТЕСТАМ И ПОКАЗАТЕЛЯМ РАБОТЫ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

Аннотация к дипломной работе

Научный руководитель:
кандидат биологических наук,
доцент Д.Б. Сандаков

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

ВАРИАБЕЛЬНОСТЬ РИТМА СЕРДЦА, ВЕГЕТАТИВНАЯ НЕРВНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ, ЭЛЕКТРОЭНЦЕФАЛОГРАММА, СИМПАТИЧЕСКАЯ РЕГУЛЯЦИЯ, ПАРАСИМПАТИЧЕСКАЯ РЕГУЛЯЦИЯ, СТРЕСС.

Цель работы: исследование влияния стресса на студентов через анализ психофизиологических показателей и функционирования сердечно-сосудистой системы.

Для достижения данной цели поставлены следующие **задачи**:

1. Разработать методику для оценки уровня стресса выявляющую признаки моторной и эмоциональной возбудимости у студентов Белорусского государственного университета биологического факультета;
2. Провести сбор данных о психофизиологических показателях студентов (уровень артериального давления, частота сердечных сокращений) и оценить их влияние на общий уровень стресса.

Объект исследования: студенты биологического факультета БГУ.

Предмет исследования: влияние стресса на показатели ЧСС и артериального давления у молодых людей до 21 года.

Результаты, полученные в ходе исследования:

1. Проведение тестирования дало равное соотношение студентов с признаками повышенного уровня депрессии, тревоги и стресса (10 человек).
2. Результаты проведения тестирования (с целью уточнения стрессового состояния) дали следующее: среди 10 студентов с выявленными признаками стресса у 5 человек выявлен средний уровень стресса, у двоих – сильный уровень стресс, тревоги и депрессии, и у 3 показатели не превышали норму. То есть преобладание уровня стресса среди студентов было

разнообразным: от среднего до сильного уровня, сопровождаемого тревогой и депрессией.

Структура дипломной работы: 46 страниц, в том числе объем, занимаемый иллюстрациями, таблицами – 3 страницы; 11 рисунков; 41 библиографических источника.

АГУЛЬНАЯ ХАРАКТАРЫСТЫКА РАБОТЫ

ВАРЫЯБЕЛЬНАСЦЬ РЫТМУ СЭРЦА, ВЕГЕТАТЫЎНАЯ НЕРВОВАЯ РЭГУЛЯЦЫЯ, ЭЛЕКТРАЭНЦЭФАЛАГРАМА, СІМПАТЫЧНАЯ РЭГУЛЯЦЫЯ, ПАРАСІМПАТЫЧНАЯ РЭГУЛЯЦЫЯ, СТРЭС.

Мэта работы: даследаванне ўплыву стрэсу на студэнтаў праз аналіз псіхафізіялагічных паказчыкаў і функцыянавання сардэчна-сасудзістай сістэмы.

Для дасягнення даннай мэты пастаўлены наступныя **задачы:**

1. Распрацаваць методыку для ацэнкі ўзроўню стрэсу выяўляць прыкметы матарнай і эмацыйнай узбудлівасці ў студэнтаў Беларускага дзяржаўнага ўніверсітэта біялагічнага факультэта;
2. Правесці збор дадзеных аб псіхафізіялагічных паказчыках студэнтаў (узровень артэрыяльнага ціску, частата сардэчных скарачэнняў) і ацаніць іх уплыў на агульны ўзровень стрэсу;

Аб’ект даследвання: студэнты біялагічнага факультэта БДУ.

Прадмет даследвання: уплыў стрэсу на паказчыкі ЧСС і артэрыяльны ціск ў маладых людзей да 21 года.

Вынікі, атрыманыя пад час даследвання:

1. Правядзенне тэставання дало роўныя суадносіны студэнтаў з прыкметамі павышанага ўзроўню дэпрэсіі, трывогі і стрэсу (10 чалавек).
2. Вынікі правядзення тэставання (з мэтай удакладнення стрэсавага стану) далі наступнае: сярод 10 студэнтаў з выяўленымі прыкметамі стрэсу ў 5 чалавек выяўлены сярэдні ўзровень стрэсу, у дваіх – моцны ўзровень стрэсу, трывогі і дэпрэсіі, і ў 3 паказчыкі не перавышалі норму. Гэта значыць перавага ўзроўню стрэсу сярод студэнтаў было разнастайным: ад сярэдняга да моцнага ўзроўню, які суправаджаецца трывогай і дэпрэсіяй.

Структура дыпломнай работы: 46 старонак, у тым ліку аб’ём які займаюць ілюстрацыі, табліцы – 3 старонкі; 11 малюнкаў; 41 бібліяграфічных крыніц.

GENERAL DESCRIPTION OF WORK

HEART RATE VARIABILITY, AUTONOMIC NERVOUS REGULATION, ELECTROENCEPHALOGRAM, SYMPATHETIC REGULATION, PARASYMPATHETIC REGULATION, STRESS.

Purpose of work: the study of the impact of stress on students through the analysis of psychophysiological indicators and the functioning of the cardiovascular system..

To achieve the goal of the work, the following **tasks** were set:

1. To develop a methodology for assessing stress levels that identifies signs of motor and emotional excitability in students of the Belarusian State University of the Faculty of Biology;

2. To collect data on the psychophysiological indicators of students (blood pressure level, heart rate) and assess their impact on the overall stress level.

Object of the study: students of the Faculty of Biology of BSU.

Subject of the study: the effect of stress heart rate and blood pressure indicators in young people under 21 years of age.

The **results** obtained during the study:

1. The testing gave an equal ratio of students with signs of increased levels of depression, anxiety and stress (10 people).

2. The results of the testing (in order to clarify the stress state) gave the following: among 10 students with identified signs of stress, 5 people had an average stress level, two had a strong level of stress, anxiety and depression, and 3 indicators did not exceed the norm. That is, the prevalence of stress levels among students was varied: from moderate to severe levels, accompanied by anxiety and depression.

The **structure** of the thesis: 46 pages, including the volume occupied by illustrations, tables - 3 pages; 11 drawings; 41 bibliographic sources.