

# СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Тулишевская Ю. В.

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь  
Кафедра лучевой диагностики и лучевой терапии  
Научный руководитель – канд. биол. наук, доцент Зиматкина Т. И.

**Актуальность.** В настоящее время одним из главных неблагоприятных факторов, влияющих на здоровье человека, является стресс. Одной из категорий учащейся молодежи, наиболее подверженной стрессу, являются студенты. Снизить негативное для здоровья воздействие стрессов можно путем повышения стрессоустойчивости. Стрессоустойчивость – это сочетание личностных качеств, позволяющих человеку противостоять воздействию стрессовых факторов без негативных последствий для своей психики и здоровья. Поскольку стрессы широко распространены в жизни современного человека, они негативно влияют на качество жизни и снижают уровень здоровья, поэтому повышение стрессоустойчивости является актуальным.

**Цель.** Изучение стрессоустойчивости студентов медицинского вуза.

**Материалы и методы исследования.** В работе использованы поисковый, статистический, аналитический и сравнительно-оценочный методы для изучения и систематизации представленных в литературе и интернет-источниках данных и результатов проведенного нами исследования. Респондентами являлись 50 студентов медицинского университета в возрасте 18-19 лет. Изучение стрессоустойчивости проводилось по методике оценки индивидуального уровня стрессоустойчивости за неделю до сессии [1]. Полученные данные обработаны статистически.

**Результаты.** Установлено, что у 68,5% респондентов уровень стрессоустойчивости низкий, у 24,5% – средний, у 7% – высокий. Среди парней 61,5% имеют низкий уровень стрессоустойчивости, 35% – средний, 3,5% – высокий. Среди девушек 75,5% имеют низкий уровень стрессоустойчивости, 14% – средний, 10,5% – высокий. В результате воздействия стрессовых факторов у студентов наблюдалось учащенное сердцебиение, увеличение массы тела, повышение метеочувствительности, у курящих студентов интенсивность курения увеличилась.

**Выводы.** Полученные результаты свидетельствуют об индивидуальном уровне стрессоустойчивости и адаптации к учебной среде каждого студента. У  $\frac{3}{4}$  респондентов наблюдался низкий уровень стрессоустойчивости, у  $\frac{1}{4}$  – средний. В результате сравнительного анализа установлено, что у парней и девушек наибольшей является группа с низкой стрессоустойчивостью, что делает проблему повышения стрессоустойчивости очень важной и значимой

для сохранения и укрепления здоровья населения, в том числе студенческой молодежи.

#### Литература

1. Щербатых, Ю. В. Психология стресса и методы коррекции : учебное пособие / Ю. В. Щербатых. – СПб : Питер, 2006. – 256 с.

## ПАРЕМИИ С КОМПОНЕНТОМ-НОМИНАЦИЕЙ ЕДЫ И НАПИТКОВ ЯЗЫКА ХИНДИ КАК ЧАСТЬ НАЦИОНАЛЬНОЙ КАРТИНЫ МИРА

Тхакрар Бхавья

Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь

Кафедра русского и белорусского языков

Научный руководитель – старший преподаватель Флянтикова Е. В.

**Актуальность.** Еда и напитки представляют собой важную часть жизни человека, его бытовой культуры. Поэтому лексемы, используемые для номинации еды и напитков, обладают богатым ассоциативным диапазоном, входят в состав паремий.

**Цель.** Проанализировать паремии с компонентом-номинацией еды и напитков, выявить особенности вкусовых предпочтений, национального мировосприятия индийцев.

**Материалы и методы исследования.** Материалом исследования послужили паремии, отобранные из языка хинди, так как именно этот язык является общим для всех индийцев. Нами использовались следующие методы: детерминированная выборка (отбирались паремии с компонентом-номинацией еды и напитков), количественный метод, метод семантического анализа паремий.

**Результаты.** Нами был проведен отбор паремий с компонентом-номинацией еды и напитков. Затем были отобраны те номинации еды и напитков, которые наиболее часто встречаются в составе паремий. Далее приведены номинации еды и напитков, пример паремий, в составе которых они присутствуют (на хинди в латинской транслитерации), их перевод и толкование.

1. Блюда (дал, кхичди, чапати): *apni khichdi aag rakana* (приготовить свое кхичди самостоятельно) – человек, чье мнение отличается от общепринятого; *dal mein kaala* (мусор в дал) – о подозрительной ситуации; *dal nahin gali* (дал не разварился) – напрасная попытка; *muft ki rotiyan todna* (отрывая чапати бесплатно) – пользоваться чужой щедростью.