

# ВЛИЯНИЕ ШУМА НА САМОЧУВСТВИЕ И КОНЦЕНТРАЦИЮ СТУДЕНТОВ

Наварай Д. Э.

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Научный руководитель: канд. мед. наук, доц. Есис Е. Л.

**Актуальность.** Субъективное восприятие шума зависит от физической структуры шума и психофизиологических особенностей человека. Реакции на шум у населения неоднородны [1]. На степень психологического и физиологического восприятия акустического стресса влияют тип высшей нервной деятельности, индивидуальный биоритмический профиль, характер сна, уровень физической активности, количество стрессовых ситуаций в течение суток, степень нервного и физического перенапряжения [2].

Шум – это один из основных факторов, которые могут оказывать негативное воздействие на студентов во время учебы. Недостаток концентрации, ухудшение самочувствия и снижение успеваемости – все это является следствием постоянного воздействия шума на студентов.

**Цель.** Определить влияние шума на самочувствие и концентрацию студентов.

**Методы исследования.** Исследование проводилось методом социологического опроса с использованием специально разработанной анкеты. Всего опрошено 192 студента в возрасте от 17 до 25 лет с первого по шестой курс обучения. Из них 139 девушек и 53 парня. Полученные данные обработаны с использованием платформы GoogleForms.

**Результаты и их обсуждение.** В результате проведенного исследования выявлено, что 88% студентов обращают внимание на шум, при этом 12% указали, что крайне редко подвержены воздействию этого фактора.

Наиболее отвлекающими типами шума для опрошенных являются следующие: 52,9% – разговоры людей, 8,9% – громкая музыка и 2,1% – шум улицы. При этом 28,3% всех респондентов отвлекаются на любое шумовое воздействие, а 6,8% – безразличны к звуковым раздражителям.

68,8% студентов указали, что шум мешает сконцентрироваться. Однако 29,7% опрошенных, несмотря на раздражение, всё равно могут сосредоточиться на учёбе. 5,7% студентов отметили, что шум не влияет на концентрацию и способность учиться.

64,1% респондентов считают, что шумовой фактор отрицательно влияет на их успеваемость, однако 13,5% так не считает. 17,7% – не могут дать уверенный ответ.

При этом 14,6% студентов указали, что постоянно прослушивают музыку при подготовке к занятиям, иногда к этому прибегает 33,3% учащихся, а 44,3% – никогда не слушают музыку во время обучения.

91,6% опрошенных не используют беруши при подготовке к учебным занятиям, 2,1% – всегда надевают беруши, а 6,3% – лишь иногда ими пользуются.

93,8% опрошенных предпочитают учиться в комнате общежития или квартиры. В читальный зал ходят 28,1% студентов. 15,6% – готовятся к занятиям в библиотеке и 7,3% – в кафе.

Уровень шума в рабочем окружении 50% студентов отмечают как средний, 15,6% – оценивают его ниже среднего. Ровно столько же человек отмечают, что приемлемый. 13% отмечают, что уровень шума выше среднего, а 5,7% считают, что он слишком высокий.

Студенты отметили, что шум влияет на них следующим образом: раздражает в 79,7% случаев, у 41,1% опрошенных появляется головная боль, стресс ощущает 31,8%, также, примерно на равне со стрессом, влияние шума вызывает усталость у 29,7% респондентов. Только 10,9% отмечают, что не ощущают никакого влияния шума.

**Выводы.** Исходя из полученных данных можно сделать вывод о неблагоприятном влиянии шума на самочувствие и концентрацию студентов и необходимости создания более комфортных условий для учебы.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Погоньшева, И. А. Влияние шума на психофизиологические параметры и работоспособность организма человека / И.А.Погоньшева, Д.А.Погоньшев, А.А. Крылова // Вестник Нижневартковского государственного университета, 2015. – № 1. –С. 87–93.
2. Чернюк, В. В. Оценка влияния шума на работоспособность и остроту слуха у студентов / В.В.Чернюк, О.В. Заяц // Материалы XII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум»[Электронный ресурс].– Режим доступа: <https://scienceforum.ru/2020/article/2018020730>. – Дата доступа: 06.03.2024.

## СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДИКИ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ РЕПРОДУКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ: ЭКО

**Наджибдин Фатима Шара**

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Научный руководитель: Барановская А. В.

**Актуальность.** Экстракорпоральное оплодотворение (ЭКО) – это форма вспомогательных репродуктивных технологий (ВРТ), которая улучшила лечение женского бесплодия и использовалась для преодоления репродуктивных проблем в последние 40 лет.