

СВЯЗЬ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ШКОЛЬНИКОВ С ПРОЦЕССОМ ОБУЧЕНИЯ И ОТНОШЕНИЯМИ В СЕМЬЕ

Дехтевич Н.И., Копать А.Е.

УО «Гродненский государственный медицинский университет», Беларусь
Кафедра общественного здоровья и здравоохранения, кафедра психиатрии и наркологии
Научный руководитель д.м.н, профессор Тищенко Е.М., к.м.н., доц. Карпюк В.А.

Актуальность. На формирование психических процессов подростка в подростково-юношеском периоде влияют стрессовые ситуации, которые могут быть в его окружении: в семье, в школе, общении со сверстниками. Также, в связи с этим, школьники должны знать к кому можно обратиться за помощью, если они не хотят говорить о проблеме с родителями и родственникам [1].

Цель исследования. Целью данного исследования является оценка нервно-психической устойчивости юношей и девушек 9-11 классов с учетом взаимоотношений в семье и успеваемости в школе.

Материал и методы.

Для изучения данных вопросов был использован метод анкетирования, участниками которого стали 100 юношей и девушек 9-11 классов городской гимназии, которую также посещают и жители сельской местности. Анкета состояла из 40 вопросов. Обработка статистических данных проводилась с помощью программы Microsoft Excel.

Результаты и обсуждение.

Свою успеваемость респонденты оценили следующим образом: 19% - учусь на отлично; 56% - достаточно неплохо; 25% - с переменным успехом. Среди опрошенных 44% не испытывают сложностей в обучении и с легкостью справляются с учебой. У 47% респондентов также достаточно хорошая успеваемость, но они ощущают существенную нагрузку в процессе обучения и нехватку отдыха. 9% респондентов сильно устают, отмечают нехватку сил и желание все бросить.

72% школьников отметили доброжелательность взаимоотношений в семье, они любят своих родителей и стараются адекватно оценивать их замечания и прислушиваться к их мнению; 28% ответили, что часто злятся на своих родителей и у них иногда возникают конфликты.

5% респондентов периодически посещают психолога, у 2% были случаи обращения к психологу в прошлом, 8% обращались за данным видом помощи единожды, 5% не обращались, но подумывают об этом и 80% не испытывали такой необходимости.

Выводы. Школьники мало осведомлены о возможностях получения психологической помощи, в связи с чем не знают где и каким образом ее можно получить. Поэтому необходимо проведение с ними бесед на данную тематику.

Литература.

1. Акимова М.К. Психологическая диагностика / М.К. Акимовой, К.М. Гуревича // Учеб. для вузов. – М.: Владос, 2005. – 652 с

ИНФОРМИРОВАННОСТЬ ПОДРОСТКОВ О РАЦИОНАЛЬНОМ ПИТАНИИ

Дорожко Ю. В., Наркевич Н. Л., Привалова В. В.

УО «Гродненский государственный медицинский университет, Беларусь
Кафедра общественного здоровья и здравоохранения
Научный руководитель – д. м. н., проф. Тищенко Е. М.

Актуальность. Заболеваемость органов желудочно-кишечного тракта в Республике Беларусь среди подростков занимает второе место. С 2013 по 2015 год отмечен значительный рост данной патологии среди детей.

Целью работы являлся анализ причин роста заболеваемости органов желудочно-кишечного тракта у подростков.

Материалы и методы. Нами было проведено анкетирование учащихся колледжей г. Гродно по специально разработанной анкете. В опросе участвовали 150 респондентов (56% девочки, 44% мальчики). Средний возраст опрошенных 16,3 года \pm 0, 45. 31,7% респондентов городские жители (68,3% приехали учиться из сельской местности). 52% имеют среднее финансовое положение семьи (с доходом выше среднего - 30%, ниже среднего - 18%). В анкету было включено 26 вопросов открытого типа. Отбор респондентов проводился случайным методом.

Результаты и обсуждения. Установлено, что 47% опрошенных считают, что пища, которую они употребляют не является разнообразной и полезной для здоровья, 53% придерживаются противоположного мнения. 36,5% опрошенных ответили, что знают как необходимо правильно питаться, но не пользуются этими знаниями, 15,2% отметили, что знают как правильно питаться и стараются этому следовать, 28,1% не знают и не интересуются принципами правильного питания. При покупке продуктов питания 41,2% опрошенных отметили, что редко руководствуются его составом, 27,5% - никогда не руководствуются, 20,1% чаще всего смотрят на состав и лишь 11,2% респондентов всегда руководствуются составом продукта. У половины опрошенных завтрак состоит из кофе, либо чая и бутербродов (53,2%). Чаще пьют газированные напитки - 43,1%, чай и кофе занимают второе место - 35,2%. Перекус у 74,3% составляют сладости. Каждый день употребляют продукты быстрого приготовления - 39,5% опрошенных, несколько раз в неделю - 30,5%, несколько раз в месяц - 25,2%, никогда не едят - 4,8%. Проводились беседы о принципах правильного питания в школе - 29,5%, в колледже - 17,7%, никогда не проводились - 41, 8%.

Выводы. Среди основных причин увеличения количества заболеваемости органов желудочно-кишечного тракта у подростков основной является несоблюдение принципов рационального питания (употребление продуктов быстрого приготовления, газированных напитков, большая доля сладостей в рационе). Почти с половиной из них не проводились беседы о правильном питании.

РЕЖИМ ПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ

Дорожко Ю. В., Наркевич Н. Л., Привалова В. В.

УО «Гродненский государственный медицинский университет», Беларусь

Кафедра общественного здоровья и здравоохранения

Научный руководитель - д. м. н., проф. Тищенко Е. М.

Актуальность. Любая привычка, в том числе и пищевая - это способ поведения, который приобретает характер потребности. Иными словами, привычки это определенные программы поведения, которые всегда «срабатывают» в определенных условиях. Пищевое поведение взрослых является во многом результатом сложившихся у них пищевых привычек еще в подростковом возрасте, ведь неправильные пищевые привычки формируются не один день. И именно они во многом определяют те проблемы со здоровьем, которые мы имеем уже в более позднем возрасте. Тогда мы стараемся изменить свое пищевое поведение, но наши попытки сталкиваются с уже сложившимися стереотипами питания. А ведь всего этого можно избежать еще будучи подростком, достаточно лишь научиться руководствоваться «полезными» пищевыми привычками с раннего возраста. Это куда проще, чем менять существующие привычки, сформированные на протяжении всей жизни и уже ставшие неотъемлемой частью нас.

Целью работы является выявление влияния режима дня подростков на формирование у них пищевых привычек.

Материалы и методы. Нами было проведено анкетирование учащихся колледжей г. Гродно по специально разработанной анкете. В опросе участвовали 150 респондентов (56% девочки, 44% мальчики). Средний возраст опрошенных 16,3 года \pm 0, 45. 31,7% респондентов городские жители (68,3% приехали учиться из сельской местности). 52% имеют среднее финансовое положение семьи (с доходом выше среднего - 30%, ниже среднего - 18%). В ан-