

ВЛИЯНИЕ КОМПЬЮТЕРНОЙ ЗАВИСИМОСТИ НА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ ОРГАНИЗМА

Сычевич А.Г.

Белорусский государственный медицинский университет

Кафедра гигиены детей и подростков

Научный руководитель – к.м.н., доц. Лабодаева Ж.П.

Актуальность. Международные стандарты образования профессиональной подготовки с каждым годом предъявляют всё более высокие требования к интенсификации программ и процессу обучения, что в современных условиях возможно лишь при использовании специальных средств обучения, внедрении достижений технического прогресса, одним из которых являются компьютерные технологии.

Компьютерные технологии, получившие ведущие роли в развитии современной информационной цивилизации, активно внедряются в жизнь общества. Чрезмерная психическая вовлеченность в работу за компьютером порождает зависимость. Весьма актуальным является знание особенностей формирования компьютерной зависимости среди молодежи.

Цель исследования: Оценить влияние компьютерной зависимости на психический статус, стрессоустойчивость организма и состояние кардиореспираторной системы.

Материалы и методы. Обследована 71 студентка третьего курса медико-профилактического факультета. Изучены уровни компьютерной зависимости по тестам, психический статус и стрессоустойчивость организма по методике «Самочувствие, активность, настроение», эмоциональное выгорание, состояние кардиореспираторной системы: индекс Скибинской, проба Серкина, коэффициент экономичности кровообращения, коэффициент выносливости, адаптационный потенциал, коэффициент резерва сердца.

Результаты и их обсуждение. Среди студентов медицинского ВУЗа отсутствие компьютерной зависимости отмечено у 25,4% респондентов, стадия увлечения – 47,8%, первая стадия зависимости – 26,8%, второй стадии зависимости не выявлено. Установлено, что компьютерная зависимость может оказывать влияние на психическое состояние организма.

Исследование психического состояния по самочувствию, активности и настроению (САН) позволило установить, что нормальное психическое состояние наблюдалось у студенток, находящихся в стадии увлечения – 17% и с отсутствием зависимости – 12,7%, при первой стадии зависимости только 5,6%. Неудовлетворительное самочувствие, низкая активность и плохое настроение отмечены у испытуемых в стадии увлечения – 29,6% и при первой стадии зависимости – 18,3%. При использовании опросника В.В. Маркова по тесту А установлено, что низкая стрессоустойчивость выявлена у студенток в стадии увлечения – 38%, первой стадии зависимости – 19,7% и при отсутствии зависимости – 18,3%.

Изучение вопросов эмоционального выгорания позволило определить доминирующие фазы: при первой стадии зависимости – преобладает резистентность; в стадии увлечения – доминирует резистентность; при отсутствии зависимости не наблюдается эмоционального выгорания. Наибольшее количество фаз «напряжения и истощения» наблюдается в стадии увлечения. При этом доминирующими симптомами были «тревога и депрессия» при первой стадии зависимости и в стадии увлечения и отсутствовали у студенток без компьютерной зависимости.

Выводы. Выявлено влияние компьютерной зависимости на психический статус и стрессоустойчивость организма.