

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ УЧЕБНОГО
СТРЕССА У СТУДЕНТОВ
ИНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ**

БНТУ, г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: канд. психол. наук, доцент

Шеринёва Т.В.

В современном обществе большинство людей подвергаются стрессовым ситуациям. Стресс оказывает негативное влияние на жизнедеятельность человека. Он также является актуальной проблемой для студентов. Волнения, напряжения и переживания, которые сопровождают студента во время учебной деятельности, приводят к академической неуспеваемости и к остановке личностного роста[2]. Каждый день во время учебной деятельности стресс преследует студента и считается предпосылкой нарушений когнитивной, эмоциональной, поведенческой, мотивационной сфер деятельности [2]. Стресс выражается сильнее во время экзаменов и зачетов. Во время экзамена в организме происходят немаловажные психофизиологические изменения: учащается сердцебиение, повышается артериальное давление, уровень мышечного и психоэмоционального напряжения; появляются негативные эмоции, неуверенность в себе и в своих силах, излишнее беспокойство, страх.

Для определения уровня учебного стресса использовался опросник А.Б. Леоновой «Утомление-Монотония-Пресыщение-Стресс» [1]. Утомление автором рассматривалось как функциональное состояние организма, сопровождающееся чувством усталости, снижением работоспособности, вызванное интенсивной или длительной деятельностью, выражающееся в ухудшении показателей деятельности и прекращающееся после отдыха. Монотония – функциональное состояние человека, возникающее при однообразной работе. Характери-

зуются снижением тонуса и восприимчивости, ослаблением сознательного контроля, ухудшением внимания и памяти, стереотипизацией действий, появлением ощущений скуки и потерей интереса к работе. В ответ на монотонные условия работы могут развиваться и явления психического пресыщения. Психическое пресыщение – психическое состояние, вызванное однообразной, лишенной смысла деятельностью. Признаком наступления пресыщения выступает потеря интереса к работе и неосознанное стремление к варьированию способов исполнения. Раннее наступление психического пресыщения может рассматриваться в качестве симптома психического заболевания и невроза. Стресс – это функциональное состояние организма, возникающее в результате отрицательного внешнего воздействия на его психические функции, нервные процессы или деятельность периферических органов, которые влияют на психическое состояние человека [1].

Тест прошли 22 студента инженерно-педагогического факультета. Результаты показали, что стресс ни у кого сильно не выражен, но у 20(91%) человек есть предрасположенность к возникновению стресса. У1 (4,5%) человека утомление от учебной деятельности не выражено, и у 1(4,5%)–выражена сильная степень утомления. Что касается монотонии, то 5(22,7%) из 22 респондентов ощущают изменения функционального состояния при однообразной работе. Исходя из полученных данных по психическому пресыщению, можно сказать, что у 1(4,5%) человека ярко выражена потеря к однообразной работе, а у 5(22,7%) не выражена.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод, что все студенты инженерно-педагогического факультета стрессоустойчивы. Обнаружена закономерность, что выраженный стресс сопровождается выраженностью психического пресыщения. Для более точного анализа необходимо увеличить количество опрашиваемых.

ЛИТЕРАТУРА

1. Психодиагностика стресса [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://window.edu.ru/resource/085/78085/files/Куприянов%20Психодиагностика%20стресса.pdf>. – Дата доступа: 20.10.2018.

2. Шершнёва, Т. В. Развитие эмоционального интеллекта студентов хореографических специальностей Белорусского государственного университета культуры и искусств / Т.В. Шершнёва // Психолого-педагогические основы развития креативности учащихся и студентов. – Минск: БГУКИ, 2015. – С. 161-176.

УДК 621

Казачёк А.А., Хомич А.А.

МОДЕРНИЗАЦИЯ СИСТЕМЫ ОТКАЧКИ ДЛЯ НАНЕСЕНИЯ ОПТИЧЕСКИХ ПОКРЫТИЙ

БНТУ, г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель: канд. техн. наук, доцент

Комаровская В. М.

В связи с ростом конкуренции в создании новых оптических приборов возросла потребность в новых типах сложных оптических покрытий, ужесточились требования к качеству покрытий.

Существуют следующие типы оптических покрытий.

-просветляющие хроматические и ахроматические покрытия. Основная задача просветляющих покрытий – это уменьшение остаточного отражения. Свет, падающий на оптическую поверхность, частично пропускается, частично поглощается и частично отражается, причем доля отраженного излучения тем выше, чем больше показатель преломления подложки.

-отрезающие длинноволновые и коротковолновые фильтры. Длинноволновые фильтры проектируются и произво-