УДК 378.1:159.9

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКОГО ВЛИЯНИЯ В УСЛОВИЯХ ОБУЧЕНИЯ**

Кузьмина Н.П., Михальчук П.К. (2 курс, лечебный факультет)

Научный руководитель: ст. преподаватель Петрович C.А.

*УО «Витебский государственный медицинский университет», г. Витебск*

**Аннотация.** В работе представлен теоретический анализ понятия «психосоматика», его основные проявления и причины возникновения. Также рассматривается особенность адаптации студентов первых курсов и проявление у них психосоматических симптомов на основании проведенного исследования.

**Ключевые слова:** психосоматика, эмоциональное состояние, адаптационный потенциал, соматическая реакция.

**Введение.** Понимание связи самочувствия человека с душевным и эмоциональным состоянием – один из важнейших постулатов современной медицины. Смысловую роль психологические причины играют в возникновении заболеваний, их течении, особенностях лечения и возможном результате. При исследовании данного взаимодействия рассматриваются различные факторы, например, значимость стресса в развитии заболевания; роль индивидуальных черт личности и социальное здоровье пациента; действие внутренней картины болезни; следование врачебным рекомендациям и т.п. Эти факторы и представляют собой область исследования психосоматики. Психосоматика — научное направление на стыке медицины и психологии, изучающее взаимосвязь феноменов психического и соматического происхождения в формировании и лечении заболеваний. В большинстве случаев термин «психосоматика» означает взаимодействие эмоций и нарушение адаптации личности, что приводит к формированию физиологических нарушений и болезней. Ключевые вопросы, разрабатываемые данной научной отраслью, – это соотношение биологических, психологических и социальных факторов в формировании болезни пациента, а также влияние самого заболевания на эмоциональные процессы.

**Целью исследования** является изучение теоретических основ понятия «психосоматическое влияние», а также анализ результатов выявления психосоматических жалоб у студентов 1-2 курсов ВГМУ.

**Материалы и методы исследования:** анализ литературных источников по изучаемому вопросу, диагностика группы студентов 1-2 курсов с использованием методики «Гиссенский опросник соматических жалоб (Giesener Beschwerdebogen, GBB)».

И врачи, и философы, начиная от Платона и Гиппократа до Ф. Ницше и З. Фрейда, на протяжении многих веков рассуждали о взаимоотношениях души и тела. Однако долгое время практическая медицина не обращала внимания на данную проблему и продолжала накапливать знания об отдельных органах и системах, пытаясь лечить лишь тело. Только в XIX веке ученые вновь возвращаются к идее единства организма и к тому, что нужно лечить больного, а не болезнь. Появление термина «психосоматический» относится к 1818 году (Хайнрот). В отечественной науке многие ученые, используя теорию И.П. Павлова, также занимались вопросами психосоматики. В.М. Бехтерев не только утверждал, но и доказывал в своих работах возможность возникновения соматических расстройств под влиянием психических изменений.

На сегодняшний день, в ХХI веке, высокий темп жизни, быстро меняющаяся и довольно агрессивная информационная среда, дефицит времени создают особенно высокую нагрузку на организм человека. В науке уже накоплено достаточное количество данных, свидетельствующих о роли психоэмоциональных факторов в возникновении и развитии многих заболеваний. Отрицательными факторами для сохранения здоровья являются такие психические состояния как тревога, агрессивность, неуверенность в себе или завтрашнем дне, раздражительность и другие, которые вызывают психоэмоциональное напряжение. Хронический эмоциональный дискомфорт в виде фрустрации, беспокойства или агрессивности может приобрести форму постоянного фактора. При этом пока невозможно однозначно определить вклад эндогенных и экзогенных факторов в развитие заболевания, а также найти ответы на вопросы о специфичности в развитии психосоматических заболеваний: почему у человека возникает именно этот психосоматический симптом, а не другой? По какой причине он возникает не у всех людей, подвергающихся стрессовому воздействию? Можно предположить, что внутренние причины формируют некую «почву», предрасположенность к заболеванию путем снижения устойчивости человека к стрессу. Внешние причины, неблагоприятные события также непосредственно оказывают влияние на развитие ряда заболеваний. При этом два данных фактора должны находиться во взаимодействии друг с другом.

У людей с низким адаптационным потенциалом чаще других возникают различные функциональные расстройства, отмечается быстрая утомляемость, сонливость, головокружения, уменьшение работоспособности. Студенты – это особая социальная группа. Они как никто другой подвержены воздействию таких факторов, как нервно-эмоциональное напряжение и социальная незащищенность. Эти тенденции проявляются особенно ярко по отношению к студентам медицинских вузов, ведь система обучения студента-медика относится к числу напряженных в эмоциональном плане, что отражается на уровне здоровья. А будущая профессия при этом предъявляет повышенные требования к их психическим и физическим возможностям, личностным качествам.

Согласно исследованиям БГМУ (Минск), в котором принимали участие студенты-первокурсники, студенты-выпускники, а также клинические ординаторы, на основании анкетирования с использованием опросника SF-36 (три шкалы – «общее состояние здоровья», «жизненная активность» и «психическое здоровье») были изучены некоторые компоненты качества жизни испытуемых. Наиболее низкие показатели, отражающие неудовлетворенность качеством жизни, снижение физических резервов, жизненной активности наблюдалось у студентов младших курсов [3].

Предполагая, что студенты ВГМУ также подвержены стрессу и могут продемонстрировать не только нарушение эмоционального фона, но и выявить у себя некоторые соматические жалобы, мы провели пилотажное исследование среди группы студентов младших курсов лечебного и фармацевтического факультетов в количестве 128 человек.

**Методы исследования.** Для проведения исследования нами был выбран Гиссенский опросник соматических жалоб (предложен в 1967 году Е. Брюхлером и Дж. Снером, адаптирован в Институте им. В.М. Бехтерева в 1993 году). В своей основе данная методика включает перечень жалоб, относящихся к разным сферам жизнедеятельности: общему самочувствию, вегетативной дисфункции, нарушениям в деятельности внутренних органов. Необходимо подчеркнуть, что указанные шкалы не отражают клинические синдромы и не позволяют выявить то или иное заболевание, а представляют собой лишь сочетание физических недомоганий.

**Анализ результатов** показал, что интенсивность соматических жалоб, которая статистически приближается верхней границе нормы, выявлена у 18,7% опрошенных студентов. При этом у 6% испытуемых показатели превысили норму. Отмечено, что из тех испытуемых, которые имели высокие баллы, только 0,78% – это юноши. Также было выявлено значительное увеличение уровня показателей по шкале истощение («И») и ревматический фактор («Р»), однако значительных отклонений показателей данных шкал от нормы не выявлено.

**Выводы.** По результатам диагностики высокие показатели показали
18,7% испытуемых, то есть почти каждый пятый опрошенный студент выявляет у себя те или иные соматические нарушения. 6% испытуемых продемонстрировали показатели, указывающие на возможное соматическое заболевание. Показательно, что симптомы гораздо больше выявлены у девушек.

Дальнейшее исследование предполагает у данной группы выявить непосредственную связь эмоционального статуса с соматическими проявлениями.

**Список литературы:**

1. Гарганеева, Н.П. Психосоматическая ориентация в общей врачебной практике / Н.П. Гарганеева, Ф.Ф. Тетенев // Клиническая медицина. – 2001. – № 9. – C. 60 – 63.

2. Гиссенский опросник. Адаптирован в психоневрологическом институте им. В.М. Бехтерева [Электронный ресурс].

3. Зелезинская, Г.А. Качество жизни студентов-медиков и клинических ординаторов / Г.А. Зелезинская, П.Н. Коренько, М.А. Кравченок [и др.] // Медицинский журнал, 2006. – № 4. – С. 53–55.

4. Психологическое здоровье личности: теория и практика: сборник научных трудов по материалам III Всероссийской научно-практической конференции / отв. ред. И. В. Белашева. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2016.