



ОСОБЕННОСТИ СОМАТИЧЕСКИХ РЕАКЦИЙ НА СТРЕСС У ЛИЦ С РАЗНЫМИ КАРТИНАМИ ЗДОРОВЬЯ

Гребнева В.В., Гребнев А.В.

Введение. Соматический опыт отношений в системе «организм-среда» обнаруживается в особенностях языка и речи человека и может быть исследован с использованием «базовых метафор», имеющих «характер визуального образа или образа действия» [4, с. 51]. Обнаружено, что метафора как диагностирующий инструмент, позволяет осознать природу ощущения, определить не только причины его возникновения, но и способ дальнейшего существования с ним, либо избавления от него [3].

Авторы публикаций по проблеме психосоматических расстройств неоднократно указывали на тот факт, что увеличение в лексическом словаре индивида фразеологизмов-предикатов как вербальных метафор, отражающих ту или иную систему организма, может служить сигналом нарушения конгруэнтности в системе «индивид-среда» [1].

В настоящей статье мы предлагаем к обсуждению проблему поиска эффективных методик, с помощью которых фиксировались бы первые признаки психосоматических нарушений в системе органов и психике человека. Это позволило бы предупреждать психосоматические заболевания на ранней стадии развития.

Методы и организация исследования. На протяжении нескольких лет в качестве диагностического инструментария для выявления психосоматических расстройств используется, разработанная нами, методика фиксации «Соматических особенностей репрезентации окружающей среды» (СОРОС). Данная методика, описана нами ранее и позволяет выявлять особенности отношений человека со средой на уровне трех подсистем: опорно-двигательной (ОПС), сердечно-сосудистой (ССС) и пищеварительной (ПВС) с разными выборками



испытуемых [2]. Методика состоит из шестидесяти вербальных метафор (по 20, относящихся к одной из трех систем), наиболее точно отражающих состояние организма в стрессовой ситуации, например: «остолбенел», «ноги не несут», «развязать руки» (реакция опорно-двигательной системы), «не перевариваю», «тошнит от этого», «пресытиться» (реакция пищеварительной системы), «сердце замирает», «напрячь мозг», «выпустить пар» (реакция сердечно-сосудистой системы). Испытуемому предлагается оценить по 5-балльной системе каждую метафору, после чего, экспериментатор с помощью ключа подсчитывает баллы по каждой системе.

Исследуя особенности соматических реакций на стресс у лиц с разными картинками здоровья, мы ставили перед собой несколько задач. Во-первых, выявить содержательные особенности динамики взаимодействия в системе «организм – среда»; во-вторых, определить взаимосвязь индивидуального фразеологического словаря и характером заболеваний испытуемых, в-третьих, установить степень влияния разных уровней среды на системы организма в ситуации стресса. Изначально, выборка испытуемых была обусловлена нашим предположением о наличии возрастных особенностей соматических реакций. В связи с этим, в исследовании принимали участие студенты 1-х (16-18 лет), 5-х (20-25 лет) курсов, а также преподаватели вуза, средний возраст которых составил 55-60 лет. Диагностика в группах испытуемых студентов проводилась в периоды экзаменационных сессий, в группах преподавателей в периоды прохождения конкурса на замещение должностей. Данные периоды были выбраны нами в качестве стрессогенных. Общее количество – 102 человека (34 в каждой группе).

Результаты и их обсуждение. Анализ результатов исследования позволил выявить следующие особенности.

Во-первых, результаты исследования свидетельствуют о наличии особенностей типов реагирования в группах преподавателей и студентов,



закрывающиеся в различиях количества реакций. Так в группе первокурсников они составили в целом 395 фразеологизмов, из них – ОПС – 192 (38,2%) фразеологизма; ССС – 230 (45,8%); ПВС – 180. В группе пятикурсников, соответственно ОПС-130; ССС- 154; ПВС – 100 (35,8%). Ранее, нами было установлено, что реакции опорно-двигательной системы человека являются реакциями организма на физическое пространство вуза (помещение, мебель, расстояние и т.п.), сердечно-сосудистая система чувствительна к стимулам социальной среды (преподаватели, сотрудники, коллеги и т.п.), система пищеварительного тракта отражает результат эффективности взаимодействия психики человека и стимулов информационной среды (лекций, учебников, информационных технологий, зачетов, экзаменов и т.п.) [3]. Как было выявлено, в группах студентов и первых, и пятых курсов, преобладают социальные реакции на стресс, т.е. наиболее чувствительной является сердечно-сосудистая система: 230 (45,8%) – в группе первокурсников и 154 (45,8%) – в группе пятикурсников. Для обеих групп наиболее важной составляющей образовательного пространства является социальная (коммуникативная) среда. Как показывает опыт, развитию данной среды в вузах оказывается не достаточное внимание.

Во-вторых, анализ соматических реакций преподавателей вуза показал высокую чувствительность организма к стимулам пространственной среды вуза. На наш взгляд это может быть обусловлено некоторым снижением двигательной активности преподавателей пенсионного возраста. Следовательно, для обеспечения психологической безопасности образовательного пространства преподавателей данного возраста необходимо обратить внимание на усовершенствование пространственной среды вуза.

В-третьих, к пятому курсу наблюдается снижение конфликта в системе «организм-информационная среда», что с одной стороны, может



свидетельствовать о некоторой информационной дезадаптации студентов-первокурсников, и ее стабилизации к пятому курсу, с другой.

Для дальнейшего анализа особенностей соматических реакций на стресс методом случайной выборки нами были отобраны три группы испытуемых с разными особенностями здоровья. В первую группу вошли испытуемые с заболеваниями опорно-двигательной системы (сколиоз, артрит, остеохондроз). Вторую составили испытуемые с заболеваниями сердечно-сосудистой системы (ВСД по гипертоническому типу, гипертония). Третья группа состояла из студентов и преподавателей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки). Кроме того, в исследовании принимала участие группа объективно здоровых студентов и преподавателей вуза. Общее количество испытуемых составило 36 человек, по 12 испытуемых в каждой.

Исходя из теоретического анализа причин возникновения психосоматических болезней, в ходе исследования мы предполагали выявить особенности соматических реакций на стресс испытуемыми с разными картинами здоровья.

Общее количество фразеологизмов во всех группах больных испытуемых составило 542 фразеологизма. Анализ результатов исследования показал, во-первых, что объем фразеологического словаря значительно больше чем в остальных группах оказался в группе больных с нарушениями сердечно-сосудистой системы и составил 40,2 %. На второй позиции по количеству употреблений фразеологизмов находятся группы испытуемых, с заболеваниями пищеварительной системы (182%), на третьем – опорно-двигательной системы (142%). По всей видимости, сердечно-сосудистая система человека наиболее чувствительна к стрессовым стимулам.

Во-вторых, своеобразие фразеологического словаря каждой группы испытуемых имеет свои особенности. Так в группе испытуемых



с заболеваниями ОПС не выявлено значимых расхождений в количестве групп фразеологизмов, отражающих характер заболеваний. В группе испытуемых с заболеваниями ССС словарь фразеологизмов из группы данного заболевания несколько богаче, чем из двух остальных групп.

В-третьих, наиболее значимые расхождения выявлены в особенностях фразеологического словаря группы испытуемых с заболеваниями пищеварительной системы: 40,6% фразеологизмов из общего количества отражает характер чувствительности пищеварительной системы.

В-четвертых, сравнительный анализ объема и содержания фразеологизмов в группах больных и здоровых испытуемых позволяет сделать вывод о том, что объем словаря больных испытуемых, значительно богаче фразеологического словаря здоровых и составляет 60,3%. В то время как объем словаря здоровых испытуемых составляет 39,7% от общего в обеих группах количества используемых фразеологизмов.

Кроме того, значимые расхождения имеются в объеме использования фразеологизмов, отражающих каждое из трех групп заболеваний, наиболее значимым из которых является расхождение в объеме фразеологизмов, отражающих характер чувствительности пищеварительного тракта, которое составляет 35,5% в группе здоровых и 64,5% – в группе больных испытуемых. Немного ниже расхождения, отражающие характер ощущений в области сердечно-сосудистой системы: 41,2% в группе здоровых и 58,8% в группе больных. Наименее значимые расхождения обнаружены в сфере реакций на стресс опорно-двигательной системой организма: 42,4% в группе здоровых испытуемых, 57,6% – в группе больных.

Заключение. Результаты, проведенных нами исследований позволяют сделать вывод о неоднозначности реакции систем организма на стрессовые ситуации у лиц с разными возрастными характеристиками,



особенностями здоровья и характером заболеваний. Выявленные по методике результаты позволят более эффективно осуществлять медико-психологическую профилактику нарушений работы рассматриваемых нами систем организма, а также реабилитацию лиц, страдающих психосоматическими заболеваниями.

Список литературы.

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина: Принципы и практическое применение / Ф. Александер. – М. : Эксмо-Пресс. – 2002. – 352 с.
2. Гребнева В.В. Особенности исследования соматической репрезентации образовательной среды / В.В. Гребнева // Психология обучения. Научно-методический журнал. – 2011. – №1. – С. 119-128.
3. Гребнева В.В. Психолингвистический анализ телесного бытия человека как субъекта взаимодействия со средой: метафорическая модель/ В.В. Гребнева // Yearbook of eastern European studies. – Польша. Вроцлав – 2013. – № 1. – С. 215.
4. Петренко В.Ф. Многомерное сознание: психосемантическая парадигма/ В.Ф. Петренко – 2-е изд. доп. – М.: Эксмо. – 2013. – 448 с.

Сведения об авторах:

**Гребнева Валентина Викторовна, кандидат психологических наук
доцент, декан факультета психологии**

**Белгородский государственный национальный исследовательский
университет**

grebneva@bsu.edu.ru

**Гребнев Андрей Вилорович, врач анестезиолог-реаниматолог
отделения анестезиологии-реанимации №1**

**ОГБУЗ «Белгородская областная клиническая больница Святителя
Иоасафа»**

Grebnev61@yandex.ru