

# “ПСИХОСОМАТИЧНІ РОЗЛАДИ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЯК РЕАКЦІЯ НА СТРЕС ПІД ЧАС ВІЙНИ”

Дементьєва І. Г.

студентка 2 курсу спеціальності  
053 “Психологія”

науковий керівник:

Шпортун О.М.  
доктор психол. наук, професор

**Об'єкт дослідження:** Психосоматика травмуючих подій

**Предмет дослідження:** Особливості психосоматичних проявів у внутрішньо переміщених осіб

**Мета.** Проаналізувати та експериментально дослідити спектр психосоматичних розладів ВПО та індивідуально-психологічні особливості особистості, що сприяли їх маніфестації. Розробити, апробувати психокорекційну програму для запобігання розвитку психосоматичних проявів у ВПО.

**Гіпотеза дослідження.** Припускаємо, що психосоматичні прояви у ВПО будуть характеризуватися в більшій мірі розладами серцево-судинної системи, розвитком неврозів різної етіології, загальним виснаженням, ревматичними болями в тілі.

## **Завдання дослідження:**

1. Провести теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень щодо виникнення психосоматичних розладів та виявити особистісні чинники, що спричиняють соматизації психологічної напруги.
2. Емпірично виявити та дослідити індивідуальні психологічні особливості особистості, що впливають на психосоматичні прояви у внутрішньо переміщених осіб.
3. Розробити та експериментально апробувати програму з попередження або зменшення психосоматичних проявів у ВПО.

## Методи та методики дослідження:

- ❑ **теоретичні:** аналіз та синтез, систематизація та узагальнення отриманої інформації, моделювання.;
- ❑ **емпіричні методи:**
  - Гіссенський опитувальник соматичних скарг;
  - Симптоматичний опитувальник SCL-90-R, модифікація BSI-18 (Дерогатис, Ліпман, Кові);
  - Торонтська алекситимічна шкала (Грац, Ремер);
  - Індекс життєвого стилю (Плутчик, Келлерман).
- ❑ **статистичні:** кореляційний аналіз

# МОДЕЛЬ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ ВНАСЛІДОК ТРАВМАТИЧНИХ ПОДІЙ



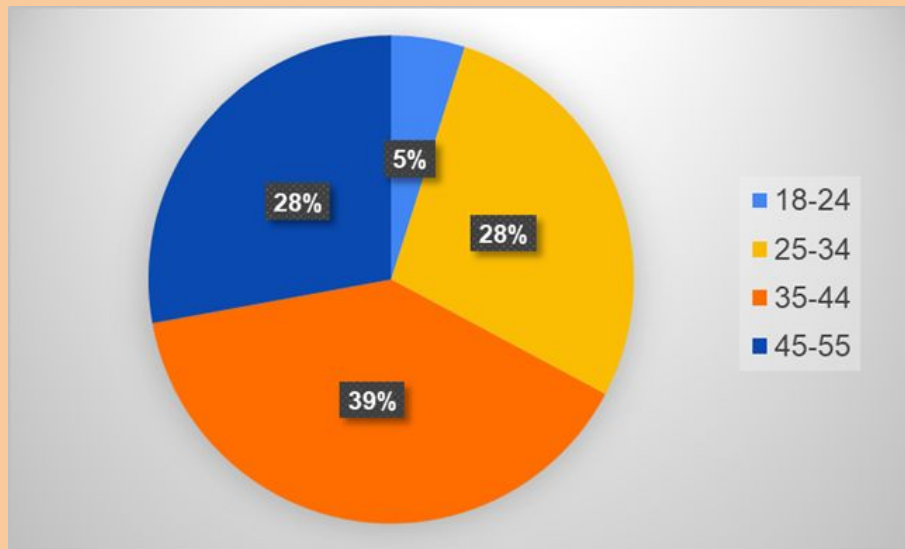
# Емпіричне дослідження

**Вибірка:** 61 особа

**Вік:** 18-55 років

**Стать:** чоловіки та жінки

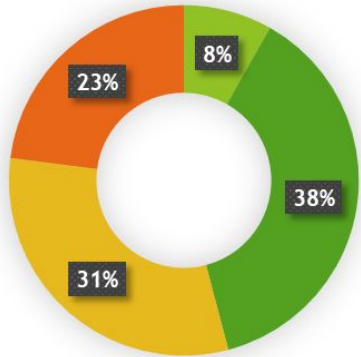
**Соціальний статус:** Внутрішньо  
переміщені особи



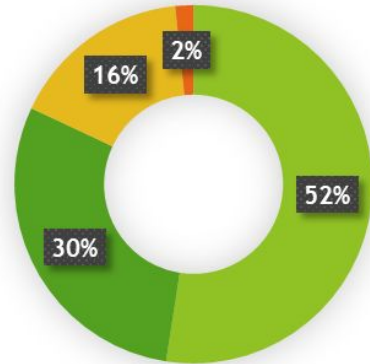
**Діаграма розподілу респондентів за віком**

## Результати дослідження по Гіссенському опитувальнику

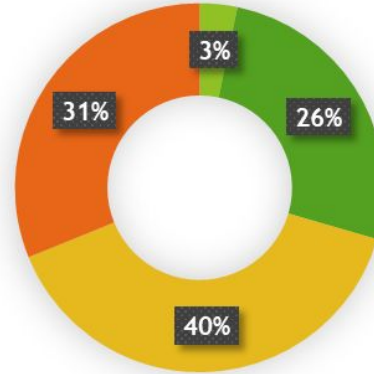
### Виснаження



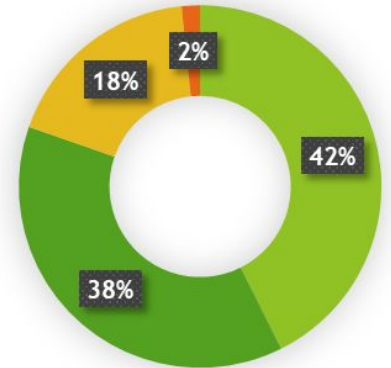
### Скарги ШКТ



### Ревматичні скарги



### Серцеві скарги



■ Низький, до 20%

■ Високий, 40-70%

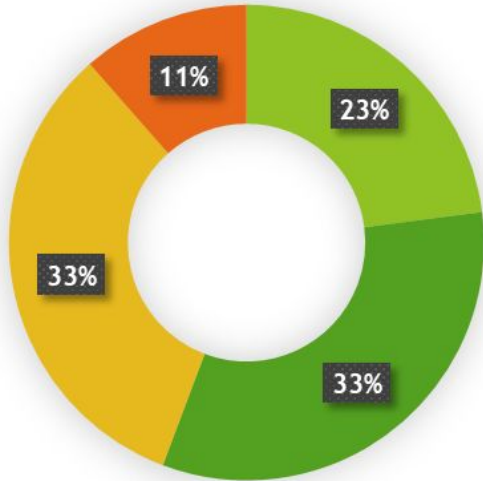
■ Середній, 20-40%

■ Критичний, 70% і більше

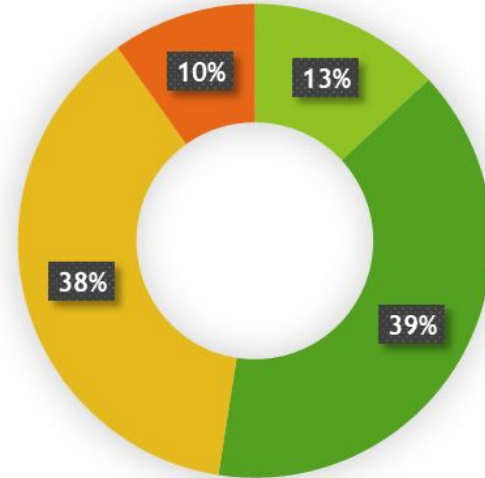


## Результати дослідження по опитувальнику BSI-18

### Депресія



### Тривожність



■ Низький, до 20%

■ Високий, 40-70%

■ Середній, 20-40%

■ Критичний, 70% і більше

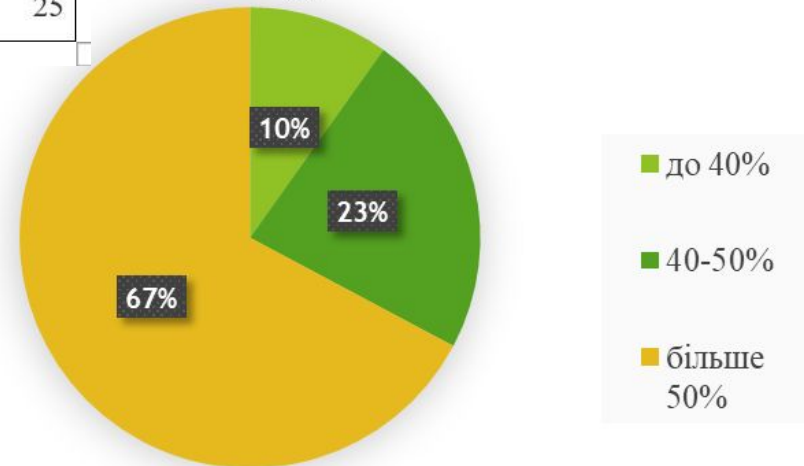
## АЛЕКСИТИМІЯ

Це важливий показник, який є одним із провокуючих факторів психосоматичних розладів. Адже, коли людина не може ідентифікувати свої відчуття, або настільки звикла до постійного негативного самопочуття, що не здатна відрізнити норму від дискомфорту і невмотивована активно діяти для вирішення внутрішніх конфліктів. Як наслідок, постійний підвищений рівень збудження призводить до гормональних збоїв в організмі та до психосоматичних розладів.



Вид психологічного захисту	Низький, до 40%	Середній, 40-70%	Високий, 70% і більше
Заперечення	15	34	12
Витіснення	22	35	4
<b>Регресія</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>27</b>
<b>Проекція</b>	<b>11</b>	<b>28</b>	<b>22</b>
<b>Заміщення</b>	<b>35</b>	<b>19</b>	<b>7</b>
Компенсація	18	32	11
Раціоналізація	7	39	15
Реактивне утворення	17	19	25

Напруженість захистів



## Кореляційний зв'язок між видами психологічних захистів та соматичними скаргами по

### Гіссенському опитувальнику

Тип захисту	<u>Висна-</u> <u>ження</u>	<u>Шлункові</u> <u>скарги</u>	<u>Ревматич-</u> <u>ний фактор</u>	<u>Серцеві</u> <u>скарги</u>	<u>Інтенсив-</u> <u>ність скарг</u>
1	2	3	4	5	6
<u>Заперечення</u>	-0,24	-0,23	0,03	0,01	-0,14
<u>Витіснення</u>	0,11	-0,12	0,20	0,02	0,07
<u>Регресія</u>	<b>0,41</b>	0,16	<b>0,32</b>	<b>0,45</b>	<b>0,42</b>
<u>Проекція</u>	<b>0,38</b>	0,14	0,20	<b>0,31</b>	<b>0,33</b>
<u>Заміщення</u>	<b>0,52</b>	0,27	0,22	<b>0,40</b>	<b>0,45</b>
<u>Компенсація</u>	0,17	0,06	0,09	0,28	0,19
<u>Раціоналізація</u>	-0,08	-0,16	-0,21	-0,04	-0,14
<u>Реактивне</u> <u>утворення</u>	0,09	0,01	0,22	0,12	0,14
<u>Напруженість</u> <u>захистів</u>	<b>0,42</b>	0,06	<b>0,32</b>	0,47	<b>0,41</b>

## Кореляційний зв'язок примітивних та вищих захистів і соматичних скарг

Тип захисту	<u>Висна-</u> <u>ження</u>	<u>Шлункові</u> <u>скарги</u>	<u>Ревматич-</u> <u>ний фактор</u>	<u>Серцеві</u> <u>скарги</u>	<u>Інтенсив-</u> <u>ність скарг</u>
1	2	3	4	5	6
Примітивні	<b>0,57</b>	0,37	0,28	<b>0,46</b>	<b>0,54</b>
Вищі	-0,37	-0,14	-0,32	-0,30	-0,33

## Кореляційний зв'язок алекситимії та шкал соматизації, депресії та тривожності

	Соматизація	Депресія	Тривожність	Разом по методиці
Депресія	<b>0,57</b>			
Тривожність	<b>0,65</b>	<b>0,71</b>		
Алекситимія	0,35	<b>0,46</b>	<b>0,40</b>	<b>0,46</b>

# ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ПРОЯВІВ

## Мета.

- розширити знання внутрішньо переміщених осіб про стрес та психосоматичні захворювання;
- знизити рівень психологічної та фізіологічної напруги;
- показати прийоми подолання емоційного стресу;
- навчитись працювати з деструктивними думками;
- підвищити рівень усвідомленості власних почуттів.

**Тривалість:** 5 зустрічей по 2 год.

**Формат:** тренінгові заняття

**Кількість учасників:** 12-15 осіб

**Фокус уваги:** робота з тілом, робота з емоціями, робота з думками, робота з відчуттями.

# РЕЗУЛЬТАТИ КОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ

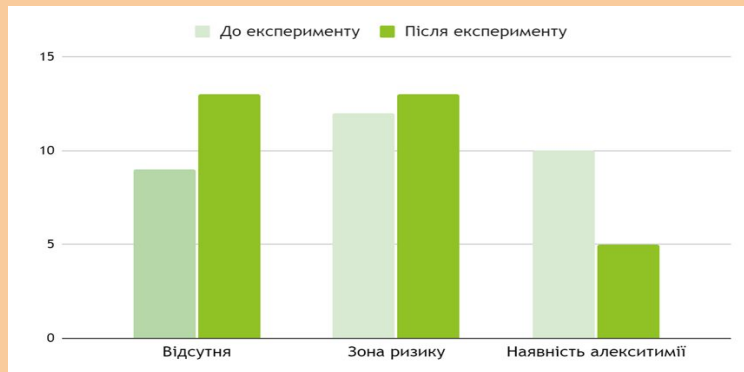
Порівняння результатів дослідження психосоматичних скарг по Гіссенському опитувальнику

Психосоматичні скарги	Контрольна група			Експериментальна група		
	До експерименту	Після експерименту	Зміна у %	До експерименту	Після експерименту	Зміна у %
Виснаження	11,3	11,1	-1,5%	10,8	7,1	-34,3%
Шлункові скарги	5,4	5,4	0,6%	5,4	4,7	-10,8%
Ревматичні болі	12,5	12,7	1,1%	13,1	10,4	-20,4%
Серцеві скарги	5,8	5,7	-1,7%	6,7	5,5	-17,8%
<b>Інтенсивність скарг</b>	<b>35</b>	<b>34,9</b>	<b>-0,3%</b>	<b>36</b>	<b>27,8</b>	<b>-22,7%</b>

## Порівняння результатів дослідження психосоматичних скарг по опитувальнику BSI-18

Шкали	Контрольна група			Експериментальна група		
	До експерименту	Після експерименту	Зміна у %	До експерименту	Після експерименту	Зміна у %
Соматизація	6,2	6,3	1,6%	7,4	6,3	-15,1%
Депресія	9,6	9,8	2,4%	9,2	7,5	-18,7%
Тривожність	9,4	9,7	3,2%	10,6	8,1	-23,9%
<b>Разом по шкалі</b>	<b>25,2</b>	<b>25,8</b>	<b>2,5%</b>	<b>27,3</b>	<b>21,9</b>	<b>-19,8%</b>

### Рівень алекситимії до та після експерименту





ДЯКУЮ ЗА УВАГУ