

Аналіз психосоматичних проблем у підлітків

Мелесик С. В.

*магістрант ННІ психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: melesyksv@krok.edu.ua*

Сингаївська І. В.

*кандидат психологічних наук, професор, директор ННІ психології,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: irinas@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0001-6802-0081*

Останнім часом українське населення переживає складні часи-після тривалого періоду виживання в умовах всесвітньої пандемії зараз в країні вирує загарбницька війна, яка принесла з собою страх, відчай, матеріальні і моральні втрати. Все це однозначно негативно відображається на стані фізичного, психічного, психологічного, морального здоров'я всіх поколінь. Сучасність вимагає від кожного з нас високої психічної активності, витривалості, значних енергетичних і духовних ресурсів. Тривале перебування в стресових ситуаціях, переживання різних проблем за неможливості вплинути на перебіг подій негативно впливають на загальний психічний стан людей, викликаючи порушення у фізичній сфері. Внаслідок цього значно зростає кількість захворювань, серед яких все більше місце займають спричинені психічними, емоційними чинники. Насамперед, йдеться про психосоматичні захворювання, нервово-психічні розлади, неврози і реактивні стани, які негативно впливають на психічне здоров'я та продуктивність діяльності.

Особливо складним аспектом проблеми є вплив різних емоційних та психічних чинників на підлітків, чия психіка знаходиться у нестійкому стані в період переходу від дитинства до дорослості [1, 2]. Саме підлітковий вік визначається як найбільш бурхливий у розвитку дитини, оскільки в цей час поєднуються інтенсивний фізичний розвиток із значним стрибкоподібним розвитком психіки. Вікові характеристики розвитку особистості у підлітковому віці ґрунтовно досліджуються у працях українських науковців Г. Видри, Т. Дуткевич, М. Савчина, Р. Павелківа та ін.

Дослідження особливостей виникнення передумов та клінічних симптомів психосоматичних захворювань у підлітковому віці, проведені українськими науковцями О. Масіком, Л. Пипою, Л. Смолко, С. Римшею, засвічують високу вразливість підлітків до стресогенних впливів оточуючого середовища, психічних напружень, що є предрисункією до виникнення психосоматичних захворювань у цьому віці.

Характерні прояви психосоматичних проблем у вигляді тривожності, депресії встановлено у дослідженнях М. Кусень, О. Масік, Ю. Руднік та ін.; невротичних форм реагування та порушень функціонування вегето-судинної системи-у працях М. Компанович, В. Швець та ін.

Проте недостатньо дослідженими залишаються питання вчасного надання психологічної допомоги підліткам для запобігання і корекції психосоматичних захворювань, що враховують психологічні особливості передумов виникнення цих проблем. Відповідно метою дослідження є теоретично проаналізувати психосоматичні проблеми у підлітків.

Психосоматичними можна назвати велику кількість захворювань, серед яких

виділяються три основні різновиди:

1. гострі психосоматичні реакції, такі як панічні атаки і все, що супроводжується гострими тривожними розладами;

2. соматоформні розлади (біль в животі без причини; біль в кінцівках, у суглобах, не підтверджені діагностичними дослідженнями);

3. психосоматози, які відносяться до «класичної психосоматичної сімки»: бронхіальна астма; виразкова хвороба; гіпертонія; нейродерміт; ревматоїдний артрит; тиреотоксикоз; вегето-судинна дистонія. Крім того, сюди належить цукровий діабет, різні харчові розлади (анорексія, булімія), імунодефіцити і онкопатологія [3]. До психосоматичних захворювань також належить синдром хронічної втоми і синдром вигорання. За ствердженням І. Дрозд, перший різновид психосоматичних захворювань виникає під впливом гострих стресів, а другий і третій-внаслідок хронічних стресогенних чинників емоційної природи. О. Хаустова уточнює, що нині до реєстру психосоматичного реагування включено розповсюджені захворювання серцево-судинної системи, велику кількість захворювань опорно-рухового апарату, шкіри, уrogenітальної сфери, мігрені тощо [4, с. 53].

І. Дрозд зазначає основні клінічні особливості психосоматичних захворювань: наявність чіткого психологічного дискомфорту; прискорена або сповільнена мова; порушення соціальної адаптації; скарги на відчуття тривоги протягом останнього місяця, наявність нервових зривів; наявність втоми, напруження у м'язах; тривале та неефективне лікування у спеціалістів різного фаху; найвища дієвість застосування психотропних засобів серед всіх фармацевтичних засобів для лікування [3]. Також закономірним є розвиток астеничного стану (виснаження нервово-психічних функцій), ступінь вияву і тривалість якого зумовлені характером соматичного захворювання, психічними властивостями особистості, достовірністю діагностики, ефективністю лікування і значною мірою різними типами психічного реагування на захворювання.

При дослідженні підліткової схильності до психосоматичних захворювань О. Масік робить висновок, що велику роль у виникненні цих проблем «відіграє особистісна диспозиція, своєрідна готовність реагувати на ситуацію певним невротичним способом, що обумовлюється індивідуально-психологічними особливостями-темпераментом, типом поведінкової активності та особистісними особливостями» [5, с. 77]. Зокрема, у дослідженні О. Масік встановлено, що у підлітків з холеричним темпераментом найчастіше зустрічається схильність до психосоматичних захворювань із переважним тривожно-депресивним синдромом. У підлітків, які мали астено-невротичний синдром, частіше зустрічалися темпераменти сангвініка і холерика, а при тривожно-фобічному і конверсивно-дисоціативному синдромах-типи темпераменту розподілялись рівномірно [5, с. 80].

У дослідженнях Л. Пипи [6], С. Римші [7] та ін. зазначено, що на появу психосоматичних захворювань у підлітків вказують певні початкові симптоми: емоційна напруга, стани хронічної тривожності, тривале відчуття душевного дискомфорту, виявляються преневротичні ознаки (інсомнії, страшні сни, нав'язливі думки), вегето-дистонічні прояви (головні болі, запаморочення, пришвидшене серцебиття, задишка), соматичні вияви (субфебрилітет неясного генезу, нудота тощо) [3; 4].

Висновки. Отже, проблем виникнення психосоматичних захворювань у підлітковому віці пов'язані із перехідним періодом розвитку особистості та значним впливом на

не стійку психіку різних стресогенних чинників оточуючого середовища. Характер реагування підлітка на стреси є одним із чинників психосоматичних захворювань, проте також на їх виникнення впливають індивідуально-психологічні особливості-темперамент, тип поведінкової активності та особистісні властивості (тривожність, схильність до невротичного переживання тощо). Про появу психосоматичних захворювань підлітків сигналізують певні початкові симптоми, вчасно помітивши які, можна запобігти або ж полегшити перебіг захворювання.

Список використаних джерел

1. Дуб О. В., Сингаївська І. В. Проблема підліткової наркоманії. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей III Міжнародної конференції (Київ, 02 грудня 2021 р.). К.: Університет «КРОК», 2021.
2. Сингаївська І. В., Хохліна І. В. Психологічні особливості самооцінки дітей підліткового віку. Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку: тези доповідей II Міжнародної конференції (Київ, 20 листопада 2020 р.). К.: Університет «КРОК», 2020. С. 90–92.
3. Дрозд І. Психосоматичні розлади в клініці внутрішніх хвороб. Медичний вісник: Рівненський обласний науково-практичний тижневик. 2010. Вип. 12. URL: <http://medvisnyk.org.ua/content/view/2066/29/>.
4. Хаустова О. О. Нейрометаболична терапія психосоматичних розладів. Ліки України. 2009. Вип. 5 (131). С. 53–59.
5. Масік О. І. Особливості темпераменту підлітків з психосоматичними розладами. *Biomedical and Biosocial Anthropology*. 2016. №27. С. 77–81.
6. Пупа Л. В., Пілюйко Н. В., Філик А. В. Динаміка загально-адаптивних реакцій організму та показників крові у дітей із рецидивуючими бронхітами в умовах санаторно-курортної реабілітації. *Дитячий лікар*. 2014. № 7 (36). С. 1–5.
7. Римша С. В., Смолко Н. М., Смолко Д. Г. Клініко-фізіологічні основи психосоматичних співвідношень в дитячому віці. *Biomedical and Biosocial Anthropology*. 2010. № 15. С. 104–108.