

Секция «Клиническая психология (патопсихология, психосоматика и психология телесности)»

Особенности эмоционально-волевой регуляции у лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений

Научный руководитель – Блюм Анна Ивановна

Туркина Арина Дмитриевна

Студент (специалист)

Курский государственный медицинский университет, Кафедра общей и клинической психологии, Курск, Россия

E-mail: arina.turkina.04@mail.ru

За последний год было проведено более 320 исследований, посвященных тревоге и тревожным расстройствам. Авторы занимались изучением особенностей диагностики тревожных расстройств, их лечения [3], возможностей работы с подростками [4]. Рассматривали эффективность различных видов клинико-психологических интервенций на снижение уровня тревоги [1, 6], обращали внимание на тревогу как психогенный фактор развития вегетативных и соматических нарушений [2, 5], однако проблема существования особенностей эмоционально - волевой регуляции у лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений, ранее не освещалась.

Цель исследования: выявление особенностей эмоционально-волевой регуляции лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений, для разработки программы тренинга эмоциональной регуляции лиц с высоким уровнем тревоги и ее вегетативной репрезентации.

Выборку составили 50 человек, студентов факультета клинической психологии 2 -3 курса обучения, в возрасте от 18 до 23 лет. В контрольную группу вошли респонденты, у которых по шкале вегетативных нарушений и шкале тревоги клинического опросника невротических состояний выявлена зона здоровья. В экспериментальную группу включены респонденты с зоной неустойчивости, либо зоной расстройств по шкале тревоги и/или шкале вегетативных нарушений клинического опросника невротических состояний.

Взяв во внимание поставленную цель, в исследовании использовались следующие методы: клинический опросник невротических состояний, опросник эмоциональной дисрегуляции (Н. А. Польская, А. Ю. Разваляева), шкала самооценки тревоги Цунга, опросник «Волевые качества личности» (М. В. Чумаков). В ходе статистического анализа были использованы: для сравнения двух групп - непараметрический критерий χ^2 Пирсона, для анализа корреляций по всей выборке - корреляционный анализ Спирмена. Расчеты проводились с использованием статистического пакета STATISTICA 8.0.

Сравнение двух групп по критерию χ^2 Пирсона показало следующие особенности. По результатам методики эмоциональной дисрегуляции на достоверном и на высоком уровне статистической значимости выявлены различия между группами по шкалам руминации ($p=0,02409$) и трудностей ментализации ($p=0,013$). Для группы зоны здоровья низкий уровень руминаций характерен для 36,8% испытуемых данной группы, и для 47,4% - средний. В экспериментальной группе средний уровень руминаций характерен для большинства испытуемых (74,2%), а также наблюдается склонность к высокому уровню руминаций (19,3%). Данные результаты говорят о преобладании руминативного типа мышления, ригидности аффективных реакций и застревании на негативных эмоциях среди лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений. Группа зоны здоровья характеризуется большей гибкостью в эмоциональной сфере.

На высоком уровне статистической значимости ($p=0,00$) наблюдаются различия между группами по общему уровню саморегуляции (опросник волевых качеств личности). Высокий уровень саморегуляции значительно выше в группе зоны здоровья (63,2%), а в группе лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений преобладает средний и низкий уровни саморегуляции (54,8% и 42% соответственно). Следовательно, для респондентов контрольной группы характерен хороший контроль над своими эмоциями, собранность, активность, структурированность и успешность выполнения собственной деятельности. Участники экспериментальной группы характеризуются неуверенностью, несамостоятельностью, низкой энергичностью, недостаточностью волевых усилий, недостаточностью осознанности жизненных целей.

Результаты исследования по шкале самооценки тревоги Цунга показали, что низкий уровень тревоги значительно выше (89,5%) в группе зоны здоровья, в то время как в группе лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений, преобладает средний уровень тревоги (64,5%). Различия между группами выявлены на высоком уровне статистической значимости, $p = 0,0004$.

В ходе корреляционного анализа были выявлены сильные связи: положительная связь между уровнем тревоги по шкале самооценки тревоги Цунга и избеганием ($p= 0,00$, Spearman $R = 0,77$), отрицательная связь между уровнем тревоги и общим уровнем саморегуляции ($p= 0,00$, Spearman $R = -0,72$), положительная связь между руминациями и избеганием ($p= 0,00$, Spearman $R = 0,76$), отрицательная связь между общим уровнем саморегуляции и трудностями ментализации ($p= 0,00$, Spearman $R = -0,72$).

Таким образом, мы констатируем наличие особенностей эмоционально – волевой регуляции у лиц, склонных к переживанию тревоги и вегетативных нарушений, выражающихся в репрессивности эмоциональной регуляции: руминациями и трудностям ментализации; низком уровне саморегуляции. Нами была разработана программа психологического тренинга эмоциональной регуляции для лиц с высоким уровнем тревоги и ее вегетативной репрезентации. Мишенями клиничко – психологического сопровождения могут выступать: эмоциональная дисрегуляция, низкий уровень саморегуляции.

Источники и литература

- 1) Грановский М.Л., Каримов А.Х., Муминов Р.К., Махмудова Х.Х. Оценка эффективности лечения тревожно-фобических расстройств методами психотерапии у пациентов с психогенной кардиалгией и кардиофобными расстройствами // Экономика и социум. - 2023. - №11-2 (114) . - с. 1168-1172.
- 2) Захаров В.В., Громова Д.О. Коморбидные тревожные расстройства у неврологических пациентов: подходы к терапии // поведенческая неврология. - 2023. - №1. - с. 9-13.
- 3) Петелин Д.С., Сорокина О.Ю., Трошина Д.В., Сигиневич Ю.А., Ефимочкина С.М., Волель Б.А. Тревожные расстройства в общей медицинской практике - клиническая картина, диагностика, оптимизированные подходы к терапии // медицинский совет. - 2023. - №3. - с. 110-118.
- 4) Рахимкулова А.С. Пятиступенчатая программа работы с подростками с генерализованным тревожным расстройством с помощью когнитивно-поведенческой терапии // подросток в мегаполисе: поиск вопросов и ответов. - М.: Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования "Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", 2023. - С. 102-105.
- 5) Савченков А.В. Факторы риска развития тревожных расстройств // вестник психотерапии. - 2023. - №85. - С. 92-102.

- 6) Algushaeva V.R., Yusupova G.R. Katathym-imaginative psychotherapy in the treatment of patients with anxiety-phobic disorders // наука XXI века: вызовы, становление, развитие. - Международный центр научного партнерства "Новая Наука" (ИП Ивановская И.И.), 2024. - С. 50-62.