

О.В. Акавова* – студент магистрантуры

М.В. Носкова – кандидат психологических наук, доцент

Information about the authors

O.V. Akavova* – M.S. student

M.V. Noskova – Candidate Sciences (Psychological), Associate Professor

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

sulak18@yandex.ru

УДК 616.839-794.08-53.02

НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ В КАЧЕСТВЕ «СОЦИАЛЬНОГО ТРЕНАЖЁРА», КАК КОМПОНЕНТ КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ СИНДРОМА ВЕГЕТАТИВНОЙ ДИСФУНКЦИИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Артём Андреевич Беляев, Юлия Александровна Трунова

Кафедра поликлинической педиатрии и педиатрии ФПК и ПП

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения РФ

Екатеринбург, Россия

Аннотация.

Введение. Несмотря на распространённость синдрома вегетативной дисфункции (СВД) в подростковой популяции, имеются сложности в коррекции данного состояния вследствие полиморфизма соматических и психовегетативных проявлений. **Цель исследования** – разработка методической базы для использования настольных игр в качестве компонента терапии СВД у детей и подростков. **Материал и методы.** В 2018 г. проведено сравнительное когортное исследование среди подростков 12-17 лет – оценка общих способностей (IQ) и уровня тревожности. Параллельно с 2018 года проводились испытания различных настольных игр в качестве «социального тренажера» и методик их проведения в группах детей 9-16 лет, посещающих дополнительные занятия в досуговом центре. **Результаты.** В статье приведены результаты анкетирования подростков с целью оценки общих способностей и уровня тревожности, а также определены основные особенности настольных игр как инструмента социального взаимодействия, возможные способы и место их применения в качестве терапии СВД, предложена классификация настольных игр по степени социального взаимодействия. **Выводы.** Посредством моделирования различных ситуаций и типов взаимодействия, с помощью настольных игр можно повысить стрессоустойчивость и улучшить социальную адаптацию детей с СВД. **Ключевые слова:** синдром вегетативной дисфункции, настольная игра, социальная адаптация.

BOARD GAMES AS A «SOCIAL SIMULATOR», AS A COMPONENT OF COMPLEX THERAPY OF AUTONOMIC DYSFUNCTION SYNDROME IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

Artem A. Belyaev, Yuliya A. Trunova

Department of Outpatient Pediatrics and Pediatric Postgraduating Training

Ural state medical university
Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. Despite the prevalence of autonomic nervous dysfunction syndrome (SVD) in the adolescent population, there are difficulties in correcting this condition due to polymorphism of somatic and psychovegetative manifestations. **The purpose of the study** is development of a methodological framework for the use of board games as a component of SVD therapy in children and adolescents. **Material and methods.** In 2018, a comparative cohort study was conducted among adolescents aged 12-17 years – assessment of general abilities (IQ) and anxiety level. In parallel, since 2018, various board games have been tested as a "social simulator" and methods of their implementation in groups of 9-16-year-olds attending additional classes at the leisure center. **Results.** The article presents the results of a survey of adolescents in order to assess their general abilities and anxiety level, and also identifies the main features of board games as a tool of social interaction, possible ways and place of their use as therapy for SVD, a classification of board games according to the degree of social interaction is proposed. **Conclusions.** By modeling various situations and types of interaction, using board games, it is possible to increase stress tolerance and improve the social adaptation of children with SVD. **Keywords:** syndrome of autonomic nervous dysfunction, board game, psychosomatics.

ВВЕДЕНИЕ

Синдром вегетативной дисфункции (СВД) - симптомокомплекс, характеризующийся нарушением вегетативной регуляции работы внутренних органов (сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, органов дыхания, желез внутренней секреции и т.д.), сосудов, обменных процессов в результате первично или вторично возникших морфологических и/или функциональных изменений в вегетативной нервной системе (ВНС) [1].

По данным многочисленных исследований, в детской популяции СВД встречается в 12-25% наблюдений. У девочек СВД встречается в 2,5 раза чаще, чем у мальчиков. У школьников частота встречаемости СВД составляет 40-60%, а в подростковом возрасте увеличивается до 82% наблюдений [1]. Такое распространение СВД может являться следствием нарастающего темпа современной жизни, который требует большей отдачи внутренних сил и ресурсов.

Несмотря на распространённость СВД в подростковой популяции, имеются сложности в коррекции данного состояния вследствие полиморфизма соматических и психовегетативных проявлений. Терапия СВД не может базироваться только лишь на медикаментозной коррекции, а должна быть комплексной и включать модификацию образа жизни пациента и психологическую поддержку. Поэтому вопросы лечения СВД остаются крайне актуальными.

Цель исследования – разработка методической базы для использования настольных игр в качестве компонента комплексной терапии СВД у детей и подростков.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

В 2018 г. проведено сравнительное когортное исследование среди подростков 12-17 лет – оценка общих способностей (IQ) и уровня тревожности. На базе кардиоревматологического отделения ГАУЗ СО ДГКБ № 11, проводилось анкетирование 30 подростков, госпитализированных с диагнозом «Синдром вегетативной дисфункции по симпатикотоническому типу» (основная группа), из них 23 мальчика и 7 девочек в возрасте от 12 до 17 лет (средний возраст участников 15,27±2,6 лет). Диагноз был установлен на основании комплексной оценки клинических симптомов, лабораторных и инструментальных данных. Контрольная группа формировалась из 30 условно здоровых детей в возрасте 15 лет (20 мальчиков и 10 девочек) на базе общеобразовательной школы города Екатеринбурга. Информированное добровольное согласие участников исследования или их родителей было получено до начала анкетирования. Для анкетирования использовались тест оценки детской тревожности и методика КОТ – краткий ориентировочный, отборочный тест (опросник диагностики интеллекта (IQ)), предназначенный для определения общих способностей индивидов, а именно гибкости/инертности мышления, способности обобщения и анализа материала, грамотности, пространственного воображения.

Проведена статистическая обработка результатов с помощью программы Microsoft Office Excel 2020.

Параллельно с 2018 года проводились испытания различных настольных игр в качестве «социального тренажера» и методик их проведения в группах детей 9-16 лет, посещающих дополнительные занятия в досуговом центре.

РЕЗУЛЬТАТЫ

По данным КОТ «низкий» уровень общих интеллектуальных способностей преобладал в основной группе (χ^2 с поправкой Йейтса=4,176, связь 0,302 – средняя). Результат «ниже среднего» значительно чаще встречался в контрольной группе (χ^2 с поправкой Йейтса=5,625, связь 0,340 – средняя). Результаты представлены на рисунке 1.



Рис. 1 Краткий ориентировочный тест на интеллектуальные способности

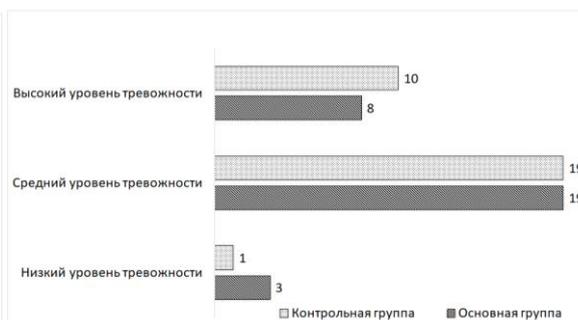


Рис. 2. Тест тревожности

Также проводился тест оценки детской тревожности, который исследует характерную для ребенка тревожность в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующие свойства личности проявляются в наибольшей степени. Детям демонстрировались различные ситуации и предлагалось выбрать реакцию в этот момент: грустную или весёлую. Тест, заключающийся в моделировании ситуации и оценке реакции ребенка, показал, что уровни тревожности подростков в обеих группах был достаточно высоким, с незначительным преобладанием в контрольной. Результаты представлены на рисунке 2.

При испытании на базе детского досугового центра различных настольных игр и оценке методик их проведения в группах детей 9-16 лет, посещающих дополнительные занятия в данном центре, нами были выделены следующие эффекты настольных игр, которые отличают их от иных видов хобби и позволяют использовать с целью «социального тренинга»:

1. Социальное взаимодействие между людьми (разговоры, шутки, обмен мнениями, оценка результатов);
2. Объединение семьи (общие воспоминания укрепляют внутрисемейные межличностные связи);
3. Развитие мышления (просчёт возможных ситуаций);
4. Развитие воображения (более 80% игры происходит в воображении игроков);
5. "Физическое" воплощение, развитие мелкой моторики (можно потрогать, взять в руки рассмотреть, «улучшить» игру своими силами).

Также нами разработана классификация настольных игр по степени выраженности воздействия игроков друг на друга:

1) Полностью кооперативные игры. У всех игроков равные или примерно равные возможности, все играют одной командой «против игры» («Пандемия», «Запретный Остров», «Запретная Пустыня», «Приключения Робина Гуда» и др.).

2) Кооперативные игры с разными ролями. Все игроки – это одна команда, однако среди игроков роли распределены не одинаково, например, один игрок даёт подсказки, а остальные игроки должны правильно их интерпретировать. Игроки так же либо все победят, либо все проиграют («Мистериум», «Остров Духов», серия «Симило», «Концепт» и др.)

3) Командные игры. В данной категории игр появляется конфликт, однако нет индивидуальной ответственности за победу или поражение. Игроки делятся на две команды и играют друг против друга («Кодовые имена» или «Опасные Слова», «Капитан Сонар», «Генералы. Вторая мировая», «Длина Волны» и др.).

4) Непрямое взаимодействие. В игре появляется элемент собственности, личной ответственности, каждый игрок играет сам за себя, в конце игры будет подсчёт победных очков, соответственно победитель и проигравший («Гавр» или «7 чудес», «Руины острова Арнак», «Остров Кошек», «Алхимики» др.)

5. Дуэльные противостояния. В игре идет противостояние двух игроков, исходно не отягощенное враждебностью или предательством. Поражение и

победа в таких проектах – справедливая неотъемлемая часть игры (классические шахматы, «Звёздные Империи», «7 Чудес. Дуэль», «Неустрасимые» и др.)

6. Агрессивное взаимодействие. Все игроки – условные «враги» друг для друга, которым предстоит в открытую «нападать», отбирать ресурсы другого игрока, или даже полностью «выбивать» игрока из игры, при этом можно вступать в союзы, договариваться, но победит только один, остальные проиграют («Игра Престолов. Второе издание», «Битва за Рокуган», «Сумерки Империи» и др.)

7. Игра с предателем. В этой категории игр, как ни в каких других, широко распространены взаимные обвинения, обманы, угрозы, провоцирующие недоверие игроков друг к другу, страх быть разоблачённым, увеличивается стрессовая нагрузка («Гномы вредители», «Мафия», «Звёздный крейсер галактика» или его переиздание «Непостижимое», «Мёртвый Сезон», «Шериф Ноттингема» и др.).

Отдельно нами вынесены настольные ролевые игры, в которых степень взаимодействия и получаемые эмоции зависят от мастера, который проводит игру: он может сделать и мягкое кооперативное приключение, и полную интриг и предательств игру сопровождающуюся гибелью персонажей, к которым игроки привязаны («Подземелья и Драконы», «Книга Пепла», «Мышиная Гвардия»).

ОБСУЖДЕНИЕ

Одна из теорий, касаемых патогенеза СВД, говорит о том, что данный симптомокомплекс не имеет под собой органической природы, а проистекает вследствие психосоматических причин. Проведенное нами исследование подтверждает наличие некоторых индивидуальных личностных особенностей подростков при наличии СВД по симпатикотоническому типу.

Исходя из определения, можно утверждать, что синдром вегетативной дисфункции – это неадекватная реакция вегетативной нервной системы на адекватный стрессовый раздражитель, сродни аллергической реакции, что позволяет в некоторых случаях развития психовегетативного синдрома использовать термин «социальная аллергия». Поэтому по аналогии с одним из методов лечения аллергии, а именно метода антигенспецифической иммунотерапии (АСИТ), целесообразно проводить комплексную терапию СВД посредством постепенного повышения социального взаимодействия. Далее, прорабатывая варианты посредством чего можно обеспечивать «социальное взаимодействие», мы пришли к идее использования настольных игр в качестве «социального тренажёра».

Различными исследованиями уже доказано, что настольные игры влияют на развитие мышления и способности к обучению в разных возрастных группах [2-6], а также могут улучшать общее состояние организма [7].

Использование данного метода «социальной тренировки», на наш взгляд, может быть реализовано на базе санаториев-профилакториев, оздоровительных лагерей, в центрах паллиативной помощи, в неинфекционных отделениях стационаров, в детских досуговых учреждениях.

ВЫВОДЫ

1. Посредством моделирования различных ситуаций и типов взаимодействия, с помощью настольных игр можно повысить стрессоустойчивость и улучшить социальную адаптацию детей с СВД.

2. Постепенное увеличение взаимодействия игроков, регулирование доли агрессивного взаимодействия, позволяет дозировать стрессовую нагрузку, что оказывает тренирующий эффект на вегетативную нервную систему.

3. Опираясь на классификацию и оказываемый эффект, настольные игры можно рекомендовать в качестве «социального тренажёра», что может являться частью психотерапевтической коррекции психовегетативного синдрома.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Синдром вегетативной дисфункции у детей и подростков: клинические проявления, диагностика и лечение. Методические рекомендации № 25, Часть № 1 / Т.Т. Батышева, К.А. Зайцев, М.Н. Саржина [и др.] // Департамент здравоохранения города Москвы – 2015 – 28 с.

2. Немедикаментозная профилактика и коррекция когнитивных нарушений / Раскуражев А.А., Кузнецова П.И., Танащян М.М. // журнал "Анналы клинической и экспериментальной неврологии" 2020г – Том 14 № 3 - С. 60-65

3. Дидактическая игра как средство развития памяти младших подростков на уроках истории / Кузнецова Е.Н., Фесик К.А. // журнал "Международный журнал гуманитарных и естественных наук" 2021 - № 4-1 (55) - С. 168-171

4. «Candy Gland: A Diabetes Board Game for Medical Students» / Twist KE, Ragsdale JW. // MedEdPORTAL. 2022 Dec 30;18:11294. doi: 10.15766/mep_2374-8265.11294. PMID: 36654983; PMCID: PMC9800670.

5. «Tabletop Board Game Elements and Gamification Interventions for Health Behavior Change: Realist Review and Proposal of a Game Design Framework» / Epstein DS, Zemski A, Enticott J, Barton C. // JMIR Serious Games. 2021 Mar 31;9(1):e23302. doi: 10.2196/23302. PMID: 33787502; PMCID: PMC8047814.

6. «Neuropoly: An Educational Board Game to Facilitate Neurology Learning» / Raskurazhev A, Kuznetsova P, Khizhnikova AE [et al.] // Front Syst Neurosci 2021 Oct 6;15:688210. doi: 10.3389/fnsys.2021.688210. PMID: 34690710; PMCID: PMC8527001.

7. Повышение физической работоспособности студентов специальной медицинской группы средствами национальных видов настольных игр / Васильева М.И. // журнал "Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта" 2022. - № 6 (208) – С. 79-82

Сведения об авторах:

А.А. Беляев* – ординатор 2 года обучения по специальности «Детская кардиология» ФГБОУ ВО УГМУ Министерства здравоохранения РФ

Ю.А. Трунова – кандидат медицинских наук, доцент кафедры поликлинической педиатрии и педиатрии ФПК и ПП ФГБОУ ВО УГМУ Министерства здравоохранения РФ

Information about the authors:

A.A. Belyaev* – Resident 2 year, Pediatric cardiology

Y.A. Trunova – Candidate of Medical Sciences, Associate Professor

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):

andron00740@rambler.ru

УДК 159.9.072

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ, ТЕМПЕРАМЕНТА И УРОВНЯ СПЛОЧЕННОСТИ С АЛЕКСИТИМИЕЙ У СТУДЕНТОВ 6 КУРСА ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

Юлия Витальевна Варламова, Татьяна Владимировна Валиева

Кафедра клинической психологии и педагогики

ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения РФ

Екатеринбург, Россия

Аннотация

Введение. Алекситимия – феномен, который был обнаружен в психологии недавно, поэтому его причины до сих пор до конца не изучены. Однако существуют некоторые доказательства того, что развитие алекситимии может быть детерминировано психологическими, социальными и физиологическими процессами. В исследование проблемы вклад внесли следующие ученые: П. Сифнеос, Дж. Немиах, Н. Д. Семенова, В. М. Провоторов, Г. Кристал и др. Существует предположение, что алекситимия является одной из причин соматических заболеваний, и поэтому изучение факторов, способствующих данному явлению, актуально и на сегодняшний день. **Цель исследования** – выявить взаимосвязь личностных показателей, темперамента и уровня сплоченности с развитием алекситимии у студентов 6 курса лечебно-профилактического факультета. **Материал и методы.** Исследование проводилось посредством методик: TAS-20, Мини-СМИЛ (Л. Н. Собчик), «Опросник структуры темперамента-компакт STQ-77 по модели FET» (В. М. Русалов, И. Н. Трофимова) и «Психометрический тест К. Э. Сишора». Статистическая обработка результатов осуществлялась с использованием критериев r-Спирмена и r-Пирсона, а также регрессионного и дисперсионного методов анализа. **Результаты.** Обнаружены достоверные связи алекситимии с личностными показателями (интроверсией и ригидностью), темпераментом (социально-вербальной выносливостью, социально-вербальным темпом, импульсивностью и эмпатией) и индексом сплочённости. **Выводы.** Выявлено, что высокие показатели интроверсии, ригидности, социально-вербального темпа, эмпатии и импульсивности и низкий уровень социально-вербальной выносливости могут быть связаны с развитием алекситимических проявлений у студентов. Также на уровне тенденции отмечается, что внешне-ориентированный тип мышления, как один из показателей алекситимии, может быть связан с низкими значениями индекса групповой сплочённости. Полученные данные позволяют сформировать основу для создания программ психологического сопровождения с целями улучшения ментального благополучия и повышения адаптивности будущих врачей.

Ключевые слова: алекситимия, эмоции, студенты, психология