

УДК: 616.89

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО – ВЫЯВЛЕНИЕ И ВЛИЯНИЕ НА ПРОЦЕСС ОБУЧЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ В ВОЗРАСТЕ 18-22 ЛЕТ

Гордеев Данил Васильевич¹, Панкратьев Семён Владимирович¹, Шипицин Михаил Викторович¹, Десятова Мария Анатольевна^{1,2}

¹Кафедра медицинской биологии и генетики

²Отдел молекулярных и клеточных технологий и радиоизотопная лаборатория, ЦНИЛ ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России Екатеринбург, Россия

Аннотация

Введение. У людей, переживших травматическое событие, может развиваться посттравматическое стрессовое расстройство. ПТСР – это заболевание, которое может привести к серьезной социальной, профессиональной и межличностной дисфункции. В особенности это важно для студентов – будущих профессионалов, от качества обучения которых зависит их успех. **Цель исследования** – определить посттравматическое стрессовое расстройство у студентов или приближенные к нему заболевания, которые могут помешать учебной деятельности студентов; оценить влияние этих заболеваний на учеников, призвать их обратиться к специалистам при наличии таковых. **Материал и методы.** Исследование проводилось с помощью шкалы Ф. Уизерса для клинической диагностики ПТСР – CAPS-DX, включающей в себя 33 вопроса. Контрольная группа – это подростки 18-22 лет, которые пережили травматическое событие более месяца назад и не испытывали идентичный спектр чувств, ощущений и эмоций до травматического события. **Результаты.** Проблемы с агрессией имеются у 84% или 22 из 25 людей, с концентрацией у 20 людей. После травматического события с засыпанием имеют проблемы 72% людей, а состояние “бесчувственности” имеют 96% опрошенных. **Выводы.** Посттравматическое стрессовое расстройство действительно оказывает существенный вред на процесс обучения. Многие симптомы вводят студентов в неустойчивое эмоциональное состояние, отвлекающее их от учёбы. По прохождении CAPS-DX обучающиеся смогут точно определить факт наличия посттравматического стрессового расстройства или его симптомов, что может стать превентивным поводом обратиться к специалистам.

Ключевые слова: расстройство, травматическая ситуация, подростки, симптомы, лечение, учёба, студенты, шкала Уизерса.

POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER – IDENTIFICATION AND IMPACT ON THE LEARNING PROCESS IN ADOLESCENTS AGED 18-22 YEARS

Gordeev Danil Vasilyevich¹, Pankratiev Semyon Vladimirovich¹, Shipitsin Mikhail Viktorovich¹, Desyatova Maria Anatolievna^{1,2}

¹Department of Medical Biology and Genetics

²Department of Molecular and Cellular Technologies and Radiosotope Laboratory, Central Research Laboratory

Ural State Medical University

Yekaterinburg, Russia

Abstract

Introduction. People who have experienced a traumatic event may develop post-traumatic stress disorder. Post-traumatic stress disorder is a disease that can lead to serious social, professional, and interpersonal dysfunction. This is especially important for students – future professionals, whose success depends on the quality of their education. **The aim of the study** is to identify post-traumatic stress disorder in students or related diseases that may interfere with students' learning activities; to assess the impact of these diseases on students, to encourage them to consult specialists if any. **Material and methods.** We conducted the study using the F. Weathers scale for the clinical diagnosis of PTSD – CAPS-DX, which includes 33 questions. The control group consists of adolescents aged 18-22 years who experienced a traumatic event more than a month ago and did not experience an identical range of feelings, sensations and emotions before the traumatic event. **Results.** 84% or 22 people have problems with aggression, with concentration in 20 people. After a traumatic event, 72% of people have problems falling asleep, and 96% of respondents have a state of «insensitivity». **Conclusion.** Post-traumatic stress disorder does have a significant impact on learning. Many symptoms lead students to an unstable emotional state that prevents them from studying. Based on the results of CAPS-DX, students are able to accurately determine the fact of post-traumatic stress disorder or its symptoms, which can become a preventive reason for contacting specialists.

Keywords: disorder, traumatic situation, adolescents, symptoms, treatment, studies, students, Withers scale.

ВВЕДЕНИЕ

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – тяжёлое психическое состояние, возникающее в результате единичного или повторяющихся событий, оказывающих

сверхмощное негативное воздействие на психику индивида. Травматичность события тесно связана с ощущением собственной беспомощности из-за невозможности эффективно действовать в опасной ситуации. Чаще всего ПТСР возникает при событиях, оказывающих мощное негативное воздействие на психику индивида.

Травма может быть вызвана, например:

1. Природными и техногенными катастрофами
2. Террористическими актами
3. Насилием и пытками
4. Изнасилованием
5. Несчастливым случаем
6. Длительными тяжелыми болезнями
7. Смертью близких людей
8. Наркоманией [1]

Симптомами ПТСР являются:

1. Изменения в возбуждении и реактивности нервной системы
2. Психопатологические реперезивания («флешбэки»)
3. Ночные кошмары
4. Посттравматическая диссоциация
5. Избегание
6. Раздражительность и гнев
7. Стыд и чувство вины
8. Эмоциональное оскудение
9. Эмоциональная нестабильность.
10. Трудности с принятием решений.
11. Негативные изменения характера с проявлением таких черт, как цинизм, эгоизм, нетерпимость, появление предрассудков, утрата сострадательности.
12. Неспособность чувствовать себя счастливым
13. Речевые расстройства.
14. Проблемы со здоровьем, такие как повышенное артериальное давление [2].

На основе этих симптомов происходит диагностика посттравматического стрессового расстройства. Человек должен быть подвержен травмирующему событию или иметь вышеперечисленные симптомы не меньше месяца. Также, часто ПТСР очень сложно диагностировать из-за нежелания пациента говорить о своей проблеме. Диагностика осложняется наличием депрессивного или тревожного расстройства, а также расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ. Кроме этого, проявления симптомов должны вызывать дискомфорт или затруднять любую деятельность человека, и не быть связанными с физиологическим воздействием психоактивных веществ или другим заболеванием. Только при совокупности всех этих факторов можно судить о наличии ПТСР [3].

За последнее время в связи с нестабильной обстановкой в мире всё больше и больше людей в мире стали страдать ПТСР. На сегодняшний день по данным Всемирной организации здравоохранения каждый одиннадцатый человек, переживший военные действия, имеет посттравматическое стрессовое расстройство [4]. Также Всемирная организация сообщает о том, что у 7-8% населения планеты может развиваться посттравматическое стрессовое расстройство. Данная проблема стала очень актуальной в связи с многочисленными военными конфликтами, экологическими катастрофами, автомобильными авариями и прочими травмирующими человека событиями. Исходя из этого увеличилось и количество специальной литературы и исследований о распространённости ПТСР среди населения [4]. Однако общая грамотность населения относительно этой темы оставляет желать лучшего, зачастую человек даже не представляет какие последствия несёт данное расстройство для

него. Так как в современной публицистике и журналистике мало освещается данная тема. Человек зачастую даже не подозревает о наличии у него посттравматического стрессового расстройства, ведь часто оно имеет сходные симптомы с другими психологическими заболеваниями, например, с депрессией [5].

Цель исследования - изучить ПТСР, его влияние на человека. Изучить поведение человека, пережившего травматическое событие, а также провести тестирование для определения (возможного наличия расстройства/симптомов этого расстройства) среди студентов. Призвать обратиться к специалистам при выявлении таковых расстройств.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДЫ

Был использован количественный тип исследования. Опрос был проведен объективно, нейтрально и конфиденциально. Исследование проводилось с помощью шкалы Ф. Уизерса для клинической диагностики ПТСР - CAPS-DX. В нашей статье мы использовали версию CAPS - DX шкалы Уизерса, так как она соответствует критериям Диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам (DSM-IV). Данная шкала позволяет определить наличие симптомов расстройства, степень выраженности и частоту их проявления как в данный момент, так и в течение всей жизни, что важно в диагностике ПТСР. В отличие от Миссисипской, которая соответствует критериям более старой DSM III, и используется больше для оценки степени тяжести расстройства и подтверждения диагноза ПТСР у тех, у кого её можно ожидать. Данная шкала не рекомендуется для выявления расстройства, ввиду её невысокой специфичности. CAPS-DX включает в себя 33 вопроса, направленных на выявление посттравматического расстройства у опрошенных и его признаков. Контрольная группа – это подростки 18-22 лет, которые пережили травматическое событие более месяца назад и не испытывали идентичный спектр чувств, ощущений и эмоций до травматического события. Проведен текстовый опрос среди студентов Уральского Государственного Медицинского Университета, Екатеринбургского техникума экономики и торговли, Уральского Государственного Юридического Университета и Уральского Федерального Университета, а после - анализ результатов.

РЕЗУЛЬТАТЫ

Выявление ПТСР у подростков имеет важность в связи с накопительным и угнетающим эффектом симптомов ПТСР, которые в первую очередь влияют на процесс обучения. Результаты опроса помогут указать на те или иные симптомы, которые могут воспрепятствовать обучению, сбивать концентрацию, нарушать процессы сна, вводить студентов в состояние подавленности.

Результаты опроса студентов представлены на рис. 1.

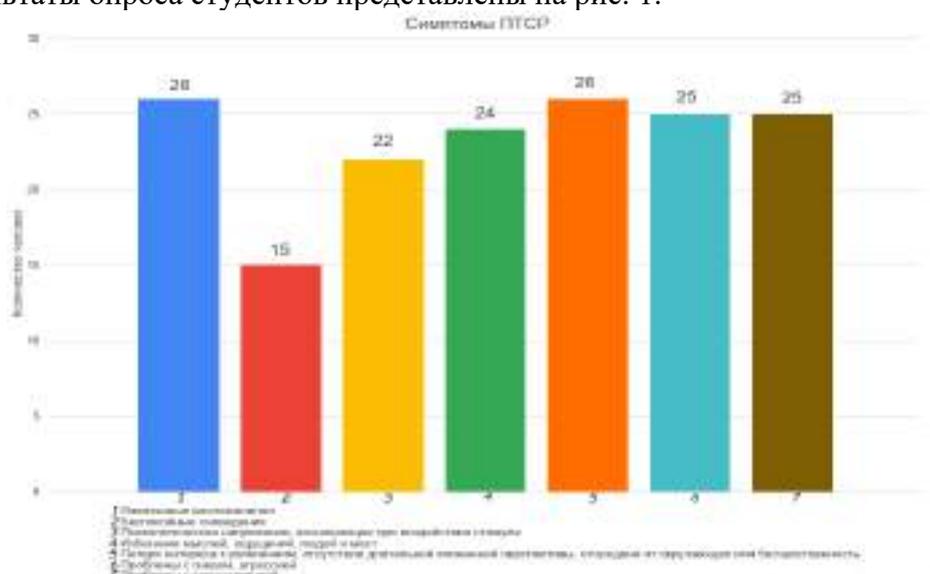


Рис.1 Частота проявления некоторых важных симптомов ПТСР из опроса студентов

Исходя из результатов опроса, мы видим, что наиболее частые симптомы людей, переживших травматическое событие — это навязчивые воспоминания и потеря интереса к различным увлечениям.

ОБСУЖДЕНИЕ

Изучая тему ПТСР и исследования различных людей, мы обратимся к исследованию выдающихся психиатров А. А. Чуркина и Л. Н. Касимовой [4] (рис. 2).

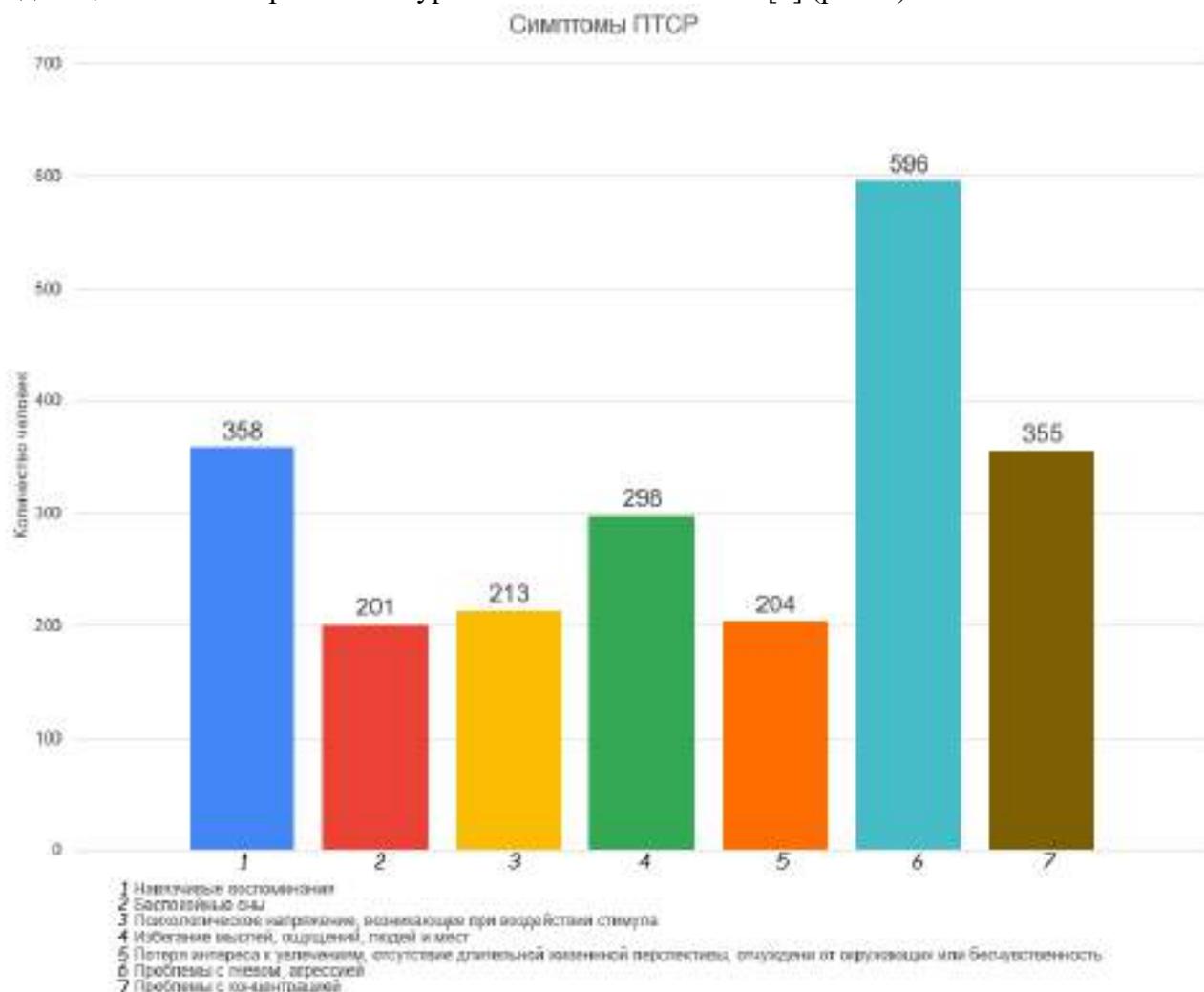


Рис.2 Частота проявления некоторых симптомов ПТСР из опроса А.А. Чуркина и Л.Н. Касимовой

Анализируя результаты исследования Чуркина и Касимовой, видно, что самый частый симптом — это проблемы с гневом, агрессией. Сравнивая эти два исследования, можно ясно сказать, что показания разнятся. В результатах Александра Чуркина и Лалы Касимовой проблема с агрессией – наиболее частый симптом. Вероятно, это связано с тем, что контингент обследуемых людей — это люди, пережившие военные действия, разводы, смерти. В нашем исследовании участвовали люди гораздо моложе - студенты, которые не могли пережить некоторые травматические события, такие как военные действия. Студенты склонны к навязчивым воспоминаниям, возможно, это связано с тем, что молодые студенты более чувствительны к различным событиям. У них больше интересов, постоянно пробуют себя в чем-то новом, соответственно и перегореть к чему-либо шансов больше. Употребление антидепрессантов в такие периоды – это самое распространенное лечение, однако их бесконтрольное употребление может вызывать негативные эффекты. Недостатком исследования является объективно скромная контрольная группа студентов. Для более точных результатов необходимо расширить круг лиц, которые могут пройти данный опрос, так как симптоматика ПТСР может быть схожа со многими другими заболеваниями. Диагностировать данное заболевание можно исключительно у врача-психиатра или психотерапевта. Наш опрос

может стать лишь поводом задуматься об посещении врача. Достоинствами данного исследования выступают: уникальность исследования (не было найдено ни одной научной работы об анализе и выявлении ПТСР у студентов), актуальность (проблема действительно может стать причиной ухудшения успеваемости некоторых учеников, а освещается крайне мало), а также установка динамики изменения тех или иных симптомов у учеников для статистического сравнения с будущими исследованиями.

ВЫВОДЫ

Изучив симптоматику, влияние ПТСР на человека, можно с уверенностью сказать, что это расстройство в целом несёт отрицательные последствия для обучающихся. Наиболее ярко выраженные проблемы проявляются в концентрации, памяти, потери мотивации и стимула. Всё это можно объяснить с биологической и физиологической точки зрения, как выработка гормона кортизола (гормон стресса), неконтролируемое потребление медикаментов, алкоголь, никотин, недостаток сна – всё это является причинами снижения продуктивности человека и угнетения организма, и вызваны эти причины могут быть посттравматическим стрессовым расстройством. ПТСР также является причиной соматических заболеваний: боли в животе, головные боли, структурные нарушения мозга – заболевания, которые напрямую воспрепятствуют процессу обучения [6]. Шкала CAPS-DX позволяет определить наличие симптомов расстройства, степень выраженности и частоту их проявления. После прохождения опроса, обучающиеся смогут определить наличие посттравматического расстройства или его симптомов у себя и обратиться к специалистам для соответствующего лечения.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Молчанова, Е. С. Посттравматическое стрессовое и острое стрессовое расстройство в формате DSM-V: внесенные изменения и прежние проблемы / Е.С. Молчанова // Медицинская психология в России. – 2014. – № 1 (24). – С. 2-6.
2. Посттравматическое стрессовое расстройство / под ред. В.А. Солдаткина; ГБОУ ВПО РостГМУ Минздрава России. – Ростов н/Д: Изд-во РостГМУ, 2015. – 624 с./ 21 с. (дата обращения: 27.02.2024).
3. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edition, Text Revision (DSM-5-TR). American Psychiatric Association Publishing, Washington, DC. – P. 301-313. (дата обращения: 27.02.2024).
4. Человек после экстремальных ситуаций. Посттравматическое стрессовое расстройство// Studme.org – коллекция электронных учебных материалов [Электронный ресурс]. – URL: https://studme.org/360054/psihologiya/rasprostranennost_ptsr?ysclid=ltsvkq1c9s275239501 (дата обращения: 5.03.2024).
5. О посттравматическом стрессовом расстройстве// LundBeck – глобальная фармацевтическая компания [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.lundbeck.com/ru/patients/psychiatry/post-traumatic-stress-disorder> (дата обращения: 5.03.2024).
6. Психиатрия войн и катастроф. Учебное пособие / под ред. В.К. Шамяря; изд. СпецЛит, гор. Санкт-Петербург. – 2015. – 11 с./ 9 с. (дата обращения: 5.03.2024).

Сведения об авторах

Д.В. Гордеев – студент лечебно-профилактического факультета
С.В. Панкратьев* - студент лечебно-профилактического факультета
М.В. Шипицин – студент лечебно-профилактического факультета
М.А. Десятова – асс. кафедры медицинской биологии и генетики, м.н.с.

Information about the authors

D.V. Gordeev – student of the Faculty of Treatment and Prevention
S.V. Pankratiev* - student of the Faculty of Treatment and Prevention
M.V. Shipitsin – student of the Faculty of Treatment and Prevention
M.A. Desyatova - Department Assistant, Junior Research

*Автор, ответственный за переписку (Corresponding author):
retterio55@gmail.com

УДК: 159.9.072.432

АНАЛИЗ РАЗВИТИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ ШКОЛЬНИКОВ НА ФОНЕ ЦИФРОВОЙ ТРАНСФОРМАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

Гребельник Станислава Сергеевна, Закирова Ксения Андреевна, Гилева Ольга Борисовна
Кафедра медицинской биологии и генетики
ФГБОУ ВО «Уральский государственный медицинский университет» Минздрава России
Екатеринбург, Россия

Аннотация

Введение. Когнитивные способности в данный момент рассматриваются не просто как главный компонент эффективности процесса обучения, но и как основа других способностей, как компонент общей личной