

А. И. Лукашев

Научный руководитель: **А. Н. Крутолевич**, канд. психол. наук, доцент
УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины»,
г. Гомель, Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ СИМПТОМАТИКИ РАССТРОЙСТВА АДАПТАЦИИ И ПРОЯВЛЕНИЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ, А ТАКЖЕ ДЕПРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ

Статья посвящена исследованию взаимосвязи расстройства адаптации и проявлений социально-психологической адаптации с симптоматикой депрессии. В статье рассматривается феномен расстройства адаптации и два его симптома: озабоченность проблемой и неспособность адаптироваться. Статья раскрывает содержание понятий социально-психологическая адаптация и депрессия. В результате исследования было установлено, что подростки, которые сообщают о более выраженной симптоматике расстройства адаптации, чаще испытывают более тяжелые проявления депрессии и более дезадаптивны.

Ключевые слова: стресс, депрессия, адаптация, расстройство адаптации.

Стресс – неотъемлемая часть жизни современного человека. Темп современной эпохи предъявляет высокие требования к личности, и стремление этим требованиям соответствовать приводит к повышенному переживанию стресса. Г. Селье дал следующее определение стрессу. Стресс есть неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование [1]. Это значит, что стресс возникает на любое требование окружающей среды, вне зависимости от характеристик этих требований. Стресс вызывается стрессовыми ситуациями, это может быть: физический дискомфорт, боль, испуг, перенапряжение, унижение, конфликты, потеря близкого и т.д. То, как человек реагирует на, неизбежно возникающие на его жизненном пути, стрессовые ситуации, определяет удастся ли ему их разрешить и в какой мере негативный эффект стресса отразится на его здоровье. Способы совладания со стрессом формируются во многом именно в подростковом возрасте, что указывает на особое значение их превентивной коррекции. Если человек не справляется успешно со стрессовыми событиями, то он может обнаружить у себя симптоматику расстройства адаптации.

Расстройство адаптации или расстройство приспособительных реакций является одним из самых распространенных психических расстройств во всем мире, однако в Беларуси оно редко диагностируется. Подобное положение дел обуславливает высокую значимость изучения расстройства адаптации и связанных с ним явлений.

По определению МКБ-11 «расстройство адаптации – это реакция недостаточной адаптации на стрессовое событие, на продолжающиеся психосоциальные трудности или на комбинацию стрессовых жизненных ситуаций, которая, как правило, возникает в течении месяца после и имеет тенденцию к разрешению в течение 6 месяцев, если стрессовый фактор не сохраняется на более длительный срок.

Реакция на стрессор характеризуется симптомами: 1) озабоченностью проблемой, которая заключается в чрезмерном беспокойстве, рецидивирующих и мучительных мыслях о стрессоре или постоянном размышлении о его последствиях, 2) неспособность адаптироваться, т. е. симптомы мешают повседневному функционированию, возникают трудности с концентрацией внимания или нарушения сна, приводящие к нарушению работоспособности. Симптомы также могут быть связаны с потерей интереса к работе, общественной жизни, заботе о других, проведению досуга, приводящему к нарушению в социальном или профессиональном функционировании (ограничение круга общения, конфликты в семье, прогулы на работе и т.д.)» [2, 3, с. 193].

Частота расстройства адаптации колеблется в популяции от 1 до 21 процента, среди пациентов общемедицинской сети – 5-51 процента, среди студентов 14–21 процента. Несмотря на небольшую тяжесть протекания расстройства, при игнорировании его симптомов возможно утяжеление состояния пациента, а также развитие аддиктивного поведения и повышение суицидального риска [4, с. 64]. Есть данные о связи расстройства адаптации с депрессией,

тревогой, алкоголизмом, употреблением наркотиков, суицидальным риском и завершённым самоубийством [5–7].

Расстройство адаптации часто сопровождается: чувством незащищенности, отвержения, вины, беспомощности, пассивности, отрицания, снижением способности к объективной оценке ситуации, ухудшением социального функционирования [4, с. 46–47].

Для того, чтобы более полно рассмотреть феномен адаптации, необходимо изучить его во взаимосвязи с другими нарушениями, такими как депрессия и социально-психологическая дезадаптация. Депрессия это распространенное психическое расстройство, которое представляет из себя период почти ежедневного подавленного настроения, уменьшения интереса к деятельности, как минимум в течение двух недель, сопровождающийся другими симптомами, а именно, трудностями в концентрации внимания, чувством бесполезности, чрезмерным или неадекватным чувством вины, безнадежностью, повторяющимися мыслями о смерти или суициде, изменениями в аппетите или сне, психомоторном возбуждении или торможении, снижении энергии или усталостью [8].

Что касается социально-психологической адаптации, то по определению А. А. Реана «Адаптация – это процесс и результат внутренних изменений, внешнего активного приспособления и самоизменения индивида к новым условиям существования» [9]. А. А. Реан разработал векторную концепцию социальной адаптации. В соответствии с ней были выделены два критерия социальной адаптации: внутренний и внешний. Внутренний критерий включает в себя психоэмоциональную стабильность, личностную комфортность, состояние удовлетворенности, отсутствие дистресса и ощущения угрозы. Внешний критерий связан с соответствием поведения личности с установками и правилами общества, требованиями среды. Личность может быть адаптивной по обоим критериям или иметь дезадаптацию так же по обоим критериям. Однако человек может быть Im-адаптирован (Im – Imaginary – мнимый) только по одному критерию, имея дезадаптацию по-другому [9]. М. В. Ромм определяет социальную адаптивность по следующим признакам: успешная деятельность; состояние психологического комфорта; возможность полной реализации способностей; достижение самоуважения и уважения в референтной группе [10, с. 183]. Также выделяют ряд других критериев социально-психологической адаптивности личности: удовлетворенность своим социальным статусом, позитивные взаимоотношения в коллективе, наличие адекватной самооценки и т. д. [2, с. 110].

Для изучения связи расстройства адаптации с социально-психологической адаптацией и симптоматикой депрессии было проведено эмпирическое исследование. Были использованы следующие опросники: подростковая версия опросника «Расстройство адаптации – новая модель-8» (ADNM-8), Опросник депрессии А. Бека для подростков и младших школьников и опросник «Социально-психологическая адаптированность» Роджерса-Даймонда. ADNM-8 разработан в 2018 году E. Kazlauskas и др. на основе ADNM-20 и предназначен для оценки выраженности симптоматики расстройства адаптации [11]. Он состоит из перечня стрессовых ситуаций и двух субшкал: озабоченность проблемой и неспособность адаптироваться. В настоящий момент он адаптируется группой специалистов Вильнюсского и Гомельского государственного университета. Опросник депрессии направлен на выявление симптоматики депрессии [12]. «Социально-психологическая адаптированность» направлена на оценку степени адаптированности-дезадаптированности в системе межличностных отношений [13, с. 52].

В исследовании приняли участие 59 учащихся IX–XI классов Государственного учреждения образования «Гимназия №46 г. Гомеля имени Блеза Паскаля». Это были подростки 14–18 лет со средним возрастом 15,5 лет (16 парней и 43 девушки). Все они дали информированное согласие на участие в исследовании. Данные были собраны за апрель-май 2019 года.

Для статистической обработки полученных данных был использован корреляционный критерий Спирмена в компьютерной программе для статистической обработки данных IBM SPSS Statistics 23 (2016). результаты статистической обработке представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты статистической обработки данных по шкалам ADNМ-8, опроснику депрессии А. Бека и опроснику «Социально-психологическая адаптированность» на предмет взаимосвязи

Шкалы	Шкалы опросника «Социально-психологическая адаптированность»		Опросник депрессии А. Бека
	Адаптивность	Деадаптивность	
Субшкала ADNМ-8 «Озабоченность проблемой»	-0,413**	0,531**	0,681**
Субшкала ADNМ-8 «Неспособность адаптироваться»	-0,472**	0,401*	0,564**
Общий уровень расстройства адаптации по шкале ADNМ-8	-0,471**	0,528**	0,669**
Примечание – * P<0,01; ** P<0,001			

В таблице 1 продемонстрировано, что оба симптома расстройства адаптации, как и его общий уровень, и симптоматика депрессии имеют положительную статистически значимую взаимосвязь. Аналогична ситуация и для состояния деадаптивности, а для адаптивности связь отрицательна. Это значит, что подростки, которые испытывают более выраженную симптоматику расстройства адаптации также переживают более тяжелые симптомы депрессии и проявления деадаптивности, при этом отмечая более низкий уровень адаптивности.

Полученный результат, как и данные о коморбидности других расстройств, может быть объяснен в первую очередь двумя способами. Во-первых, в основе трех психологических состояний могут лежать общие этиологические и патогенетические факторы: физиологическая предрасположенность, стрессовые ситуации, неблагоприятное влияние социальной среды, деадаптивное научение, выученная беспомощность и негативная каузальная атрибуция, дисфункциональные паттерны мышления, руминация и т. д. Во-вторых, не исключено и реципрокное взаимовлияние изучаемых состояний. Так, следствием депрессивного состояния могут выступать нарушения адаптации, так как адаптационные ресурсы подростка существенно снижаются. И наоборот, неспособность к эффективному каждодневному функционированию может стать толчком для развития эмоциональных нарушений.

Полученный результат указывает на важность профилактики расстройства адаптации и учета других нарушений при коррекции в практической работе психолога. Особый акцент при работе следует сделать на предотвращении стрессовых ситуаций в жизни ребенка и формированию адекватных способов совладания с ними.

Список использованный источников

- 1 Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М. : Прогресс, 1979. – 124 с.
- 2 ICD-11 – International Classification of Diseases 11th Revision. The global standard for diagnostic health information [Electronic resource] : 6B43 Adjustment disorder. – Mode of access: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/264310751>. Date of access: 22.08.2019.
- 3 Maercker, A. Диагностика и классификация расстройств, непосредственно связанных со стрессом: предложения для МКБ-11 / А. Maercker [et al.] // World Psychiatry. – 2013. – № 3. – С. 190–197.
- 4 Шифнер, Н. А. Клинические особенности и варианты динамики расстройств адаптации у студентов / Н. А. Шифнер, А. Е. Бобров, М. А. Кулыгина // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2012. – № 8. – С. 43–61.
- 5 Andreasen, N. C. The predictive value of adjustment disorder: a follow-up study / N. C. Andreasen,

- P. R. Hoenk // The American journal of psychiatry. – 1982. – Vol. 139, iss. 5. – P. 584–90.
- 6 Carta, M. G. Adjustment disorder: epidemiology, diagnosis and treatment / M. G. Carta, G. Balestrieri, A. Murru, M. C. Hardoy // Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health. – 2009. – Vol. 9, iss. 15. – P. 1–15.
- 7 Gradus, J. L. The association between adjustment disorder diagnosed at psychiatric treatment facilities and completed suicide / J. L. Gradus [et al.] // Clinical Epidemiology. – 2010. – Vol. 2. – P. 23–28.
- 8 ICD-11 – International Classification of Diseases 11th Revision. The global standard for diagnostic health information [Electronic resource] : 6A70 Single episode depressive disorder. – Mode of access: <https://icd.who.int/browse11/1-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int>. – Date of access: 23.11.2019.
- 9 Реан, А. А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А. А. Реан. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.
- 10 Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект / М. В. Ромм. – Новосибирск: Наука. Сибирская издательская фирма РАН, 2002. – 275 с.
- 11 Kazlauskas, E. A brief measure of the International Classification of Diseases-11 adjustment disorder: investigation of psychometric properties in an adult help-seeking sample / E. Kazlauskas [et al.] // Psychopathology, 51. – № 1. – 2018. – P. 1–6.
- 12 Содержание и организация психолого-педагогического сопровождения индивидуального развития воспитанников детских домов и школ-интернатов / И. Н. Пахомова [и др.]; под ред. Л. Г. Александровича [и др.]. – Ярославль : ГОУ ЯО «Центр помощи детям», 2005. – 216 с.
- 13 Осницкий, А. К. Определение характеристик социальной адаптации / А. К. Осницкий // Психология и школа. – 2004. – № 1. – С. 43–56.