

Секция «Фундаментальная медицина»

Осмысленность жизни – антидепрессорный и анксиолитический фактор

Гордеева А.А.¹, Мехряков С.А.²

1 - Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А. Вагнера, Лечебный, 2 - Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е.А.

Вагнера, лечебный, Пермь, Россия

E-mail: anastasij_368@mail.ru

Актуальность. Повышенный уровень тревоги (Т) и депрессии (Д) является фактором риска соматической патологии, неблагоприятного социального поведения, как следствие, критерием сокращения продолжительности жизни. При этом в последние годы отмечается снижение возрастного ценза для возникновения Д и Т, что определяет необходимость исследования данного феномена у молодежи.

Цель работы. Оценить характер взаимоотношений уровня Т и Д, степени осознанности смысла и значимости собственной жизни у студентов медицинской академии.

Материал и методы. Репрезентативной выборке студентов 2-6 курсов (n=380, средний возраст $21,4 \pm 2,3$ года) были представлены для заполнения госпитальная шкала Т и Д (HADS), тест смысловых ориентаций (СЖО) в адаптации Д.А. Леонтьева, визуально-аналоговая шкала счастья. Статистическая обработка материала проведена при помощи программы STATISTICA. Различия между выборками считались достоверными при значении α -ошибки менее 0,05.

Результаты. Уровни Т и Д были низкими и составили среди опрошенных $5,9 \pm 3,2$ балла и $3,5 \pm 3,2$ балла соответственно. На этом фоне выявлены высокие значения показателей теста СЖО: осмысленность жизни (ОЖ) $109,6 \pm 16,0$ балла (ср. знач. 100 баллов), целеустремленность, направленность в будущее (Ц) $34,5 \pm 6,4$ балла (ср. знач. 30 баллов), интерес к жизни (ИЖ) $32,0 \pm 6,1$ (ср. знач. 30 баллов), результативность жизни (РЖ) $27,3 \pm 4,8$ (ср. знач. 24 балла), ощущение себя сильной личностью (СЛ) $22,9 \pm 3,7$ (ср. знач. 20 баллов), управляемость жизни (УЖ) $33,2 \pm 5,9$ (ср. знач. 29 баллов). Из полученных нами данных можно утверждать, что ОС, как состояние противоположное Д, обусловлено высокой осмысленностью жизни. Так выявлена прямая зависимость между уровнем счастья и ОЖ ($r=0,4$ $p=0,0000001$), Ц ($r=0,24$ $p=0,000002$), ИЖ ($r=0,4$ $p=0,0000001$), РЖ ($r=0,35$ $p=0,0000001$), СЛ ($r=0,26$ $p=0,0000001$), УЖ ($r=0,4$ $p=0,0000001$) и отрицательная между Т, Д и всеми показателями теста СЖО.

Выводы. Опрошенных характеризует низкий уровень дистресса (Т и Д), в сочетании с высокой осмысленностью жизни, которая должна рассматриваться как модифицируемый протективный антидепрессорный и анксиолитический фактор, повышающий субъективный уровень счастья.