

Лебідь Н. Психологічні передумови виникнення функціональних порушень ритму серця / Н. Лебідь // Актуальні проблеми психології діяльності в особливих умовах: матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції 19-20 лютого 2008 р. / за заг. ред. О.В. Петренка, О.М. Ічанської. – К.: НАУ, 2008. – С. 56-57

Неля Лебідь

Аспірант, м. Київ

Психологічні передумови виникнення функціональних порушень ритму серця

Останнім часом збільшилася кількість людей, хворих на функціональні порушення ритму серця, які виключають органічні порушення серця і виникають під дією зовнішніх факторів. Нешкідливі на початкових етапах порушення ритму під дією психічних навантажень можуть привести до розвитку серйозних хвороб серця.

Функціональні порушення ритму серця відносять до психосоматичних розладів, що обумовлені індивідуально-психологічними особливостями людини, пов'язані зі стереотипами поведінки, реакціями на стрес і способами переробки внутрішньособистісного конфлікту.

До причин виникнення функціональних порушень ритму серця відносять наступні фактори: емоційний стрес, який пов'язаний з високою значимістю для людини стресора; невідреаговані негативні емоції; депресію; постійні конфліктні взаємовідносини в родині і на роботі; фізичну і психічну перевтому; порушення психічної адаптації. Серед особистісних якостей, які сприяють розвитку функціональних порушень ритму серця виділяють: ригідність особистості, зниження чутливості до сприйняття поточної ситуації; невідповідність претензій та реальних можливостей людини; бажання контролювати ситуацію; відсутність впевненості в завтрашньому дні; зниження властивості до концентрації, властивість «розпилюватися»; контроль почуттів і

їх придушення. Крім того, багато дослідників вказують на зв'язок гніву, тривоги і страху з розвитком функціональних аритмій серця.

На нашу думку, велику роль в розвитку функціональних порушень ритму серця відіграють стресори, які впливають на людину і способи реакції на них. При чому відіграють роль не тільки сильні травматичні події, а й повсякденні стресори не дуже великої інтенсивності, на які люди з функціональними порушеннями ритму реагують дуже сильними емоційними реакціями.

Згідно теорії стресу Р. Лазаруса структура стресового епізоду як мікроподії повсякденного життя після дії стресору складається з таких елементів: об'єктивна ситуація – оцінка ситуації (первинна оцінка – сприйняття ситуації, вторинна оцінка – самосприйняття) – емоція – копінг.

Виникнення сильної негативної емоції, яка набуває дуже великого значення для людини схильної до розвитку функціональних порушень ритму серця пов'язана перш за все з деформованою оцінкою стресору. Саме це в подальшому впливає на вибір копіngu, яким реагує людина на стресор. Копінг-стратегія виступає як сформоване та свідоме вміння людини, в той час як механізм емоційного реагування є автоматичним і частіше за все неусвідомлюваним людиною, тому поки людина не усвідомить, що саме його викликає, буде важко змінити копінг-стратегію.

На деформовану оцінку стресора людиною і появу негативної емоції впливають наступні фактори: невідповідність очікувань від ситуації і реальних подій; занадто розвинене прагнення слідувати соціальним нормам і принципам; деформована когнітивна схема; неадекватна оцінка наявних ресурсів; ригідність особистості; занадто розвинене почуття контролю. При зміні даних факторів зміниться реакція на стресор, вона стане більш адекватною, менш емоційно значимою і таким чином буде менше впливати на розвиток функціональних порушень ритму серця.