

Баиурова Н. А., Бартошик В. С.

ВЛИЯНИЕ МУЗЫКОТЕРАПИИ НА УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ И ДЕПРЕССИВНУЮ СИМПТОМАТИКУ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Научный руководитель канд. мед. наук, доц. Хрущ И. А.

Кафедра психиатрии и медицинской психологии

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Расстройства невротического спектра являются наиболее распространенными среди населения. Многие пациенты с тревожными и депрессивными расстройствами испытывают соматические симптомы, связанные с тревогой и депрессией, что приводит к увеличению числа обращений к врачам, оказывающим первичную медицинскую помощь. Несмотря на высокий уровень распространенности этих расстройств, они часто являются недооценёнными и недостаточно изученными. Особенности процесса обучения студентов медицинского университета неотъемлемо сопряжены с риском развития депрессивных и тревожных состояний.

Цель: изучить влияние музыкотерапии на уровень тревожности и депрессии у студентов медицинского университета.

Материалы и методы. В исследовании приняли участие студенты 5 курса лечебного факультета БГМУ. Всего - 60 человек, из них – 52 девушки и 8 юношей, в возрасте от 21 до 25 лет. Исследование проводилось в период с февраля по март 2019 года. Участники исследования прошли психологическое тестирование по шкале оценки уровня реактивной и личностной тревожности Спилбергера; по шкале депрессии Бека. Полученные результаты обрабатывались с помощью статистического пакета программ Microsoft Office Excel 2010.

Результаты и их обсуждение. В исследовании участвовало 52 девушки и 8 юношей в возрасте от 21 до 25 лет. Уровень личностной тревожности согласно шкале Спилбергера умеренный у 26 человек (43.33%), высокий у 34 человек (56.67%). Для достижения цели исследования участники были разделены на две группы по 30 человек методом рандомизации. Первая группа – экспериментальная, вторая – контрольная. Низкий уровень реактивной тревожности у студентов из 1 группы отмечался у 14 человек (46.67%), умеренный у 13 (43.33%), высокий у 3(10%), у 2-й группы - низкий у 18 человек (60%) и умеренный у 12 (40%). Согласно шкале Бека, симптоматика депрессии отсутствует у 24 человек (40%). Легкий уровень депрессии был выявлен у 17 человек (28,33%), умеренный - у 10(16,67%), выраженный - у 9 (15%). Экспериментальная группа проходила сеансы индивидуальной пассивной музыкотерапии. Всего было проведено 15 сеансов по 15 минут каждый. По окончании курса было проведено повторное тестирование, по результатам которого низкий уровень тревожности отмечался у 4 человек (6.67%), умеренный у 34(56,67%) и высокий у 22 человек (36.67%). По группам: в первой- низкая у 3 человек (10%), умеренная у 17(56,67%), высокая у 10(33,33%); во второй- низкая у 1(3,33%), умеренная у 17(56,67%), высокая у 12(40%). По Беку отмечалось отсутствие депрессивной симптоматики у 28 человек (46.67%), легкая степень у 20(33.33%), умеренная у 9(15%), выраженная у 3(5%). По группам: в первой отсутствие депрессивной симптоматики отмечалось у 18 человек (60%), легкая - у 9 (30%), умеренная - у 2(6,67%), выраженная- у 1(3,33%); во второй - отсутствие у 10(33,33%), легкая - у 11(36,67%), умеренная у 7(23,33%), выраженная - у 2(6,67%).

Выводы. Исследование показало, что для студентов медиков характерен повышенный уровень личностной тревожности. Среди участников чаще отмечались симптомы субклинически и клинически выраженной депрессии. В экспериментальной группе, по сравнению с контрольной, после проведенных сеансов музыкотерапии снизился уровень депрессии.