

מאפייני אישיות ונטייה למחלות חורף

ג'נט ברק וקטיה אברבון



סמינר סביבה ותורשה בפסיכופתולוגיה בהנחיית פרופ' עדה זוהר

תוצאות: ההשערה המרכזית אוששה באופן חלקי, כאשר משתנה אלקסיתמיה לא נמצא כתורם לניבוי הנטייה לחלות במחלות חורף. המשתנה המנבא- טיפוס D, נמצא כי קיים הבדל מובהק סטטיסטית בין אלו שמוגדרים טיפוס D לבין אלו שאינם מוגדרים כך, בנטייה לחלות במחלות חורף. המנבאים סגנון רגשי שלילי ואופטימיות נמוכה, מנבאים בנפרד באופן מובהק נטייה לחלות במחלות חורף, אך מכיוון שהמתאם ביניהם נמצא מאוד גבוה ($r=0.5$), כאשר הם נבדקו במודל משותף נעלמה התרומה הייחודית של כל אחד מהם.

דיון ומסקנות: בעבודתנו נמצא קשר בין רוב המשתנים שנבדקו, פרט למשתנה אלקסיתמיה, לבין הנטייה לחלות במחלות חורף. יחד עם זאת מצאנו שהמשתנה המנבא "אופטימיות" דומיננטי על המשתנה המנבא "סגנון רגשי", עקב העובדה שהם בעלי שונות משותפת גבוהה.

השלכות: מחקר זה עשוי לתרום להבנת החשיבות בהשקעה ברווחתו של העובד בעבודתו. עלי ידי יצירת סביבת עבודה נעימה ולא מלחיצה ניתן להעלות את רמת האופטימיות, או להפחית מצבים רגשיים ומלחיצים, ובכך לצמצם את הנטייה של עובדים מסוימים לחלות במחלות חורף ולהפחית היעדרויות.

רקע תיאורטי: מחלות חורף, הכוללות הצטננות ושפעת הן מחלות של דרכי הנשימה העליונות אשר נפוצות באוכלוסייה, וגורמות להיעדרויות רבות מעבודה ולימודים. פסיכולוגיה רפואית קושרת בין תכונות אישיות לבין תפקוד בריאותי: **אישיות טיפוס D** הוצעה בתור סוג אישיות המעמיד פרטים בפני סיכונים בריאותיים מוגברים, **סגנון רגשי חיובי** קשור לפחות הצטננויות וסימפטומים, **אלקסיתמיה** הינה גורם סיכון שמגביר התנהגויות לא בריאות, רגישות למחלות ובעיקר כגורם לחוסר תפקוד תקין של מהערכת החיסונית **ואופטימיות** נמצאה במחקרים רבים כגורם חוסן ומקור התמודדות כנגד קשיים, הן חברתיים והן פיזיים.

השערה מרכזית: אנשים בעלי סגנון אישיות מסוג טיפוס D, גבוהים באלקסיתמיה, בעלי סגנון רגשי חיובי נמוך יותר ופחות אופטימיים ייטו יותר לחלות במחלות חורף- כמו הצטננות ושפעת

שיטה: חולקו שני שאלונים ל-61 סטודנטים באוניברסיטאות השונות- הראשון מודד את המשתנים המנבאים במחקר והשני מודד את התסמינים לחולי במידה והיה, ואת משך החולי.

טיפוס D

סגנון רגשי
שלילי

אופטימיות
נמוכה

נמצאו
מובהקים

נטייה לחלות
במחלות חורף