

Зінченко Д. В.

ІСТОРІЯ ПСИХОСОМАТИКИ, ЯК НАУКИ ПРО ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я

Психосоматика – це галузь психології та медицини, спрямована на дослідження впливу психологічних / психогенних факторів на появу та розвиток фізичних (власне, соматика – це наука про тіло) захворювань. Основою даної науки є реакція на емоційне переживання певної ситуації, що супроводжується функціональними змінами і виникненням патологій в певних органах із якими «пов'язані» конкретні емоції. У межах психосоматики досліджуються зв'язки між характеристиками особистості (особливості, риси характеру, стилі поведінки, типи емоційних конфліктів) і тими чи іншими соматичними захворюваннями. У наш час психосоматика здобула велику популярність як серед лікарів, так і серед психологів, а також звичайного населення. Іноді можна навіть почути подібну фразу з уст фахівців даної галузі: «Усі наші хвороби йдуть від нервів». Це у свою чергу можна трактувати лише наступним чином: всі хвороби людини виникають як наслідок психологічних невідповідностей і розладів, які виникають в душі, у підсвідомості, у думках людини, у тому числі це можна пов'язати разом із домінантою Ухтомського, коли людина переживає одну й ту саму емоцію декілька разів, у її свідомості накопичуються нав'язливі думки. Характерним також є той факт, що позитивні емоції, наприклад радість, задоволення, почуття безпеки, довіри (виправданої та взаємної), самозадоволення та інші, мають навпаки позитивний вплив. Серед вчених блукає навіть вислів, що усмішка та сміх можуть подовжувати наше життя.

У період, коли грецька філософія і медицина перебувала на піку розвитку, поширення здобула теорія про вплив душі та духу на фізичне тіло.

Одним з ліку перших, хто вжив термін «психосоматика» у 1818 році був лікар Йоган-Крістіан Гейнрот. Невдовзі в 1822 році вчений Якобі доповнив цю галузь поняттям «соматопсихічний / психосоматичний». У ХХ столітті даний підхід поширився та набув великої популярності, а саме в 20-50-х роках щойно згаданого століття. У галузі психосоматичної медицини працювали, а також розвивали її наступні вчені: Ф. Данбар, С. Джеліфф, Е. Вейсс, та ланка інших науковців. У 1939 році у США почалося видання науково-популярного журналу «Психосоматична медицина». У 1950 році було створено Американську психосоматичну спілку. Зігмунд Фрейд під час дослідження саме психосоматичних захворювань сформував теорію про «несвідоме» і «витіснення». Велику кількість відомих захворювань у той період класифікували як істеричні або психосоматичні, наприклад: астма, алергія, мігрень, головні болі. Стосовно деяких захворювань і в сучасності тривають суперечки щодо їх класифікації, наприклад з синдромом війни в затоці, синдромом хронічної втоми, хімічною чутливістю та інші.

Основною причиною виникнення психосоматичних захворювань є стрес. Стрес є причиною деяких хвороб: ендокринні порушення (першочергово), бронхіальна астма, порушення роботи серцево-судинної системи, ревматоїдний артрит, виразковий коліт, ураження опорно-рухового апарату.

Роботу виконано під керівництвом доцента кафедри Практичної психології
Харцій О.М.