РАЗДЕЛ XXXI. ПСИХОЛОГИЯ

Агирбова Д.М., Аджиева Д.Б.

Психологические особенности влияния эмоциональной сферы на возникновение болезней

ФГБОУ ВО «Северо-Кавказская государственная академия»
(Россия, Черкесск)

doi: 10.18411/lj-02-2020-180

idsp: ljjournal-02-2020-180

Аннотация

Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме влияния эмоциональной сферы человека на возникновение различных заболеваний. В данной статье рассмотрены индивидуально - психологические особенности эмоциональной сферы, а также корреляционные особенности между эмоциональной сферой человека и различными заболеваниями.

Ключевые слова: психосоматика, эмоции, возникновение болезней, стресс, эмоциональная устойчивость человека.

Abstract

The article is devoted to the current problem of the influence of the human emotional sphere on the occurrence of various diseases. This article discusses the individual psychological characteristics of the emotional sphere, as well as the correlation features between the emotional sphere of a person and various diseases.

Keywords: psychosomatics, emotions, the occurrence of diseases, stress, emotional stability of a person.

В медицинской практике имеется немало примеров, когда люди исцелялись от тяжелых заболеваний, в то время, когда медицина была бессильна, а врачи предсказывали отрицательные прогнозы, а в некоторых случаях даже и летальный исход течения болезни.

В то же время имеется немало примеров, имеющих обратный эффект по данным результатам.

Существует восточный рассказ о докторе, который, обращаясь к больному, говорит: «Нас трое: ты, болезнь и я. Если ты станешь на мою сторону, то мы вдвоем победим болезнь; если ты станешь на сторону болезни, то вы вдвоем осилите меня». Мудрость этого рассуждения заключается в том, что настрой больного, его надежда на успех лечения, вера в излечение являются прекрасными союзниками врача. Ведь во многом наш настрой и наши эмоции определяют состояние нашего здоровья, а иногда могут быть и причиной возникновения той или иной болезни.

Ещё древнегреческая медицина говорила о неделимости психики и тела человека. Каждый орган рассматривался во взаимосвязи с определённой эмоцией. Например, печень - вместилище гнева, сердце - страха, желудок - грусти и печали.

Связь, как говорили древние, взаимна: заболевание органа воздействует на эмоциональный фон человека. А негативные эмоции приводят к болезни конкретного органа.

Как медики, так и психологи твердо убеждены в том, что причинами болезней являются не только чисто физиологические явления. Во многих случаях решающим

фактором является именно психологическая составляющая. Наша душа и тело (говоря научными терминами - психика и соматика) представляют собой единую систему. И любые эмоциональные переживания неизбежно отражаются на состоянии тела - это и есть психосоматика заболеваний.

По данному вопросу высказывали свои взгляды и внесли огромный вклад в развитие «психосоматики» такие ученые, как Ф. Александер, О. Инглиш, Ф. Данбар, С. Джеллифф, Э. Вейсс, З.Фрейд и многие другие ученые.

Так, например, в книге Ф. Александера «Психосоматическая медицина» говорится, что психосоматические недуги - это те заболевания, которые возникают чаще из-за определенных психологических процессов, которые происходят с больным человеком, нежели из-за физиологических причин.[5] Основоположники нового направления в психологии «Саногенный менеджмент», специалисты в сфере области организационной психологии и психологии личности Морозюк С.Н., Морозюк Ю.В, дают полезные советы для самостоятельного развития «оздоравливающего» мышления, а также представлены методы для активизации личностной рефлексии и позитивного мышления для тех людей, которые не желают находиться в плену негативных эмоций. [4]

А австрийский психиатр Зигмунд Фрейд высказывал мысль о том, что если мы гоним какую-то проблему в дверь, то затем она в виде симптома болезней проникает через окно.

Так, часто именно сильный стресс «запускает» механизмы многих заболеваний. Официальная статистика Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) свидетельствует о том, что из всех больных, обращающихся к врачам, примерно у 40% причиной заболеваний является именно «психосоматика».

Немецкий врач Иоган Хайнрот, которым непосредственно был введен термин «психосоматика», рассматривал многие соматические заболевания как психогенные. Так, причины туберкулеза, эпилепсии и рака он рассматривал как результат переживаний чувства злобы и стыда. [1]

Связывать тяжелые заболевания с накопившимися эмоциями начали уже давно, когда выделили категорию психосоматических заболеваний. И многие исследователи подробно расписывали таблицы соответствия заболеваний испытываемым эмоциям. Одним из таких исследователей, которые описывали данную проблематику в таблицах являются такие люди, как Л. Хей, Л. Бурбо, Бройтигам, Карвасарский, Р. Дальке. [3]

Рассматривая вопрос влияния эмоций на возникновение болезней, особо стоит отметить момент, когда люди начинают самостоятельно приписывать себе различного рода болезни. Особо подвержены данной проблематике лица с эмоционально неустойчивой психикой.

Эмоционально неустойчивые лица обычно с жадностью прислушиваются ко всему, что говорят о болезнях и лечении медицинские работники, соседи, сослуживцы, знакомые или даже случайные собеседники. Так, например, даже в экспериментах по подавлению воли, которые проводили фашисты, когда вводились психотропные вещества, людей изводили бессонницей и различными другими методами воздействия, то даже в этих воздействиях конечной стадией воздействия на человека было словесное воздействие, т.е. подавались какие-то команды или произносились какие-то слова, которые в конечном итоге разрушали личность человека. Поэтому считается, что нет более мощного воздействующего инструмента на человека, чем «слово».

Страх заболеть опасным, серьезным, неизлечимым заболеванием иногда перерастает в болезнь: мнительность, ожидание болезни в таких случаях принимают некую маниакальную форму, которая как следствие может перерасти в настоящую

болезнь, так как отрицательные, тревожные эмоции и стресс могут вызвать соответствующую болезнь.

Особо ухудшает факт, что эти люди не только прислушиваются, но и читают: журналы из ближайшего газетного киоска, научно-популярные издания, различные статьи из сети Интернет, медицинские справочники и учебники для врачей, а также просматривают различные телепередачи на медицинскую тематику.

И в данном случае из всего объема полученной информации обязательно находят что-нибудь сходное со своими ощущениями, достаточное, чтобы приписать себе какую-нибудь болезнь. Бегство в болезнь в психоанализе рассматривается:

1. как механизм защиты от трудных ситуаций, психотравм и переживаний;
2. потребность быть больным наблюдается у людей, обычно страдающих синдромом Мюнхгаузена, или истерией. Корни этих проблем уходят в детство (где-то недостаток внимания, где-то гиперопека и т.д.).

Во многих случаях люди с данной проблематикой отказываются от детального обследования из-за боязни обнаружения тяжелой болезни. Они предпочитают переживать, волноваться и лечиться от несуществующей болезни, чем убедиться в ее отсутствии. А если всё же люди с данной проблематикой решаются на обследование, но при этом врачи не находят какие-либо заболевания у обследуемого пациента, то в данном случае они продолжают верить в то, что у них присутствует какое-либо заболевание, а врачи просто искажают информацию и не хотят говорить правду, так как у них особо тяжелая форма заболевания.

Исходя из всего сказанного, можно сделать вывод, что душа и тело человека составляют неразрывное единство. И поэтому психологическое неблагополучие нередко становится причиной телесных недугов, а телесные нарушения оказывают влияние на психику.

На сегодняшний день учёные пришли к выводу, что в 40 % случаев причиной возникновения физических болезней являются не вирусы и бактерии, как считалось раньше, а стрессы, душевные травмы и внутренние конфликты, которые основываются на возникновении тех или иных эмоций у человека.

Поэтому в настоящий момент времени, в постоянно изменяющихся условиях в жизни человека огромную роль играет стабильность внутреннего составляющего и эмоциональная устойчивость самого человека. Неумение и нежелание контролировать свои эмоции приводит к нарушению межличностной коммуникации с другими людьми. И нельзя забывать о том, что для полноценной жизни в социуме, для физического и психического здоровья большое значение имеет гармоничное развитие эмоциональной сферы.

1. Бройтигам В., Кристиан П., Рад М. - Психосоматическая медицина – М.: ГЭОТАР МЕДИЦИНА, 1999.
2. Психологическое здоровье личности и духовно-нравственные проблемы современного российского общества [Электронный ресурс] / Отв. ред. А.Л. Журавлев, М.И. Воловикова, Т.В. Галкина - М.: Институт психологии РАН, 2014. -
3. Марк Сандормирский – Психосоматика и телесная психотерапия: Практическое руководство - М: Независимая фирма «Класс», 2005.
4. Морозюк С.Н., Морозюк Ю.В 10 шагов исцеления от обиды: Практикум по развитию саногенного мышления [Электронный ресурс] / С.Н. Морозюк, Ю.В. Морозюк. - М. : Прометей, 2013.
5. Франц Александер «Психосоматическая медицина: Принципы и практическое применение - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006.
6. Хрусталева Ю.М Биоэтика. Философия сохранения жизни и сбережения здоровья [Электронный ресурс] : учебник / Хрусталева Ю.М. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015.