

здобувач освітньо-професійного ступеня «фаховий молодший бакалавр»
НАЗАР ГРИЦЮК,
 КЗВО «Волинський медичний інститут»
 Науковий керівник:
 к. психол. н., доц. **ІРИНА ГРИЦЮК**

СИСТЕМНИЙ ПІДХІД ДО РОЗУМІННЯ ЛЮДИНИ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЇЇ ЗДОРОВ'Я

Постановка наукової проблеми. Ще в філософських трактатах Декарта щодо розуміння людської природи зустрічається поділ на тіло та душу. Декарт називав це психофізіологічним паралелізмом. У подальших поглядах психологічної науки також надається перевага якомусь одному аспекту. Наприклад, З. Фройд і власне психоаналіз на перше місце висувають фактори взаємин та афекту. К. Юнг у своїх наукових працях важливу роль відводить духовному аспекту. Інші дослідники надають перевагу соціальним факторам, поведінковим тощо. Та сьогодні для збереження здоров'я особистості важливо розглядати людину як цілісну систему, в якій всі її сторони перебувають у постійній взаємодії.

Мета наукової проблеми. Теоретичний огляд різноманітних поглядів на людину та висвітлення особливостей взаємодії усіх аспектів особистості для збереження її здоров'я.

У гештальт-підході визначають такі найважливіші аспекти, що стосуються людської природи: фізичний аспект, до якого відносять власне людське тіло, все що стосується сенсорних відчуттів та рухових функцій та статевої поведінки. До афективного аспекту, на думку С. Гінгера, відносять серце, почуття, стосунки любові та значимі люди, які нас оточують. Також визначають раціональний вимір, до якого відносять голову (мозок), власне думки та креативну уяву. Окремо визначаються соціальна сторона та духовність. Та всі ці фактори постійно та системно взаємодіють [1].

Психосоматика як галузь, що вивчає взаємодію між поведінковими факторами та соматичними захворюваннями, – це наука, об'єктом дослідження якої є душа та тіло у їхній безпосередній взаємодії. Науковці, які займаються дослідженням у цій галузі, доводять, що існує зв'язок між емоційним станом людини та станом її здоров'я. На психосоматичне здоров'я людей великий вплив має сама особистість, її емоційний стан, а не біологічні фактори. В даному підході важливим є визначення причин захворювання.

Диференціальна аналітична теорія (популярна назва позитивна психотерапія) Н. Пезешкіана також розглядає особистість як цілісність. Цей напрямок об'єднує в собі мета-підхід, що спрямований як на психологічну допомогу (психотерапевтичний аспект), так і на виховання (педагогічний аспект), навчання дорослих (андрагогічний аспект), соціальну роботу (соціальний аспект), розвиток міжкультурної свідомості (крос-культурний аспект), взаємодію та інтеграцію різних психотерапевтичних напрямків (інтердисциплінарний аспект).

Цікавим є в даному підході те, що автор визначає механізми психосоматичних процесів через проявлення людини у світі. Тобто реакція на зовнішні чи внутрішні конфлікти може проявлятися через процеси:

1. «Втечі у хворобу»;
2. «Втечі в роботу» (так звана раціоналізація);
3. «Втечі у фантазії», коли людина починає надумувати, створювати підміну реакції;
4. «Втеча у спілкування/або у самотність».

На думку Н. Пезешкіана, людина біжить не просто так – їй важливо знати та розуміти максимально зручну субособистість. А щоб забезпечити життєвий баланс, людині важливо давати собі право на живі емоції: дозволяти собі і плакати, і щиро сміятись тощо.

Для розуміння здоров'я той же Н. Пезешкіан наводить типи соматизації людей. Він каже про те, що є люди «драйвери», які коли бачать ціль, то дуже швидко стартують, але схильні до швидкого вигорання. У фізичному плані у таких людей часто знищуються зуби, проявляються гастрити та кандидози. Інший тип соматизації – це «раціоналізатори». Такі люди дуже правильні, ззовні вони дуже стабільні та задоволені. Але в той же час їм постійно чогось

не вистачає. І це все переходить на організм, що проявляється у зниженні функцій кишківника, недостатностях. Третій тип соматизації – це «колаборатори». Цей тип ще називають співпрацюючим, вони намагаються усіх зрозуміти, ніби врівноважують з допомогою себе процеси у світі. І якщо у цих процесах особистість забуває про себе, то організм може піддаватися різноманітним хронічним захворюванням. Ще один тип соматизації за Н. Пезешкіаном – це «мрійники». Вони дуже креативні, дещо відірвані від реальності, то ж і хвороби вони придумують, вони «грають» у хворобу. Кожен із типів представлений у людському тілі: два домінуючих та два додаткових.

І навіть психопатологія розвитку, що розглядає підходи до розуміння патологічних проявів протягом життя, також демонструє значимість інтегрованого підходу, який збирає різні теоретичні погляди під однією «парасолею», щоб забезпечити розуміння розвитку цілісної особистості. І замість того, щоб фокусуватись тільки на поведінці, когнітивних здібностях чи безсвідомих процесах, психопатологія розвитку приділяє увагу кожній із цих змінних з метою зрозуміти те, як вони сприяють виникненню патологічних процесів/або емоційному/психологічному здоров'ю.

Висновки огляду наукової проблеми. Проаналізувавши деякі підходи до розуміння особистості людини, ми прийшли до висновку, що тілесне (фізичне) пов'язане з душевним (психологічним). Як руки символізують взаємини з іншими людьми, як ноги забезпечують рівновагу між фізичним та метафізичним тощо. Застосовувати такий різноплановий підхід до розуміння природи людини дуже важливо для збереження її здоров'я у всіх його проявах.

Список використаних джерел

1. Гінгер С. Психотерапія: 100 хибних уявлень або як зробити свій вибір. Коломия: Вік, 2021. 207 с.
2. Пезешкіан Н. Психосоматика та позитивна психотерапія. Київ: Інститут позитивної психотерапії. 2021, 464 с.
3. Грицюк І. М. Хлівна О. М. Психологічні особливості впливу стресу на виникнення психосоматичних розладів у дітей старшого шкільного віку. *Психологічні перспективи: зб. наук. пр. Волинського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2021. Вип.37 . С. 55-67.

здобувачка освітньо-професійного ступеня «фаховий молодший бакалавр»

ВЛАДИСЛАВА МИХАЙЛЮК,

КЗВО «Волинський медичний інститут»

Науковий керівник:

ІРИНА ПОДОЛЯК

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ БІЧНОГО АМІОТРОФІЧНОГО СКЛЕРОЗУ У СТВЕНА ГОКІНГА

Актуальність. Стівену Гокінгу був 21 рік, коли йому встановили невтішний діагноз – бічний аміотрофічний склероз. Лікарі давали йому 2 роки, але Стівен прожив ще 55 і став одним з найвідоміших вчених сучасності. Гокінг – єдина відома науці людина, яка прожила так довго з таким захворюванням. Він поступово втрачав мотонейрони, а з ними і здатність рухатись, говорити та самостійно їсти, але зберіг ясний розум, зір та слух. Свою всесвітню популярність, за словами вченого, він здобув завдяки хворобі.

Мета роботи: ознайомитись з історією життя та науковими відкриттями відомого вченого Стівена Гокінга як людини з важким нейродегенеративним захворюванням.

Методи і матеріали: систематизація спеціальної літератури з проблематики дослідження, теоретичний аналіз та узагальнення.

Виклад основного матеріалу. Незважаючи на важке нейродегенеративне захворювання, Стівен Гокінг зумів найближче наблизитись до розгадки Всесвіту. Слабке фізичне здоров'я компенсувалось високим інтелектом, а його аналітичне мислення та неймовірна працездатність вражали багатьох відомих людей. Ось основні напрямки діяльності Стівена Гокінга: