



ISSN 2072-8468

## ИННОВАЦИОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

<http://elibrary.miu.by/journals!/item.iot.html>

Соколова, Э.А. Подходы к теоретическим основам первичной профилактики психосоматических заболеваний как системе психологических технологий / Э.А. Соколова // Инновационные образовательные технологии. – 2013. – № 3 (35). – С. 74–79.

УДК 616-084:616.89-008:159.98

## ПОДХОДЫ К ТЕОРЕТИЧЕСКИМ ОСНОВАМ ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ КАК СИСТЕМЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Соколова Э.А.<sup>a</sup>

### Аннотация

На основании анализа литературы установлены основные подходы к теоретическому и методологическому обоснованию проведения первичной профилактики психосоматических заболеваний с помощью системы психологических технологий. Проанализированы принципы, состав, структура и динамика указанной системы. Установлено, что система психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний соотносится с общей теорией систем.

**Ключевые слова:** система, психологические технологии, психосоматические заболевания, профилактика, теория систем, системообразующий фактор, среда.

**Веб:** <http://elibrary.miu.by/journals!/item.iot/issue.35/article.12.html>

**Поступила в редакцию:** 17.08.2013.

## TREATMENT OF THEORETICAL BASIS OF PRIMARY PREVENTION OF PSYCHOSOMATIC ILLNESSES AS A SYSTEM OF PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES

Sokolova E.A.<sup>a</sup>

### Abstract:

On the basis of literature analysis, basic approaches to theoretical and methodological grounds for carrying out primary prevention of psychosomatic illnesses, using psychological technologies, are established. Principles, composition, structure and dynamics of the system are analyzed. It was determined, that the system of psychological technologies for primary prevention of psychosomatic illnesses correlates with general systems theory.

**Keywords:** system, psychological technologies, psychosomatic illnesses, prevention, systems theory, system-forming factor, environment.

**Web:** <http://elibrary.miu.by/journals!/item.iot/issue.35/article.12.html>

**Received:** 17.08.2013.

### Введение

В настоящее время установлено, что:  
— от 30 до 70 % всех обращающихся за медицинской помощью в поликлиники —

люди, нуждающиеся в первую очередь, в помощи психологической [1];

— в многочисленных теориях возникновения психосоматических заболеваний, кон-

<sup>a</sup> Соколова Эмилия Александровна, кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры психологии Гомельского государственного университета имени Франциска Скорины  
PhD in Medical sciences, Associate Professor, associate professor in the Department of Psychology at Gomel State University named after Francisk Skoryna  
[emiliasokolova@yandex.ru](mailto:emiliasokolova@yandex.ru)

стигируется связь нарушений психических состояний, нарушений в системах взаимоотношений, снижения возможности личностного роста и развития с появлением психосоматических симптомов и возникновением психосоматических заболеваний [2, 3, 4];

— к психосоматическим, несомненно, относятся такие заболевания, как бронхиальная астма, гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца и инфаркт, артрит, сахарный диабет — в происхождении которых ведущее значение имеет психологический фактор [1, 2, 3, 4];

— заболевание не только снижает трудоспособность человека, но и влечет за собой затраты на лечение, снижение качества жизни больного [5], отвлечение трудовых ресурсов на уход и лечение (Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц, 1998), имеет ряд других негативных последствий;

— в исследованиях ряда авторов (L.S. Vygotsky, 1982, 2003, и др.) рассматривались возможности и результаты воздействия среды на личность как предупреждающее появление отставания в развитии. Воздействие среды на личность в таком понимании этого воздействия носит профилактический характер;

— профилактика психосоматических заболеваний в медицинской литературе рассматривается с позиции медицины, с опорой на психогигиену, применение лекарственных препаратов, использование психотерапии [2, 6]. Между тем, исследования в области медицинской психологии и психотерапии показывают результаты нормализации психических состояний, восстановления нарушенных систем взаимоотношений, появления возможностей личностного роста и развития, купирования ряда психосоматических симптомов [2, 3, 4] под воздействием психологических технологий. То есть, психологическую помощь клиентам методами, представленными разными подходами в медицинской психологии [7], можно рассматривать в качестве первичной профилактики психосоматических заболеваний;

— профилактика с помощью системы психологических технологий не требует использования лекарственных препаратов, что значительно снижает как затраты населения, так и затраты государства на ее проведение;

— психологические технологии в рамках разных подходов в медицинской психологии ориентированы на работу с клиентами, обращающимися за психологической помощью, то есть, направлены на решение отдельных психологических проблем клиента [7];

— первичная профилактика психосоматических заболеваний с помощью систе-

мы психологических технологий, направленная на воздействие на организованные группы населения, пока не разработана.

Все это послужило основанием для изучения возможности использования системы психологических технологий для первичной профилактики психосоматических заболеваний.

Целью исследования является установление подходов к теоретическому обоснованию возможности использования психологических технологий в системе в качестве первичной профилактики психосоматических заболеваний.

Объект исследования: система психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний.

Предмет исследования: подходы к теоретическим основам первичной профилактики психосоматических заболеваний как системе психологических технологий.

Метод исследования — теоретический анализ проблемы.

Система в переводе с греческого означает «организованное целое» [8, с. 251]. Термин «система» применяется в разных областях науки и техники, поэтому исследованиями в области систем занимались специалисты разных профессий. Наиболее активно теория систем разрабатывалась в 70-х годах прошлого века. Мировую известность получили исследования в области систем Л. фон Бергаланфи (Bertalanffy L. von. 1968), Э. Квейда (1969), Ю.А. Урманцева (1978), А.И. Умова (1978), В.Н. Садовского (V.N. Sadovsky, 1971. 1974), Б.С. Флейшмана (1971) и др. Системы изучались и в психологии (Н. Смит, 2002, А. Комбс 1993, 1994), и биологии (М. Месарович, 1970). Связь психологической и биологической составляющей личности представлена в теории функциональной системы П.К. Анохина [9].

Как пишет В.Б. Швырков, «любая функциональная система всегда реализуется для конкретной цели, в конкретной среде и с помощью конкретных движений, т.е., как триединство этих аспектов» [10, с. 17]. Опираясь на такой подход, психологические концепции, например, концепцию о планомерно-поэтапном формировании умственных действий и понятий П.Я. Гальперина [11] можно рассматривать как психологическую систему. Она имеет цель, средства достижения, результат, то есть такую систему можно представить как своего рода функциональную систему, но не в психофизиологическом или нейропсихологическом смысле, а в смысле психологическом, как определенную систему деятельности.

Чтобы рассмотреть систему психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний, необходимо установить, как происходит переход от состояния здоровья к состоянию психосоматического заболевания.

Структуру психики, с позиции психофизиологического ее понимания, В.Б. Швырков представляет как систему «взаимосвязанных функциональных систем» [10, с. 13]. Поясняя это, В.Б. Швырков пишет, что «эта система в целом, с одной стороны, отражает все потребности метаболизма, с другой — существующие двигательные возможности организма, и с третьей — структуру среды, установленную с помощью двигательной активности для удовлетворения определенных потребностей» [10, с. 13].

Среда предоставляет многочисленные возможности, выбор которых остается за человеком [12]. Человек в ряде случаев неосознанно, с целью удовлетворения своих потребностей, выбирает путь перехода к психосоматике, как правило, негативно относясь к появлению у себя психосоматического заболевания. Это говорит о том, что он не использует возможности, предоставляемые средой для сохранения здоровья, и не создает такие возможности.

При варианте развития психосоматики не работает системообразующий фактор, под которым, как пишет Ю.И. Александров (Y.I. Alexandrov), ссылаясь на П.К. Анохина, понимается «полезный приспособительный эффект в соотношении организма и среды, достигаемый при реализации данной системы» [13, с. 355].

«Полезный приспособительный эффект в соотношении организма и среды» [13, с. 355] применительно к первичной профилактике психосоматических заболеваний включает такое воздействие на личность, которое приводит к:

- нормализации нарушенного психического состояния;
- нормализации нарушенных взаимоотношений;
- понимание человеком возможности личностного роста и развития и осознанию появления таких возможностей;
- гармоничному сосуществованию с окружающей средой для сохранения собственного здоровья.

Такое воздействие является вынужденным, и его включение связано именно с неиспользованием значительным количеством людей возможностей, предоставляемых средой для сохранения здоровья, и неумением создавать такие возможности.

Само определение системы позволяет выделить следующие *принципы системы* — *ее целостность и организованность*.

Целостность системы психологических технологий первичной профилактики опирается на понимание роли и значимости каждого из звеньев системы.

Отдельные звенья системы, в нашем понимании, рассматриваются в каждом из подходов в медицинской психологии — когнитивном, бихевиоральном, экзистенциальном, и другими [7, 14]. Они включают, с одной стороны, составляющую взглядов на определенный круг проблем — поведения, эмоций, понимания, а с другой — составляющую технологий диагностики и решения указанных проблем. Они имеют иерархическое строение, при котором технологии решения опираются на результаты применения технологий диагностики [7, 14]. Воздействие на личность клиента посредством каждого из подходов произошло на одну (в понимании авторов подхода) — наиболее измененную составляющую личности, с изменениями которой они и связывали появление соматических симптомов [2, 7]. Анализируя многочисленные теории возникновения психосоматических заболеваний [1, 2, 3, 4], можно прийти к выводу, что этиологическим фактором их возникновения являются нерешенные психологические проблемы. Это находило отражение в ранее применявшемся термине «психосоматические», современное определение «соматоформные заболевания» смазывает картину взаимодействий [15].

Психологические технологии, направленные на решение психологических проблем оказывают воздействие на этиологический фактор психосоматических заболеваний. В системе психологических технологий воздействие должно осуществляться на разные звенья системы, целью которого должно быть решение психологических проблем.

Каждое звено системы может работать самостоятельно, чтобы реализовывать свою цель. Одновременное воздействие на разные составляющие личности по сравнению с воздействием на какую-то отдельную составляющую неизбежно вызовет эффект гештальта, когда воздействие всей системы будет обладать другими свойствами. В определенной мере это связано с возникновением связей разных направлений и разного уровня внутри системы. О межфункциональных связях писал Л.С. Выготский (1997). В настоящее время понимание системного воздействия на личность недостаточно изучено и нуждается в дальнейшем изучении. Установление отдельных звеньев системы психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний,

а также отдельных связей их между собой также требует отдельного изучения. Изначально можно лишь утверждать о включении звена мотивации, ролью которой является «формирование цели и поддержка целенаправленного поведения» [16, с. 157].

Целенаправленные мероприятия по профилактике психосоматических заболеваний организованных групп населения требуют работы в системе, поэтому основные положения общей теории систем были соотнесены с системой психологических технологий первичной профилактики.

Как любой объект, система имеет пространственные и временные характеристики. Динамика иерархических систем изучалась ранее (Д. Николис, 1989). Система психологических технологий будет создаваться, будет использоваться определенное время, то есть будет существовать, может видоизменяться, распадаться, входить составной частью в другую систему, то есть, создание такой системы предполагает ее динамику. Понимание динамики системы имеет и другое значение. Кроме определенной динамики ее строения и состава имеется и динамика ее работы. Такая динамика, применительно к системе психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний, также недостаточно изучена, в частности, не установлена длительность применения системы. Критериями длительности могут служить не только нормализация нарушенного психического состояния, нарушенных взаимоотношений, появление возможности личностного роста и развития, но и фиксирование факта, что человек научился делать выбор между здоровьесберегающими и здоровьеразрушающими действиями и использует здоровьесберегающие технологии в своей повседневной жизни.

*Система психологических технологий первичной профилактики представляет собой целостную и организованную структуру, осуществляющую воздействие специалиста (специалистов) на организованную группу с целью профилактики психосоматических заболеваний средствами психологических технологий.*

Система определяется, считает А.И. Уемов, через определение ее концепта, структуры и субстрата [17]. Как пишет А.И. Уемов, «понятие структуры может иметь различное содержание в зависимости от типа системы и характера исследовательских задач» [17, с. 127]. «Концепт системы имеет реляционный, а не атрибутивный характер, т.е., это некоторое системообразующее отношение, а не свойство» [17, с. 129]. В системе психологических технологий первичной профилактики психосоматических за-

болеваний системообразующее отношение основано на связи между психологическими воздействиями и поддержанием соматического статуса в диапазоне нормального функционирования. «Субстратом системы будет тот объект, которому присуща атрибутивная структура» [17, с. 129]. В системе психологических технологий профилактики психосоматических заболеваний атрибутивная структура присуща тем психологическим технологиям, которые обладают свойствами изменять определенные психологические составляющие личности.

Принцип избирательности воздействующей системы связан с направленностью на определенные звенья той системы, на которые воздействуют, так как именно через них возможен результат. С другой стороны, эти звенья системы, на которую воздействуют, во-первых, поддаются такому воздействию, во-вторых, являются пусковым механизмом тех изменений, целью которых и является работа воздействующей системы. Понимание системы первичной профилактики психосоматических заболеваний опирается на следующие методологические основы:

— теорию личности К.К. Платонова, в которой в структуре личности взаимосвязаны разные составляющие, в том числе психологическая и биологическая [18]

— теорию функциональной системы П.К. Анохина, в которой устанавливается иерархическая связь психического и соматического при управляющей роли психического [9, 11, 13];

— многочисленные теории возникновения психосоматических заболеваний, в которых эта связь многократно подтверждается, и также как и возможность влияния на биологическую составляющую личности посредством воздействия на ее психологическую составляющую [1,2,3,4,7];

— системный подход и общую теорию систем [17].

### Заключение

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. Установлены подходы к теоретическому и методологическому обоснованию создания системы первичной профилактики психосоматических заболеваний.

2. Возможно создание системы психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний.

3. Общая теория систем и системный подход соотносятся с системой первичной профилактики психосоматических заболеваний.

Новизна исследования связана с применением теории систем к системе пер-

вичной профилактики психосоматических заболеваний и обоснованием подходов к теоретической и методологической основе системы психологических технологий первичной профилактики психосоматических заболеваний.

### Литература / References

1. Тополянский, В.Д. Психосоматические расстройства / В.Д. Тополянский, М.В. Струковская. – М.: Медицина, 1986. – 384 с.  
Topolyansky, W.D. Psychosomaticheskie rasstrojstva / W.D. Topolyansky, M.V. Strucovskaya. – M.: Medicina. 1986. – 384 p.
2. Антропов, Ю.Ф. Лечение детей с психосоматическими расстройствами / Ю.Ф. Антропов, Ю.С. Шевченко. – СПб.: Речь, 2002. – 560 с.  
Antropov, U.F. Lechenie detej s psychosomaticheskimi rasstrojstvami / U.F. Antropov, U.S. Shevchenko. – SPb.: Resh, 2002. – 560 p.
3. Королева, Е.Г. Психосоматика / Е.Г. Королева. – Минск: «ИВЦ Минфина», 2007. – 216 с.  
Koroleva, E. G. Psychosomatica / E. G. Koroleva. – Minsk: "IVC Minfina", 2007. – 216 s.
4. Папий, Н.А. Кожные заболевания: психодиагностика и коррекция / Н.А. Папий. – Минск: «Полымя», 2001. – 176 с.  
Papiy, N.A. Kosnie zabolvaniya: psychodiagnostika i korekciya / Papiy, N.A. – Minsk: "Polimya", 2001. – 176 s.
5. Новик, А.А. Руководство по исследованию качества жизни в медицине / А.А. Новик, Т.И. Ионова. – СПб.: Издательский дом «Нева»; М.: Изд-во «ОЛМА-ПРЕСС», 2002. – 320 с.  
Novik, A.A. Rukovodstvo po issledovaniju kachestva zhizni v medicine / A.A. Novik, T.I. Ionova. – SPb.: Isdatelsky dom "Neva"; M.: Isd-vo "OLMA -PRESS", 2002. – 320 p.
6. Захаров, А.И. Неврозы у детей и психотерапия / А.И. Захаров. – СПб.: СОЮЗ, 2004. – 336 с.  
Zaharov, A.I. Nevrozi u detej i psichoterapiya / A.I. Zaharov. – SPb.: SOJUS, 2004. – 336 p.
7. Техники консультирования и психотерапии. Тексты / ред и сост. У.С. Сахакиан; пер. с англ. М. Будыниной [и др.]; науч. ред. Н. Бурьгина, Р. Римская. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО Пресс. – 2000. – 624 с.  
Tehniki konsultirovaniya i psichoterapii. Texty / Red. i sost. U.S. Zahakian: per. s angl. M. Budininoiy, [i dr.] / nauch. red. N. Burigina, R. Rimskaya. – M.: Aprel Press, Isd-vo EKSMO Press. – 2000. – 624 p.
8. Ребер, А. Большой толковый психологический словарь: в 2 т. / А. Ребер; пер. с англ. Е.Ю. Чеботарева. – М.: ООО «Издательство АСТ», «Издательство ВЕЧЕ», 2003. – Т. 2. – 560 с.  
Reber, A. Bolshoyi tolkoviy psichologicheskij slovar: v 2 t. / A. Reber; per. s angl. E.U. Shebotareva. – M.: OOO "Isdatelstvo AST", "Isdatelstvo WESCE", 2003. – Tom 2. – 560 p.
9. Анохин, П.К. Философский смысл проблемы естественного и искусственного интеллекта / П.К. Анохин // Синергетика и психология: Тексты: Вып. 3: Когнитивные процессы / под ред. В.И. Аршинова, И.Н. Трофимовой, В.М. Шендяпина. – М.: «Когито-Центр», 2004. – С. 301–319.  
Anokhin, P.K. Philosophskiy smisl problemy estestvennogo i iskustvennogo intellekta / P.K. Anokhin // Synergetyica i psichologiya: Texti: Wipusk 3: Kognitivniye processy / pod red. W.I. Arshinova, I.N. Trofimovoy, W.M. Shendyapina. – M.: "Kogito-Centr", 2004. – S. 49–60.
10. Гальперин, П.Я. Психология / П.Я. Гальперин. – М.: Книжный дом «Университет», 2000. – 112 с.  
Galperin, P.J. Psichologiya / P.J. Galperin. – M.: Knizhni dom "Universytet", 2000. – 112 p.
11. Швырков, В.Б. О системных основах психофизиологии / В.Б. Швырков // Системный подход к психофизиологической проблеме: науч. сб.; под ред. В.Б. Швыркова. – М.: Наука, 1982. – С. 10–23.  
Shvyrkov, V.B. O systemnih osnovah psichofiziologii / V.B. Shvyrkov // Systemni podhod k psichofiziologitscheskoj probleme: pod. red. V.B. Shvyrkova. – M.: Nauka, 1982. – P. 10–23.
12. Лэнгле, А. Жизнь, наполненная смыслом. Прикладная логотерапия / А. Лэнгле. – М.: Генезис, 2008. – 128 с.  
Lengley, A. Zhizn, napolnennaja smislom. Prikladnaja logotherapyja / Lengley, A. – M.: Genesis, 2008. – 128 p.
13. Александров, Ю.И. Теория функциональных систем и системная психофизиология / Ю.И. Александров // Синергетика и психология: вып. 3: Когнитивные процессы / под ред. В.И. Аршинова, И.Н. Трофимовой, В.М. Шендяпина. – М.: «Когито-Центр», 2004. – С. 351–390.  
Aleksandrov, Y.I. Theoriya functionalnih system i systemnaya psichofiziologiya / Aleksandrov, Y.I. // Synergetyica i psichologiya: wip. 3: Kognitivniye processy / pod red. W.I. Archinova, I.N. Trofimovoy, W.M. Shendyapina. – M.: "Kogito-Centr", 2004. – P. 351–390.
14. Александров, А.А. Современная психотерапия: курс лекций / Александров А.А. – СПб.: Академический проект, 1997. – 335 с.  
Aleksandrov, A.A. Sovremennaya psichoterapiya. Kurs lekcij / A.A. Aleksandrov. – SPb.: Akademicheskij proekt, 1997. – 335 p.
15. Гиндикин, В.Я. Справочник: соматогенные и соматоформные психические расстройства (клиника, дифференциальная диагностика, лечение) / В.Я. Гиндикин. – М.: Изд-во «Триада-Х», 2000. – 256 с.  
Gindikin, V.Y. Spravochnik: Somatogennye i somatoformniye psichicheskiye rasstroistva (klinika, differencialnaya diagnostyka, lesheniye) / V.Ya. Gindikin. – M.: Izdatelstvo "Triada-X", 2000. – 256 p.

16. Редько, В.Г. Эволюция когнитивных способностей и проблемы интеллектуального управления / В.Г. Редько // Синергетика и психология: вып. 3: Когнитивные процессы / под ред. В.И. Аршинова, И.Н. Трофимовой, В.М. Шендяпина. – М.: «Когито-Центр», 2004. – С. 155–182.

Redko, V.G. Evoluciya kognitivnih sposobnostey i problemi intellektualnogo upravleniya / V.G. Redko // Synergetyica i psichologiya: wip. 3: Kognitivniye processy / pod red. W.I. Arshinova, I. N. Trofimovoy, W.M. Shendyapina. – M.: "Kogito-Centr", 2004. – P. 155–182.

17. Уемов, А.И. Системный подход и общая теория систем / А.И. Уемов. – М.: Мысль, 1978. – 272 с. [Электронный ресурс] Режим доступа: [www.koob.ru](http://www.koob.ru). Дата доступа – 01.06.2013.

Uemov, A.I. Systhemni podhod i obschaya teoriya system / A.I. Uemov. – M.: Mysl, 1978. – 272 p. [Elektronniy resurs] Rezhim dostupa: [www.koob.ru](http://www.koob.ru). Data dostupa – 01.06.2013.

18. Платонов К.К. Иерархия подструктур личности / К.К. Платонов // Материалы 4 Всесоюзного съезда общества психологов (Тбилиси, 21–22 июня 1971); редкол. Л.И. Анциферова [и др.]. – Тбилиси: Мецниереба, 1971. – С. 69–70.

Platonov, K.K. Ierarhiya podstruktur lichnosti / K. K. Platonov // Materiali 4 Wsesoyuznogo syezda obschestva psichologov (Tbilissy, 21–22 ijunja 1971); redkol. L.I. Anziferova [i dr.]. – Tbilissy : Mezinereba, 1971. – P. 69–70.