

## ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ ОСОБИСТОСТІ

Червинська О.М.

Інститут психології імені Г.С. Костюка  
Національної академії педагогічних наук України

Розглянуто результати теоретичного дослідження психологічних чинників психосоматичних розладів особистості. Здійснено аналіз моделі дослідження психологічних чинників психосоматичних розладів, як то рівня прояву рефлексії, адаптації й психологічного ресурсу особистості. Виділено внутрішні психологічні чинники психосоматичних розладів особистості, визначено поняття «психосоматичного» особистісного ресурсу, «психосоматичного» потенціалу, «психосоматичного» благополуччя, як нової соціальної ситуації розвитку особистості.

**Ключові слова:** психосоматичні розлади, психосоматична активність, рефлексія, модель, адаптація, «психосоматичний» ресурс, самоактуалізація, компоненти, психологічні чинники, «психосоматичне» благополуччя.

**Постановка проблеми.** Різні аспекти дослідження проблеми психосоматичних розладів особистості розглядають Ф. Александер, І. Малкіна-Пих, Л. Виготський, І. Брязгунов, В. Дружинін, С. Максименко, С. Кулаков [1; 2; 4; 6]. У різних наукових поглядах на психосоматичну особистість простежуються загальні риси, як розуміння її як складної якості особистості з акцентуванням уваги на психогенних факторах розладів та їх патогенезу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Актуальність теми дослідження пов'язана з сучасними даними ВОЗ, що більше 40% усіх пацієнтів, що відвідують кабінети соматичних лікарів відносяться до групи психосоматичних хворих [5], що спонукає світове співтовариство до розробки окремих програм природи їх дослідження та профілактики. Питання психосоматики особистості досліджували багато науковців [1; 2; 6]. Останні розробки у цьому напрямку С. Максименка, Л. Виготського, С. Кулакова [2; 5; 6] розкривають питання особистісного потенціалу людини та її життєвих ресурсів, але питання проблеми дослідження психологічних чинників психосоматичних розладів людини досі залишається малорозкритим.

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.** Багато невирішених проблем психосоматичних розладів залишається в межах загальної, вікової та медичної психології, серед яких питання походження, структури й розвитку психосоматичних розладів на різних етапах онтогенезу, проблема психотерапевтичного керування психосоматичним процесом. Завданням нашого дослідження є модель вияву психологічних чинників психосоматичних розладів особистості.

**Мета статті.** Мета даної статті полягає у розгляді моделі дослідження психологічних чинників психосоматичних розладів особистості.

**Виклад основного матеріалу.** Активність [2; 5; 6] залежить від внутрішніх та зовнішніх чинників, співвідношення яких породжує різні типи вияву активності, де *чинник* це поняття, похідне від поняття «чинити», «діяти», «фактор», похідне від латинського слова «*facere*» («діяти», «виробляти», «примножувати»), а також «драйвер» (від англ. Driver, рушій), як умова, що має прямий вплив для перебігу певного явища.

Зовнішні (соціальні) чинники діють на людину як стимул чи гальмо, тому «конкретні суспільно-історичні, соціально-психологічні умови, соціальне середовище, навчання, виховання зумовлюють процес прояву активності особистості» [6, с. 78].

Як впливає з досліджень [3; 4; 5; 7], для прояву психосоматичних розладів має значення без-

ліч як соціальних, так і особистісних психологічних чинників: характер, сила волі, винахідливість, пристрасть, досвід, вміння формулювати проблеми, самостійність, критичність, незалежність; неконформність оцінок і суджень; відкритість розуму, сприйняття нового незвичайного; толерантність до невизначених ситуацій, конструктивна активність в них; естетичне почуття; особливості «Я-концепції», котра характеризується впевненістю в своїх здібностях, силою характеру в поведінці [3; 7].

Внутрішнім чинником психосоматичних розладів є взаємодія якостей і властивостей особистості, не здатних реалізуватися у конкретному життєвому акті, де зазначений феномен [3; 5; 6] називають *психологічним потенціалом*, а потенціал є величина, що характеризує потенційну енергію суб'єкта життя, що представлено у вигляді сукупності *перетворювально-предметних* (навички, уміння, здібності), *пізнавальних* (інтелектуальні здібності), *аксіологічних* (ціннісні орієнтації), *комунікативних* (морально-психологічні якості), *художніх* (естетичні здібності) *можливостей*. В. Ямницький [7] внутрішніми психологічними чинниками життєтворчої активності вважає адаптацію, рефлексію, творчість та пізнання.

Д. Леонт'єв [1] розглядає реалізацію людського потенціалу з позицій людського рівня, котрий визначається як шлях найменшого спротиву і реалізації людських можливостей, відмічаючи, що виключно «людське» вкрай енерговитратне, «не протікає автоматично, не залежить від причинно-наслідкових зв'язків, вимагає зусиль, необхідність котрих відводить багатьох від людського шляху» [1, с. 22], що вказує на можливості розглядати незатребуваний ресурс як латентний ресурс особистості, реалізація котрого є чинником самодетермінованого вибору і творчого рішення суб'єкту.

Вчені [1; 6] необхідною регулятивною складовою особистості вважають *рефлексію*. В. Слободчиков, Е. Ісаєв [6] здатність до рефлексії вважають основним механізмом конструювання і розвитку суб'єктності, де активна рефлексивна позиція вводить людину на ступінь індивідуальності.

У А. Карпова [7] *рефлексія, що має регулятивно-адаптивну функцію*, описується з позиції синтетичної психічної реальності, виступаючи одночасно як психічний процес, властивість і стан. А. Росохін [6] вбачає рефлексію внутрішньою роботою, активним процесом породження сенсів, розвитку суб'єктності і особистості в цілому.

Дослідники визначають вищий рівень рефлексії, здатність осмислювати життя в цілому поняттям мудрості [1; 2], рефлексія розглядається як умова осмислення свого життя та *механізм триваючого*

розвитку особистості і розкриття своєї індивідуальності. Д. Леонт'єв, Т. Яблонська [1; 6] рефлексивно вбачають індивідуальною характеристикою особистості, пов'язану з ресурсом саморегуляції і потенціалом самовизначення, де ресурси саморегуляції дозволяють модифікувати і оптимізувати діяльність переструктуруванням системних зв'язків у взаємодії зі світом, виконуючи компенсаторну функцію при дефіциті ресурсів стійкості, детермінуючи нову регуляцію життєдіяльності, переводячи її в режим самодетермінації та життєвої активності. Вбачаючи зовнішні умови контекстом соціального, в якому відбувається життєвий процес і до яких належать матеріальні, технічні, соціальні, культурні чинники, що впливають на ініціативу, зміст, перебіг та результати життєвої активності особистості, вчені [1; 6] вказують, що бажання досягти мети спричиняє пошукову активність, спрямовану на зміну ситуації (вибір способів поведінки, координація зусиль, саморегуляція).

Тож, нами виявлено сутність спричинення прояву психосоматичних розладів особистості як недостатньо активної індивідуально-специфічної форми самореалізації особистості, що дозволяє визначити психологічні чинники, які забезпечують процес прояву психосоматичних розладів в межах розгортання реалізації психологічного ресурсу особистості, як раціонального використання знань, вмінь, навичок з метою їх соціального й творчого прояву. Підсумовуючи дослідження особистісних психологічних чинників психосоматичних розладів особистості, домінуючими визначаємо пов'язані з психобіологічними закономірностями і особливостями особистості, що найбільше визначають стан соматичного здоров'я людини на тлі її фізіологічної зумовленості та визначаючи особистісні особливості, навички, здібності активного соціально-психологічного протистояння негативним життєвим тенденціям, способи збереження і розвитку включеності в життєву і соціальну активність.

З метою опису моделі дослідження психологічних чинників психосоматичної активності особистості (рис. 1), розглянемо етапи прояву психосоматичних розладів, як: мобілізацію особистісних латентних життєвих ресурсів; розршення протиріч в життєдіяльності; самопрезентацію і самореалізацію життєвої компетенції [6].

Основна задача етапу мобілізації латентних особистісних ресурсів полягає в стимулюванні психологічних ресурсів саморегуляції та особистісного життєвого потенціалу. Теоретичним обґрунтуванням даного етапу є положення А. Маслоу [6], про згортання піраміди потреб згори, а саме [6, с. 33] «вимкнення» окремих структурно-функціональних блоків, де першим знижує функціонування блоку потреби й здатності до цілепокладання свого психічного розвитку, а останнім – потреби й здібності до закріплення в індивідуальному досвіді результатів і способів психічної самоактивності.

В теорії саморегуляції активності С. Carver [6] «наявність цілі – це життєва необхідність, і її прийняття виступає вихідною точкою саморегуляції» [6, с. 56]. В дослідженнях [6; 7] прийняття суб'єктом мети є системоутворюючою саморегуляцією усвідомленої довільної активності, котра включає в себе дві регуляторні функції: самовизначення і реалізації.

Думки [6] про наявність особистісних ре-

сурсів особистості і високу здатність саморегуляції психичних функцій, де «латентний особистісний ресурс виступає необхідною умовою трансформації і оптимізації життєдіяльності та соціальної й творчої активності» [6, с. 63] «існуючої не як даність і необхідність, а як можливість» [6, с. 14]; [7], що психологічними чинниками психосоматичної активності є адаптація та рефлексія й [7], що основним з чинників життєвої активності особистості є її особистісний потенціал, дозволяє нам висунути припущення, що латентні особистісний життєвий та психосоматичний ресурси, адаптація до умов життя та рефлексія є чинниками усвідомлення людиною важливості і можливості актуалізації й реалізації надбаного особистісного життєвого ресурсу відкриває потребу в самореалізації, в направленій взаємодії, в трансляції власного життєвого досвіду, потребу в затребуваності як особистості, що відбулась і прояві соціальної й творчої активності.

Тому, вбачаємо розгляд дослідження психологічних чинників прояву психосоматичних розладів особистості, як недостатності активної індивідуально-специфічної форми самореалізації особистості на основі виділення психосоматичних ресурсів, адаптації та рефлексії.

При конструюванні моделі психологічних чинників психосоматичних розладів особистості використано роботи Ф. Александер, І. Малкиної-Пих, Л. Виготського, І. Брызгунова, В. Дружиніна, С. Максименка, С. Кулакова [1; 2; 4; 6], котрі диференціюють поняття особистісного потенціалу, соматичного потенціалу та особистісного ресурсу. Під поняттям «особистісні психосоматичні ресурси» розуміємо набуту і «пожиттєсформовану» [6] сукупність індивідуальних психосоматичних особливостей особистості, досвід особистісного самопізнання і саморегуляції, котрий характеризується як латентний і при впливі певних чинників може бути мобілізований та актуалізований з метою реалізації прояву соціальної і життєвої творчої активності особистості.

Особистісний потенціал – це «інтегральна системна організація індивідуально-психологічних осо-



Рис. 1. Модель дослідження психологічних чинників психосоматичних розладів особистості

близькостей особистості, що лежить в основі здатності особистості виходити з стійких внутрішніх критеріїв і орієнтирів в своїй життєдіяльності і зберігати стабільність смислових орієнтацій і ефективність діяльності на фоні тисків і змінюючихся зовнішніх умов» [6, с. 8].

Виходячи з досліджень [4; 5; 7], *психосоматичний потенціал особистості* – взаємодія якостей і властивостей особистості, здатних реалізуватися у конкретному життєвому психологічному акті, характеризуючи потенційну енергію суб'єкта життя і міру можливостей ставити і вирішувати нові завдання у сфері життєдіяльності, що має особистісне і суспільне значення, яку можна представити у вигляді сукупності перетворювально-предметних (запаси навичок і умінь, здібності), пізнавальних (запаси знань, інтелектуальні здібності), аксіологічних (ціннісні орієнтації, збільшена сила та якість потреби (мотивація)), комунікативних (морально-психологічні якості), художніх (естетичні здібності) можливостей. Сукупність особистісного і психосоматичного потенціалу означимо «*психосоматичним потенціалом особистості*», де *психосоматичний потенціал* особистості включає соматичний та особистісний життєвий потенціал людей, де основу психологічних механізмів реалізації психосоматичної активності людей становлять переживання етапів мобілізації латентного психосоматичного ресурсу, розривання життєвих протиріч та прийняття життя в новій соціальній ситуації соціальної й творчої активності.

Розгляд моделі дослідження психологічних чинників психосоматичних розладів особистості (рис. 1) показує, що на початковому етапі дослідження психологічних чинників прояву психосоматичних

розладів відбувається мобілізація психосоматичного ресурсу, адаптація особистості до умов життя [1; 4; 6; 7]. Другий етап розгортання прояву психосоматичних розладів передбачає оцінку власних можливостей, перетворення власної життєдіяльності в активну діяльність власного життя за певного рівня рефлексії [6; 7]. Завершальний етап розгортання психосоматичної активності включає в себе процесуальні аспекти розривання протиріч і неспівпадінь в життєдіяльності особистості з психосоматичними розладами, що проявляється в самопрезентації і самореалізації життєвої компетенції особистості як суб'єкта власного життя та досягнення прояву її соціальної й творчої активності, де «самопрезентація» і «самореалізація» є в контексті акмеологічного розвитку особистості [6]. Г. Хойфт [6] вводить, означуючи специфіку діяльності особистості поняття «життєвої компетентності», як особистісної позиції, що надає можливість конструктивно використовувати досвід проживання попередніх етапів життя в умовах дійсності і тому досягнення позитивних результатів мобілізації і актуалізації латентних особистісних ресурсів свідчить про реалізацію особистісних ресурсів для реалізації прояву життєвої активності людей.

**Висновки і пропозиції.** До чинників психосоматичних розладів особистості відносимо знаходження оптимальних можливостей реалізації життєвих задач віку; досягнення високого ступеню особистісної адаптивності, рефлексії, прагнення до самодетермінації і самовдосконалення; розкриття індивідуальності, стимулювання особистісної, соціальної, життєвої і творчої активності, де внутрішні психологічні чинники: особистісний життєвий психосоматичний ресурс, адаптація і рефлексія.

#### Список літератури:

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина / Ф. Александер // Институт общегуманитарных исследований – М., 2011. – 221 с.
2. Анцыферова Л. И. Мудрость и её проявления в разные периоды жизни человека / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25. – № 3. – С. 17-24.
3. Baltes P. B. The aging mind: Potential and limits / P. B. Baltes // Gerontologist, 1993. № 33(5). – P. 580-594.
4. Брязгунов И. П. Психосоматика у детей / И. П. Брязгунов / Психотерапия. – М.: 2009. – 199 с.
5. Кулаков С. А. Психосоматика / С. А. Кулаков. – СПб.: Изд-во Речь, 2010. – 320 с.
6. Максименко С. Д. Медична психологія / С. Д. Максименко: – Вінниця, Нова книга, 2013. – 209 с.
7. Малкина-Пих И. Г. Психосоматика / И. Г. Малкина-Пих / ЭКСМО. М, 2010. – 231 с.
8. Ямницький В. М. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості дорослих: дис...д-ра психол. наук: 19.00.13 / Вадим Маркович Ямницький: – К., 2004. – 410 с.

**Червинская О.М.**

Институт психологии имени Г.С. Костюка  
Национальной академии педагогических наук Украины

## ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ

#### Аннотация

Рассмотрены результаты теоретического исследования психологических факторов психосоматических расстройств личности. Осуществлен анализ модели исследования психологических факторов психосоматических расстройств личности, как уровня рефлексии, адаптации и психологического ресурса личности. Выделены внутренние психологические факторы творческой активности людей пожилого возраста. Определены понятия «психосоматического» психологического ресурса, «психосоматического» потенциала и «психосоматического» благополучия, как новой социальной ситуации развития личности.

**Ключевые слова:** психосоматические расстройства, психосоматическая активность, модель, рефлексия, адаптация, «психосоматический» ресурс, самоактуализация, компоненты, психологические факторы, «психосоматическое» благополучие.

**Chervynska O.M.**

Institute of Psychology G.S. Kostyuk  
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

## **THE STUDY OF PSYCHSOMATIC FACTORS**

### **Summary**

The article considers the results of the study of the creative activity of the individual elderly. The analysis of the performance of the psychosomatic activity of the people and the level of reflection, adaptation and resource «psychosomatic». Given the variety of research approaches research and creative activity ambiguity scientific definition of the term, within our study modeled a theoretical model of psychological factors of psychosomatic activity of the people, as «psychosomatic» welfare and self-sufficient individual forms of activity.

**Keywords:** psychosomatic activity, model, reflection, adaptation, «psychosomatic» resource, self-actualization, methods, psychological factors, «psychosomatic» welfare.