

УДК 364.266:61

Петрика Т. – ст. гр. БП-41

*Тернопільський державний технічний університет імені Івана Пулюя*

## **ХВОРОБА ОРГАНІЗМУ – ЦЕ НЕ ВИПАДКОВІСТЬ, А НАСЛІДОК ДІЙ ЛЮДИНИ**

Науковий керівник: канд. пед. наук, Кавецький В.Є.

У грецькій філософії була досить поширеною думка про вплив душі і духа на тіло людини. Велика увага, зокрема і лікарів-практиків, приділялася тісному зв'язку між хворобою та внутрішнім, емоційним, психічним станом особистості. Так, одержимість злими духами усувалася шляхом катарсису, однак її лікували і з допомогою певних форм спілкування. На сьогоднішньому етапі розвитку людства питаннями взаємозв'язку здоров'я людини та її психологічної діяльності займається психосоматика ( від грецьких слів *psyche* – дух, душа і *soma* – тіло).

Психосоматика як напрям медицини та психології наголошує на винятковій, особливій ролі психічних факторів у виникненні, протіканні та лікуванні соматичних захворювань. Якщо організм захворів, то на думку фахівців даного напрямку, тіло людини подає сигнал у формі болю, як реакцію на неправильні дії особистості. Головним змістом болі є збереження цілісності людини. Тому, біль, що виникає при соматичних хворобах – це здорове відреагування організму на певні ситуації (нерациональна поведінка, неадекватні емоції, негативні думки). В залежності від того, в якій ситуації найчастіше знаходиться людина, які емоції відчуває, в тих чи інших частинах тіла виникають зони постійної хронічної напруги – м'язеві блоки. Це призводить до функціональних порушень, а потім і до появи тих чи інших хвороб (психосоматичних). Наприклад, пригнічені образи, що нагромадилися, блокують грудну клітку, що сприяє формуванню хронічного бронхіту. Недаремно бронхіальна астма вважається класичним психосоматичним захворюванням. Також це стосується і захворювання печінки, адже печінка є «органом-архівом» пережитих образ та гніву. Підшлункова залоза – це орган, що реагує на тривогу та хвилювання, а цукровий діабет входить до «золотої сімки» класичних стресових хвороб. Щодо самих вразливих органів, що реагують на страхи та побоювання, то це – нирки, кишечник та сечовий міхур.

Таким чином, тілесні недуги є матеріальним проявом психологічних проблем людини. Взаємозв'язок тіла і психіки очевидний! Тому, у випадку виникнення хвороби людина повинна, у першу чергу, звернутися до своєї підсвідомості, душі та совісті, і конкретно вияснити, яка її поведінка чи емоції спричинили дане захворювання. Наступним кроком є усвідомлення не лише того, для чого їй був потрібний даний біль чи хвороба, а й для чого взагалі їй була потрібна ця ситуація у житті, і які позитивні уроки потрібно винести із неї. Внаслідок цього, хвороба зникає сама і досить швидко. Для цього необхідно правильно віднестися до хвороби, відмовитися від боротьби із нею, сприйняти її як правильну реакцію організму, з одного боку, а з іншого – як підказку про невірні дії. Отже, хвороба є криком душі, що допомагає зрозуміти внутрішній стан особистості та дає можливість змінити своє здоров'я та життя на краще.