

*Радченко Анастасия Олеговна –
студент Тихоокеанского государственного медицинского университета.
Кафедра клинической психологии, факультет общественного здоровья,
Тихоокеанский государственный медицинский университет,
г. Владивосток*

ОБРАЗ ТЕЛА У ПАЦИЕНТОВ С ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНЬЮ СЕРДЦА

***Аннотация:** В статье представлены теоретические обоснования и выводы о том, что образ тела у пациентов с ишемической болезнью сердца имеет свои особенности.*

***Ключевые слова:** Образ тела, телесность, ишемическая болезнь сердца, эмоции, восприятие, тело, Я-образ.*

***Abstract:** The article presents the theoretical substantiation and conclusions that the body image in patients with coronary heart disease has its own characteristics.*

***Key words:** Body image, corporality, ischemic heart disease, emotions, perception, body, I-image.*

Цель данной теоретической статьи состоит в изучении образа тела у пациентов с ишемической болезнью сердца. Объектом исследования выступает образ тела. Предмет исследования – образ тела у пациентов с ишемической болезнью сердца.

В связи с поставленной целью были сформулированы задачи данного исследования:

1. Проанализировать понятие образ тела и выделить основные компоненты образа тела
2. Рассмотреть современные исследования образа тела у пациентов с ишемической болезнью сердца

Гипотезой исследования выступает то, что образ тела у пациентов с ишемической болезнью сердца имеет свои особенности.

Вопрос о человеческом теле волнует людей уже многие сотни лет, ведь, в том, что телесное и психическое едино, убеждали нас еще древние мыслители, такие как, Платон, Гиппократ, Гален. Уже на тот момент они обратили внимание на то, что сильные эмоциональные переживания, способны приводить к функциональным расстройствам тела человека.

Наше тело является отражением того, что происходит в нашей психике и безусловно, самое сильное, самое непосредственное влияние на него оказывают эмоции [3. с. 99–104].

Эмоции – это важнейшая сфера, от которой напрямую зависит качество нашей жизни. Эмоциональные реакции сопровождаются выбросом в кровь определенных гормонов, учащенным сердцебиением, дрожью, напряжением мышц и другими вегетативными проявлениями. И в этом нет никакой проблемы, даже если речь идет о негативных эмоциях – гнев или страхе. Ведь наш организм приспособлен к таким реакциям и поэтому нормально и здраво реагирует, но также могут начаться сложности, именно тогда, когда мы подавляем эти самые эмоции, то есть пытаемся заставить себя не чувствовать то, что чувствуем или наоборот, чувствовать то, чего не чувствуем. В таком случае можно наблюдать, что эмоции сильно и мгновенно воздействуют на тело не только в момент появления, но уже и остаются с нами в виде мышечных блоков и зажимов, даже если событие может быть уже давно в прошлом. Ведь мышцы первые реагируют на проявление эмоций и в дальнейшем формируются напряжения, которые определенно мешают человеку свободно общаться и проявлять себя, делая его мишенью для манипуляций, и лишая независимости. И самое главное это отражается на состоянии тела.

Образ себя, который мы имеем, влияет на нас и подвергается влиянию со стороны всех наших восприятий, переживаний и действий. Человек, воспринимающий себя слабым и хрупким, отличается от того, который воспринимает себя сильным и ловким. Кроме того, мы чувствуем образы тела

других людей. Опыт, переживание собственного образа тела и опыт, переживание тела других людей тесно переплетаются между собой. Так же, как наши эмоции и действия неотделимы от образа тела, так же и эмоции и действия других неотделимы от их тел (Арлин Старк).

Согласно психологии телесности, образ тела — это психологическое образование, которое является результатом психического отражения в сознании человека собственного тела. Это результат самовосприятия и самооценки реальных и идеальных аспектов собственного тела, представлений о том, как собственное тело воспринимается другими. И для полного понимания, что такое образ тела, были выделены 3 основных компонента. Выделяют когнитивный компонент. Он характеризуется представлениями или репрезентациями человека о своем теле и внешности. Эмоциональный компонент включает в себя самооценку человека о своей внешности и телесных проявлений. И наконец, динамический компонент. Он показывает нам стремления человека к самоактуализации и развитию. Эти компоненты образа тела как бы отражают отношение к себе и своему телу [4. с. 1385-1389].

По мнению Е.Сигель образ тела «зависит не только от визуального и тактильного исследования поверхности собственного тела, но и от ощущений, исходящих из внутренних органов, скелетно-мышечных систем и кожи».

Также можно сказать, что Л. Эспенак предположила, что чей-либо образ тела создается путем приведения в систему сенсорной информации в данный момент. А эти разные моменты в процессе развития, в конечном счете, разворачиваются в сравнительно постоянный образ тела. С помощью нашего тела мы предъявляем себя и взаимодействуем с окружающим миром, познавая его. Все, что связано с нашим телом и само тело, является одним из средств самовыражения. Именно поэтому, сегодня интерес к телесности возрастает. Более того, можно сказать, что игнорирование тела, его недооценка и неполное изучение, не позволяют эффективно «лечить» психологические конфликты и достичь внутренней гармонии. Следовательно, исследование образа тела и

телесности является обязательным элементом проблемы человека во всех многообразных характеристиках его сущности и существования.

Ишемическая болезнь сердца входит в список распространенных заболеваний сердечно-сосудистой системы. Эта патология связана с нарушением циркуляции крови в области миокарда, что ведет к его кислородному голоданию. В результате нарушается деятельность сердечной мышцы, что сопровождается характерным болевым синдромом, чаще после физических нагрузок. У больных с ишемической болезнью сердца наблюдаются те или иные психические изменения. Часто возникают такие эмоциональные нарушения, как тревога, подавленность, фиксация на своих болезненных ощущениях и переживаниях, связанных со страхом смерти, потерей самоидентичности, чувства "Я" [2. с. 77-81]. И безусловно, при таком заболевании, ощущения и эмоции человека будут меняться, что повлечет за собой особенности образа тела у больного. На ряду с ишемической болезнью сердца, у больного могут подавляться некоторые эмоции, изменяться ощущения своего тела, вплоть до внутренних органов и преобладать определенное настроение. Все эти болезненные проявления будут влиять на эмоциональную сферу человека, а она в свою очередь будет оказывать влияние на самооценку, на восприятие себя и конечно же на восприятие своего тела, то есть образ тела будет иметь свои особенности у больных с ишемической болезнью сердца.

Для современного человека его тело становится существенным условием, которое во многом определяет его профессиональную, социальную и даже личностную успешность. В результате многих психологических исследований было установлено, что для человека при стремлении изменить свое тело решающую роль играют не реальные телесные параметры, а сложное единство восприятия собственного тела и отношения к нему.

Тема образа тела у пациентов с ишемической болезнью сердца остается не изученной и полностью открытой для исследований. Многие исследователи говорят о том, что представления о своем теле, его форме, привлекательности, играют важнейшую роль в формировании представления о собственном «Я»,

откуда, возможно, и вытекают всевозможные психологические конфликты человека.

Болезни сердечно-сосудистой системы занимают ведущее место в структуре общей заболеваемости и инвалидности населения. К наиболее распространенным как раз и относится ишемическая болезнь сердца [1].

Многими исследователями установлено, что у больных ИБС наблюдаются те или иные психические изменения. Часто возникают такие эмоциональные нарушения, как тревога, подавленность, фиксация на своих болезненных ощущениях и переживаниях, связанных со страхом смерти, потерей самоидентичности, чувства "Я". Все эти болезненные проявления будут влиять на эмоциональную сферу человека, а она в свою очередь будет оказывать влияние на самооценку, на восприятие себя и конечно же на восприятие своего тела, то есть образ тела будет иметь свои особенности у больных с ишемической болезнью сердца [5. с. 50-100].

В то время как существует много составляющих телесного образа, по-видимому, три признака особенно характеризуют здоровый образ тела. Во-первых, здоровый образ тела является подвижным: образы тела могут изменяться под влиянием внутренних ощущений, внутренних психических событий и внешних ситуаций; однако, стержневая телесная схема остается неизменной, что обеспечивает чувство стабильности и целостности. Кажется, в противоположность этому, индивиды, у которых есть проблемы управления телом, в результате своих ригидных образов не впускают новую или противоречащую информацию в их телесную схему. Такие нарушения в восприятии своего образа тела можно наблюдать у больных с ИБС. Во-вторых, как предположила М.Чейс, здоровый телесный образ связан с реальностью мира и здоровыми сторонами личности: ментальный образ тела совпадает с тем, как в действительности выглядит тело, то есть с тем, как другие объективно воспринимают его. В-третьих, образ тела трехмерен (т.е. это не просто отражение в зеркале). В картину образа тела мы включаем и признаем все его части. Каждая часть структуры тела ощущается как живая и легко доступная

сознанию при переключении внимания на нее. В противоположность этому, если часть ощущается индивидом как «замороженная» или «не чувствующая прикосновения», то образ его тела характеризуется большей фиксированностью, нереалистичностью и отсутствием чувства жизни. Эти ощущения так же можно наблюдать у больных с ИБС. То есть можно сделать такой вывод, что образ тела будет иметь свои особенности у больных с ишемической болезнью сердца.

Список литературы:

1. Алдушина И.В., Борохов А.И., Лапицкий М.А. О некоторых психосоматических взаимоотношениях у больных инфарктом миокарда на разных этапах лечения. Актуальные проблемы соматопсихиатрии и психосоматики. - Челябинск: Изд. Челяб. мед. ин-та, 1990
2. Довженко А.Ю. Образ тела в структуре образа Я// Сборник материалов 58-й международной молодежной научно-технической конференции « Молодежь-Наука-Инновации», 24-25 ноября 2010 г. 2 том, С. 77-81.
3. Кудашов В.И. Исцеление тела и целостность телесности // Сибирское медицинское обозрение. — № 4. — 2014. — с. 99–104.
4. Якимова Л.С. Исследование феномена телесности в психологии // Молодой ученый. — 2016. — №10. — С. 1385-1389.
5. Диссертация на тему «Психокоррекционная работа с больными ишемической болезнью сердца с учетом параметров качества жизни» кандидата психологических наук Кувшиновой Натальи Юрьевны, 2011 год. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.dissercat.com/content/psikhokorrektcionnaya-rabota-s-bolnymi-ishemicheskoi-boleznyu-serdtsa-s-uchetom-parametrov-k>