

Таким образом, существенные различия в характеристике КЖ у подростков с хроническими аллергическими заболеваниями отмечаются по таким параметрам, как физическая активность, боль, общее здоровье. КЖ по указанным выше критериям в большей степени страдает у подростков с АД и БРА в сравнении с больными АР. При АД имеет место самая низкая динамика самочувствия в течение года, что свидетельствует о необходимости осуществления дополнительных реабилитационных программ.

Литература:

1. Астафьева Н.Г., Власов В.В., Мартынов А.А. и др. Разработка и внедрение русской версии опросника "Dermatology Specific Quality of Life(DSQL)" для исследования качества жизни у больных атопическим дерматитом // Аллергология.- 2000.-№3.- С.44-46.
2. Бримкулов Н.Н., Сулайманов Ш.А. Влияние обучающих программ на качество жизни детей, больных бронхиальной астмой // Российский педиатрический журнал. –2001. -№5. – С. 19–22.
3. Геппе Н.А., Ревякина В.А. Аллергия у детей. Основы лечения и профилактики. - М.: Миклош. - 2002.- 120с.
4. Смоленов И.В., Слизова Т.А. Качество жизни и стоимость лечения сезонного аллергического ринита // Атмосфера. Пульмонология и аллергология. - 2003. -№2. С.18-21.
5. Finlay A.Y. Measures of the effect of adult severe atopic eczema on quality of life // JEADV. – 1996. - Vol.7 №2. - P. 149-154.

ЗДОРОВЬЕ КАК ВЫБОР ПУТИ

Пергаменщик Л.А.

Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка, г. Минск

В своем докладе я хочу остановиться на проблеме психического здоровья с позиции возможности и невозможности, желания и нежелания, смелости и трусости. Мне почему-то представляется, что условия человеческого существования дают немалые возможности идти по пути психического нездоровья, чем по пути здоровья, другими словами человеку легче, спокойнее идти по второму пути. Я смею утверждать, что состояние нездоровья – это тот выбор, который делает человек, пытаясь скрыться от угрозы небытия, укрывшись от бытия. Нельзя сказать, что этот выбор совершается всегда на сознательном уровне, но это выбор данного человека и никого другого.

Грузинский мудрец Меграб Мамардашвили, анализируя тексты Рене Декарта, высказал неслучайную фразу: «Мыслить исключительно трудно, мысли следует держать, ибо мысль есть движение, и нет никакой гарантии, что из одной мысли может последовать другая в силу какого-то рассудочного акта или умственной связи». Следует уточнить, что в термин «мыслить» Декарт вкладывал не совсем то когнитивное содержание, к которому мы привыкли, изучая курс общей психологии. Мыслить в картезианской философии означает: понимать, действовать, знать, нести ответственность. Мышление в этом

смысле есть проявление человеческой активности, которое является условием подлинного бытия, существования, здоровья в конечном счете.

Итак, чтобы быть, необходимо проявлять активность. Что означает активность в рамках той психологии, которая единственная рассматривает человеческое бытие как таковое, а не какую-то его часть, как мы можем наблюдать, например, в психоанализе (инстинкты) или в бихевиоризме (поведение)? Активность означает не что иное, как самореализация своих потенциальных возможностей и преодоление трудностей на этом пути. Таким образом, в понятии «психическое здоровье», можно выделить два признака: активность в самореализации и преодоление препятствий на этом пути. Итак, самореализация. Мне, правда, ближе термин самотрансценденция в том значении, которое мы находим у В. Франкла, как реализация себя в мире через систему ценностей: творчества, переживания, отношения к своей судьбе.

Какие же трудности встречает человек на пути к своему здоровью и почему он с такой легкостью избегает здоровья и становится «заброшенным» (Л. Бинсвангер) в психическое нездоровье?

Психически здоровый человек свободен, ответственен за свою судьбу, он сам осуществляет выбор, у него достаёт мужество быть, встречать лики небытия, он имеет веер миро-проектов своего существования, находит смысл в своей жизнедеятельности, в активности. Не много ли признаков психически здорового человека мы обозначили? А много ли психически здоровых людей мы с вами встречали?

Итак, психически здоровый человек должен быть свободен. От кого или от чего он свободен? Человек свободен потому, что он сталкивается с единственной необходимостью — выбрать вот в чем он действительно обречен быть свободным.

Выбрать психическое здоровье означает выбрать каждодневный труд личностного становления. Выбрать психическое нездоровье означает «задержка» на этом пути. Языком символов Ф. Кафка в своем романе «Процесс» показал, как за отказ идти по пути самореализации (пути психического здоровья) Иосиф К. задерживают и судят по законам совместной вести (законам совести). Он должен ответить за то, что не выбрал путь психически здорового человека, не пошел по пути самореализации, задержался в своем развитии.

Найти контуры психического здоровья это еще полдела - необходимо еще осуществить его. Человек несет ответственность за психическое здоровье, которую он не может передать никому: другу, подруге, близкому человеку, родителям. Родители не могут сформировать психическое здоровье за своего ребенка, но они могут создать условия, а дело подрастающего человека реализовать данный императив, этот зов природы.

Движение к душевному здоровью - непрерывность становления, саморазвертывания, самореализации. Остановка на этом пути может привести к «окостенению» и абсолютизации какого-то «ставшего», достигнутого состояния. Отсюда психическая болезнь есть высшая степень неподлинности. Болезнь и

здоровье находятся в зависимости от подлинности или неподлинности совершаемого человеком выбора. Человек сам выбирает свое существование как болезненное, и все события его внутреннего мира связаны с этим выбором. Психическое нездоровье - это состояние человека, который отказался от свободного проектирования собственного будущего, отказался от основополагающего принципа человеческого существования - принципа трансценденции.

Активность предполагает силу, которой противостоит «невинность как защита от ответственности и препятствие личностному росту» (Р.Мэй), препятствие психическому здоровью. Для меня сила отождествляется со смелостью быть свободным и ответственным за свой выбор.

Следовать смелости, быть смелым оказывается невероятно трудно, слабым гораздо легче, слабому человеку не до свободы, он ее не примет - назад отдаст и еще свою веревку принесет (Ф.М. Достоевский). «В числе человеческих пороков трусость, несомненно, самый страшный порок» (М.А. Булгаков), потому что именно трусость главное препятствие на пути самореализации человеческой подлинности, на пути к психическому здоровью.

Так почему же нередко человек, чтобы *скрыться от небытия, вынужден скрывается от бытия* (П.Тиллих)? Чтобы понять сущность человека, надо взглянуть на его поведение в ситуации приближения небытия. И здесь не требуется сложного лабораторного эксперимента — жизнь сама тебя найдет, и поставит социальный эксперимент с такой тщательностью, которой позавидует самый предвзятый позитивистски настроенный социальный психолог. Лучшие научные отчеты написаны участниками страшных социальных экспериментов: В.Франкл и Б.Беттельхейм, В.Шаламов и А.Солженицын.

Какой тогда смысл результатов классических экспериментов С.Аша, М.Шерифа, С.Милгрема, Ф.Зимбардо? Я считаю, что эти эксперименты серьезно подорвали доверие к человеку разумному, о появлении которого мечтали еще французские просветители Дидро и Вольтер. На эксперименты психологов можно было бы не обращать внимания, если бы они не шли вслед за реальными событиями социальной жизни и только подтверждали их. Так, С.Милгрем поставил свой эксперимент, чтобы понять причины античеловеческого поведения культурной немецкой нации во времена фашизма и эксперименты просто показали, что такое поведение не является прерогативой только этой нации. Обратите внимание - во всех экспериментах большинство участников предавали себя в угоду другим. Другими словами, от 60 до 70% участников экспериментов не имели право на подлинное существование, так как они «задержаны» (Э. Фромм) и должны «лишиться» жизни как герой знаменитого романа Ф.Кафки «Процесс».

Таким образом, если человеку не хватает мужества принять тревогу небытия, он неизбежно скатывается к небытию, к состоянию психического нездоровья. Внешние признаки его могут быть самые разные и симптомы психического нездоровья призваны как указывать на возможную причину, так и скры-

вать то событие, которое когда-то человеку не хватило мужество принять в свою жизнь.

ДЕЗАДАПТАЦИЯ ИНДИВИДА: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Погодин И.А.

Белорусский государственный педагогический университет им. М.Танка, г. Минск

Совершенно очевидным является тот факт, что оптимальное протекание адаптационного процесса является важнейшим фактором, обеспечивающим индивиду состояние здоровья. При достаточно сильном психотравмирующем воздействии, детерминирующим возникновение расстройств адаптации, происходит нарушение наиболее сложных форм социально-детерминированного, адаптированного и относительно стабильного стереотипа реагирования индивида на окружающее. По мнению П.Жане, все невротические расстройства являются нарушением способности адаптации к изменяющимся внешним и внутренним факторам окружающей среды, обнаруживаемым «в моменты, когда индивидуальная и социальная эволюция становится наиболее трудной». В этом случае в первую очередь нарушаются наиболее тонкие и высокоспециализированные особенности личностной индивидуальной приспособляемости (самоконтроль, самооценка и др.).

Примечательно, что одно и то же психогенное воздействие для одного индивида может быть психотравмирующим, вызывая нарушение адаптации, а для другого – носить индифферентный характер. Адаптационные возможности индивида обусловлены состоянием всей структуры его личности. Деадаптация любого из ее компонентов может отразиться в функциональной активности системы психологической адаптации.

Обращаясь к феноменологии социально-психологической и психической деадаптации, нам представляется интересным подход некоторых наших зарубежных коллег. Так, согласно «Диагностическому и статистическому руководству по психическим заболеваниям» (DSM-IV), «расстройство адаптации является дезадаптивной реакцией на отчетливо обнаруживаемый психосоциальный стресс или стрессы, проявляющейся через 3 месяца после начала действия стресса». Такая реакция часто воспринимается индивидом как личное несчастье. Расстройство, как правило, прекращается вскоре после окончания действия стресса, или же, если стресс остается, достигается новый уровень адаптации. Данная реакция является дезадаптивной из-за наличия более или менее явных нарушений в социальной или профессиональной деятельности или из-за проявлений, выходящих за рамки нормальных, обычных, ожидаемых реакций на подобный стресс.

Несмотря на то, что по определению, расстройство адаптации наступает после стрессовых влияний, симптомы необязательно начинаются немедленно, и точно так же они не сразу исчезают, когда прекращается воздействие стрес-