

*Марина Оран (Тернопіль)*

*Maryna Orap (Ternopil)*

На сьогоднішньому етапі розвитку антропоцентричних наук існують біомедична, психосоматична та біопсихосоціальна моделі здоров'я. Кожен психобіофізичний організм має свої закони повноцінного комфортного існування, яке виражається в понятті «здоров'я». Сьогодні термін здоров'я трактується Всесвітньої організацією охорони здоров'я як «стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя», а не лише як відсутність хвороб або фізичних дефектів.

Психологи ж розглядають здоров'я у найбільш загальному вигляді як благополуччя, wellbeing, як відносно стійкий стан, у якому особистість добре адаптована, зберігає інтерес до життя і досягає самореалізації. За такого підходу проблема здоров'я перестає бути проблемою хворих людей, а стає перспективою здорових людей стати щасливими. Як казав Микола Амосов, «лікарі лікують хвороби, а здоров'я треба здобувати самому». Одним із таких засобів «здобуття здоров'я», безперечно, є думки особистості, і слова, у котрі ці думки оформлюються.

Найбільш актуальним предметом дослідження у клінічній психології є методологія психологічного вивчення суб'єктивної реальності хворої людини. У психосоматиці адекватним аналогом цього предмета дослідження є вивчення суб'єктивного відображення хвороби у психіці людини. Слід також відзначити тенденцію підвищення ролі психотерапії і психопрофілактики в соматичній медицині (Б.В. Михайлов, І.М. Сарвір, О.І. Сердюк). Основним принципом психокорекції декларується підхід, що апелює до особистості та гармонізації її системи відношень і ставлень, зокрема, і ставлення до хвороби. У психології здоров'я основні проблеми вивчення згруповані навколо проблем визначення внутрішньої картини здоров'я (В.О. Ананьєв, Г.С. Нікітін), ролі та впливу психологічних факторів у збереженні, укріпленні і розвитку здоров'я (І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич).

Людина є (за влучним висловом С. Руденка) психобіофізичним організмом. А відтак, ігнорувати аспект впливу наших думок, оформлених у слова на стан рівноваги, який, за висловом Л.В. Засєкіної, є основою здоров'я, неможливо. У такому випадку – де розташовуються точки перетину психолінгвістики і психології здоров'я? Що виступає предметом вивчення психології здоров'я у психолінгвістичній парадигмі?

Беручи до уваги, що складовими комплексного феномену здоров'я людини вважають її фізичне,

There are biomedical, psychosomatic and biopsychosocial models of health at this stage of development the anthropocentric science. Each body has its own laws full of comfortable existence, which is expressed in the concept of «health». Today the term Health is interpreted by the World Health Organization as «a state of complete physical, mental and social well-being», not just as the absence of disease or physical defects.

Psychologists are considering health in the most general terms as welfare, wellbeing, as a relatively stable state in which the person is well adapted, have interest for life and reaches fulfillment and self-actualization. According to this approach health problem ceases to be a problem of sick people, but become the prospect of healthy people to be happy. As Nikolai Amosov says, «doctors treat diseases but health you should get by yourself». One of such ways of «getting health» is certainly personality's thoughts and the words in which these thoughts are formed and formulated.

The most important subject of research in clinical psychology is the study of psychological methodology of subjective reality of the sick person. In psychosomatic the analogue of this subject is to study subjective reflection of sickness in the human psychics. It also should be noted the trend of increasing the role of psychotherapy and psychological prevention in somatic medicine (B.V. Myhaylov, I.M. Sarvir, O.I. Serdyuk). The basic principle of correction declared the approach that appeals to the individual and harmonize its system of relationships and attitudes, in particular, the attitude to the disease. In health psychology the mains problems are grouped around problems of definition of internal picture of health (V.O. Ananyev, H.S. Nikitin), the role and influence of psychological factors in maintaining, strengthening and development of health (I. Kotsan, H.V. Lozhkin, M.I. Mushkevych).

Person is (as S. Rudenko says) a psychobiophysycal system. So, we can't ignored the aspect of influence our thoughts, formed into words to our inner balance, which, according to L.V. Zasyekinoyi is the foundation of health. In such a case – where are the points of interaction between psycholinguistics and psychology of health? What is the object of studign in Health Psychology in psycholinguistic paradigm?

Considering that the components of the complex phenomenon of human health consider its physical, social and mental health, we can say that from the psycholinguistic point of view, all of these

соціальне і психічне здоров'я, ми можемо стверджувати, що з психолінгвістичної точки зору, всі ці складові здоров'я втілюються у слова, висловлювання, тексти, у наративи та зміст внутрішнього діалогу людини. Відтак, аналізуючи мовлення людини, ми можемо діагностувати стан її здоров'я, і навпаки – визначити те, що слова, які людина використовує часто (т. з. автоматичні думки), можуть істотно впливати на загальний стан здоров'я людини.

Уже не підлягає сумніву, що здоров'я людини залежить від неї самої, від її дій, від способу життя, установок і так далі. Здебільшого цьому сприяло поширення ідей психосоматики, що вивчає вплив психогенних факторів на виникнення і протікання захворювань. Реакція людини на емоційне переживання супроводжується функціональними зрушеннями і патологічними змінами у органах. У такому аспекті здоров'я людини визнається залежним від її психічних станів. Цінною у цьому плані є позиція позитивної психотерапії, яка зазначає, що для цілого ряду хвороб не виявлена точна, науково обґрунтована причина анатомо-фізіологічного характеру, і їх названо «ендогенними». Істотний вплив психічних факторів визнається за, так званих, класичних психосоматичних захворювань, до котрих історично відносять сім хвороб: язва дванадцятипалої кишки, язвенний коліт, есенціальна гіпертонія, ревматичний артрит, гіпертиреоз, нейродерміт, бронхіальна астма (Пезешкіан, 2006). Зокрема, Носсрат Пезешкіан одужання пацієнта ставить у пряму залежність від слів, які той вживає.

Як продемонструвала Л.В. Засекіна, аналітичний синтез основних ідей когнітивної і дискурсивної парадигм відкриває способи для осмислення різних проблем психічного життя людини, серед яких визнання співіснування в особистості вродженого і набутого, а також об'єднання різних галузей психології у вивченні конкретного психічного явища. Дослідниця виявила залежність здоров'я особистості від нарративного досвіду та роль останнього у реорганізації травмуючого досвіду особистості (Засекіна, 2012). Таким чином, визнаючи мовлення засобом формування і оформлення думок (а отже – і всіх бажань, мрій, установок і таке інше), психолінгвістика створює передумови для глибоко дослідження ролі мовлення у формуванні людського здоров'я.

У якому ж напрямі слід розвиватись психолінгвістичним поглядам на здоров'я? Аналіз літератури продемонстрував, що існуючі дослідження розглядають особистість як суб'єкт психолінгвістичного впливу – тобто як продуцента

components of health embodied in words, statements, texts, narratives and internal dialogue content. Thus, analyzing the personality's speech, we can diagnose the state of her health, and vice versa – to determine what words people use frequently (so-called automatic thoughts) can significantly affect individual's health.

Already there is no doubt that human health depends on itself, from its lifestyle, attitudes and so on. In most cases this contributed to spreading the ideas of psychosomatic medicine that studies the influence of psychogenic factors on the appearance and course of disease. Individual reaction to emotional experience accompanied by functional and pathological changes in organs. In this aspect health is recognized depending from our psychological states. Valuable in this regard is the position of positive psychotherapy, which states that for a number of diseases not found accurate, scientifically proven cause of anatomical and physiological nature and they are called «endogenous». Significant influence psychological factors recognized by the so-called classic psychosomatic diseases (Peseshkian, 2006) In particular, Nossrat Peseschkian puts in direct dependence recovery of the patient from the words that he uses.

As demonstrated L.V. Zasyekina, analytical synthesis of the main ideas of cognitive and discursive paradigms opens ways to understand the various problems of mental life, including recognition of the coexistence of congenital and acquired identity and integration of the various branches of psychology in the study of specific mental phenomena. The researcher revealed the dependence of individual health from the narrative experience and role of its in the reorganization of the individual's traumatic experience (Zasyekina, 2012). Thus, recognizing the speech means of creation and execution of ideas (and therefore – and all desires, dreams, attitudes, etc.), psycholinguistics make a prerequisite to investigate the role of speech in the formation of human health.

In which direction should develop psycholinguistic views on health? Analysis of the literature showed that existing studies consider the person as a subject of psycholinguistic influence – that is, as a producer of texts. So psycholinguistics traditionally presents a diagnostic tools to analyze the subjective world view of the patient to determine its relationship to disease and more.

Not enough research is the aspect of the individual as the object of psycholinguistic influence. In this area meet only works aimed to study factors that have psychological impact on the individual patient man for her recovery. But not meet the research, which is considering the impact and meanings of texts, which produces identity in the first place, on itself. But is it possible to say that words can not only

текстів. Тому традиційно психолінгвістика представляє діагностичний інструментарій для аналізу суб'єктивної картини світу хворого, для визначення його ставлення до хвороби тощо.

Недостатньо дослідженим є аспект особистості як об'єкта психолінгвістичного впливу. У даному напрямку зустрічаємо лише роботи, спрямовані на дослідження факторів, ролі, впливу, особливостей тощо психологічного впливу на особистість хворої людини для її одужання. Але не зустрічаємо досліджень, котрі розглядають саме вплив смислів і текстів, котрі продукує особистість, в першу чергу, на неї саму. Але чи можливо говорити про те, що слова можуть не лише сигналізувати і виявляти хвороби, але і бути чинниками хвороб? Відповідь на це питання дає змогу означити новий напрям у розвитку теоретичного і практичного доробку психолінгвістичної науки. У такому аспекті дослідження слід спрямувати на: 1) вияв слів-маркерів хвороби; 2) вивчення слів – чинників здоров'я, слів, що створюють позитивне налаштування, баланс і рівновагу.

detect and signal the disease, but also be a factor of disease? The answer to this question allows to define a new direction in the development of theoretical and practical achievements of psycholinguistic science. In this aspect of the research should be focused on: 1) the researches of words-markers of disease; 2) study the words – health factors, words that create a positive attitude, balance and equilibrium.