ВНУТРЕННЯЯ КАРТИНА ЗДОРОВЬЯ

Автор: словарь
10.12.2007 05:44 -

Внутренняя картина здоровья — обобщенный образ нормального или ненормального состояния, субъективное переживание человеком уровня своего здоровья, осознание своих душевных и физических возможностей, ресурсов. В структуре В. к. з. по аналогии с внутренней картиной болезни вслед за А. Р. Лурией можно выделить сензитивную и интеллектуальную составляющие, а в соответствии с современной трактовкой — ее чувственный, эмоциональный, интеллектуальный, мотивационный уровни.

Обычно человек имеет ресурсы фиксировать, осознавать как сигналы благополучия, так и сигналы нездоровья, идущие от своего тела и со стороны своей психики, и в соответствии с этим строить обобщенные модели, образы ("картины") своего здоровья и нездоровья. Эти внутренние "картины" могут быть в разной мере сформированы, полны, по разному соотноситься друг с другом и с объективными показателями состояния организма.

Вопрос в том, какая "картина" находится в фокусе внимания данной личности, и на что эта личность направляет основные свои усилия: на "выращивание" здоровья, его укрепление, расширение сферы его проявления, на поиск своих ресурсов или преимущественно на борьбу со своим неблагополучием, болезнями. Образ мыслей, включающий идею здоровья, благополучия, как показывают специальные клинические исследования, порождает благоприятную реакцию организма.

В. к. з. различаются уровнем сформированности, степенью осознанности (так, люди с различным типом межполушарной асимметрии мозга — правши, левши, амбидекстры — по данным Е. Д. Хомской, характеризуются своими особенностями В. к. з.). Реальное состояние физического здоровья человека, общество, в котором он живет, и его личностные особенности оказывают влияние на его В. к. з. Обществу необходимо создавать среду, которая бы информировала о действиях, способствующих здоровью человека, оказывала поддержку людям на их пути к нему.

Для поддержания оптимальной для себя В. к. з. личность вынуждена совершать те или иные действия в направлении поддержания своего здоровья, использовать свои ресурсы. Будут эти действия ею совершаться или нет, зависит не только от В. к. з., но и от (К. Томпсон): внешней нормативной системы (значимые другие, референтная группа, влияние общины, общие социальные нормы), нормативных представлений самой личности, ее мотивации действовать в соответствии со своими нормативными представлениями, ее общего представления о жизни, о самой себе, ее уровня самоуважения, знания о действиях на благо своего здоровья, осознания своих побуждений и эмоциональных состояний, затрат и компенсаций за совершение тех или иных действий, умения действовать в направлении своего здоровья, наличия саногенных навыков. Исследуются "выгоды" здоровья, причины предпочтения быть "здоровым" или "больным", условия принятия роли больного

или здорового, пр. Выбор стратегии поведения: в направлении здоровья или болезни — это и осознанный выбор личности.

Н. Д. Творогова