Культура, эмоции и психическое здоровье

Выполнила: Ломакина М.П.

ФПБ-42

РУДН,
Москва

Социокультурная теория неврозов К. Хорни

- К. Хорни была одним из первых психоаналитиков и психотерапевтов вообще, переключивших свое внимание с ранних детских переживаний как основных источников психических нарушений на более широкий культурный контекст, в котором эти переживания возникают и развиваются.
- Позволяет пролить свет на изменяющееся лицо неврозов, на вклад патогенных ценностей и установок культуры в формирование "невротической личности нашего времени "

Современность

- Современные исследования различных психических заболеваний подтверждают их биопсихосоциальную природу или, выражаясь в ставшей популярной терминологии, диатезстрессовую модель. Согласно этой модели, **биологический диатез** или биологическая уязвимость выливаются в болезнь **только при условии воздействия стрессоров неблагоприятных психологических и социальнопсихологических факторов**.
- Внушительная статистика роста депрессивных, соматотрофных заболеваний означает, что важные факторы эмоциональных расстройств следует искать не только в области биологии, потому что известно, что генетика и биохимия человека не могут столь радикально измениться

Гипотеза

- В современной культуре существуют и достаточно специфические психологические факторы, способствующие росту общего количества переживаемых отрицательных эмоций в виде тоски, страха, агрессии и одновременно затрудняющие их психологическую переработку.
- Это особые ценности и установки, поощряемые в социуме и культивируемые во многих семьях, как отражениях более широкого социума. Затем эти установки становятся достоянием индивидуального сознания, создавая психологическую предрасположенность к эмоциональным расстройствам.

Этимология

- Кросскультурные исследования депрессии показали, что число депрессивных нарушений выше в тех культурах, где особо значимы индивидуальные достижения и успех и соответствие самым высоким стандартам и образцам.
- К. Хорни обнаружила почву для стремительного роста тревожных расстройств и в нашей культуре. Почву эту она увидела в глобальном противоречии между христианскими ценностями, проповедующими любовь и партнерские равные отношения, и реально существующей жесткой конкуренцией и культом силы.

Причины роста тревожности

- Результатом ценностного конфликта становятся вытеснение собственной агрессивности и ее проекция на других людей. Таким образом, собственная враждебность подавляется и приписывается окружающему миру, что и ведет, согласно К. Хорни, к резкому росту тревоги по двум причинам: 1) восприятие окружающего мира как опасного, 2) восприятие себя как не способного этой опасности противостоять (вследствие запрета на агрессию, а значит, активное сопротивление опасности).
- Культ силы и культ рацио.

- *Культ успеха и достижения при его сверхценной значимости ведет к депрессивной пассивности, культ силы к тревожному избеганию и ощущению беспомощности, культ рацио к накоплению эмоций и разрастанию их физиологического компонента.*
- Если в семьях депрессивных и тревожных больных преобладает стимулирование отрицательных эмоций, то, по предварительным экспериментальным данным, основная тенденция в семьях, где преобладают соматические симптомы эмоциональных нарушений, преобладает тенденция к элиминированию эмоций в форме игнорирования этого аспекта жизни и запрета на выражение чувств. Например, женщина, у которой муж болен раком, жалуется на боли в желудке, но отрицает тяжелые душевные переживания: "Настроение? Нормальное..."

Алекситимия

- По гипотезе Холмогоровой и Гаранян, именно подобным образом может развиваться характерная для этих больных алекситимия – неспособность к осознанию и выражению собственных чувств и, соответственно, чувств других людей. Базовым конфликтом, лежащим в основе этой патологии, можно считать **конфликт между эмоциональной природой человека и отказом от этой природы** (*жизнь "вовне" без учета эмоциональной стороны*). Результат – дефицитарные контакты, отрицающий когнитивный стиль и разрастание физиологического компонента эмоций, которые не осознаются и не перерабатываются на психологическом уровне. Коммуникативные механизмы **стимулирования** отрицательных эмоций и **элиминирования** эмоций могут сосуществовать, являясь особенно характерными для семей, члены которых страдают эмоциональными расстройствами.

Тенденции.

- *Из всего вышесказанного можно заключить, что эмоциональную жизнь современного человека определяют две разнонаправленные тенденции.*
- *Первая тенденция характеризуется возрастанием частоты и интенсивности эмоциональных нагрузок.*
- *Вторая тенденция характеризуется негативным отношением к эмоциям, которым приписывается деструктивная, дезорганизующая роль, как в политической, так и в личной жизни отдельного человека.*

Эмоции и воспитание

- Все развитие личности в целом происходит в процессе деятельности через осмысление этой деятельности и себя в ней в диалогическом эмоциональном контакте с другим человеком.
- Чем меньше современный человек связан с разрабатываемыми тысячелетиями способами защиты от собственных чувств, тем в большей степени он разрушается ими, так как не готов принять эти чувства и психологически работать с ними.

ЭМОЦИИ И СЕМЕЙНОЕ ОКРУЖЕНИЕ

- Если в семье больного шизофренией или депрессией хотя бы кто-то из проживающих с ним родственников склонен переживать и выражать большое число негативных эмоций по отношению к больному, то у этого больного резко (более, чем в вдвое) повышается риск повторного приступа и неблагоприятного течения болезни, по сравнению с больными, родственники которых имеют низкий уровень эмоциональной экспрессивности, т.е. не склонны выражать отрицательные эмоции по отношению к больному.

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ КАК БАЛАНС АФФЕКТА И ИНТЕЛЛЕКТА

- Культ эмоций, однако, также опасен, как и культ рацио (как любой культ или крайность вообще). Психическое здоровье – это прежде всего баланс различных психических свойств и процессов (баланс между умением отдать и взять от другого, быть одному и быть среди людей, любви к себе и любви к другим и др.). В случае проблемы эмоций речь идет о балансе аффекта и интеллекта, т.е. свободы и права на выражение чувств со способностью осознавать их и управлять ими.

В завершении

- И все же за человеком всегда остается выбор: казаться сильным и благополучным или принять "мирской удел" и быть – быть человеком со всеми слабостями и проблемами, предполагаемыми человеческой природой. Как писал великий психоаналитик К.Г.Юнг:

- Утаивание своей неполноценности является таким же первородным грехом, что и жизнь, реализующаяся исключительно через эту неполноценность. То, что каждый, кто никогда и нигде не перестает гордиться своим самообладанием и не признает свою богатую на ошибки человеческую сущность, ощутимо наказывается, – это похоже на, своего рода, проявление человеческой совести. Без этого от живительного чувства быть человеком среди других людей его отделяет непреодолимая стена (Юнг, 1993, с. 17).

Спасибо за внимание!