

UNELE ASPECTE ALE ARHITECTURII FUNCȚIONAL-STRUCTURALE A SĂNĂTĂȚII PSIHICE, DIVERSIFICĂRII INFLUENȚEI ASUPRA EI A FACTORILOR DETERMINANȚI ȘI INTERACȚIUNII EI CU SĂNĂTATEA SOMATICĂ

Petru PAVALIUC

Institutul de Fiziologie și Sanocreatologie al AȘM

În articol sunt analizate date, conform cărora sănătatea psihică prezintă un proces dinamic, plurinivellar, complex structural, fiecare nivel al căruia se caracterizează prin diferite manifestări psihice, psihosomatice, mecanisme de reglare și adaptare, relații individuale cu lumea înconjurătoare, în cadrul căror pot fi posibile diverse variante de exteriorizare a lor cantitativă. Totodată, sănătatea psihică se caracterizează ca o particularitate integrală sanogenă a subiectului, fiind în relații directe cu armonia internă și cu multipla diversitate a influenței mediului extern. Sănătatea psihică coordonează dezvoltarea psihică umană și este determinată de criterii individuale și sociale.

Cuvinte-cheie: *sănătate psihică, factori ecologici, factori psihogeni, nivel.*

SOME ASPECTS OF FUNCTIONAL-STRUCTURAL ARCHITECTURE OF MENTAL HEALTH, VARIOUS INFLUENCE FACTORS AND ITS' INTERACTION WITH SOMATIC HEALTH

The article analyzes the data according to which mental health represents a dynamic, multi-level process or phenomenon, each level of which is characterized through various psychic and psychosomatic manifestations, regulation and adaptation mechanisms, and individual relationships with the surrounding world. However, mental health can be defined as an integral sanogenous feature of the subject which is in direct relationship with the external environment. Mental health manages the evolution of the mental processes and is determined by different social and individual criterion.

Keywords: *mental health, ecological factors, psychogenic factors, level.*

Introducere

Definițiile existente privind sănătatea psihică nu permit adevărului, în linii generale, esența ei adevărată. O definiție multilaterală și amplă formulată de către academicianul T.Furdui include toate componentele constitutive ale acestui fenomen complex [1]. Conform opiniei contemporane privind sănătatea psihică, acest fenomen prezintă o stare relativ stabilă, integrală, policomponentă (componenții neurofiziologic, cognitiv, emoțional-senzitiv, social-comportamental, comunicativ-verbal, personal-semantic), plurinivellară a activității nervoase superioare a organismului cu caracteristici individuale specifice. Premisa procesului de formare a sănătății psihice este programul genetic al dezvoltării, realizat la interacțiunea embrionului și fătului cu organismul mamei în perioada antenatală, copilului cu mama, membrii familiei și semenii în perioada postnatală, influența psihosocială a ambianței în procesul cunoașterii cu mediul extern și asimilării cunoștințelor pe parcursul instruirii și educației, muncii și activității creative [1,2].

Reieșind din cele expuse, scopul cercetării prezentate constă în evidențierea arhitecturii funcțional-structurale a sănătății psihice, diversificarea influenței factorilor determinanți asupra ei și în determinarea interacțiunii lor cu sănătatea somatică.

Rezultate și discuții

Abordările teoretice [2,3], experimentale [4-6] și aplicative [7-9] caracterizează sănătatea psihică ca maturizare, păstrare și activitate a mecanismelor autoreglării individuale, ca unitate de măsură a capacității subiectului de a extrage în afara limitelor determinității sale biologice, sociale și semantice, îndeplinind rolul de subiect activ și autonom al vieții sale în lumea exterioară variabilă.

Reieșind din această opinie, au fost elaborate unele principii ce pot fi puse la baza cercetării, sub diferite aspecte, a fenomenului sănătate psihică.

- **Principiul complexității.** Determină sănătatea psihică ca un sistem compus, integral ce include un șir de componenți constitutivi – neurofiziologic, cognitiv, emoțional-senzitiv, social-comportamental, comunicativ-verbal, personal-semantic ce-i redă acestui fenomen dinamism în dezvoltare, și manifestarea lui pe parcursul vieții individuale [10].

- *Principiul integrității.* Postulează interpretarea subiectului ca sistem viu, deschis, compus, plurinivellar, autoorganizat ce dispune de capacitatea de a se menține în stare de echilibru dinamic și de a crea noi structuri, funcții și forme de autoorganizare.
- *Principiul nivelurilor.* În acest caz e necesar de a fi luat în calcul la analiza proceselor psihice. Fiecare nivel al sănătății psihice se caracterizează prin manifestări diferite, prin mecanismele de reglare și coordonare a relațiilor cu condițiile sociale. Din punctul de vedere al diagnosticării, se poate menționa despre sănătate–insalubritate psihică la fiecare nivel al sănătății psihice.
- *Principiul acomodării psihicului la diverse condiții ecologice și sociale.* Fiecare nivel al sănătății psihice se dezvoltă și își desfășoară manifestarea sa în concordanță cu mecanismele de reglare, coordonare și adaptare în dependență de acțiunea ambianței în care subiectul realizează activitatea fizică, comportamentală, intelectuală.
- *Principiul autoreglării.* Autoreglarea joacă un rol important în menținerea la nivel sanogen și în fortificarea sănătății psihice. La autoreglarea psihică se referă antrenamentul autogen care sporește efectul de autorestituire, înviorarea, relaxarea emoțională, funcționarea psihică stabilă, comunicarea rațională în societate etc.
- *Principiul individualității dezvoltării psihice.* Fiecare subiect trebuie să dispună de o totalitate de particularități psihologice determinate și caracteristice individuale ce asigură anume adaptarea socială, adică funcționarea cu succes și comportamentul propriu în societatea umană concretă. Numai în așa mod individul își va manifesta în deplinătate potențialul său fizic și intelectual.
- *Principiul concordanței psihice.* Se realizează în conformitate cu stadiul dezvoltării ontogenetice a subiectului atât prin moștenirea genetică a unor particularități ale psihicului, cât și în rezultatul influenței ambianței culturale, instruirii și desăvârșirii proprietăților psihice.

Principiile enumerate și descrise *supra* permit să menționăm că sănătatea psihică prezintă un proces dinamic al activității psihice a subiectului, căruia îi sunt caracteristice: determinarea fenomenelor psihice în limite sanogene, amprenta armonioasă dintre reflectarea condițiilor activității și raportul subiectului față de ea, corespunderea reacțiilor la fenomenele cotidiene sociale, biologice, psihice, datorită capacității lui de a autocontrola comportamentul, planifica acțiunile și de a asigura calea sa în micro- și macromediu. Analizând datele expuse, menționăm că sănătatea psihică prezintă starea psihică a individului, a cărei arhitectură se caracterizează prin integritatea și autonomia tuturor funcțiilor psihice ale organismului în limitele sanogene. Ea asigură simțul confortului psihic subiectiv, capacitatea majoră spre activitatea conștientă dirijată de activitatea nervoasă superioară a cortexului și formele adecvate ale comportamentului. Sănătatea psihică se determină ca una din caracteristicile integrale superioare ale personalității împreună cu toată diversitatea de interrelații cu mediul înconjurător.

Astfel, conform datelor din literatură [11-13], sănătatea psihică reprezintă o caracteristică generală, integrală a valorii sanogen normale pentru organism, a funcționării și comportării organismului în condițiile concrete ale mediului ambiant ce nemijlocit condiționează adaptarea, reactivitatea și relațiile concrete cu natura și sociumul.

Actualmente se prezintă mai adecvată opinia, potrivit căreia sănătatea psihică este, pe de o parte, un fenomen integrat sanogen, complicat, iar, pe de alta, o formațiune funcțional-structurală sistemică integră ce dispune de o anumită arhitectură funcțional-structurală, precum și de o structură complicată plurinivellară [1,2]. Pentru subiectul psihic sănătos este caracteristică integrarea progresivă a felurilor fundamentale de trăiri într-un sistem vast. În acest plan Organizația Mondială a Sănătății a elaborat unele criterii ce caracterizează acest fenomen: 1) simțământul stabilității și identității trăirilor în situații stereotipice; 2) corespunderea reacțiilor psihice intensității și frecvenței acțiunii mediului și circumstanțelor sociale; 3) capacitatea autoreglării comportamentului în corespundere cu normele sociale, regulamentele; 4) conștientizarea și simțământul continuității, stabilității și identității „Eu”-lui fizic și psihic; 5) atitudinea critică față de sine, activitatea psihică individuală și rezultatele ei; 6) capacitatea de a planifica activitatea vitală proprie și de a o realiza; 7) capacitatea de a schimba modul de comportament în funcție de modificarea situațiilor și circumstanțelor vieții [6]. Aceste criterii se împart în două grupuri: a) criterii la nivel individual – capacitatea de a crește, învăța și autoregla, de a suporta exigențele și situațiile cotidiene, inclusiv emoțiile proprii și de adaptare reală la conflicte, de a cunoaște și acționa adecvat; b) criterii la nivel social – predominanța relațiilor de cooperare și competitive în desfășurarea relațiilor sociale echilibrate, solicitarea din partea rolurilor individuale concordante personal, acordarea exprimată a recompenselor și sancțiunilor, asigurarea securității proprii; aderarea la valori

superioare și receptivitatea față de nondistanțarea dintre structura formală și cea neformală, mobilitatea la apariția tensiunilor dezorganizante [7]. Analizând aceste date, menționăm că, conform opiniei contemporane, fenomenul sănătății se prezintă ca un sistem complicat plurinivelar (date analizate a priori [1,2]), care în mod radical se deosebesc de acestea, prezentate de Organizația Mondială a Sănătății și de cele analizate mai înainte [14].

Fiecare din nivelurile sănătății psihice, descrise în literatură de mai mulți autori [4,7,8,13], se caracterizează prin manifestări diferite, mecanisme de adaptare și reglare diverse, precum și prin relații individuale cu lumea înconjurătoare. Astfel, în cercetările medico-sociale au fost menționate următoarele niveluri ale sănătății, inclusiv a celei psihice: sănătatea individuală – sănătatea fiecărui individ; sănătatea de grup – sănătatea grupurilor sociale și etnice; sănătatea regională – sănătatea unui teritoriu administrativ; sănătatea populației – sănătatea întregii societăți.

Nivelul sănătății psihice a omului în orice moment este determinat de o mulțime de factori biologici, sociali, psihologici [15,16].

Au fost diferențiați factorii sociali ce influențează sănătatea, inclusiv cea psihică: defalcarea produsului național brut pentru ocrotirea sănătății – situația socioeconomică; accesibilitatea ajutorului medico-sanitar primar; nivelul imunizării populației; gradul investigației de către personalul calificat a gravidelor; starea alimentării copiilor; durata medie a vieții; nivelul de pregătire igienică a sănătății; condiții stresogene la serviciu și în familie, discriminări, înstrăinări, modul de viață nesănătos, riscul de violență și insalubritate fizică și psihică.

La factorii mediului ambiant ce influențează sănătatea psihică se referă: stresul psihosocial, evenimentele negative din viață, factorii fizici și chimici, poluarea mediului, factorii extremali ai mediului ambiant, factorii psihogeni și informativi supraindensificați, calamitățile naturale și catastrofele tehnogene etc.

Analiză și deduceri

Comentând materialele descrise *supra*, menționăm că asupra sănătății psihice influențează factorii neadecvați în familiile ce au o atribuție la instituțiile de copii, activitatea personală a oamenilor, starea social-economică din țară, asigurarea materială, simțurile de satisfacție de viața cotidiană, starea sufletească. O influență majoră asupra sănătății psihice exercită factorii ecologici climato-geografici și antropogeni nocivi. La factorii determinanți ai sănătății psihice se atribuie ereditatea și experiența obținută în procesul instruirii, factorii stresogeni medico-sanitari, factorii psihogeni acuti și cronici etc.

În mod vast și deplin factorii psihogeni au fost clasificați în cinci grupuri cu detalizarea lor în fiecare grup: 1) geofizici; 2) biologici; 3) chimici; 4) sociali; 5) psihoemoționali [17]. În opinia Organizației Mondiale a Sănătății, concordanța diferiților factori ce influențează cantitativ sănătatea psihică constituie: condițiile modului de viață, alimentarea – 50%, genetica și ereditatea – 20%, mediul ambiant, condițiile naturii – 20%, ocrotirea sănătății – 10%. Analizând aceste date, subliniem că un loc deosebit în acest spectru îl ocupă factorii psihogeni inițiali de condițiile modului de viață și de alimentare. Sănătatea psihică se află într-o concordanță exprimată și în mare măsură e determinată și de sănătatea somatică.

Reieșind din cele expuse, se poate conchide că psihosomatica într-adevăr este o problemă foarte actuală, destul de vastă și stringentă, care cere o rezolvare adecvată, permanentă. Și anume, patologia psihosomatică constă din două aspecte: a) dereglările psihice pe fondalul maladiilor somatice (psihosomatice); b) dereglările somatice apărute la maladiile psihice (somatizarea psihozelor) [9,18]. Afecțiunile frecvente ale sănătății psihice (depresia, delirul, anxietatea, halucinațiile, afectivitatea, stresul) pot apărea ca rezultat al influenței unor factori externi sau al unui atac emoțional ori deficiențe, precum și ca reacție temporară față de evenimentele averse, induse de presiuni externe, factori psihologici – utilizarea drogurilor, insomnie, schimbarea dietei, boală fizică, semnalul unui atac de maladie psihică. Caracterele principale inițiale ale tulburărilor psihice sunt: nervozitatea, excitabilitatea, agresivitatea, capriciile, plângerile surminare, astenia cerebrală sau labilitatea emoțională, ca urmare a retrăirii bolilor somatice, infecțioase sau a traumelor fizice și psihice.

Concluzii

1. Sănătatea psihică constituie un proces dinamic, a cărui evoluție depinde de direcția oscilațiilor factorilor geofizici, biologici, chimici, psihoemoționali, sociali ce pot provoca diferite dereglări funcționale.
2. Sănătatea psihică prezintă un proces complicat plurinivelar, fiecare nivel al căruia se caracterizează prin diferite manifestări psihosomatice, mecanisme de adaptare și reglare, relații individuale cu lumea înconjurătoare. În pofida intercondiționării nivelurilor sănătății psihice, pot fi posibile diferite variante ale cantității și calității exprimării lor.

3. Sănătatea psihică este caracterizată ca o particularitate integrală sanogenă a individului care se află în relații directe cu armonia spirituală internă ce multiplică diversitatea relațiilor utile cu mediul extern.
4. Realizarea socială a sănătății psihice, caracterizată de un șir de criterii de nivel individual și social, este o formă creatoare, responsabilă de conținutul proceselor psihice, determinată, specifică, coordonatoare a dezvoltării psihice umane, iar realitatea psihică internă parcurge în limitele condițiilor determinate de natura biologică și fiziologică în limite sanogene.

Bibliografie:

1. ФУРДУЙ Ф.И., ЧОКИНЭ В.К., ФУРДУЙ В.Ф. Психосанокреатология и уровни психического здоровья. 1. Предпосылки разработки системы классификации психического здоровья. În: *Buletinul Academiei de Științe a Moldovei. Științele vieții*, 2014 a, nr.2 (323), p.4-11. ISSN 1857-064 X
2. ФУРДУЙ Ф.И., ЧОКИНЭ В.К., ФУРДУЙ В.Ф. Психосанокреатология и уровни психического здоровья. 2. Симптоматика, присущая разным психологическим и психическим состояниям и разработка первого варианта классификации уровней психического здоровья. În: *Buletinul Academiei de Științe a Moldovei. Științele vieții*, 2014 a, nr.2 (323), p.12-24. ISSN 1857-064 X
3. MASLOW A.H. *Toward a Psychology of Being*. New York: Luchena Books, 2014. 216 p. ISBN 978-1-63182-109-7
4. АБРАМОВ, В.А. *МКБ-10: диагностика психических расстройств (теория и методические основы обучения)*. Донецк: ОАО УкрНТЭК, 2000. 110 с.
5. *Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы* / Под ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург: Деловая книга, 2000. 176 с. ISBN 5-88687-050-4
6. ЕЛИСЕЕВ, Ю.Ю. *Психосоматические заболевания. Справочник*. Москва: Эксмо, 2003. 608 с. ISBN 5-699-04316-0
7. ПОЛОЖИЙ, Б.С. Перспективы развития социальной психиатрии. В: *Российский психиатрический журнал*, 2000, №1, с.68-69. ISSN 1560-957X
8. ШУВАЛОВ А.В. Гуманитарно-антропологические основы теории психического здоровья. В: *Вопросы психологии*, 2004, №6, с.18-33. ISSN 0042-8841
9. ФУРДУЙ, Ф.И., ЧОКИНЭ, В.К., ФРУНЗЕ, Р.И. Современное состояние изученности проблемы психического здоровья. În: *Buletinul Academiei de Științe a Moldovei. Științele vieții*, 2008, nr.3 (306), p.4-14. ISSN 1857-064 X
10. ФУРДУЙ, Ф.И., ЧОКИНЭ, В.К., ФУРДУЙ, В.Ф., ВУДУ, Л.Ф. Психическое здоровье с позиции системогенеза и санокреатологии. В: *Нейронаука для медицины и психологии. VIII Международный междисциплинарный конгресс*. Судак, Крым, Украина, 2012: Труды / Под ред. Лосевой Е.В., Логиновой Н.А. Москва: МАКС Пресс, 2012, с.366.
11. TAMAR, H. *Principles of Sensory Physiology.*, Springfield Illinois USA: Charles & Thomas Publishers. 1972. 521 p.
12. ХАДАРЦЕВ, А.А. Эволюция взглядов на здоровье. В: *Врач*, 1997, №7, с.23-31.
13. КОЗЛОВ, В.В., МЕЛЕШЕНКОВА, И.П. Особенности кризисных состояний в жизни человека. Часть I. В: *Проблемы психологии и эргономики*, 2003, №4, с.98-105.
14. БРАТУСЬ, Б.С. *Аномалии личности*. Москва: Мысль, 1988. 301 с.
15. БРАГИН, Р.Б., ТАХТАШОВА, Д.Р. Психическое здоровье и религия: роль фактора социальной (общинной) поддержки. В: *Український вісник психоневрології*, 2007, т.15, вып.1, с.67-74.
16. РУДНИЦКИЙ, В.А. Экологические факторы, влияющие на психическое здоровье. В: *Российский психиатрический журнал*, 2009, №2, с.23-29. ISSN 1560-957X
17. ПАВАЛЮК, П.П., ФУРДУЙ, В.Ф., ГАРАЕВА, С.Н. и др. К вопросу о последствиях влияния факторов внешней среды на психическое здоровье. În: *Mediul ambiant*, 2013, nr.3 (69), p.5-10. ISSN 1810-9551
18. JANET P. *L'Automatisme psychologique*. Paris: Félix Alcan. New edition: Société Pierre Janet, Paris, 1973. 243 p.

Prezentat la 29.06.2015