

### ДИАЛОГ О МЕДИЦИНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ (учебное пособие)

Жидких Б.Д.

Курск, e-mail: bor.zhidkih@gmail.com

Учебное пособие написано в соответствии с существующими требованиями к формированию профессиональных компетенций по использованию методов гуманитарных и клинических наук на практике по специальности «лечебное дело». Изложенный материал базируется на принципах отечественной медицины и представлен в форме диалога преподавателя и студентов, состоящий из 6 глав, каждая из которых раскрывает определённую тему семинарских занятий, включая клинический разбор больного с психосоматической патологией. Рассматривается широкий круг вопросов, относящихся к психологии соматических больных: обосновывается необходимость использования медико-психологического подхода в практической деятельности врача с выявлением связи медицинской психологии с другими клиническими дисциплинами, объясняется механизм психосоматической и соматопсихической патологии, описываются взаимоотношения врача и больного, предлагаются способы психологической диагностики, обсуждается психологический смысл медикаментозного лечения. Учебная информация знакомит с психологическими механизмами психотерапии, психопрофилактики и психологической реабилитации. Трудности, возникающие у студентов во время обсуждения учебного материала и курации больных, разъяснены преподавателем. Использование рисунков позволяет создать читателю наглядные представления о содержании курса. Для контроля изучения изложенного материала к каждой теме предлагаются контрольные вопросы и электронные тесты в программе Adit Testdesk.

Учебное пособие предназначено для студентов старших курсов и преподавателей лечебного факультета медицинских вузов, студентов и преподавателей факультетов клинической психологии, врачей и психологов.

### СИСТЕМА ИММУНИТЕТА И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА В МЕХАНИЗМАХ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА (монография)

Никитина В.Б., Ветлугина Т.П., Лобачева О.А.,  
Невидимова Т.И., Стоянова И.Я.

Ижевск, e-mail: Valentina08@sibmail.com

Психоэмоциональное напряжение испытывает здоровый человек в постоянно меняющихся ситуациях природной и социальной среды, требующих затраты духовных и/или физических сил. Физиологический стресс является биоло-

гически целесообразной реакцией организма на повседневные жизненные события. В современных условиях быстрых технологических, социально-экономических преобразований негативное влияние среды может превышать адаптационные возможности человека и приводить к трансформации физиологического стресса в патологический, сопровождающийся болезненной ломкой социально-биологических механизмов приспособления, снижению психического и соматического здоровья. Патологическое действие психоэмоционального стресса реализуется через изменение функционального состояния лимбико-диэнцефальной системы мозга, которая также является ключевым отделом нервной регуляции иммунной реактивности. Эндокринная и иммунная функции в целостном организме представляют собой интегративные системы с разнообразными прямыми и непрямыми связями, в первую очередь с центральной и вегетативной нервной системой, а через них и с внешним миром. Существенной характеристикой адаптации личности к стрессовым воздействиям является психологическая защита – важнейшая форма реагирования индивида на психическую травму с целью редукции патогенного эмоционального напряжения, предотвращения дальнейшего развития психологических и физиологических нарушений; психологическая защита является частью общей системы, регулирующей отношения индивида со средой, в том числе и биологической.

Тесное переплетение и взаимозависимость основных регуляторных систем организма обеспечивает гомеостаз и адаптацию человека к условиям среды, и поломка этих защитных механизмов при действии психотравмирующих ситуаций является существенным фактором психической дезадаптации, стрессиндуцированных иммунных нарушений, приводящих к формированию соматической и психической патологии. Особенно актуальны исследования нарушений системных процессов психической адаптации на ранних стадиях психоэмоционального напряжения до формирования нозологических форм невротических, связанных со стрессом расстройств.

В предлагаемой вниманию читателей монографии приведен анализ данных литературы по механизмам стресса, нейроиммуноэндокринной регуляции, личностным детерминантам преодоления психотравмирующих ситуаций; представлены результаты собственных исследований иммунной реактивности на разных этапах психической адаптации/дезадаптации, интегративных взаимосвязей параметров иммунной и психологической защиты в механизмах психоэмоционального стресса.

Обобщающим результатом данных исследований является разработка на основе иммунобиологических и психологических критериев

патодинамической модели психической дезадаптации от здоровья к напряжению приспособительных механизмов и последующему возможному «срыву» адаптации с формированием пограничной психической патологии.

Издание монографии осуществлено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта «Разработка патодинамической модели психической дезадаптации на основе иммунобиологических и психологических критериев», проект № 12-06-00752.

### ПСИХОЛОГИЯ ТРАНСОВЫХ СОСТОЯНИЙ. ТРАНСОВОЕ РЕШЕНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ПРОБЛЕМ (монография)

Смыслов Д.А.

*Московский региональный социально-экономический институт, Москва, e-mail: aidenberg@mail.ru*

Монография посвящена теме, всегда привлекающей к себе и одновременно вызывающей у некоторых людей чувство страха или опасения – теме транса и трансового воздействия, как на себя, так и на других людей. Понять опасения людей можно – на улицах периодически встречаются те, кто использует трансовое воздействие в корыстных целях – это, как правило, уличные гадалки, навязчивые коммивояжеры, адепты новых или давно известных религиозных сект, отдельные представители нетрадиционной медицины. Ввиду этого, тема транса часто теперь табуируется и запрещается, как опасная. Но здесь нужно обратить внимание на то, что, не зная механизмов трансового воздействия, всегда слишком велика вероятность попасть под влияние таких людей. Страх – не лучший помощник и советчик (тем более, что согласно З. Фрейду страх – это вытесненное желание). В ряде случаев, необходимо знать механизмы трансового воздействия и обеспечить себе защиту от таких людей. Но главное – транс – уникальное явление в жизни человека. Правильно его используя, возможно не только изменить собственные негативные установки, но и подключить творческий ресурс, став более успешным и продуктивным. Да, транс – не панацея от всех бед и болезней. Просто транс – помимо прочего это культура мышления и культура взаимодействия с внешним миром.

Эта книга – не самоучитель по гипнозу. Гипнозу возможно обучиться только занимаясь в группе – гипноз и транс работают по принципу «взаимозаражения» трансовым состоянием. Часто приходится осознавать, что к одним людям вас притягивает, а от других отталкивает, одни люди вызывают у вас интерес и гармонию, а другие – хаос и недовольство. Это тот же механизм – ваш собеседник невольно (или осознанно) транслировал на вас своё состояние. В гипнозе не должно быть лишних эмоций или

негативных состояний, его функция – помогать, учить, направлять, но никак не программировать, и уж тем более не зомбировать ни себя, ни других людей.

Эта книга для тех, кто хочет понять механизмы действия гипноза, научиться думать по-новому. Здесь не будет только техник введения в гипноз (хотя они там есть). Задача автора – помочь сформировать гипнотический менталитет. Набор техник, вырванных из контекста всегда чреват негативом или доведением до абсурда. Увлечение любыми техниками гармонизации всегда подразумевает под собой не слепое повторение упражнений и следование велению тренда и моды, а прежде всего – философию мышления. Только гармоничное и параллельное следование психического и физического даёт должный результат. К сожалению, люди часто хотят получить желаемое быстро, с минимумом умственных, физических и финансовых затрат. При этом, не получая искомого (хотя тоже вопрос – а они сами могут (хотя бы себе) объяснить, что они ищут?), следует либо недовольство, либо разочарование, либо аддикционное увлечение одной стороной (например, культуризм часто утрачивает психологическую составляющую, а сам культурист из мужчины превращается в истероидного ипохондрика – он крайне озабочен своим рационом питания, витаминами, следит за собой и склонен себя демонстрировать, что приближает его к стриптизёрше). Люди, увлекающиеся эклектическими методами излечения от всего, крайне доверяют рекламируемым видам лечения и лекарствам. А психологическая составляющая, а именно – осознание причины возникновения болезни и понимания, реально ли он хочет выздороветь или это просто игра (что бывает чаще всего) – снова утрачивается. Эта книга поможет научиться думать, видеть людей, общаться, работать и достигать результатов по-новому.

Эта книга – аккумулированный опыт многолетнего проведения автором психологических консультаций и тренингов. Часто суть проблемы кроется в очень ёмких, точных, но совершенно замаскированных в обыденной речи трансовых установках. Эти паразитические установки чётко срабатывают, и люди их реализуют в своей жизни, увы, не поняв причин возникновения проблемы. Часто, в попытках найти им объяснение, люди «уходят» в разные области знания, но это не помогает решить проблему. Если же изучить проблему с позиции слова, как некоего знака, имеющего доступ к подсознанию в процессе естественного транса, многие вещи становятся понятными и даже очевидными. Транс – не просто способ воздействия на своё подсознание, транс – помощник в плане развития собственных способностей, решения важных проблем и достижения поставленных целей.