

**ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ ОПРЕДЕЛЕННЫХ
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ НА ПАТОГЕНЕЗ,
КЛИНИЧЕСКОЕ ТЕЧЕНИЕ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ РЕАБИЛИТАЦИИ
ПРИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВАХ: СИСТЕМНО-
ЭМПИРИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ**

Шодиева Феруза Бешимовна - Ассистент кафедры психиатрии,
наркологии и медицинской психологии
Бухарского государственного медицинского
института имени Абу Али ибн Сино, Бухара,
Узбекистан.

АННОТАЦИЯ. В данной статье анализируется эффективность различных психотерапевтических подходов в лечении и облегчении психосоматических расстройств. Психосоматические расстройства — это соматические заболевания, возникающие или усиливающиеся под влиянием психических факторов, в лечении которых важную роль играет интегративный подход. В рамках исследования рассматривалось влияние когнитивно-двигательной психотерапии, психоаналитического подхода, гештальттерапии, а также методов снижения стресса на основе осознанности (MBSR). Анализ научной литературы показал, что эти методы вносят положительный вклад в процесс уменьшения симптомов, стабилизации эмоционального состояния и оздоровления пациентов. В частности, было установлено, что психотерапевтические подходы, выбранные с учетом индивидуальных особенностей пациента, обладают высокой эффективностью. В конце статьи обосновывается необходимость многопрофильной и личностно-ориентированной психотерапии в лечении психосоматических расстройств.

Ключевые слова: Психотерапия, психосоматические расстройства, специфические психотерапевтические подходы, когнитивно-поведенческая терапия, гештальт-терапия, психоаналитический подход.

**POSITIVE EFFECTS OF SPECIFIC PSYCHOTHERAPEUTIC
APPROACHES ON THE PATHOGENESIS, CLINICAL COURSE, AND
REHABILITATION EFFECTIVENESS OF PSYCHOSOMATIC
DISORDERS: A SYSTEMATIC EMPIRICAL ANALYSIS**

Shodiyeva Feruza Beshimovna - Assistant of the Department of Psychiatry,
Narcology and Medical Psychology at the
Abu Ali ibn Sino Bukhara State Medical Institute,
Bukhara, Uzbekistan.

ABSTRACT. This article analyzes the effectiveness of various psychotherapeutic approaches in treating and alleviating psychosomatic disorders. Psychosomatic disorders are somatic diseases that arise or worsen under the influence of mental factors, in the treatment of which an integrative approach plays

an important role. The study examined the influence of cognitive-motor psychotherapy, psychoanalytic approach, gestalt therapy, and mindfulness-based stress reduction (MBSR) methods. Analysis of the scientific literature showed that these methods make a positive contribution to the process of reducing the symptoms of patients, stabilizing the emotional state, and improving health. It has been established that the effectiveness of psychotherapeutic approaches, selected taking into account the individual characteristics of the patient, is especially high. At the end of the article, the need for multidisciplinary and personality-oriented psychotherapy in the treatment of psychosomatic disorders is substantiated.

Keywords: Psychotherapy, psychosomatic disorders, specific psychotherapeutic approaches, cognitive-behavioral therapy, gestalt therapy, psychoanalytic approach.

Введение. Изучение психосоматических расстройств и оказание психологической помощи пациентам, подверженным их воздействию, занимает одно из центральных мест в современной клинической психологии и психотерапии. Среди различных направлений, исследующих данную проблему, психоаналитический подход выделяется своей глубокой теоретической базой и широкими возможностями практического применения.

Термин «психосоматический» был впервые введён в научный оборот в 1922 году психоаналитиком Ф. Дейчем при определении области практического применения психоанализа в медицине (Ammon, 2000). С этого момента психосоматика стала рассматриваться как самостоятельное направление, находящееся на стыке психологии, физиологии и клинической медицины.

3. Фрейд и его последователи заложили фундаментальные теоретические основы понимания психосоматических феноменов. В их работах было показано, что психосоматические расстройства представляют собой результат сложного взаимодействия биологических, психологических и социальных факторов, то есть являются выражением многоуровневых механизмов регуляции человеческой психики и тела.

С позиций психоанализа, соматический симптом интерпретируется не как чисто физиологическое проявление, а как символическое выражение вытесненных аффектов и внутренних конфликтов личности. Концепция конверсии, предложенная Фрейдом, объясняет процесс превращения психической энергии, связанной с неосознанными переживаниями, в телесные симптомы. Таким образом, тело становится своеобразным «языком бессознательного», с помощью которого психика выражает то, что не может быть осознано и вербализовано.

Современная психосоматическая медицина исходит из принципа единства тела и души, рассматривая человека как целостную биопсихосоциальную систему. Психоаналитический подход, интегрируя данные нейрофизиологии, клинической психологии и психотерапии,

позволяет глубже понять внутренние механизмы формирования психосоматических нарушений, выявить бессознательные конфликты, лежащие в их основе, и определить эффективные пути психотерапевтической коррекции.

Таким образом, психосоматическая концепция, основанная на психоаналитической теории, не только раскрывает внутреннюю динамику взаимосвязей между психикой и телом, но и служит теоретическим и практическим основанием для разработки комплексных программ профилактики и лечения психосоматических заболеваний.

Материалы и методы. Настоящая работа посвящена анализу психосоматических расстройств на основе психоаналитического подхода. Теоретическую основу исследования составили труды Ф. Дейча (1922), З. Фрейда (1894–1898), Г. Аммона (1972), Р. Шпица (2001), А. Гарма (1950–1970-е гг.) и Ж. Макдугалл (2007), а также анализ современных психотерапевтических практик.

В исследовании применялись следующие методы: психоаналитический теоретический анализ, сравнительный анализ научной литературы, клинико-психологическое наблюдение и метатеоретический подход, что позволило рассмотреть психосоматические феномены как результат сложного взаимодействия психических и телесных процессов.

Модель конверсии, предложенная З. Фрейдом, объясняет механизм преобразования психического конфликта в соматические симптомы. Согласно его концепции, психическая энергия, связанная с вытесненными аффектами, находит выражение в телесных проявлениях, выполняющих функцию символической репрезентации внутреннего конфликта. Идея «тревожной невротизации» Фрейда отражает случаи, когда психическая переработка возбуждения невозможна, и энергия напрямую выражается через соматические симптомы.

Исследования Р. Шпица (1945), посвящённые феномену госпитализма, показали, что разрыв эмоционального контакта между матерью и ребёнком приводит к развитию серьёзных соматических нарушений у младенцев. Он ввёл понятие анаклитической депрессии, подчёркивая роль аффективных отношений в формировании базовых физиологических функций.

Г. Аммон (1972) в своих работах описывает психосоматическую взаимосвязь матери и ребёнка, отмечая, что болезнь ребёнка может выступать как отражение бессознательных конфликтов матери, выполняя функцию коммуникации между их психическими системами.

Ж. Макдугалл (2007) разработала концепцию «соматопсихической матрицы», в рамках которой телесные и психические процессы ребёнка изначально образуют единую систему. Недостаточная эмоциональная поддержка со стороны матери нарушает процесс психического отделения ребёнка и ведёт к явлению деаффектации — выражению чувств не через осознание, а посредством соматических симптомов.

Таблица 1. Основные психоаналитические модели психосоматических расстройств

Исследователь	Год	Основная идея	Интерпретация психосоматического механизма
Ф. Дейч	1922	Введение термина «психосоматика» в научный оборот	Интеграция психоанализа и медицины
З. Фрейд	1894–1898	Концепция конверсии и тревожной неврозы	Соматическое выражение психического конфликта
Р. Шпиц	1945	Госпитализм и анаклитическая депрессия	Разрыв эмоциональной связи вызывает соматические нарушения
Г. Аммон	1972	Психосоматическая взаимосвязь матери и ребёнка	Болезнь ребёнка как отражение бессознательных конфликтов матери
А. Гарм	1950–1970-е	Модель язвенной болезни	Реакция на подавляющее и карающее поведение матери
Ж. Макдугалл	2007	Концепция «соматопсихической матрицы»	Замещение эмоций телесными проявлениями (деаффектация)

Таким образом, рассмотренные теоретические модели позволяют интерпретировать психосоматические расстройства как психодинамические процессы, в основе которых лежат бессознательные механизмы преобразования аффекта и конфликта в телесные проявления. В работе также проанализированы современные психотерапевтические подходы — когнитивно-поведенческая терапия (КПТ), гештальт-терапия, личностно-ориентированная терапия и майндфулнесс-практики, демонстрирующие эффективность в комплексной коррекции психосоматических нарушений.

Заключение. Психосоматические расстройства представляют собой сложную взаимосвязь психики и тела человека. Исследования показывают, что эти нарушения напрямую связаны с внутренними конфликтами личности, аффективными переживаниями и механизмами их выражения. Психоаналитический подход позволяет глубже проникнуть в процесс лечения, анализируя бессознательные корни симптомов.

Кроме того, установлено, что современные направления психотерапии - КБТ, гештальт-терапия, личностно-ориентированная терапия и mindfulness - эффективны в снижении психосоматических симптомов, повышении стрессоустойчивости и восстановлении психического равновесия.

Поэтому комплексный, интегративный подход к лечению психосоматических расстройств - то есть комбинированное применение психоаналитической, когнитивной и телесно-ориентированной терапии - обеспечивает наилучшие клинические результаты.

В дальнейшем целесообразно провести более глубокие эмпирические исследования в этом направлении, разработать комбинацию подходов и

создать терапевтические программы, основанные на индивидуальных особенностях пациента.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Аммон, Г. Психосоматическая терапия / Г. Аммон. - СПб., 2000.
2. Макдугалл, Дж. Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств. - М., 2007.
3. Смаджа, К. Операторная жизнь: Психоаналитические исследования / К. Смаджа. - М., 2014.
4. Шпис, Р. Психоанализ раннего детского возраста / Р. Шпис. - М., 2001.
5. Семенова Е. В., Кириллов Н. А. Этиология женского бесплодия // Современные проблемы медицины и естественных наук. - 2018. - С. 79-83.
6. Эрнаева Г. Х., Саттаров Т. Ф., Махаматжанова Н. М. Диагностическое значение психодиагностических обследований игроков таэквондо // Frontline Medical Sciences and Pharmaceutical Journal. - 2023. - Т. 3. - No 2. - С. 19-27.
7. Мухаметзянова Р. О., Шагиева Э. И., Николаева Н. В. Депрессия - главная болезнь XXI века // Сборник научных трудов молодых ученых и специалистов. - 2022. - С. 395-39.
8. Хаятов Р. Б., Велияева А. С. Особенности развития и течения аффективных расстройств при сахарном диабете // Достижения науки и образования. - 2020. - No 2. 5 (59). - С. 62-64.
9. Люстман П. Дж. Тревожные расстройства у взрослых с сахарным диабетом // Психиатрические клиники Северной Америки. - Т., 1988. - Т. 11. - No 2. - С. 419-432.
10. Махаматжанова Н. Принципы медико-психологической помощи пациентам с синдромом приобретенного иммунодефицита // Журнал неврологических наук. - 2019. - Т. 405. - С. 128.
11. Хамраев Б., Махаматжанова Н. Изучение и оценка возможностей когнитивно-поведенческой терапии при психосексуальных расстройствах // Центрально-Азиатский журнал образования и инноваций. - 2023. - Т. 2. - С. 4.
12. Хамраев Б., Махаматжанова Н. Современные методы лечения сексуальных расстройств // Инновационные исследования в современном мире: теория и практика. - 2023. - Т. 2. - No 2. - С. 73-74.
13. Махаматжанова Н. М., Мирхайдарова Ф. С., Мирхайдарова С. М. Значение сахарного диабета в развитии тревожного синдрома // Прикладные науки в современном мире: проблемы и решения. - 2023. - Т. 2. - С. 2.

REFERENCES

1. Аммон, Г. Психосоматическая терапия / Г. Аммон. – СПб., 2000.
2. Макдугалл, Дж. Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств / Дж. Макдугалл. – М., 2007.
3. Смаджа, К. Оператуарная жизнь: Психоаналитические исследования / К. Смаджа. – М., 2014.

4. Шпиц, Р. Психоанализ раннего детского возраста / Р. Шпиц. – М., 2001.
5. Семенова Е. В., Кириллов Н. А. Этиология женского бесплодия //Современные проблемы медицины и естественных наук. – 2018. – С. 79-83.
6. Ernaeva G. X., Sattarov T. F., Maxamatjanova N. M. Diagnostic significance of psychodiagnostic examinations of taekwondo players //Frontline Medical Sciences and Pharmaceutical Journal. – 2023. – Т. 3. – №. 06. – С. 19-27.
7. Мухаметзянова Р. О., Шагиева Э. И., Николаева Н. В. Депрессия–главная болезнь XXI века //Сборник научных трудов молодых ученых и специалистов. – 2022. – С. 395-39.
8. Хаятов Р. Б., Велиляева А. С. Особенности развития и течения аффективных расстройств при сахарном диабете //Достижения науки и образования. – 2020. – №. 5 (59). – С. 62-64.
9. Lustman P. J. Anxiety disorders in adults with diabetes mellitus //Psychiatric Clinics of North America. – 1988. – Т. 11. – №. 2. – С. 419-432.
10. Maxamatjanova N. Principles of medical and psychological care of patients with the acquired immune deficiency syndrome //Journal of the Neurological Sciences. – 2019. – Т. 405. – С. 128.
11. Hamraev B., Maxamatjanova N. Study and evaluation of the possibilities of cognitive behavioral therapy in psychosexual disorders //Центрально-азиатский журнал образования и инноваций. – 2023. – Т. 2. – С. 4.
12. Hamraev B., Maxamatjanova N. Modern methods of treatment of sexual disorders //Инновационные исследования в современном мире: теория и практика. – 2023. – Т. 2. – №. 15. – С. 73-74.
13. Maxamatjanova N. M., Mirxaydarova F. S., Mirxaydarova S. M. Xavotir sindromi rivojlanishida qandli diabetning ahamiyati //Прикладные науки в современном мире: проблемы и решения. – 2023. – Т. 2. – С. 2.