

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД "ХАРКІВСЬКИЙ ФАХОВИЙ ВИЩИЙ КОЛЕДЖ
МИСТЕЦТВ"

ПСИХОСОМАТИКА ТА КОЛЬОРОТЕРАПІЯ

Виконала студентка 91 реж
групи Долобовська
Олександра Володимирівна

Психосоматика — напрям у медицині (психосоматична медицина) та психології, що займається вивченням впливу психологічних (переважно психогенних) факторів на виникнення і подальшу динаміку соматичних (тілесних) захворювань. Згідно з основним постулатом цієї науки, основою є реакція на емоційне переживання, що супроводжується функціональними змінами і патологічними порушеннями в органах. Відповідна схильність може впливати на вибір органу або системи, що пошкоджуються.

У межах психосоматики досліджувалися і досліджуються зв'язки між характеристиками особистості (конституціональні особливості, риси характеру і особистості, стилі поведінки, типи емоційних конфліктів) і тими чи іншими соматичними захворюваннями. Популярна думка (у тому числі в альтернативній медицині), що всі хвороби людини виникають унаслідок психологічних невідповідностей і розладів, які виникають в душі, в підсвідомості, в думках людини.



Психосоматичні захворювання — це захворювання, причинами яких є, переважно, розумові процеси хворого, а ніж, безпосередньому будь-які фізіологічні причини. Якщо медичне обстеження не може виявити фізичну або органічну причину захворювання, або якщо захворювання є результатом таких емоційних станів як гнів, тривога, неврози, депресія, почуття провини, тоді хвороба може бути класифікована як психосоматична.

Здавна вважалося, що все, що впливає на мозок, впливає і на тіло. Але в XVII ст., медики та вчені розділили дві незалежні складові людини: тіло і розум. Відповідно, хвороби були або душевні, або тілесні, і лікували їх абсолютно різними способами.

Зараз знову є тенденція повернення до колишньої точки зору на зцілення людини. Людина несе відповідальність як за свої хвороби, так і за своє одужання. У медичній літературі описано багато прикладів зцілення важкохворих людей, якщо вони вірили у можливість свого одужання, а головне — у можливість самостійно впливати на перебіг хвороби та її кінцевий результат. Навіть таке захворювання, як рак, що вважається невиліковним, в деяких випадках піддається лікуванню.





КОЛЬОРОТЕРАПІЯ

Кольоротерапія, кольорологія — метод альтернативної медицини, який вважається псевдонаукою. Хромотерапевти стверджують, що можуть використовувати світло у формі кольору, щоб збалансувати «енергію», якої не вистачає тілу людини, чи то на фізичному, емоційному, духовному чи ж ментальному рівнях, через цілеспрямований вплив кольором на самопочуття, фізіологію людини; активізація кольором діяльності органів і систем; метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тонусу за допомогою кольорів.



З усіх людських органів чуття найбільш виражений — зір. Майже 83 % інформації оброблюваної мозком припадає саме на нього, тоді як на слух лише 11 %.

Око працює по принципу механічної камери, при цьому зоровий нерв проводить об'єктивну картину навколишнього середовища в формі електричних імпульсів до зорового центру ; саме ж бачення обігрується в мозку. Клітини сітківки можуть розпізнавати тільки три основні кольори: червоний, зелений і фіолетово-синій. Виходячи з обставин, різні змішані імпульси надходять у мозок, тобто відчуття і сприйняття кольору відбувається саме там.



Червоний колір — має розігрівуючу, оживляючу дію, зміцнює серце і систему кровообігу, активізує роботу печінки і підтримує утворення червоних кров'яних тілець.

Оранжевий колір — будить радість життя і веселість, допомагає при депресіях, апатії і втраті апетиту. Цей колір благотворно впливає на залози і легені.

Жовтий колір — покращує настрій і позитивно впливає на нервову систему і внутрішні органи, заспокоює селезінку, активізує лімфосистему, допомагає при проблемах з печінкою.

Зелений колір — надає сильний антистресовий ефект, оскільки заспокоює нерви, усуває стани крайньої втоми, відновлює рівновагу між печінкою і селезінкою, регенерує м'язи і сполучну тканину.

Синій колір — зменшує запалення і допомагає при порушеннях сну, а також при головних болях, синій колір остуджує, тому корисний при опіках і підвищеній температурі.

Фіолетові тони сприяють кращій концентрації уваги, помітно знімають психічну напругу, стимулюють діяльність селезінки, розслаблюють, знімають біль, підтримують лімфосистему



ДЯКУЮ ЗА ПЕРЕГЛЯД

