



СОЦІАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИМ ЗАХВОРЮВАННЯМ ЛЮДИНИ

Федорчук Михайло

DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.2-0005

Анотація

Актуальність. Актуальність теми полягає в необхідності реалізації комплексного підходу у сфері охорони здоров'я та наукового аналізу впливу різноманітних чинників на загальний стан здоров'я людини. Рівень освіти, доступ до медичних послуг, економічний статус та умови проживання тісно переплітаються з емоційною стійкістю та якістю соціальних зв'язків людини, її особливостями переживання стресу, що комплексно впливає на фізіологічні процеси в організмі, імунну систему та її загальну резистентність до захворювань. У цьому зі'язку, розробка ефективних профілактичних та лікувальних стратегій повинна базуватися на багатопрофільному підході, який враховує різні взаємопов'язані компоненти, використовуючи як традиційні медичні методи, так і інноваційні технології, в тому числі психологічну підтримку і допомогу та соціальні програми, що дозволить створити більш дієву систему охорони здоров'я, орієнтовану на довгострокові позитивні результати та покращення якості життя пацієнтів.

Методологія. Мета роботи полягає у дослідженні засобами теоретичного аналізу та узагальнення наукових даних про значення практик соціалізації особистості у запобіганні психосоматичних захворювань. Концепція "агентності в структурі" як методологічна основа дослідження може поєднати соціологічний і медичний погляди на здоров'я в розумінні, як індивід, перебуваючи в певних соціальних умовах, може активно впливати на своє здоров'я та самопочуття

Результати. На переконання автора, для профілактики та ефективного лікування необхідно враховувати вплив особливостей процесу соціалізації людини на її психічне та фізичне здоров'я. В якості предикторів здоров'я у статті проаналізовано зв'язок між фізичними симптомами та міжособистісними стосунками людей, розглянуто вплив окремих практик соціалізації на емоційну стійкість, професійну реалізацію та задоволеність життям. Наголошено на перспективості дослідження ефективності цифрових технологій у підтримці соціалізації та емоційного благополуччя людини, а також важливості розробки нових моделей терапевтичної соціалізації, що враховують сучасні соціально-культурні зміни.

Ключові слова: соціалізація, комплексний підхід до охорони здоров'я, чинники ментального здоров'я, психосоматичні розлади, якість життя.

Актуальність

Соціалізації - динамічний процес, який, всупереч поширеній критиці про її умовну обмеженість, насправді продовжує відкривати нові перспективи для формування людської особистості та її продуктивної поведінки. Соціалізація являє собою складний механізм неперервного впливу соціального середовища на індивіда, який постійно еволюціонує разом зі змінами в суспільстві (Darmon, M., 2023). Процеси соціалізації створюють контекст, який значно впливає на формування та розвиток соціально-емоційних характеристик особистості через взаємодію культурних переконань, цінностей та соціальних практик. Подібний багатогранний механізм культурної передачі не лише визначає способи емоційного реагування та поведінкові патерни людини, але й впливає на когнітивні схеми інтерпретації соціальної реальності, формування її ідентичності, ставлення до свого здоров'я та можливих захворювань.

Актуальність обраної теми полягає в необхідності розробки комплексного підходу до охорони здоров'я людини та наукового аналізу впливу різноманітних чинників на загальний стан її здоров'я. Рівень освіти, доступ до медичних послуг, економічний статус та умови проживання тісно переплітаються з емоційною стійкістю та якістю соціальних зв'язків людини, її особливостями переживання стресу, що комплексно діє на фізіологічні процеси в організмі, імунну систему та її загальну резистентність до захворювань. У цьому зв'язку, розробка ефективних профілактичних та лікувальних стратегій повинна базуватися на багатопротилежному підході, який враховує різні взаємопов'язані компоненти, використовуючи як традиційні медичні методи, так і інноваційні технології, в тому числі соціалізуючі практики, психологічну підтримку і допомогу та різноманітні соціальні програми, що дозволить створити більш дієву систему охорони здоров'я, орієнтовану на довгострокові позитивні результати та покращення якості життя пацієнтів, соціалізація яких відбувається протягом усього життя.

Теоретичне підґрунтя

У процесах соціальної взаємодії культурні норми та цінності виступають своєрідними фільтрами, через які людина сприймає, осмислює та реагує на навколишній світ, що призводить до формування специфічних особистісних компетенцій та моделей міжособистісної взаємодії. Цей процес характеризується постійною динамікою та адаптивністю, в якому культурні впливи безперервно взаємодіють з індивідуальними особливостями людини, формуючи її власні способи адаптації до соціуму та особистісного розвитку. Важливо відзначити, що культурний контекст не лише визначає зовнішні прояви соціально-емоційних характеристик, але й впливає на їхнє внутрішнє значення та інтерпретацію, формуючи складну систему взаємозв'язків між індивідуальним досвідом та колективними культурними патернами, що в результаті визначає унікальний "культурний код" особистості та її способи взаємодії з соціальним середовищем (Chen, X., 2023).



Автор схиляється до думки, що концепція "агентства в структурі", яка лежить в основі сучасної теорії соціалізації, може слугувати багатофакторною структурою для розуміння зв'язку між соціальною структурою та здоров'ям людини протягом життя. А теорія соціалізації має значний потенціал стати теоретичною основою, що дозволить поєднати напрацювання соціальних наук та надати комплексну структуру для вивчення динаміки взаємозв'язку між соціальними умовами та здоров'ям індивіда протягом життя (Richter, M., & Hurrelmann, K., 2016; Liu, Z., 2012).

Оскільки соціалізація формує поведінкові та особистісні характеристики людського індивіда, вона набуває особливого значення в терапії та соціальній реабілітації людей з психічними розладами. В цьому контексті вона може бути корисною в терапії та сприяти соціальній реінтеграції. Для людей з психічними розладами якісна соціальна взаємодія стає не просто елементом повсякденного життя, а частиною лікувального процесу та психологічної реабілітації. Злагоджений процес соціальної адаптації допомагає подолати соціальну ізоляцію, яка часто супроводжує ментальні захворювання, та сприяє формуванню нових адаптивних механізмів подолання хвороби. Групові терапевтичні заняття, участь у соціальних проєктах та програмах взаємодопомоги створюють безпечний простір для практики соціальних навичок та емоційної саморегуляції. Поступова реінтеграція в професійне середовище через спеціалізовані програми працевлаштування та підтримки на робочому місці дозволяє відновити соціальні ролі та підвищити самооцінку пацієнта.

Сучасні підходи до соціалізації осіб з ментальними розладами включають також використання цифрових технологій та онлайн-спільнот підтримки, що робить процес соціальної адаптації більш доступним та гнучким. Таким чином, інтеграційні процеси соціалізації не лише зменшують симптоми захворювання, але й значно покращує якість життя, сприяє формуванню нової позитивної ідентичності та відновленню соціальних зв'язків (Flood-Grady, E., & Koenig Kellas, J. (2019).

Дослідження впливу практик соціалізації батьківських емоцій на психічне здоров'я молодих дорослих виявило значні культурні відмінності, практики з підтримки показали особливу ефективність у латиноамериканських сім'ях, тоді як практики, що не мали підтримки, мали більший негативний вплив у родинах європейців та афроамериканців. Такі результати підкреслюють важливість врахування культурного контексту при розробці програм підтримки психічного здоров'я (Lugo-Candelas, C. I., 2016).

Психосоматична медицина підкреслює необхідність холістичного підходу до лікування, враховуючи не лише фізичні симптоми, але й емоційний стан пацієнта та якість його соціальних зв'язків (Uchino, B. N., & Eisenberger, N. I. (2019). Доведено, що якість соціальних зв'язків та емоційні переживання, які їх супроводжують, можуть суттєво впливати на функціонування різних систем організму. Позитивні емоції, що виникають у здорових соціальних стосунках, стимулюють вироблення гормонів щастя, зміцнюють імунну систему та знижують ризик розвитку серцево-судинних

захворювань. Натомість тривалий емоційний стрес у проблемних відносинах може призводити до різноманітних психосоматичних розладів, включаючи порушення сну, хронічний біль та автоімунні захворювання. Зміцнення соціального здоров'я має ключове значення як профілактичний чинник стабільного психологічного стану. Дослідження показують, що природні, невимушені зустрічі виявляються більш ефективними для підтримки соціальних зв'язків, ніж спеціально організовані заходи. Попри швидкий темп сучасного життя, важливо знаходити можливості для підтримки живих міжособистісних контактів (Bulut, S., 2019).

Дослідження А. Özden, виявило значущий зв'язок між труднощами людей в регуляції емоцій та їх схильністю до розвитку психосоматичних симптомів. Зокрема, було встановлено, що нездатність ефективно справлятися з тривогою та сумом, тісно пов'язана з алекситимією, є предиктором частоти виникнення психосоматичних розладів. Крім того, важливими факторами, що впливають на частоту психосоматичних проявів у вибірці, виявились проблеми зі здоров'ям батьків, історія хвороб досліджуваних (Özden, A., 2015).

Zepf (Zepf, S., 2014) пропонує концептуальну модель формування симптомів психосоматичних розладів, спираючись на ідеї конверсії. Ця модель розглядає соматичний симптом крізь призму основних психоаналітичних принципів та науково обґрунтованих медичних знань, що дозволяє краще зрозуміти механізми формування психосоматичних розладів.

Прикметною ознакою часу виступає сьогодні кіберсоціалізація, однак соціалізація шляхом використання соціальних мереж може мати неоднозначний вплив на психологічний стан людей. З одного боку, активне спілкування та взаємодія в соціальних мережах може сприяти розвитку соціальних навичок, зміцненню дружніх зв'язків та підвищенню самооцінки, а з іншого - надмірне занурення у віртуальне спілкування може спричинити негативні наслідки у вигляді погіршення сімейних стосунків, почуття ізоляції та депресивних симптомів. Пасивне споживання контенту в соціальних мережах без реального живого спілкування також може мати шкідливий вплив на психологічний стан. Тому важливо дотримуватися балансу та використовувати їх у здоровий та конструктивний спосіб, щоб максимізувати позитивні наслідки та мінімізувати негативні (Zhang, X., 2023).

Інші дослідження демонструють вагомую прогностичну роль як емоційного стану людини, так і якості її міжособистісних відносин у контексті розвитку різноманітних захворювань та ризику передчасної смерті. Емоційна сфера особистості та характер її соціальних зв'язків виступають потужними індикаторами потенційних загроз здоров'ю та факторами захисту від них (Smith, T. W., & Weihs, K., 2019). Натомість, дослідження Naseem, M. A. et al., взаємозв'язку між особистісними характеристиками, трудовою соціалізацією та задоволеністю роботою серед менеджерів банківських філій показали, що соціалізація виступає ключовим посередником між особистісними рисами та професійною задоволеністю працюючих людей. Екстраверсія, сумлінність і невротизм виявились визначальними



предикторами виробничої злагоженності цих працюючих осіб (Naseem, M. A. et al., 2016).

На думку Min, J. A., Lee, C. U. та Lee, C., для покращення психічного здоров'я людей необхідний комплексний підхід, який містить у собі три взаємопов'язані, але незалежні напрями: просвітницьку роботу, профілактику та лікування психічних розладів. Хоча суспільство загалом усвідомлює важливість зміцнення психічного здоров'я та добробуту, психіатри, часто зосереджуються більше на наданні безпосередньої медичної допомоги, а не на профілактичних заходах та психоосвітніх програмах. Для справді ефективного покращення психічного здоров'я на популяційному рівні необхідно приділяти рівну увагу всім трьом частинам - просвіті, профілактиці та лікуванню. Безумовно лише комплексний підхід, що враховує ці взаємозалежні аспекти, може забезпечити стійкі позитивні зміни в психічному здоров'ї людей (Min, J. A., Lee, C. U., & Lee, C., 2013).

В дослідженнях стресу Blatnik, P., & Tušak, M показали, що до профілактики стресових розладів входить застосування методів, які спрямовані на зниження рівня стресових переживань та підвищення опірності до його негативного впливу. Ці техніки включають як соматичні практики (м'язову релаксацію, гіпноз, аутогенне тренування), так і когнітивні підходи, що базуються на змінах у сприйнятті та інтерпретації стресових факторів. Авторами підкреслюється, що створення сприятливих умов соціалізації у дитячому віці, зміцнення стосунків між батьками та дітьми, а також розвиток ефективних стратегій подолання проблем можуть стати ключем до підвищення стійкості та запобігання виникненню психосоматичних розладів у майбутньому людини (Sobhani, S. et al., 2024).

За словами Bransfield, R. C., & Friedman, K. J., сучасна медична спільнота стикається з критичною проблемою надмірного спрощення діагностичного процесу, коли складні для пояснення фізичні симптоми автоматично відносять до сфери психіатрії, що створює замкнене коло неефективної діагностики та лікування. Точна ідентифікація захворювання потребує комплексного підходу, в якому клінічне мислення лікаря, ретельний збір анамнезу та всебічне обстеження пацієнта мають пріоритет над окремими лабораторними показниками чи діагностичними тестами. Надмірне використання розмитих та науково необґрунтованих термінів, як-от "психогенні стани" чи "соматоформні розлади", разом із застарілою діагностичною термінологією, призводить до системних помилок у визначенні справжньої природи захворювання та неадекватного лікування пацієнтів. Майбутнє ефективної діагностики лежить у площині глибшої інтеграції психіатричної та соматичної медицини, відмови від застарілих діагностичних шаблонів та розвитку більш нюансованого розуміння взаємозв'язку між психічним та фізичним здоров'ям людини (Bransfield, R. C., & Friedman, K. J., 2019).

Мета статті – представити теоретичне обґрунтування та визначення впливу соціалізації особистості як чинника запобігання психосоматичним захворюванням

шляхом метааналізу та систематизації дотичних наукових досліджень для розробки ефективних профілактичних заходів.

Методологія

При написанні статті було використано комплекс методологію теоретичного аналізу. Першочергово було проведено аналіз наукових джерел шляхом опрацювання сучасних досліджень та публікацій для підтвердження теоретичних положень емпіричними даними. Далі було здійснено концептуальний аналіз, спрямований на розкриття змісту основних понять та теорій, зокрема, концепції "агентства в структурі" та теорії соціалізації Структурно-функціональний аналіз дозволив виявити взаємозв'язки між різними компонентами процесу соціалізації та їх функціональне значення для динаміки психічного здоров'я особистості. Для розкриття походження соціалізації та її впливу на психічне здоров'я використовувався системний та порівняльний аналізи, що дозволило зіставити різні підходи до розуміння процесів соціалізації в різних культурних контекстах та їх вплив на психосоматичні розлади. Шляхом міждисциплінарного аналізу було проведено інтеграцію знань з галузей психології, соціології та медицини для формування цілісного розуміння взаємозв'язку між соціальними умовами та здоров'ям індивіда.

Результати

На основі аналізу матеріалів репрезентативних наукових досліджень представимо концептуальні узагальнення та набір таблиць і графічних матеріалів, які ілюструють авторське бачення. Насамперед більш докладно обговоримо біопсихосоціальну модель чинників, що впливають на психічне здоров'я людини (Джерело: Mehta, M., Karoor, S., 2018). Така модель включає три види чинників: біологічні, соціальні та психологічні (див. рис. 1).

Біологічні чинники (фізичне здоров'я та генетична схильність) відіграють важливу роль, але їх вплив важко контролювати через соціалізацію. Натомість соціальні аспекти, які охоплюють сімейні обставини, школу та спілкування з однолітками мають важливе значення в процесі формування особистості. Соціалізація в цьому контексті може виступати методом профілактики психосоматичних захворювань, зміцнюючи стійкість до стресу і формуючи здорові стосунки. Самооцінку, навички подолання труднощів та соціальні вміння, можна посилювати в процесі соціалізації, тим самим створюючи позитивний вплив на психічне здоров'я. Тому взаємодія соціальних, біологічних і психологічних факторів визначає, як соціалізація може сприяти профілактиці психосоматичних розладів і покращенню загального психічного добробуту людини. На рис. 1 зображено модель комплексного підходу до виділення чинників, що впливають на психічне здоров'я, які поділяються на біологічні, соціальні та психологічні аспекти.

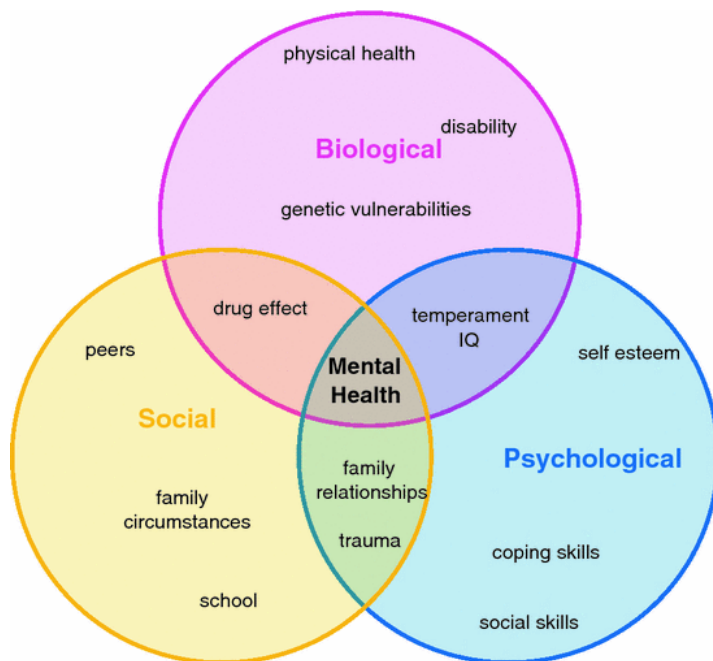


Рис.1 Біопсихосоціальна модель чинників, що впливають на психічне здоров'я людини (Джерело: Mehta, M., Kapoor, S., 2018)

Здійснений теоретичний аналіз показав, що участь у соціальних групах, сімейні взаємовідносини та участь у громадських подіях сприяють зниженню рівня стресу, покращенню імунної відповіді організму людини, стабілізації артеріального тиску та серцевого ритму. Комунікація в онлайн-середовищі може як підвищувати рівень тривоги, так і впливати на якість сну. Професійна комунікація та участь у терапевтичних групах стимулюють когнітивну активність і нормалізують нейромедіаторні процеси, що сприяє емоційній стабільності. Ключові чинники резистентності, такі як емоційна підтримка, чіткість ролей і професійний супровід, допомагають людині зменшити негативний вплив стресу та посилюють стійкість особистості до психосоматичних розладів (див. таблицю 1).

Узагальнені в таблиці 1 дані репрезентативних досліджень в систематизований формі демонструє, що різні форми соціальної взаємодії мають специфічний вплив на психофізіологічний стан людини та характеристики її психологічної резистентності. Зокрема, участь у соціальних групах призводить до зниження рівня кортизолу, покращення імунної відповіді організму, стабілізації артеріального тиску; дарує почуття приналежності, соціальної підтримки та стабільності взаємодії з оточуючими. А, до прикладу, відвідання терапевтичної групи забезпечує організму нормалізацію нейромедіаторів, стабілізацію вегетативних функцій та покращення сну, а також

підвищує позитивне переживання людиною якості життя за рахунок професійного супровіду, структурованості занять та продуктивної групової динаміки. Нормалізація сімейних відносин несе стабілізацію серцевого ритму, зниження рівня стресу та покращення травлення, такі відносини також забезпечують відчуття стабільності стосунків, емоційної підтримки та якісної комунікації і т.д.

Табл.1 Вплив різних форм соціальної взаємодії на психофізіологічний стан та ключові фактори резистентності

Форма соціальної взаємодії	Вплив на психофізіологічний стан	Ключові фактори резистентності	чинники
Участь у соціальних групах	- Зниження рівня кортизолу - Покращення імунної відповіді - Стабілізація артеріального тиску	- Відчуття приналежності - Соціальна підтримка - Регулярність взаємодії	
Комунікація онлайн середовищі	- Змішаний вплив на рівень тривоги - Варіативність якості сну - Нестабільність емоційного стану	- Якість онлайн-зв'язків - Баланс онлайн/офлайн спілкування	
Сімейні взаємовідносини	- Стабілізація серцевого ритму - Зниження рівня стресу - Покращення травлення	- Емоційна підтримка - Стабільність стосунків - Якість комунікації	
Професійна комунікація	- Підвищення когнітивної активності - Регуляція добового ритму - Контроль стресових реакцій	- Професійна самореалізація - Чіткість ролей - Здоровий робочий клімат	
Участь у громадських подіях	- Підвищення рівня ендорфінів - Покращення координації - Зниження м'язової напруги	- Добровільність участі - Регулярність активності - Позитивний зворотний зв'язок	
Терапевтичні групи	- Нормалізація нейромедіаторів - Стабілізація вегетативних функцій - Покращення сну	- Професійний супровід - Структурованість занять - Групова динаміка	

Примітка: Таблицю створено автором за результатами досліджень (Frisch et al., 2015; Bernstein et al., 2018; Viznyuk et al., 2021; Vickram & Richard, 2023; Xu et al., 2024).

В ході теоретичного аналізу також виявлено, що комбінування методів підтримки психосоматичне здоров'я підвищує загальну результативність процесу, зокрема, за умов довготривалого застосування, коли і досягається найвищий рівень ефективності (табл.2).



Таблиця 2. Ефективність різних методів соціалізації та їхній вплив на психосоматичне здоров'я

Метод соціалізації	Основні компоненти	Показники ефективності	Тривалість впливу	Рівень результативності
Групова психотерапія	Міжособистісна взаємодія - Емоційна підтримка - Обмін досвідом - Розвиток емпатії	- Зниження тривожності - Покращення сну - Зменшення соматичних скарг - Підвищення стресостійкості	Довготривалий	Високий
Соціально-психологічний тренінг	-Розвиток комунікативних навичок -Управління конфліктами -Емоційна регуляція - Командна робота	- Поліпшення соціальних навичок - Зниження соціальної тривоги - Підвищення самооцінки - Розвиток лідерських якостей	Середньотривалий	Середній
Менторські програми	- Індивідуальний супровід -Професійне зростання - Передача досвіду	- Професійна адаптація - Зниження професійного стресу - Кар'єрне зростання	Довготривалий	Високий
Волонтерська діяльність	-Соціальна активність - Допомога іншим -Командна взаємодія -Особистісний розвиток	- Підвищення самоцінності - Розширення соціальних зв'язків -Зменшення депресивних станів - Поліпшення фізичного стану	Середньотривалий	Середній
Клубна діяльність за інтересами	- Спільні захоплення - Регулярні зустрічі - Творча реалізація - Обмін знаннями	- Розвиток хобі - Формування дружніх зв'язків - Зниження самотності - Підвищення життєвої активності	Довготривалий	Помірний
Сімейна терапія	- Покращення комунікації - Вирішення конфліктів -Емоційна підтримка -Зміцнення зв'язків	- Гармонізація стосунків - Зниження сімейної тривоги -Покращення психосоматичного стану - Підвищення задоволеності життям	Довготривалий	Високий

Примітка: Таблицю створено автором за результатами досліджень (Frisch et al., 2015; Bernstein et al., 2018; Viznyuk et al., 2021; Vickram & Richard, 2023; Xu et al., 2024).

Важливу роль відіграє також індивідуальний підхід, що сприяє кращим результатам. Залежно від тривалості впливу методи поділяються на довготривалі

(більше року), середньотривалі (від півроку до року) та короткотривалі (до півроку), а рівень результативності може варіюватися від помірного до дуже високого, залежно від умов та індивідуальних особливостей застосування. Так, групова психотерапія, соціально-психологічні тренінги та менторські програми є ефективними для зниження тривожності, підвищення стресостійкості та професійної адаптації. Вони забезпечують тривалий позитивний вплив на емоційне життя та психологічне здоров'я в цілому, особливо при регулярному проведенні. Волонтерська діяльність і клуби за інтересами сприяють розширенню соціальних зв'язків та підвищенню життєвої активності людини, хоча їхній вплив є дещо коротшим і менш інтенсивним. Сімейна терапія показує високий рівень результативності завдяки покращенню комунікації членів сім'ї та зниженню сімейної тривоги, що позитивно відображається на психосоматичному стані всієї учасників сімейної системи.

Дискусія

Результати проведеного аналізу демонструють вплив різних форм соціалізації на психосоматичне здоров'я особистості. Це узгоджується з сучасними науковими підходами до розуміння взаємозв'язку між соціальними факторами та фізичним здоров'ям людини. Спілкування у соціальних групах та сімейному середовищі демонструє найбільш позитивний вплив на фізіологічні показники організму, адже це охоплює зниження рівня кортизолу та покращення імунної відповіді, тоді як онлайн-комунікація показує змішані результати, що підкреслює важливість збалансованого підходу до використання цифрових засобів спілкування. Значущим відкриттям є також ідентифікація ключових чинників резистентності, а саме емоційної підтримки та якості комунікації, які виступають медіаторами між змістом процесів соціалізації та психосоматичним здоров'ям. Аналіз ефективності різних методів соціалізації виявив, що найбільш результативними є довготривалі форми взаємодії, зокрема групова психотерапія, менторські програми та сімейна терапія, які демонструють високий рівень впливу на психосоматичне здоров'я при їх систематичному застосуванні.

Важливо відзначити, що отримані результати підтверджують валідність біопсихосоціальної моделі чинників впливу на психічне здоров'я, яка підкреслює нерозривний зв'язок між біологічними, соціальними та психологічними компонентами здоров'я, що має важливе значення для розробки комплексних програм профілактики та лікування психосоматичних розладів.

Було також визначено, що методи соціалізації, які включають емоційну підтримку та міжособистісну взаємодію, показують найвищий рівень ефективності у запобіганні психосоматичним захворюванням. При цьому важливо враховувати, що комбінування різних методів соціалізуючого впливу та індивідуальний підхід до їх застосування можуть суттєво підвищити загальну результативність профілактичних заходів, що підтверджується отриманими даними про варіативність впливу різних форм соціальної взаємодії на психофізіологічний стан людини.



Висновки

На основі проведеного дослідження, що синтезує та узагальнює результати низки сучасних наукових праць, встановлено взаємозв'язок між процесами соціалізації та психосоматичним здоров'ям людини, де безпосередня соціальна взаємодія, особливо в контексті групової та сімейної комунікації, демонструє найбільш позитивний вплив на фізіологічні показники її організму, включаючи зниження рівня кортизолу та покращення імунної відповіді. При цьому ефективність соціалізації суттєво залежить від наявності емоційної підтримки та якості комунікації, що підтверджується валідністю біопсихосоціальної моделі чинників впливу на психічне здоров'я та обґрунтовує необхідність впровадження комплексних програм соціальної адаптації, які поєднують різні форми соціальної взаємодії, враховують індивідуальні особливості особистості та забезпечують професійний супровід, особливо в контексті профілактики та лікування психосоматичних розладів. Все це має важливе значення для розвитку теорії та практики в галузі психології здоров'я, соціальної психології та психосоматичної медицини.

Список використаної літератури:

- Bernstein, M. J., Zawadzki, M. J., Juth, V., Benfield, J. A., & Smyth, J. M. (2018). Social interactions in daily life: Within-person associations between momentary social experiences and psychological and physical health indicators. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(3), 372-394.
- Bransfield, R. C., & Friedman, K. J. (2019, October). Differentiating psychosomatic, somatopsychic, multisystem illnesses and medical uncertainty. In *Healthcare* (Vol. 7, No. 4, p. 114). MDPI
- Bulut, S. (2019). Socialization helps the treatment of depression in modern life. *Open Journal of Depression*, 8(2), 41-47.
- Chen, X. (2023). *Socialization and socioemotional development in Chinese children*. Cambridge University Press.
- Darmon, M. (2023). *Socialization*. John Wiley & Sons.
- Flood-Grady, E., & Koenig Kellas, J. (2019). Sense-making, socialization, and stigma: Exploring narratives told in families about mental illness. *Health communication*, 34(6), 607-617.
- Frisch, J. U., Häusser, J. A., & Mojzisch, A. (2015). The Trier Social Stress Test as a paradigm to study how people respond to threat in social interactions. *Frontiers in psychology*, 6, 14.
- Liu, Z. (2012). *A Study of the Relationship between Socialization Tactics, Motives to Study and Mental Health in Chinese College Students*.
- Lugo-Candelas, C. I., Harvey, E. A., Breaux, R. P., & Herbert, S. D. (2016). Ethnic differences in the relation between parental emotion socialization and mental health in emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 922-938.

- Mehta, M., Kapoor, S. (2018). Role of Psychosocial Factors in the Management of Health Problems. In: Misra, G. (eds) Psychosocial Interventions for Health and Well-Being. Springer, New Delhi. https://doi.org/10.1007/978-81-322-3782-2_2
- Min, J. A., Lee, C. U., & Lee, C. (2013). Mental health promotion and illness prevention: a challenge for psychiatrists. *Psychiatry investigation*, 10(4), 307.
- Naseem, M. A., Wang, Y., Zhang, H., & Malik, F. (2016). Mediating Role Of Socialization Towards Relationship Between Personality And Job Satisfaction. *Journal of Applied Business Research*, 32(5), 1405.
- Özden, A. (2015). Psychosomatic symptoms and emotions: the relationship among emotion regulation, demographic variables and psychosomatic symptoms in a university sample (Doctoral dissertation, İstanbul Bilgi Üniversitesi).
- Richter, M., & Hurrelmann, K. (2016). Life course influences on health and health inequalities: A socialisation perspective. *Journal for Sociology of Education & Socialization/Zeitschrift für Soziologie der Erziehung & Sozialisation*, 36(3).
- Smith, T. W., & Weihs, K. (2019). Emotion, social relationships, and physical health: Concepts, methods, and evidence for an integrative perspective. *Psychosomatic medicine*, 81(8), 681-693.
- Sobhani, S., Jamilian, H., & Paknejad, I. (2024). Prediction of resilience based on parenting and coping strategies in patients with psychosomatic disorders. *BMC psychology*, 12(1), 280.
- Uchino, B. N., & Eisenberger, N. I. (2019). Emotions in social relationships and their implications for health and disease: introduction to the special issue of psychosomatic medicine. *Psychosomatic medicine*, 81(8), 676-680.
- Viznyuk, I., Ordatii, N., & Ordatii, A. (2021). Ecological factors of psychosomatic disorders in the context of the transformation of the healthcare system (Doctoral dissertation, Modern Science—Moderní věda).
- Vickram, A. S., & Richard, T. (2023). Psychological Factors in Health and Illness: A Comprehensive Review. *Journal for ReAttach Therapy and Developmental Diversities*, 6(9s), 736-746.
- Xu, W., Jiang, W., Ding, R., Tao, H., Wang, Y., Tang, Y., ... & DCPRs Working Group. (2024). Study of Rates and Factors Associated to Psychosomatic Syndromes Assessed Using the Diagnostic Criteria for Psychosomatic Research across Different Clinical Settings. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1-11.
- Zepf, S. (2014). Thoughts about psychosomatic symptom formation: A holistic approach. *The Scandinavian Psychoanalytic Review*, 37(1), 36-47.
- Zhang, X. (2023). The Impact of Online Socialization on Adolescent Mental Health: The Mediating Role of Friendship Quality and Family Relationships. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2023(1), 7007025.



PERSONALITY SOCIALIZATION AS A FACTOR IN THE PREVENTION OF PSYCHOSOMATIC DISORDERS

Fedorchuk Mykhailo

DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.2-0005

Abstract

Relevance. The relevance of this topic lies in the need to implement a comprehensive approach in the field of healthcare and scientific analysis of the influence of various factors on the overall state of human health. The level of education, access to medical services, economic status, and living conditions are closely intertwined with a person's emotional resilience and the quality of their social connections, as well as their individual experience of stress. These elements collectively impact physiological processes in the body, the immune system, and overall resistance to disease. In this context, the development of effective preventive and treatment strategies should be based on a multidisciplinary approach that takes into account various interrelated components, utilizing both traditional medical methods and innovative technologies, including psychological support and assistance, as well as social programs. This would enable the creation of a more effective healthcare system aimed at long-term positive outcomes and improved quality of life for patients.

Methodology. The aim of this work is to investigate, through theoretical analysis and generalization of scientific data, the role of personality socialization practices in preventing psychosomatic illnesses. According to the author, effective prevention and treatment require consideration of the influence of a person's socialization process on their mental and physical health. The concept of "agency within structure" serves as the methodological basis of the study, offering a framework that integrates sociological and medical perspectives on health. It explores how an individual, within specific social conditions, can actively influence their own health and well-being.

Results. As predictors of health, the article analyzes the connection between physical symptoms and interpersonal relationships. It examines the influence of specific socialization practices on emotional resilience, professional fulfillment, and life satisfaction. The article emphasizes the promising potential of researching the effectiveness of digital technologies in supporting socialization and emotional well-being, as well as the importance of developing new models of therapeutic socialization that account for current socio-cultural changes.

Keywords: socialization, comprehensive healthcare approach, mental health factors, psychosomatic disorders, quality of life.

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРА

Федорчук Михайло

Докторант Київського інституту сучасної психології та психотерапії

Київ, Україна

ORCID: 0009-0004-8523-9172

email:thank733@yahoo.com

Відмова від відповідальності: автори заявляють, що їхні думки та погляди, висловлені в цьому рукописі, вільні від будь-якого впливу будь-яких організацій.

ПРО ЦЮ СТАТТЮ

Цитуйте цю статтю

Федорчук Михайло Соціалізація особистості як чинник запобігання психосоматичним захворюванням людини 2024 Socialization & Human Development journal 2. DOI10.37096/SHDISJ-24-1.2-0005

Submitted on 22 Sep 2024 / Revised 27 Dec 2024 / Approved 30 Dec 2024

Published: 31 Dec 2024

DOI: 10.37096/SHDISJ-24-1.2-0005

Відповідальний редактор -Ярослав РЯБЧИЧ

ПРАВА ТА ДОЗВОЛИ

Copyright: © 2024 Федорчук Михайло Ця стаття відкритого доступу, яка розповсюджується відповідно до ліцензії [Creative Commons Attribution License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), (CC BY 4.0), яка дозволяє необмежене використання, розповсюдження та відтворення на будь-якому носії за умови вказівки автора та джерела.