

Психогигиенические методы — методы, направленные на сохранение психического здоровья и опирающиеся на знания из медицинской гигиены, психиатрии и психологии. Идея психической профилактики возникла в середине 19 в. в психиатрии. Согласно концепции дегенерации, предложенной французским психиатром Б. О. Морелем в 1857 г., причинами болезненных изменений (которые, накапливаясь и передаваясь из поколения к поколению, приводят к вырождению семьи и даже целого народа) могут быть интоксикации (алкоголь, опиум), голод, эпидемии, условия социальной среды (работа на вредных производствах, бедность), а также упадок нравственности и наследственная предрасположенность. Морель выдвинул идею профилактики вырождения, одним из средств которой он считал изоляцию от общества «вредных» индивидов. Другое средство — изменение физических, интеллектуальных и моральных условий существования, что требует объединения усилий врачей, общества и государства.

С распространением понятия социальных болезней (туберкулез, сифилис, алкоголизм и др.) профилактика душевных болезней стала рассматриваться как раздел социальной (общественной) гигиены.

В России вопрос о зависимости душевных болезней от общественных условий, скученности городской жизни, нужды, тяжелого труда — публично впервые обсуждался на первом съезде отечественных невропатологов и психиатров в 1887 г., в докладе И. П. Мержеевского «Об условиях, благоприятствующих развитию душевных и нервных болезней в России, и о мерах, направленных к их уменьшению». Вопросами профилактики много занимались В. М. Бехтерев, С. С. Корсаков, Г. И.

Россолимо и др. Курс по профилактике душевных болезней одним из первых стал читать А. С. Мендельсон в 1901 г. в Петербурге. Еще до возникновения самостоятельного психогигиенического движения, в начале 20 в. была предпринята попытка контролировать психическое здоровье рождающегося поколения с помощью «отрицательной» и «положительной» евгеники (первая предполагала стерилизацию преступников и слабоумных; подобные законы были приняты в некоторых из Северо-Американских штатов; вторая означала стимуляцию «здоровых» браков).

Термин «психогигиена» (psychischen Hygiene, mental hygiene, hygiene mentale) сформировался в конце 1900-х гг. В 1909 г. в США был основан Национальный комитет по психической гигиене, который через несколько лет стал государственным; в основе его деятельности лежали три цели: предупреждение нервно-психических заболеваний у здоровых индивидов, создание наиболее благоприятных условий жизни для предрасположенных и организацию лечения уже заболевших. В 1917 г. психогигиеническое общество было основано в

Канаде, в 1918 — во Франции (в 1920 г. Э. Тулуз открыл первую французскую амбулаторию для приема больных в «пограничных состояниях»). В 1922 г. в Париже состоялся представительный международный конгресс по психогигиене. В 1930-е гг. термин «психогигиена» стал вытесняться термином «психическое здоровье». Так, основанный К.

Бирсом в США Комитет по психической гигиене стал называться Национальной ассоциацией психического здоровья; во Всемирной организации здравоохранения после Второй мировой войны была образована секция психического здоровья.

Смена терминологии была связана, с одной стороны, с расширением круга пациентов, пользующихся вниманием специалистов по психическому здоровью: кроме лиц, страдающих тяжелыми эмоциональными расстройствами, в социальные помогающие практики теперь стали вовлекаться и другие недостаточно адаптированные индивиды. С другой стороны, смене названий способствовало появление наряду с «отрицательной» концепцией психического здоровья (понимаемого как отсутствие душевного расстройства) концепции «положительной», в которой душевное здоровье рассматривалось как позитивная ценность, идеал, цель индивида. В середине XX в. в работах Э. Фромма, Л. Франка и др. психическое здоровье стало пониматься как полное раскрытие творческих возможностей человека. Идея обращенности на себя, овладения своей психикой, на которой основано современное представление о психическом здоровье, в этих работах преподносилась как гуманистическая ценность.

Однако М.

Фуко, его последователи (N. Rose и др.) увидели в психогигиене и в общественно санкционированном идеале психического здоровья интериоризованную форму контроля социума над индивидом. Отношения власти, которые ранее врач-психиатр осуществлял над душевнобольным пациентом, теперь разыгрываются внутри индивида.

К специалистам в области практической психогигиены можно отнести и психоаналитиков, и сотрудников брачных контор. Основную их часть, однако, по крайней мере на Западе, составляют работники государственных и общественных социальных служб, таких, как консультации для людей в кризисной ситуации, для наркоманов, для детей с нарушениями развития, как службы семьи, психологическая помощь в армии, центры реабилитации и пр. Большинство практиков пользуются рабочим определением, согласно которому психическое здоровье характеризуется эмоциональным благополучием, сравнительной свободой от тревожности и других симптомов некомпетентности, а также способностью устанавливать конструктивные

## ПСИХОГИГИЕНИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

Автор: словарь  
21.05.2009 15:40 -

---

отношения и отвечать на каждодневные требования жизни.

С 1970-х гг. центр тяжести психогигиенических мероприятий передвинулся в локальные сообщества (community mental-health centres), что рассматривается как альтернатива государственным централизованным службам.

И. Е. Сироткина