

Оценка психоэмоционального состояния спортсменов на основе метода электропунктурной диагностики

Павел Бундзен, Юрий Ястребов

НИИ физической культуры, Санкт-Петербург, Россия

Резюме. Створено моделі енергетичної психодинаміки та статистично підтверджено психодіагностичну значущість розробленого алгоритму. Оцінка психоемоційного стану на основі методу ЕПД дозволяє своєчасно виявити порушення, провести їх психокорекцію, здійснити оперативний контроль ефективності використаних для цього методів та засобів. Розроблена методологія оцінки психоемоційного стану методом меридіанної діагностики може бути використана і в інших методах меридіанної діагностики.

Ключові слова: спортсмени, психоемоційний стан, електропунктурна діагностика.

Summary. Models of energy psychodiagnostics have been developed, psychodiagnostic significance of elaborated algorithm has been confirmed. Estimation of psychoemotional state on the basis of EPD method allows to reveal disturbances, to correct them and to realize operative control of the efficiency of utilized methods and means. Method of psychoemotional state estimation by means of method of electropunctual diagnostics may be used in other methods of meridian diagnostics.

Key words: athletes, psychoemotional state, electropunctual diagnostics.

Постановка проблемы. В настоящее время для целей психодиагностики используются психологические тесты-опросники, которые имеют ряд существенных недостатков: отсутствие объективности обследования из-за возможности обследуемого влиять на результаты обследования (неискренность), большие затраты времени и проблематичность тестирования в раннем детском возрасте [9]. В то же время в практике спортивной и восстановительной медицины активно применяется метод электропунктурной диагностики (ЭПД), основанный на измерении электрических параметров репрезентативных биологически активных точек (БАТ) и получении объективной экспресс-информации о функциональном состоянии внутренних органов и систем организма независимо от возраста и желаний обследуемого [3, 8, 11, 15]. Анализ научно-методической литературы [5, 7, 13] и собственные исследования [14] убедительно показали наличие достоверной взаимосвязи психического состояния человека и функционального состояния его внутренних органов. Рабочей гипотезой исследования послужило предположение авторов о диагностической информативности метода ЭПД в отношении оценки психоэмоционального состояния.

Цель исследования — разработать методологию применения метода электропунктурной диагностики для оценки психоэмоционального состояния спортсменов.

Задачи исследования:

- разработать общий методический подход к оценке психоэмоционального состояния на основе метода ЭПД;
- экспериментально подтвердить эффективность разработанной методики.

Методы и организация исследования. Использовались анализ научно-методической литературы, психологическое тестирование, электропунктурные измерения, математическая статистика и математический анализ.

Контингент, организация и методика исследований. Исследования проводились на базе училищ олимпийского резерва № 1, 2. Всего было обследовано 123 высококвалифицированных юных спортсмена обоего пола (кандидаты в мастера спорта, мастера спорта и мастера спорта международного класса) в возрасте от 12 до 20 лет, в том числе 45 учащихся УОР-1 и 78 — УОР-2.

Сущность исследования заключалась в одновременном обследовании испытуемых с использованием двух независимых методик (психологические тесты и метод ЭПД), обработке экспериментальных данных и сравнении полученных результатов.

Психологический профиль испытуемых определялся по тестам-опросникам Айзенка, САН, POMS и самооценки психосоматического состояния. В качестве исследуемых психологических показателей выбраны нейротизм, реактивная

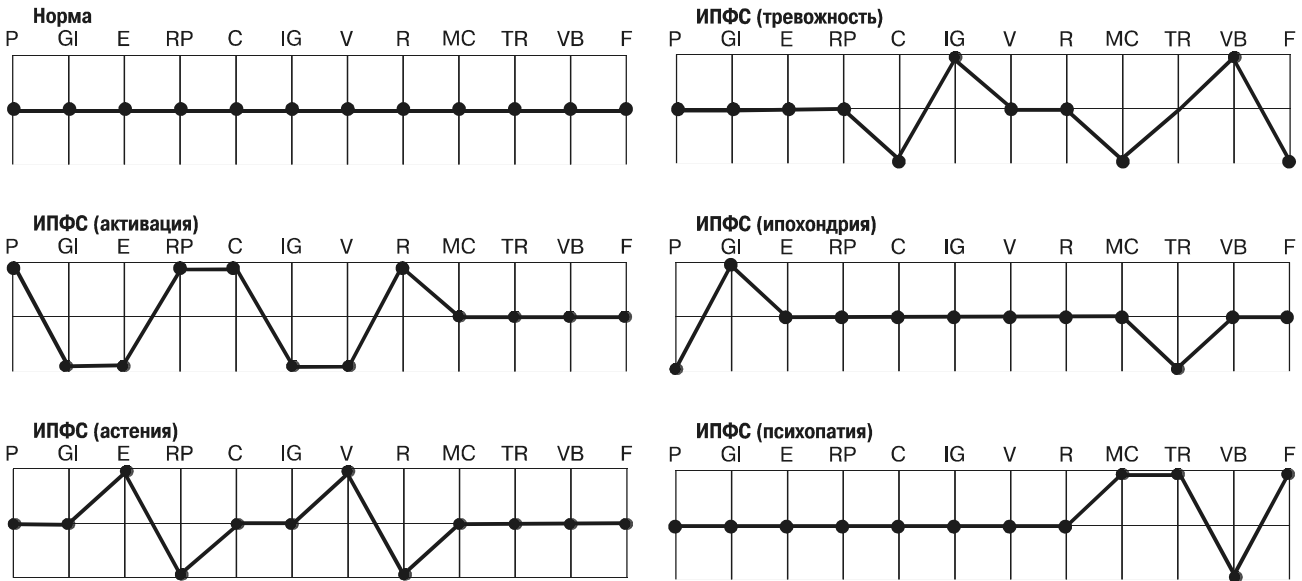
Пораженный меридиан	Симптом	Психическое состояние
+P	Четкость мышления, быстрая речь, хорошая память, ораторский дар, общительность, бескорыстность	Активация
-P	Медленное мышление, сбивчивая речь с частыми повторами, неуверенность в себе, забывчивость, молчаливость, склонность к одиночеству, грусть, тоска, вялость, бессонница Усиливает симптомы:	Ипохондрия
+GI	недостатка энергии в меридиане P	— " —
-GI	избытка энергии в меридиане P	Активация
+E	недостатка энергии в меридиане RP	Астения
-E	избытка энергии в меридиане RP	Активация
+RP	«Застревание» мышления на одной проблеме, тяжелый сон	— " —
-RP	Умственная инертность, стремление к простой бытовой информации (кино, общении), плохая память, сонливость в течение дня	Астения
+C	Неадекватно бурная ответная реакция, импульсивность, стремление к власти и богатству, жадность	Активация
-C	Чувство тревоги, подверженность страхам (фобиям) и волнениям, боязнь высоты, вера в приметы, нерешительность, мнительность, безразличие, равнодушие, отсутствие сострадания, неактивность, забывчивость, психический дискомфорт, чувство подавленности, тоска, навязчивые мысли Усиливает симптомы:	Тревожность
+IG	недостатка энергии в меридиане C	— " —
-IG	избытка энергии в меридиане C	Активация
+V	недостатка энергии в меридиане R	Астения

Пораженный меридиан	Симптом	Психическое состояние
-V	избытка энергии в меридиане R	Активация
+R	Чувство прилива энергии. Врожденная умственная и физическая выносливость, повышенная сексуальная потенция	□ ☁ □ □ □ □ □
-R	Постоянная слабость, физическая усталость, отсутствие сил, чувство нерешительности, пониженная сексуальная потенция	Астения
+MC	Раздражительность с бессонницей, неглубокий сон, склонность к застреванию эмоций на длительное время, злопамятность	Психопатия
-MC	Чувство страха, боязнь высоты с головокружением. Лабильность эмоций (непостоянство и быстрая смена чувств). Депрессия, утомляемость, тревожный сон	Тревожность
+TR	Раздражительность, бессонница	Психопатия
-TR	Депрессия, психическая и физическая усталость, угнетенное состояние, грусти, апатия, лень	Ипохондрия
+VB	Бессонница. Усиливает симптомы недостатка энергии в меридиане F	Тревожность
-VB	Быстрая утомляемость, депрессия, чувство страха. Усиливает симптомы избытка энергии в меридиане F	Психопатия
+F	Чувство гнева, раздражительность, импульсивность, повышенная возбудимость, агрессивность, общий эмоциональный дискомфорт. Упрямство, бесцеремонность, грубость	— " —
-F	Чувство страха, бессонница, полное безволие, нерешительность, подверженность постоянным сомнениям, отсутствие твердых убеждений, внушаемость, стеснительность, быстрая утомляемость	Тревожность

тревожность, самочувствие, активность и настроение. Определение указанных показателей производилось по известным методикам [1, 2, 4, 6]. Оценка данных показателей производилась по пятибалльной шкале, включающей 5 уровней: низкий, ниже среднего, средний, выше среднего и высокий.

Соматический профиль «Риодораку» испытуемых определялся методом ЭПД по Накатани [3, 11, 15]. В качестве инструмента использовался программно-аппаратный комплекс «Накатани» на базе персонального компьютера, разработанный

АОЗТ «Электронные медицинские системы» (Санкт-Петербург), и автономный прибор электропунктуры типа ДЭА-1, разработанный ЗАО «Электрон». В качестве репрезентативных БАТ, в проекциях которых производились электропунктурные измерения, использованы точки-пособники. При измерении пассивный электрод зажимался в руке обследуемого, а активный — последовательно перемещался по проекциям БАТ. В качестве исследуемых электрических показателей выбраны значения электрической проводимости репрезентативных БАТ (I, мкА), определя-



Модели меридианной психодиагностики

ющие уровень энергии организма в 12 парных меридианах (24 измерения по одному человеку). При этом для получения объективных результатов исследования электропунктурные измерения и психологическое тестирование проводились в строго определенное время (10–13 часов).

Оценка психосоматического состояния обследуемых проводилась по результатам оценки функционального состояния 12 энергетических меридианов: легких (P), толстого кишечника (GI), желудка (E), селезенки (RP), сердца (C), тонкого кишечника (IG), мочевого пузыря (V), почек (R), перикарда (MC), тройного обогревателя (TR), желчного пузыря (VB) и печени (F).

Результаты исследования и их обсуждение. Для оценки психоэмоционального состояния обследуемых методом ЭПД были использованы поканальные янь- и инь-симптомы, относящиеся к психической сфере (возбуждение, тревога, страх, депрессия и т.д.). Обобщенные данные отечественных и зарубежных исследователей по зависимости симптомов психического состояния от пораженного меридиана и характера его поражения (избыток или недостаток энергии) приведены в таблице [3, 8, 10, 12]. На основании обобщенных данных разработаны модели энергетической психодиагностики (рисунок) наглядно демонстрирующие зависимость измененного психофизического состояния (ИПФС) от функционального состояния энергетических меридианов. На графике верхнее поле ИПФС соответствует избытку энергии (янь-синдром), нижнее — недостатку энергии (инь-синдром), а средняя линия — физиологической

норме ($I_{cp} \pm 10 \text{ мкА}$). Вид ИПФС однозначно определяется пораженным меридианом и характером его поражения (избыток или недостаток энергии). Сравнительный анализ уровня психоэмоционального состояния обследуемых, проведенный двумя независимыми методами (психологическим тестированием и методом ЭПД), показал достаточно высокую сходимость результатов (коэффициент корреляции $r = 0,8$).

Таким образом, проведенные экспериментальные исследования показали возможность и эффективность оценки психоэмоционального состояния спортсменов на основе методов электропунктурной диагностики.

Разработанный методический подход к оценке психоэмоционального состояния на основе метода ЭПД может быть принципиально использован и в других методах меридианной диагностики: Акабанэ, Коротков К.Г., Козлов В.Г., Кандаров Ф.Б., Пак Чже Ву, пульсовая диагностика и др.

Выводы

- В результате проведенных исследований разработаны модели энергетической психодиагностики и статистически подтверждена психодиагностическая значимость разработанного алгоритма.

- Оценка психоэмоционального состояния на основе метода ЭПД позволяет своевременно выявить нарушения и провести их психокоррекцию, а также осуществить оперативный контроль эффективности используемых для этого методов и средств.

• Разработанная методология оценки психоэмоционального состояния посредством метода ЭПД может быть использована и для других методов меридианной диагностики.

1. *Баландин В.И.* Проблема количественной оценки здоровья квалифицированных спортсменов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции “Здоровье и физическая активность подрастающего поколения России”. — СПб., 2002. — С. 83–86.

2. *Баландин В.И., Ястребов Ю.В.* Количественная оценка психической составляющей здоровья // Материалы научно-практической конференции СПбНИИФК. — СПб., 2001. — С. 28–29.

3. *Бойцов И.В.* Электропунктурная диагностика по “Риодораку”. — Витебск, 1996. — 189 с.

4. *Бундзен П.В. и др.* Инновационные процессы в развитии технологий психической подготовки и психодиагностики в олимпийском спорте // Теория и практика физической культуры. — 2001. — № 5. — С. 12–18.

5. *Волков И.П.* Тело и психика человека в их единстве и противоположности. — СПб., 2001. — 140 с.

6. *Волков И.П.* Спортивная психология. — СПб., 2001. — 153 с.

7. *Вотчал Б.Е.* Взаимоотношения психики и соматики в клинике внутренних болезней // Роль психического фактора в происхождении, течении и лечении соматических болезней. — М., 1972. — С. 58–64.

8. *Гавва Лувсан.* Очерки методов восточной рефлексотерапии. — Новосибирск: Наука, 1991. — 432 с.

9. *Марищук В.Л. и др.* Методики психодиагностики в спорте. — М: Просвещение, 1984. — 202 с.

10. *Молостов В.Д.* Иглотерапия. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. — 477 с.

11. *Портнов Ф.Г.* Электропунктурная рефлексотерапия. — Рига: Зинатне, 1988. — 352 с.

12. *Табеева Д.М.* Руководство по иглорефлексотерапии. — М: Медицина, 1980. — 560 с.

13. *Целибеев В.А.* Психические нарушения при соматических заболеваниях. — М., 1972. — 178 с.

14. *Ястребов Ю.В. и др.* Взаимосвязь между соматическим и психологическим состоянием человека // Материалы 50-ой межвузовской научно-методической конференции по физическому воспитанию. — СПб., 2001. — С. 135–136.

15. *Nakatani Y., Yamasuta K.* Riodoraku Akupunkturc. — Tokyo, 1977. — 458 p.

Надійшла 18.03.2004