

DOI [https://doi.org/10.32405/2522-9931-9\(38\)-55-72](https://doi.org/10.32405/2522-9931-9(38)-55-72)
УДК 152.3.45-17

Прошукало Ігор Леонідович,
аспірант кафедри психології управління
Центрального інституту післядипломної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти».
Київ, Україна.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9878-7010>
igor.pro1983@gmail.com

ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Анотація. У статті конкретизовано основні підходи до вивчення проблеми психологічного здоров'я особистості в науковій літературі. На основі детального аналізу наукової літератури встановлено, що однією з методологічних проблем окресленої галузі психологічного знання є невизначеність теоретичних основ, що підтверджує актуальність наукового дослідження. Проаналізовано зарубіжні дослідження і профілактичні програми моделей збереження психологічного здоров'я особистості.

Методика підготовки і проведення дослідження базується на загальному значенні методології як вчення про науковий метод пізнання. Резюмовано, що трактування сутності та змісту психологічного здоров'я віддзеркалюється у значній кількості теорій психологічного здоров'я, серед яких: *психоаналітичний, холістичний (ціннісний), акмеологічний, гуманістичний, соціогенетичний, функціоналістський, діяльнісний, феномонологічний, еволюціоністичний, нормоцентричний, інтегративний, теологічний, крос-культурний, системний, синергетичний* тощо. Здійснено узагальнення теоретичного інформаційного масиву. Простежено генезу розвитку психології здоров'я в розрізі аналізу історико-ретроспективних віх становлення окресленої галузі наукових знань про людину.

Розглянуто сутність та специфіку трактування поняття «психологічне здоров'я» у руслі окреслених методологічних платформ крізь призму концептуальних наукових підходів. Узагальнено, що у межах соціоцентричної методології психологічне здоров'я особистості не виокремлено у самостійну наукову тему. Здоров'я людини тут розглядається як складний, системний феномен, що має свою специфіку проявів на фізичному,

психологічному та соціальному рівнях і вписується в наукову стратегію комплексного вивчення особи.

Ключові слова: здоров'я; особистість; психологічне здоров'я; підхід; методологічний підхід.

1. ВСТУП / INTRODUCTION

Постановка проблеми. Проблема психологічного здоров'я є однією з тих загальнозначущих сфер наукового знання, де відбивається величезна кількість теоретичних і методологічних напрямів. Велике значення у психології і тих її галузях, що межують з медициною, має поняття психологічного здоров'я. Останнім часом ця проблема набуває актуальності з огляду на поширення різноманітних психотерапевтичних та психолого-педагогічних практик, а отже, й потреби визначення критеріїв їх ефективності. Складність, динамічність та суперечливість сучасного світу детермінує виникнення низки різноманітних проблем для існування людини (зростання негативного впливу інформаційних потоків на особистість; збільшення повсякденних фізичних та психологічних навантажень; загострення екзистенційного почуття страху, невпевненості, розгубленості та розчарування тощо) [1, с.115]. Усе це негативно позначається на здоров'ї людини загалом і на психологічному здоров'ї зокрема. Беручи до уваги той факт, що людське життя є найвищою суспільною цінністю, перед людством виникає низка важливих завдань, серед яких є вирішення проблеми збереження здоров'я людини, не лише фізичного, а й психологічного [2], [3]. Ці проблеми вимагають сутнісного аналізу і осмислення, в тому числі і в руслі раціонального психологічного знання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На основі детального аналізу наукової літератури (S. Michie [5], J. Ogden [6], J. Hall-Lande [7], Б. Братусь [8], Г. Олпорт [9] та ін.) встановлено, що однією з головних методологічних проблем цієї галузі психологічного знання є невизначеність теоретичних основ, що підтверджує актуальність нашого дослідження. У науковій літературі психологія здоров'я визначається як наука про психологічні і поведінкові процеси в контексті вирішення проблем збереження здоров'я, уникнення хвороб і турботи про здоров'я (А. Руткевич [10], Г. Маслоу [11], Г. Нікіфоров [12], В. Стьопін [13], Д. Шапиро [14], С. Rogers [15], М. Jahoda [16], R. Bastine [17], І. Галецька [18] А. Борисенко [20], Ф. Брокгауз [21] та ін.). Разом з тим недостатньо дослідницької уваги спрямовується на виокремлення наукового психологічного знання. Проаналізовані нами зарубіжні дослідження і

профілактичні програми розроблені, здебільшого, на основі інтуїтивного бачення науковця й не передбачають дотримання тієї чи іншої теоретичної моделі збереження психологічного здоров'я особистості [2]. Таке інтуїтивне конструювання методики дослідження унеможливорює розроблення рекомендації щодо складання програм змін поведінки особистості у напрямі збереження власного психологічного здоров'я, навіть за умови значної результативності здійснених розвідок [3]. Отже, відсутність єдиної концептуальної моделі забезпечення психологічного здоров'я людини виключає можливість накопичення знання у практичному розрізі.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

Тому **метою** нашої статті є конкретизація основних підходів до вивчення проблеми психологічного здоров'я особистості в науковій літературі.

Відповідно до зазначеної мети у статті поставлено такі **завдання**: а) проаналізувати актуальність проблеми дослідження змістового наповнення категорії «психологічне здоров'я»; б) здійснити синтезуючо-порівняльний аналіз наукової літератури щодо виокремлення низки методологічних платформ вивчення проблеми психологічного здоров'я особистості в науковій літературі; в) виокремити ключові концептуальні позиції окреслених наукових підходів щодо пояснення змісту феномену «психологічне здоров'я».

3. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ / THE THEORETICAL BACKGROUNDS

Окреслені факти, як підкреслюють Л. Ярдлей та Р. Мос-Моріс [4], підтверджують необхідність ефективного використання існуючих теоретичних конструктів, з метою уникнення науково необґрунтованих припущень і створення «грамотної» теорії поведінкових змін і процесів, які їх детермінують (S. Michie [5], J. Ogden [6], J. Hall-Lande [7], Г. Нікіфоров [12], В. Стьюпін [13], Д. Шапиро [14] та ін.). Однак нині поняття поведінки в психології здоров'я є дещо суперечливим. Для пояснення різних діяльнісних феноменів, що стосуються проблеми збереження психологічного здоров'я особистості часто використовуються конструкти емоцій і переконань (А. Руткевич [10], М. Jahoda [16], R. Bastine [17], Г. Маслоу [11], С. Rogers [15], І. Галецька [18], А. Борисенко [20], Ф. Брокгауз [21] та ін.). Адже основний масив досліджень у сфері психології здоров'я присвячений спеціальним формам здоров'язбережувальної поведінки (фізичні вправи, прогулянки, прийом ліків тощо) без спроб екстраполяції

знань з однієї галузі досліджень в іншу [19]. В результаті нині налічується щонайменше 33 теорії поведінки, що містять більш ніж 130 конструктів (S. Michie [5, с. 46]). Поряд з цим для різних сфер вивчення психологічного здоров'я науковцями добираються різні теорії: професійну поведінку вивчають шляхом пояснення кореляції рівня вмінь і навичок; поведінку людей з хронічними захворюваннями – через емоції і віру в контроль тощо. Відтак, існуючим теоріям психологічного здоров'я не властива вузька спеціалізація (J. Hall-Land [7, с. 270]). Тоді як наукове знання потребує узагальнення, що слугуватиме подальшому прогресу психології здоров'я з опорою на теорії поведінки. Це детермінуватиме створення не еклектичної, а внутрішньо узгодженої науки. Така ситуація продиктована історією розвитку психологічного знання.

Адже тривалий час проблема здоров'я не була пріоритетом психологічної науки. Здебільшого розвиток психологічного знання дослідники (В. Братусь [8], Д. Леонтьєв [8], Г. Олпорт [9], З. Фрейд [10] та ін.) зосереджували на аномаліях розвитку і поведінки людей. Лише в другій половині минулого століття в процесі гуманізації психології та поглиблення наукових уявлень про людину ситуація зазнала змін. У світлі сказаного апелюємо до позиції А. Маслоу [11]. Досліджуючи історичні віхи становлення концептуально-методологічної основи психології як науки, А. Маслоу припускав, що вже в недалекому майбутньому людство збагатиться теорією психологічного здоров'я. Продовжуючи цю думку, науковець прогнозував певні властивості інформаційного масиву, серед яких: генералізованість, адаптованість тощо. Відтак, вважаємо, що тут йшлося про можливість застосування теорії психологічного здоров'я особистості для вирішення психологічних проблем усіх без винятку людей [11]. З метою розроблення такої теорії А. Маслоу свого часу вчинив низку дослідницьких кроків. Зокрема, вченим досліджено проблему мотивації збереження психологічного здоров'я особистості [11].

4. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS

Методика підготовки і проведення нашого дослідження базується на загальному значенні методології (від грец. *methodos* – метод + *logos* – наука) як вчення про науковий метод пізнання. Під методологією психології розуміється система знань про зміст і структуру наукових теорій, принципи і способи здобування знань, які відображають існуючу дійсність, а також система діяльності щодо отримання таких знань і обґрунтуванню програм, логіки і методів оцінки якості конкретно-наукових психологічних досліджень. Аналізуючи розуміння терміну «методологія», враховано, що це вчення щодо організації наукової

діяльності і зумовлює отримання нового знання про досліджуване явище/процес. В основі такої організації є діяльність щодо визначення диференційованих і автономних частин досліджуваного феномену (тут-психологічне здоров'я особистості) й низки алгоритмічних дій для створення стійких взаємозв'язків між частинами цілого (явища/процесу) для досягнення прогнозованого результату, тобто мети дослідження, для досягнення якої використано низку теоретичних методів, як-от: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, абстрагування.

5. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS

На сьогодні не існує єдиної теорії збереження та зміцнення психологічного здоров'я. В науковій літературі спостерігається плюралізм дослідницьких позицій щодо трактування сутності та змісту окресленого феномену, що віддзеркалюється у низці теорій психологічного здоров'я, серед яких: *психоаналітичний, холістичний (ціннісний), акмеологічний, гуманістичний, соціогенетичний, функціоналістський, діяльнісний, феномонологічний, еволюціоністичний, нормоцентричний, інтегративний, теологічний, крос-культурний, системний, синергетичний* тощо. З метою уникнення змістового перевантаження роботи узагальнено теоретичний інформаційний масив, простежено ґенезу розвитку психології здоров'я в розрізі аналізу історико-ретроспективних періодів становлення наукових знань про людину.

У вітчизняній науці термін «психологічне здоров'я» виник відносно недавно. Лише у другій половині ХХ ст. з'являються різноманітні психологічні тлумачення феномену здоров'я. Це стало причиною виокремлення наприкінці 70-х рр. дисциплінарної структури курсу психології здоров'я (Health Psychology). З цього моменту почалося її утвердження як самостійної галузі теоретичних і емпіричних досліджень. Своєю чергою в країнах західної цивілізації психологія здоров'я за порівняно короткий період перетворилася у впливову сферу досліджень та практичних застосувань. Склалася тенденція зростання ролі психології в забезпеченні здоров'я людей. На пострадянському просторі у психологічній науці інтерес до проблеми здоров'я знаходимо ще раніше. Однак, лише останніми десятиліттями психологія здоров'я сформувалася в окремий науковий напрям, одним з пріоритетів якого є виявлення психологічного оптимуму життєдіяльності людини і вироблення критеріїв його оцінки. Багато вчених однак в думці, що центральним об'єктом досліджень виступає «здорова особистість» [12, с. 24].

У психологічній науці особистість є цілісним, всеохоплюючим способом буття людини, через який розкривається її духовна суть [8].

Відповідно, особливого значення набуває гуманістичне пізнання, повернення до духовного світу людини, ціннісно-змістового освоєння атрибутів людського життя. Зростання дослідницького інтересу до проблеми здоров'я з історичної точки зору є цілком закономірним. Щоб переконатися у цьому, варто простежити логіку розвитку психологічної науки і еволюцію розуміння проблеми норми в психології. Методологи виокремлюють і обґрунтовують три етапи розвитку наукової раціональності, які поширюються в тому числі і на психологію: класичний, некласичний і постнеокласичний [13, с. 271]. Упродовж цих періодів логіка розвитку психології сприймається як розворот від полюсу психосоматики до полюсу психопневматики, як сходження від психофізіологічних аспектів існування до метаантропологічних феноменів буття людини. Цей процес став передумовою переосмислення наукового психологічного знання і перегляду основних векторів його розвитку. Зважаючи на той факт, що поняття психологічного здоров'я корелює з категоріями «норма», «патологія» вважаємо за потрібне відстежити зміну дослідницьких напрямів щодо тлумачення дефініції «норма»:

- переміщення фокусу досліджень з психічного апарату на специфічно людські прояви;
- розуміння психічної норми як норми розвитку;
- перехід від запозичення способів вирішення проблеми в суміжних науках до розробки психологічних (як правилоописових) моделей здоров'я;
- виникнення психології здоров'я як самостійного розділу наукових знань і їх практичного застосування (на противагу клінічній психології);
- принципове розрізнення термінів «психічне здоров'я» та «психологічне здоров'я». Перший характеризує окремі психічні процеси і механізми, другий належить до особистості в цілому, тісно пов'язаний з вищими проявами людського духу;
- виділення психологічного здоров'я людини як одного з центральних об'єктів досліджень психологічної антропології.

Поступово сформувалися загальні контури теорії психологічного здоров'я:

1. Поняття «психологічне здоров'я» фіксує лише людський вимір і є науковим еквівалентом здоров'я духовного.
2. Проблема психологічного здоров'я – питання щодо норми і патології в духовно-особистісному розвитку людини.
3. Основу психологічного здоров'я складає нормальний розвиток людської суб'єктивності;

4. Визначальними критеріями психологічного здоров'я є спрямованість розвитку і характер актуалізації людського в особі.

Продовжуючи характеристику теоретичних основ психології здоров'я видається необхідним дійти до сутності терміну «психологічне здоров'я особистості». З початку 50-х років минулого століття до наукового обігу увійшло поняття «психологічне здоров'я», що відображає якісні характеристики психіки людини, які мають безпосереднє відношення до вектору соціалізації, як позитивної, так і негативної [14]. За умов відсутності розробленої методології та конвенційних критеріїв, які б використовувалися під час визначення категорії психологічного здоров'я, семантичні межі терміну є дещо розмитими. Так, на думку А. Маслоу [11], феномен психологічного здоров'я пов'язаний з гармонійною, самоактуалізованою особистістю. Своєю чергою К. Роджерс (C. Rogers) [15] вважав, що психологічне здоров'я корелює з критеріям функціонуючої особистості (функціоналістський підхід), які, за словами дослідника визначаються трьома основними ознаками такої самодостатності:

- 1) відкритість для власного досвіду;
- 2) життя відповідно до усвідомлених екзистенційних принципів і досвіду;
- 3) довіра до власного досвіду як основи рішень і дій [15, с. 145].

Тоді як американський дослідник М. Джакоба [16] виокремлює вже шість таких критеріїв: 1) позитивна установка щодо власної особистості; 2) духовне зростання і самореалізація; 3) інтегрованість особистості; 4) автономія і самодостатність; 5) адекватність сприйняття реальності; 6) компетентність в подоланні вимог навколишнього світу.

Примітно, що на думку Р. Бастін [17] особливих відмінностей між психологічно хворими і психологічно здоровими людьми нема [17, с. 25]. Отже, констатує дослідник, відсутні особливі підстави виокремлювати самостійну категорію «психологічне» здоров'я. Тут, на думку автора, значення має лише ступінь можливості особистості долати актуальні життєві проблеми (діяльнісний підхід). Відзначимо, що таке визначення також обґрунтовує необхідність диференціації рівнів психологічної адаптації людини.

Розглянемо детальніше сутність та специфіку трактування поняття «психологічне здоров'я» у руслі окреслених методологічних платформ крізь призму концептуальних наукових підходів. Так, у межах соціоцентричної методології психологічне здоров'я особистості не виокремлено у самостійну наукову тему. Здоров'я людини тут розглядається як складний, системний феномен, що має свою специфіку прояви на фізичному, психологічному та соціальному рівнях і вписується в

наукову стратегію комплексного вивчення людини. Детальний аналіз психолого-педагогічної літератури дав змогу встановити, що сутність соціоцентричної методології відбивають *соціогенетичний, функціоналістський, діяльнісний, феномонологічний, крос-культурний, системний, синергетичний наукові підходи до пояснення феномену «психологічне здоров'я особистості».*

Соціогенетичний підхід до проблеми вивчення особистості, запропонований Е. Еріксоном, спрямовує до комплексного дослідження психологічного здоров'я людини. Психосоціальний теоретик Е. Еріксон наголошував на взаємодії тілесних, психологічних і соціальних процесів і сил. Одночасно, автор поділяв класичну фрейдистську точку зору про те, що біологічні імпульси є фундаментальними, що актуалізує необхідність вивчення проблеми психологічного здоров'я у нерозривному зв'язку з індивідуальними морфо-функціональними особливостями кожної конкретної людини. Отже, у руслі соціогенетичного підходу дослідження зосереджені навколо проблеми психологічного здоров'я особистості носять переважно прикладний характер. Це сприяло розробці вікових, індивідуально-типологічних, соціальних, гендерних аспектів психологічного здоров'я.

Продовжуючи, підкреслимо, що у психологічній науці здійснено численні спроби розглянути особистість як цілісну систему, залучену в суспільні відносини, спілкування (І. Галецька [18], Д. Шапіро [14], Г. Олпорт [9] та ін.), в тому числі у професійний колектив (концепція діяльнісного опосередкування міжособистісних стосунків А. Петровського). Слушними є висновки І. Галецької [18, с. 321]. Досліджуючи проблему методологічного визначення основ формування психологічного здоров'я особистості, авторка констатує, що у розвиток системного підходу до вивчення особистості внесли роботи А. Богданова, Л. фон Берталанфі, К. Платонова, В. Мерліна, Б. Ананьєва, Е. Шорохової, В. Мясичева та інші [18, с. 322].

Системний підхід розглядає особистісне здоров'я як цілісне утворення, що включає підсистеми: психофізичну, морально-вольову та соціальну. Ці підсистеми, взаємодіючи одна з одною, формують нові властивості особистісного здоров'я як цілісного утворення (системи), відсутні у кожного з них окремо. Отже, особистісне здоров'я з точки зору системного підходу постає перед нами як сукупність підсистем різного рівня, що перебувають у відносинах ієрархії. Як і в багатьох високоорганізованих системах, в особистісному здоров'ї формується механізм зворотного зв'язку – реакція системи на вплив навколишнього середовища.

Особистісному здоров'ю властиві як позитивний, так і негативний гомеостатичні зворотні зв'язки, що зводять зовнішній вплив до нуля. Механізм зворотного зв'язку робить систему більш стійкою, надійною та ефективною. Також він підвищує її внутрішню організованість. Саме наявність механізму зворотного зв'язку надає змогу говорити, що система доцільна. За типом взаємодії з навколишнім середовищем особистісне здоров'я є відкритою системою, яка залежить від обміну речовиною, енергією та інформацією з навколишнім середовищем.

Самоорганізація – стрибкоподібний природний процес, що переводить відкриту неурівноважену систему, яка досягла в своєму розвитку критичного стану, в новий стійкий стан з вищим рівнем впорядкованості порівняно з вихідним. Ключ до розуміння процесів самоорганізації знаходиться в дослідженні взаємодії відкритих систем з навколишнім середовищем. Діє спільний алгоритм: величезна кількість елементів, складових цієї системи раптом, як по команді, починають поводитися скоординовано, злагоджено, хоча до цього перебували в стані хаосу. Більш того, ця впорядкованість не розпадається, а продовжує стійко існувати. *Синергетичний підхід* до розуміння сутності особистісного здоров'я, на нашу думку, передбачає більш повний, цілісний розгляд здоров'я як складної системи, дозволяє вивчити фактори взаємовпливу, що забезпечують або гальмують процес збереження здоров'я. Основна ідея синергетики – ідея про принципову можливість спонтанного виникнення порядку й організації з безладдя та хаосу в результаті процесу самоорганізації. Це відбувається при виникненні зворотного зв'язку між системою і навколишнім середовищем. Отже синергетичний підхід відбиває взаємозв'язок соціального та індивідуального в людині. Продовження цих ідей знаходимо у *соціально-орієнтованому і крос-культурному наукових підходах* до розуміння сутності феномену психологічного здоров'я особистості, що доповнюють одне одного. Соціально-орієнтований визначає характер впливу цивілізації на психологічне здоров'я і повноцінний розвиток людини. Крос-культурний виявляє культурну своєрідність, яка характеризує психологічне здоров'я в контексті різних культурно-історичних умов М. Jahoda [16, с.126]. На сучасному етапі вченими доведений факт обумовленості стану здоров'я соціокультурними умовами середовища. «Нині здоров'я і хвороба все частіше розглядаються не як «натуральні», природні феномени (тобто стану організму і психіки), але і як досить складні артефакти, обумовлені як сучасними культурними дискурсами (концепціями, картинами світу, знаннями), так і, не меншою мірою, соціальними інститутами і технологіями» (за Б. Ананьєвим) [12].

У руслі *функціоналістського* підходу працював Вільям Джеймс. За Джеймсом, для організму найсприятливішим є стан рівноваги між вираженням почуттів та їх стримуванням. Заблокована чи стримувана емоція може призвести до психічної або фізичної хвороби. *Діяльнісний* підхід використовував у форматі культурно-історичної школи Л. Виготський. В рамках цього підходу склалося розуміння людини як діяльної істоти, яка формулює свої цілі, поведінку і вчинки якої неможливо пояснити лише з погляду раціональності.

У другій половині минулого століття науковців надихнула проблематика психологічно здорової особистості і здоров'язбереження. З'являються перші розробки концепцій психологічного здоров'я. У цей період формуються феноменологічний, аксіологічний, комплексний підходи до визначення психологічного здоров'я [20, с. 45].

Феноменологічний підхід на чільне місце висуває суб'єктивні переживання людини. Проблеми здоров'я і хвороби представниками цього підходу розглядаються як фундаментальні характеристики, прояви індивідуального, неповторного способу буття в світі (А. Борисенко [20]). У центрі уваги науки ХХ–ХХІ століття перебуває людина як цілісність. Теорію цілісної людини, як підсумовує Г. Нікіфоров, досліджували видатні науковці. Серед них В. Бехтерєв, Б. Ананьєв [12]. У науці ці ідеї лягли в основу *комплексного – інтегративного підходу до вивчення людини*. Відповідно комплексному підходу, як зазначено у філософському енциклопедичному словнику, здоров'я розглядається як багатомірний феномен, що поєднує в собі якісно різні компоненти і відображає фундаментальні аспекти людського існування [19, с. 198].

Представник *феноменологічного* підходу Ролло Мей вважав, що людина живе сьогоднішнім, для неї найактуальніше те, що відбувається тут і зараз. У цій єдиній реальності людина формує сама себе і відповідає за те, ким вона врешті-решт стає. Він вважав, що здорова особистість кидає виклик власній долі, цінує й оберігає свою свободу і живе повним життям, чесним стосовно себе та інших. Єдність людини та її феноменологічного світу увібрав термін «буття-в-світі».

Друга методологічна платформа – персонотентрична – у змісті *холістичного (ціннісного), акмеологічного, гуманістичного, еволюціоністичного, нормоцентричного* наукових підходів до проблеми пояснення сутності психологічного здоров'я особистості.

Ідеї античної філософії про цілісність душі і тіла лежать в основі *холістичного підходу до визначення здоров'я*. Холістичний підхід ґрунтується на загальнофілософській ідеї холізму – нероздільній цілісності людського буття. У межах такого підходу здоров'я визначається як здобута

індивідом в процесі його становлення цілісність, що припускає особистісну зрілість (А. Борисенко [20]) і примирення, синтез фундаментальних протиріч людського існування або інтрапсихічних полярностей. Іншими словами, мається на увазі певний рівень інтегрованості особистості або здатність до інтеграції (асиміляції) життєвого досвіду (А. Борисенко [20]).

У межах *еволюціоністичного підходу*, здоров'я розглядається як фундаментальна проблема пристосування людства до навколишнього середовища. Різні аспекти духовного життя вивчаються в масштабах популяції, оскільки досягається вже не як окремих індивідів, а людство як еволюційний вид, невіддільний від органічної єдності життя. Основним критерієм здоров'я стає продуктивність людини, ступінь її залучення до глобальних процесів освоєння природного довкілля, а до індивідуального стану здоров'я додаються популяційний і планетарний. Здійснений теоретико-методологічний аналіз означеного підходу призводить до висновку про те, що психічне здоров'я людства забезпечується шляхом збереження психічного здоров'я окремих індивідів.

У межах *нормоцентричного підходу* здоров'я розглядається як сукупність середньостатистичних норм сприйняття, мислення, емоційного реагування та поведінки в поєднанні з нормальними показниками соматичного стану індивіда. Отже, здоров'я і норма при такому підході ототожнюються, вони розглядаються як синоніми (Ф. Брокгауз [21]). Нормоцентричний підхід отримав особливий розвиток у межах психології. Увага вчених зосереджувалася на розгляді здоров'я, в тому числі і професійного, через аномалії людської природи, у цей період поняття «норма» і «патологія» стали центральними у описі проблем здоров'я і здоров'язбереження людини.

В *акмеологічному підході* здоров'я виступає основною і необхідною умовою актуалізації вищих можливостей людської природи. З акмеологічної точки зору здорова особистість – зріла особистість. Ця наймасштабніша категорія окресленого підходу передбачає розвиток морально-етичних якостей, гуманістичної спрямованості людини, нормативності її поведінки і відносин у сфері збереження власного здоров'я [20]. Зріла особистість вирізняється високою відповідальністю за власне здоров'я, турботою про інших людей, соціальною активністю, а не лише високими професійними досягненнями і ефективною самореалізацією. Такий підхід є порівняно молодим, в його межах ведуться дослідження окремих особистостей, котрі досягли вершин духовного самовизначення й сформованих культурою шляхів реалізації високих досягнень, соціальних умов досягнення особистістю «акме» у сфері здоров'язбереження.

Історична ініціатива в постановці та розробленні проблеми психологічного здоров'я належить видатним західним ученим гуманістичної орієнтації – Г. Олпорту [9], К. Роджерсу [15], А. Маслоу [11]. Гуманістична течія в психології сформувалася на межі 1950–1960 рр. і основною її особливістю є зосередженість наукової та практичної діяльності на специфічно гуманістичних виявах і загальнолюдських цінностях. Незважаючи на різноголосся науковців згаданого напрямку, гуманістична психологія визнана якісно новою психологічною парадигмою, що проповідує самодостатність людини. Це стало початком розроблення психологічних моделей здорової особистості. Зокрема, істотно збагатив раціональний погляд на проблему норми Г. Олпорт, ввівши уявлення про пропріативність людської природи, склав образ психологічно зрілої особистості [9]; наполягаючи на тому, що людина наділена вродженим, природним прагненням до здоров'я і зростання, К. Роджерс збагатив образ повноцінно функціонуючої особистості [15]; А. Маслоу завдяки теорії мотивації особистості розробив образ самоактуалізованої, психологічно здорової людини [11]. Підсумовуючи дослідження згаданих та інших авторів, можна стверджувати, що з огляду гуманістичної психології, загальним принципом психологічного здоров'я є прагнення людини бути самим собою в процесі самоактуалізації. Гуманістичний підхід став визначальним в розвитку психології, сприяв подоланню обмеженого сприйняття людини в науці.

Третя методологічна платформа репрезентована ключовими положеннями *теологічного підходу* до розуміння проблеми психологічного здоров'я особистості. У релігійно-філософському розумінні суть здоров'я – це цілісність людини в єдності і гармонії її духовного і тілесного устрою. Спочатку таким був перший чоловік і прабатько людського роду Адам.

Підсумком гріхопадіння і наступного спотворення людської природи, порушення ієрархії складових її структур люди втратили і повноту здоров'я. Помилкові життєві орієнтири, спотворене розуміння щастя і благополуччя, пристрасні прив'язаності і плотські зловживання, шкідливі звички, вчинені негідні вчинки, розлади і ворожнеча спричинили зниження життєвих сил, тілесні і душевні недуги. У світлі теоцентричного підходу хвороба є не тільки маркером гріха, скільки повчальним досвідом або випробуванням на благо: вона пробуджує в людині усвідомлення гріховності і прагнення до зцілення. Господь допускає хвороби, тому що вони приміряють людей.

Відновлення в людині повноти здоров'я Святе Письмо відносить до есхатологічної перспективи – життя будучого віку. У зв'язку з цим мета історії і окремого людського буття схожі – порятунок людини через

поєднання її з Богом. Підсумовуючи, зазначимо, що богословська антропологія є методологічною платформою для реалізації теоцентричного підходу до проблеми психологічного здоров'я людини.

6. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH

Вивчення сутності та змісту психологічного здоров'я людини перебуває в полі зору сучасних дослідників. Одночасно, існуючі напрацювання розкривають ці питання дещо фрагментарно, залежно від дослідницької позиції автора. Детальний аналіз наукової літератури надає змогу підсумувати, що сутність та зміст окресленого феномену віддзеркалюється у певній кількості теорій психологічного здоров'я, серед яких: психоаналітичний, холістичний (ціннісний), акмеологічний, гуманістичний, соціогенетичний, функціоналістський, діяльнісний, феномонологічний, еволюціоністичний, нормоцентричний, інтегративний, теологічний, крос-культурний, системний, синергетичний та ін.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших наукових розвідок у цьому напрямі вбачаємо у виокремленні критеріїв та показників психологічного здоров'я працівників комерційних організацій.

7. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] M. Johnston, «Current trends», *The Psychologist*, № 7, p. 113–117, 1994.
- [2] M. Johnston, D. Dixon, «Current Issues and New Directions in Psychology and Health: What happened to behaviour in the decade of behavior», *Psychology and health*, № 23, p. 45–54, 2008.
- [3] J. M. Grimshaw, R. E. Thomas, G. MacLennan, C. Fraser, C. R. Ramsay, «Effectiveness and efficiency of guideline dissemination and implementation strategies», *Health Technology Assessment*, № 8, 2004. URL: <http://www.hta.nhsweb.nhs.uk/pdfexecs/summ806.pdf> 10. 2004
- [4] L. Yardley, R. Moss-Morris, «Current issues and new directions in psychology and health: 'plus ca change, plus c'est la meme chose», *Psychology & Health*, № 22, p. 87–91, 2017.
- [5] S. Michie, A. J. Rothman, P. Sheeran, «Current issues and new direction in psychology and health: advancing the science of behavior change», *Psychology & Health*, № 22, p. 45–54, 2007.
- [6] J. Ogden, «Changing the subject of Health Psychology», *Psychology and Health*, № 10, p. 23–29, 2015.
- [7] J. A. Hall-Lande, «Social isolation, psychological health, and protective factors in adolescence», *Adolescence*, № 42, p. 265–86, 2007.

- [8] Б. С. Братусь, «Образ человека в психологии», *Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии*; Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур, Ред. Москва, Россия, 1997, 351 с., с. 67–91.
- [9] Г. Олпорт, *Становление личности*. Москва, Россия: Смысл, 2002, 462 с.
- [10] А. М. Руткевич, *От Фрейда к Хайдеггеру: критический очерк экзистенциально-аналитического психоанализа*. Москва, Россия: Политиздат, 1985, с. 63–68.
- [11] А. Г. Маслоу, *Мотивация и личность*. Санкт-Петербург, Россия, 1999, 354 с.
- [12] *Психология здоровья*; Г. С. Никифоров, Ред. Санкт-Петербург, Россия, 2003, 270 с.
- [13] В. С. Степин, «Классика, неклассика, постнеклассика: критерии различия», *Постнеклассика: философия, наука, культура*, № 4, с. 249–295, 2009.
- [14] Д. Шапиро «Психологическое здоровье», *Психологическая энциклопедия*, 2-е изд.; Р. Корсини и А. Ауэрбаха, Ред. Санкт-Петербург, Россия, 2003, с. 674–676.
- [15] С. R. Rogers, *Client-centered therapy*. Boston, USA: Houghton Mifflin, 1951, 560 p.
- [16] M. Jahoda, *Current concepts of positive mental health*. New York, USA: Basic Books, 1958, 321 p.
- [17] R. Bastine, *Klinische Psychologie*. Stuttgart, Deutschland: Koehler, 1984, 445 s.
- [18] І. І. Галецька, «Методологічні проблеми вивчення психологічного здоров'я», *Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*, Т. 1, вип. 26, с. 320–325, 2005.
- [19] *Философский энциклопедический словарь*; Л. Ф. Ильичев, П. Н. Федосеев, С. Н. Ковалев, В. Г. Панов, Ред. Москва, Россия: «Советская энциклопедия», 1983, 576 с.
- [20] А. А. Борисенко, *Философия здоровья*. Сумы, Украина: ИТД «Университетская книга», 2005, 144 с.
- [21] Ф. А. Брокгауз, *Иллюстрированный энциклопедический словарь*. Москва, Россия: Эксмо, 2008, 703 с.

BASIC APPROACHES TO THE STUDY OF THE PERSPECTIVE OF PSYCHOLOGICAL HEALTH OF THE PERSON IN THE SCIENTIFIC LITERATURE

Ihor Proshukalo,

PhD student, of Department
of Management Psychology of the
Central Institute of Postgraduate Education of
SIHE «University of Educational Management»,
Kyiv, Ukraine.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9878-7010>

igor.pro1983@gmail.com

Abstract. The article specifies the main approaches to the study of the problem of psychological health of the individual in the scientific literature. On the basis of a detailed analysis of the scientific literature, it is established that one of the main methodological problems of the outlined field of psychological knowledge is the uncertainty of the theoretical bases, which confirms the relevance of our scientific research. The foreign researches and prophylactic programs of different models of preservation of the psychological health of the individual are analyzed.

The methodology for preparing and conducting our research is based on the general meaning of methodology as the doctrine of the scientific method of cognition. It is summarized that the interpretation of the essence and content of psychological health is reflected in a considerable number of theories of psychological health, including: psychoanalytic, holistic (value), acmeological, humanistic, socio-genetic, functionalist, activity, phenomenological, evolutionary, evolutionary, cross-cultural, systemic, synergistic, etc. Generalization of the theoretical information array is made. The genesis of the development of health psychology has been traced in the context of the analysis of historical and retrospective milestones of the formation of the outlined field of scientific knowledge about man.

The essence and specificity of interpretation of the concept of «psychological health» in the context of outlined methodological platforms through the prism of conceptual scientific approaches are considered. Generally, within the limits of sociocentric methodology, the psychological health of the individual is not separated into a separate scientific topic. Human health is considered here as a complex, systemic phenomenon, which has its specific manifestations at the physical, psychological and social levels and fits into the scientific strategy of comprehensive human

study. The outlined methodological approaches to the problem of psychological health are analyzed.

Keywords: health; personality; psychological health; approach; methodological approach.

ОСНОВНЫЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ В НАУЧНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

Прошукало Игорь Леонидович,

аспирант кафедры психологии управления
Центрального института последипломного образования
ГЗВО «Университет менеджмента образования».
Киев, Украина.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9878-7010>
igor.pro1983@gmail.com

Аннотация. В статье осуществлена конкретизация основных подходов к изучению проблемы психологического здоровья личности в научной литературе. На основе детального анализа научной литературы установлено, что одной из главных методологических проблем очерченной области психологического знания является неопределенность теоретических основ, подтверждает актуальность нашего научного исследования. Проанализированы зарубежные исследования и профилактические программы различных моделей сохранения психологического здоровья личности.

Методика подготовки и проведения нашего исследования базируется на общем смысле методологии как учения о научном методе познания. Резюмированы, что трактовка сущности и содержания психологического здоровья отражается в значительном количестве теорий психологического здоровья, среди которых: психоаналитический, холистический (ценностный), акмеологический, гуманистический, социогенетический, функционалистский, деятельностный, феномонологичный, эволюционистичный, нормоцентричный, интегративный, теологический, кросс-культурный, системный, синергетический и др. Осуществлено обобщение теоретического информационного массива. Прослежен генезис развития психологии здоровья в разрезе анализа историко-ретроспективных вех становления обозначенной области научных знаний о человеке.

Рассмотрены сущность и специфика трактовки понятия «психологическое здоровье» в русле определенных методологических платформ сквозь призму концептуальных научных подходов. Установлено, что в пределах социоцентрической методологии психологическое здоровье личности не выделено в самостоятельную научную тему. Здоровье человека рассматривается как сложный, системный феномен, имеющий свою специфику проявления на физическом, психологическом и социальном уровнях и вписывается в научную стратегию комплексного изучения человека. Осуществлен анализ определенных методологических подходов к проблеме изучения психологического здоровья.

Ключевые слова: здоровье; личность; психологическое здоровье; подход; методологический подход.

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] M. Johnston, «Current trends», The Psychologist, № 7, p. 113–117, 1994.
- [2] M. Johnston, D. Dixon, «Current Issues and New Directions in Psychology and Health: What happened to behaviour in the decade of behavior», Psychology and health, № 23, p. 45–54, 2008.
- [3] J. M. Grimshaw, R. E. Thomas, G. MacLennan, C. Fraser, C. R. Ramsay, «Effectiveness and efficiency of guideline dissemination and implementation strategies», Health Technology Assessment, № 8, 2004. URL: <http://www.hta.nhsweb.nhs.uk/pdfexecs/summ806.pdf> 10. 2004
- [4] L. Yardley, R. Moss-Morris, «Current issues and new directions in psychology and health: 'plus ca change, plus c'est la meme chose», Psychology & Health, № 22, p. 87–91, 2017.
- [5] S. Michie, A. J. Rothman, P. Sheeran, «Current issues and new direction in psychology and health: advancing the science of behavior change», Psychology & Health, № 22, p. 45–54, 2007.
- [6] J. Ogden, «Changing the subject of Health Psychology», Psychology and Health, № 10, p. 23–29, 2015.
- [7] J. A. Hall-Lande, «Social isolation, psychological health, and protective factors in adolescence», Adolescence, № 42, p. 265–86, 2007.
- [8] B. S. Bratus', «Образ человека в психологии», Психологиya s chelovecheskim licom: gumanisticheskaya perspektiva v postsovetsoj psihologii; D. A. Leont'eva, V. G. SHCHur, Red. Moskva, Rossiya, 1997, 351 s., s. 67–91.
- [9] G. Olport, Stanovlenie lichnosti. Moskva, Rossiya: Smysl, 2002, 462 s.
- [10] A. M. Rutkevich, Ot Frejda k Hajdeggeru: kriticheskij ocherk ekzistencial'nogo psihoanaliza. Moskva, Rossiya: Politizdat, 1985, s. 63–68.

- [11] A. G. Maslou, Motivaciya i lichnost'. Sankt-Peterburg, Rossiya, 1999, 354 s.
- [12] Psihologiya zdorov'ya; G. S. Nikiforov, Red. Sankt-Peterburg, Rossiya, 2003, 270 s.
- [13] V. S. Stepin, «Klassika, neklassika, postneklassika: kriterii razlicheniya», Postneklassika: filosofiya, nauka, kul'tura, № 4, s. 249–295, 2009.
- [14] D. SHapiro «Psihologicheskoe zdorov'e», Psihologicheskaya enciklopediya, 2-e izd.; R. Korsini i A. Auerbaha, Red. Sankt-Peterburg, Rossiya, 2003, s. 674–676.
- [15] C. R. Rogers, Client-centered therapy. Boston, USA: Houghton Mifflin, 1951, 560 p.
- [16] M. Jahoda, Current concepts of positive mental health. New York, USA: Basic Books, 1958, 321 p.
- [17] R. Bastine, Klinische Psychologie. Stuttgart, Deutschland: Koehlerhammer, 1984, 445 s.
- [18] I. I. Haletska, «Metodolohichni problemy vyvchennia psykholohichnoho zdorovia», Naukovi zapysky Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy, T. 1, vyp. 26, s. 320–325, 2005.
- [19] Filosofskij enciklopedicheskij slovar'; L. F. Il'ichev, P. N. Fedoseev, S. N. Kovalev, V. G. Panov, Red. Moskva, Rossiya: «Covetskaya enciklopediya», 1983, 576 s.
- [20] A. A. Borisenko, Filosofiya zdorov'ya. Sumy, Ukraina: ITD «Universitetskaya kniga», 2005, 144 s.
- [21] F. A. Brokgauz, Illyustrirovannyj enciklopedicheskij slovar'. Moskva, Rossiya: Eksmo, 2008, 703 s.