

# ПРОБЛЕМА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

**Л. В. Дикіна**

старший викладач кафедри  
соціальної допомоги та практичної психології  
ОНУ імені І. І. Мечникова

Психічне здоров'я є невід'ємною частиною здоров'я людини. На даний час проблема психічного здоров'я особистості все частіше стає предметом дослідження психологів, соціологів, медичних працівників та інших спеціалістів даного напрямку знань.

Термін «психічне здоров'я» було введено Всесвітньою організацією охорони здоров'я. За визначенням ВООЗ психічне здоров'я - це «стан благополуччя, в якому людина може реалізувати свій власний потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, може продуктивно і плідно працювати, і мати можливості робити внесок у життя своєї спільноти».[2]

Цей термін неоднозначний, він за своїм змістом пов'язує психологію і медицину. В медичній літературі термін «психічне здоров'я» застосовується досить широко. У психології він з'явився порівняно недавно. Психологічний аспект психічного здоров'я перш за все звертає увагу на внутрішній світ особистості, її розуміння власних особливостей та можливостей.

Проблеми психічного здоров'я особистості висвітлювались у наукових дослідженнях В. Ананьєва, І. Бежа, І. Вітенко, І. Дубровіної, С. Максименка, Г. Нікіфорова, В. Слободчикова та ін.

С. Головін у своїх наукових працях вважає, що психічне здоров'я - це інтегральна характеристика повноцінності психологічного функціонування індивіда. Розуміння природи і механізмів підтримки, а також розладів і відновлення психічного здоров'я мають істотне значення, так як вони тісно пов'язані із загальним уявленням про особистість і механізми її розвитку [6, с. 216].

У психологічному словнику А. Петровського та М. Ярошевського психічне здоров'я трактується як стан духовного благополуччя, що характеризується відсутністю больових психічних ознак і забезпечує адекватну умовам навколишньої дійсності регуляцію поведінки, діяльності. [3, с. 301].

У словнику І. Дубровіної наголошується, що психічне здоров'я характеризується відсутністю хвороби та забезпечує людині адекватну дійсності регуляцію поведінки [5, с. 105].

В багатьох науково-психологічних роботах психічне здоров'я прирівнюється до переживання психологічного комфорту і психологічного дискомфорту. Так український психолог, науковець С. Максименко зазначає, що психічне здоров'я - це внутрішній психічний стан, який залежить від душевного комфорту, що забезпечує адекватну реакцію і поведінку [1, с. 667].

За А. Ребером, термін «психічне здоров'я» часто використовується саме для характеристики тієї людини, яка функціонує на високому рівні поведінкового й емоційного регулювання, а не просто тієї, яка не є психічно хворою [4].

Дослідник проблем психології управління О. Урбанович звертає увагу на те, що від психічного здоров'я залежить процес адаптації, соціалізації та індивідуалізації. [7, с. 352].

В. Шапарь [8] до основних критеріїв психічного здоров'я відносить:

- відповідність суб'єктивних образів відображуваним об'єктам дійсності та характеру реакцій - зовнішнім подразникам, значенню життєвих подій;
- адекватний віковий рівень зрілості особистісної, емоційно-вольової та пізнавальної сфер;
- адаптивність у мікросоціальних відносинах;
- здатність особистості до самостійного керування поведінкою, розумного планування життєвих цілей і підтримки активності в їх досягненні.

Висновок. Таким чином, психічне здоров'я - це такий стан індивіда, що характеризується цілісністю і узгодженістю всіх психічних функцій організму, що забезпечують почуття суб'єктивної психічної комфортності, здатність до цілеспрямованої осмисленої діяльності та адекватних форм поведінки. Аналіз наукової літератури свідчить, що стан психічного здоров'я людини визначається рівнем психічної рівноваги, органічністю організації психіки та її адаптивними можливостями.

### **Список використаних джерел**

1. Загальна психологія: [підручник] / за заг.ред. академіка С.Д. Максименка.- [2-ге вид.]- Вінниця: Нова Книга, 2004. - 704 с.
2. Психічне здоров'я // Інформаційний бюлетень ВООЗ.- №220.- 2014.

3. Психология: [словарь] / под общ. ред. А.В. Петровского.- [2-е изд.].- М.: Политиздат, 1990.- 494 с.
4. Ребер А. Большой толковый психологический словарь / А. Ребер.- М.: ВЕЧЕ, 2003.- Т.1.- 591 с.
5. Словарь начинающего психолога / под ред. И.В. Дубровиной. [2-е изд.].- СПб.: Питер, 2009.- 160 с.
6. Словарь психолога-практика / сост. С. Ю. Головин. [2-е изд.].- М.: Харвест, 2001.- 976 с.
7. Урбанович А.А. Психология управления: [учебное пособие] / А.А. Урбанович.- Мн.: Харвест, 2001.- 640 с.
8. Шапарь В.Б. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / В.Б. Шапарь.- Х.: Прапор, 2009.- 672 с.

## **СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ СЕКСУАЛЬНОСТІ**

**А. С. Єрмакова**

аспірант кафедри диференціальної і спеціальної психології  
ОНУ імені І. І. Мечникова

Проблема сексуальності в психології є досить складною і багатоаспектною. Як зазначає доктор медицини Б. Маньянті, «секс – це те, до чого майже кожен випробовує інтерес: якщо не професіонала, то принаймні, любителя» [5, с. 7].

Наявність широкого спектру різноманітних концепцій та підходів до розуміння суті феномену сексуальності людини, що відрізняються теоретичними позиціями, термінологічним апаратом, об'єктом дослідження свідчать про те, що у підходах дослідників до вивчення цієї проблеми немає бажаної єдності.

Довгий час в культурі та науці спостерігалось табу не тільки на сексуальну реалізацію, але й на дослідження проблеми сексуальності. Роботи клінічного напрямку визначали сексуальність с точки зору фізіологічної наповненості (А. Кінзі, У. Мастерс, Г. С. Васильченко і ін.).