

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Інститут Математики, Економіки, Механіки

Кафедра соціальної і прикладної психології

Д и п л о м н а р о б о т а

магістра

на тему: «Психологічне здоров'я особистості в умовах кризи та конфліктів»

«Psychological health of a person in crisis and conflict situations»

Виконала: студентка денної форми навчання
Напряму підготовки 8.03010201 Психологія
Драгункина С.М.

Керівник к.психол.н., професор
Будиянський М.Ф. _____

Рецензент д.психол.н., професор
Лефтеров В.О.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ _____ від _____ 2017 р.

Захищено на засіданні ЕК №
протокол № _____ від _____ 2017 р.
Оцінка _____ / _____ / _____
(за національною шкалою, шкалою ECTS, бали)

Завідувач кафедри

Голова ЕК

_____ Подшивалкіна В.І.
(підпис)

_____ Чернявська Т.П.
(підпис)

Одеса – 2017

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ КРИЗИ ТА КОНФЛІКТІВ.	7
1.1. Психологічне здоров'я як соціально-педагогічна проблема	7
1.2. Методологічні засади дослідження проблеми ставлення до здоров'я	15
1.3. Проблема переходу психоемоційних явищ у тілесні (соматичні)	23
Висновки до розділу 1	36
РОЗДІЛ 2. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ЩОДО ДІЯЛЬНОСТІ В СФЕРІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.....	37
2.1. Організація та методи дослідження психологічного здоров'я особистості в умовах кризи та конфліктів.....	37
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	48
Висновки до розділу 2	57
РОЗДІЛ 3. ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ В СФЕРІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.....	59
3.1. Особливості діяльності у сфері громадського здоров'я: вітчизняний та зарубіжний досвід	59
3.2. Рекомендації щодо психокорекційної роботи.....	
в сфері психологічного здоров'я	68
Висновки до розділу 3	86
ВИСНОВКИ	89
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	92
ДОДАТКИ.....	100

ВСТУП

Актуальність теми дослідження полягає у тому, що світова наука вважає збереження здоров'я людини однією з глобальних проблем сучасності, розв'язання якої обумовлює не тільки кількісні та якісні перспективи майбутнього розвитку людства, а й сам факт його подальшого існування як біологічного виду. В сучасній світовій практиці відбувається формування нової філософії здоров'я, що ґрунтується на визнанні багатоаспектної цінності здоров'я та його пріоритету в низці найважливіших потреб людини і суспільства. У новій концепції ВООЗ здоров'я визначається як ступінь здатності індивіда чи групи, з одного боку, реалізувати свої прагнення й задовольняти потреби, а з іншого – змінювати середовище чи кооперуватися з ним. Тому здоров'я розглядається як ресурс, а не мета життя.

Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» передбачає здійснення українською державою низки заходів, що спрямовані на задоволення потреб населення в охороні здоров'я. Вивчення здоров'я як особистісної цінності, котра індивідуально усвідомлюється людиною, займає певне місце у ціннісній ієрархії та зумовлює певний тип поведінки (здоровий/нездоровий), що останнім часом є об'єктом наукових досліджень багатьох вітчизняних та зарубіжних учених.

Умови життя з їх постійними, щоденними змінами є загрозою для порушення психофізіологічної рівноваги особистості. Для того щоб пристосуватися, вирішити проблемну ситуацію, певні труднощі, подолати ті чи інші перепони, що виникають на шляху до мети (нестача часу, поїздка у метро в часи пік, конфліктні ситуації, втрата близької людини тощо), організму людини доводиться мобілізувати всі свої сили, внутрішні резерви, набуваючи певного рівня фізичного та психічного напруження. Але прискорення темпу життя, зростання чисельності стресових ситуацій значно випереджують темп еволюції нервової системи, її знатність до адаптації.

У біологічному сенсі людина не пристосована до того, щоб безкарно долати зростання стресових впливів. Витримувати великі емоційні навантаження її нервова система спроможна лише за умов нетривалих періодів нервового напруження, з обов'язковими змінами негативних емоцій на позитивні, а також зі змінами періодів напруженої роботи із повноцінним відпочинком. Якщо ці умови не дотримуються людиною, вегетативний та ендокринний дисбаланс, який виникає у процесі емоційних реакцій, набуває стійкого характеру та спричиняє розвиток різних захворювань психосоматичного характеру: гіпертонічна хвороба, бронхіальна астма, хронічна коронарна недостатність, дерматит тощо.

Взаємозв'язок біологічного й соціального, природного й духовного є провідним аспектом проблеми людини, її сутності та існування. Завдяки єдності біологічного й духовного у повсякденній діяльності людини створюється гармонія її сутнісних (тілесних і духовних) сил.

Вивчення психологічного здоров'я особистості простежується у працях В.А. Ананьєва (розвиток адаптованості організму); П.К. Анохіна (оздоровча роль емоцій та їх участь у підтримці гомеостазу); класиків медицини Г.А. Захар'їна, В.М. Бехтерева (дослідження психічних чинників у лікуванні соматичних захворювань); І.М. Сеченова, С.П. Боткіна, І.П. Павлова (створення теоретичної основи лікувально-охоронного режиму); М. Й. Варія (розвиток саногенного потенціалу особистості); Н. І. Волошко (основні аспекти психологічної культури здоров'я); С.Д. Максименко, М.В. Папуча (гармонізація внутрішніх переживань); Т.С. Кириленко, В.М. Оржеховської, Е.О. Помиткіна (гармонізація особистості через самовдосконалення).

У сучасній українській науці данна проблема розглядалася в працях таких вчених, як М.Я. Мудрова, С.П. Боткіна, Г.А. Захар'їна, Н.І. Пирогова, С.С. Корсакова, П.Б. Ганнушкіна, В.А. Гіляровського, Є.К. Краснушкіна, В. М. Бехтерева. Проблема здоров'я завжди буде незмінно актуальною для людини, проте наукові погляди на причини хвороб і способи їх подолання останнім часом помітно змінюються.

Теоретико-методологічною основою інтенсивного розвитку психології тілесності є теоретичні положення культурно-історичної концепції Л.С. Виготського та теорії діяльності О.М. Леонтьєва. Аналізуючи проблеми співвідношення соматичного і психічного, Є.П. Ільїн, Н.О. Логінова, С.Д. Максименко, Л.Ф. Шеховцова у своїх дослідженнях зазначають, що психічна діяльність забезпечується не лише роботою мозку та нервової системи в цілому, а й іншими системами організму.

Розглядаючи різні аспекти цієї проблеми, переважна більшість авторів (В.П. Зінченко, В.П. Мурза, В.М. Нікітін, В.В. Ніколаєва, Н.Ф. Шевченко та ін.) звертають увагу на необхідність розвитку нового напрямку психологічних досліджень у цій царині знань – психології тілесності, психосоматичного в психології. Попри це, питання співвідношення психічного і соматичного у сучасній вітчизняній та зарубіжній психології ще не стало предметом глибокої і послідовної розробки.

Водночас, аналіз літератури засвідчує, що вчених-психологів усе більше хвилює питання: як на основі пізнання тілесних, сенсомоторних процесів ефективніше досліджувати психічні функції, прогнозувати психічний розвиток людини. Проблема психосоматичного поступово трансформується із методологічної в експериментальну.

Метою роботи є визначення стану психологічного здоров'я особистості в умовах кризи та конфліктів; визначення рекомендацій щодо психокорекційної роботи в сфері психологічного здоров'я.

У відповідності з метою роботи перед нами стоять такі **завдання**:

1. Вивчення теоретико-методологічних основ психологічного здоров'я в умовах кризи та конфліктів.
2. Здійснити організацію та підібрати методи дослідження психологічного здоров'я особистості в умовах кризи та конфліктів.
3. Проаналізувати результати емпіричного дослідження.
4. Визначити особливості діяльності у сфері громадського здоров'я: вітчизняний та зарубіжний досвід.

5. Скласти рекомендації щодо психокорекційної роботи в сфері психологічного здоров'я.

Об'єктом роботи є психологічне здоров'я в сучасних умовах.

Предметом – молоді люди віком 20-24 років.

Базою дослідження був Центр психосоматики, психотерапії та медико-психологічної реабілітації.

Методи дослідження:*теоретичні:* теоретико-методологічний та історико-генетичний аналіз, систематизація, узагальнення, наукове проектування; *емпіричні:* біографічний метод, спостереження, бесіда, констатувальний експеримент, методи порівняльних зрізів, тестування; *методи математичної статистики:* описові статистики, дисперсійний, кореляційний, регресійний, кластерний, факторний аналіз отриманих наукових фактів у їх взаємозв'язку і взаємообумовленості. Методи вірогіднісного розподілу (розподіл t-Ст'юдента, F-розподіл Г. Фішера).

Математичне оброблення результатів проводили на персональному комп'ютері за допомогою прикладного пакета програм «Statistica for Windows. Release 6.0» та електронних таблиць Excel 7.0, а також програми математичної, статистичної обробки SPSS 11.0.

ВИСНОВКИ

За результатами нашого дослідження можна зробити такі висновки;

1. Сьогодні в Україні ми спостерігаємо вельми неприємні тенденції. Це зменшення чисельності населення, збільшення кількості розлучень, а отже і проблемних сімей, сиріт, відбувається старіння населення, зубожіння, а тому поширюється жебрацтво, через неякісне медичне обслуговування зростає кількість неповноцінних дітей, інвалідів, широко розповсюджені венеричні хвороби, у тому числі СНІД, що зазвичай трапляється під час суспільних негараздів, зростає захворюваність на наркоманію і токсикоманію, зростає злочинність.

На соціальну сферу впливає економічна ситуація в країні: спад виробництва, зниження продуктивності праці, знецінення заощаджень населення внаслідок гіперінфляції, зниження реальної заробітної плати і пенсій, падіння рівня зайнятості, зростання безробіття. За таких умов населення деморалізується. Тому діяльність соціальних працівників сьогодні залишається вкрай перспективною і необхідною.

Психологічне здоров'я є втіленням соціального, емоційного та духовного благополуччя (як ресурсу та стану), оскільки це провідна потенційна передумова забезпечення життєвих потреб щодо активного способу життя, досягнення власних цілей, адекватної та оптимальної взаємодії з людьми, соціальним та іншим оточенням. Формування індивідуальних цінностей та цілей знаходиться, з одного боку, під впливом мінливих життєвих реалій, з іншого, визначаючи бажані уявлення щодо майбутнього, рушієм і визначальним орієнтиром змін. Індивідуальні цінності як мотиваційні цілі визначають орієнтири і фокуси життєвої перспективи особи, водночас імпліцитно формують predispozycію до векторів суспільного розвитку.

2. Результати наукових досліджень підтверджують багатфакторність природи психосоматичних хвороб. Своєчасна діагностика розладів допоможе краще зрозуміти людину, покращить прогноз основного неврологічного

захворювання, збереже соціальну адаптацію та підвищить якість життя з повноцінним соціальним функціонуванням.

За результатами нашого дослідження було виявлено ознаки розвитку психосоматичних порушень, що проявлялися виразною тривогою, виснажливістю психічних процесів, зниженою оцінкою свого стану та рядом порушень функціональних проб і особливостей у загальному аналізі крові, які вказують на необхідність продовження реабілітаційних заходів. Проведені корекційно-реабілітаційні заходи зменшили хворобливі прояви у 72% досліджуваних. Доповнення реабілітаційних заходів психофармакотерапією ноофеном показало кращу відповідь на проведені втручання, що проявлялось у суттєвішому зменшенні тривожності, асенізації, покращенні самопочуття, активності, настрою.

Дані психологічних досліджень підтверджувались змінами у загальному аналізі крові, дихальних пробах, ЕКГ. Комбінація реабілітаційних заходів з фармакологічною корекцією ноофеном суттєво ефективніша, проте потребує продовження курсу психокорекційних заходів, оскільки повного відновлення порушених функцій за період дослідження не було досягнуто.

3. Загальновизнано, що зростаючі проблеми сучасного життя як на рівні макро- і мікросоціуму, так і на рівні практично кожної окремої людини мають пряму або опосередковану психологічну зумовленість. Підвищення рівня психологічного здоров'я людей і суспільства в цілому стає не тільки завданням гуманізації соціальних відносин і підвищення якості життя, а загалом умовою національного буття та перспектив державного розвитку.

У найближчі терміни має бути створена повноцінна нормативно-правова база, спрямована на збереження психологічного здоров'я нації, що включає доступну систему надання психологічної допомоги населенню, як, наприклад, це організовано в розвинених країнах. Багато проблем психологічного здоров'я, розвитку особистості, кар'єри, сім'ї, кризові ситуації, масові депресії, стреси тощо можуть і повинні розв'язуватися саме за допомогою функціонування якісної та дієвої системи надання психологічних послуг населенню.

Перспективи розвитку психологічної практики та підвищення попиту на послуги психологів-практиків зумовлюються зростаючою залежністю економіки, політики, охорони здоров'я, освіти й інших сфер суспільного життя і діяльності від повноти розуміння та врахування психологічних закономірностей поведінки людей. Потенційним джерелом соціального замовлення психологічних послуг є рівень психологічної культури населення, тісно пов'язаний з усвідомленням цінності людського життя. Сьогодні назріла необхідність як спільнотам психологів, так і відповідним державним інститутам виробити концепцію комплексної та ефективної системи психологічного обслуговування населення для формування самодостатньої, цілісної, внутрішньо гармонійної та загалом психологічно здорової особистості.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и применение / Ф. Александер. – М.: Институт Общегосударственных Исследований, 2011. – 320 с
3. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1: Концептуальные основы психологии здоровья / Ананьев В.А. — СПб. : Речь, 2006. — 384 с.
4. Ананьев В.А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли человекознания/ В.А. Ананьев // Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. — СПб : Изд-во СПбГУ, 2000. — 495 с.
5. Андреев И.Л. Психосоматика, психопатология, личность (теоретический аспект) /И.Л.Андреев, А.Ю.Березанцев //Росс. Психиатр. Журнал.- 2012.- №2.- С.39-46
6. Анохин П. К. Теория функциональной системы. / П. К. Анохин // Успехи физиол. Наук. – 1970 – Т. 1, № 1 – С. 19-54.
7. Баранов А.А. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях: руководство для врачей / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.М. Сухарева. – М. : ГЭОТАР-Медиа, 2008. – 437 с.
8. Вассерман Л., Трифонова Е., Федорова Е. Внутренняя картина болезни в структуре качества жизни у больных с соматической патологией // Сибирский психологический журнал, 2008. № 27. С. 67–71.
9. Варій М.Й. Психологія особистості: навч. посіб. / М.Й. Варій. – К.: Центр учб. л-ри, 2008. – 592 с.
- 10.Василевська О. І.Психічне здоров'я особистості як соціально-психологічне явище/ О. І. Василевська // Науковий вісник Херсонського

- державного університету. Серія : Психологічні науки. - 2016. - Вип. 3(2). - С. 7-11.
- 11.Вітенко І. С. Медична психологія: підруч. / І. С. Вітенко.— К.: Здоров'я, 2007.— 208 с.
 - 12.Волошко Н. І. Психологічна культура здоров'я : навчально-методичний посібник / Н. І. Волошко. – К. : Наук. світ, 2008. – 163 с. – Бібліогр.: С. 158–163.
 - 13.Воронов М. В. Психосоматика: практ. Рук. / М. В. Воронов. – 3-е изд. – К. : Ника-Центр, 2011. – 254 с.
 - 14.Выготский Л. П. История развития высших психических функций / Л. П. Выготский // Собрание сочинений в 6-ти томах. – М. : Педагогіка, 1983. – Т. 3. – 367 с
 - 15.Гвоздій С. П. Освітнянські підходи до збереження здоров'я молоді як один із аспектів формування безпечної життєдіяльності / С. П. Гвоздій // Наука і освіта. - 2012. - № 4. - С. 36-41.
 - 16.Громадськездоров'я: підруч. Для студ. Вищ. Мед. Навч. Закл. IV рівня акредитації / [В. Ф. Москаленко та др.]; НАМН України В. Ф. Москаленка; Нац. Мед. Ун-т ім. О. О. Богомольця. – Вінниця : Нова Книга, 2012. – 559 с
 - 17.Гуменюк Г. В. Психологічне здоров'я як основа адаптативності дитини / Г. В. Гуменюк // Пробл. заг. та пед. психології : зб. наук. пр. - 2011. - 13, Ч. 5. - С. 94-103.
 - 18.Дідковська Л. І. Психосоматика: основи психодіагностики та психотерапії: навч. Посіб. / Л. І. Дідковська; Львів. Ун-т ім.І.Франка. – Л., 2010. – 264 с.
 - 19.Здоров'я особистості у психологічній перспективі [Текст]: монографія / О.І. Богучарова; Луган. держ. ун-т внутр. справ ім. Е. О. Дідоренка. – Вид. 2-ге, переробл. та допов. – Луганськ: РВВ ЛДУВС ім. Е.О. Дідоренка, 2012. – 487с.

- 20.Золотова Т. Н. Психология стресса / Т. Н. Золотова. — М. : Книголюб, 2008. — 192 с
- 21.Эриксон М. Стратегии психотерапии = Strategy of the Psychotherapy : Избранные работы / М.Эриксон [Авторизов. пер. с англ. и ред. Шлионский Л. М.] . – М.: Речь, 2002. – 544 с.
- 22.Исаева Е. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни. СПб.: Изд-во СПбГМУ, 2009. - С. 23–46.
- 23.Исаева Е., Дейнека О. Особенности и проблемные зоны в структуре адаптационных ресурсов личности при социальной и психосоматической дезадаптации // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В. Бехтерева, 2009. № 3. С. 42–47.
- 24.Коцан І.Я. Психологія здоров'я людини / Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. ; за ред. І.Я Коцана. – Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – 430с.
- 25.Кряж І. В. Психологічне здоров'я особистості в контексті кліматичних змін/ І. В. Кряж, А. Д. Левченко // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія. - 2015. - № 1150, вип. 57. - С. 72-75.
- 26.Коростий В. И. Механизмы психологической защиты, алекситимия и агрессия у молодых лиц с психосоматическими заболеваниями: патогенетическая роль и подходы к психотерапии / В. И. Коростий // Мед. психологія.— 2011.— № 3.— С. 19–22.
- 27.Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини / І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич; [За ред. І. Я. Коцана]. — Луцьк: РВВ Вежа Волин. _е с. Ун-ту _е . Лесі Українки, 2011. — 430 с.
- 28.Личко А. Е. Медико-психологическое обследование соматических больных / Личко А. Е., Иванов И. Я. // Журнал невропатол. и психиатр. — 1980. — № 8. — С. 1195—1198.
- 29.Леоненко Е.А. Метафора и телесная метафора в психотерапии: опыт осмысления и систематизации / Е. А. Леоненко, Г.В. Тимошенко //

- Психология телесности: между душой и телом / ред. В.П. Зинченко, Т.С. Леви . – Москва : АСТ, 2007. – С. 614-640.
30. Леонтьев Д. А. Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д. А. Леонтьева, В. Г. Щур. — М.: Смысл, 1997. — С. 156–176.
 31. Лурия Р. А. Внутренняя картина болезней и иатрогенные заболевания / Р. А. Лурия.— М.: Медицина, 1977.— 111 с.
 32. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості: Наукова монографія / С.Д. Максименко— К.: ТОВ «КММ», 2006. – 240с.
 33. Менегетти А. Психосоматика / перевод с итальянского / А. Менегетти ; БФ «Онтопсихология». – М. : БФ «Онтопсихология», 2009. – 352 с
 34. Мозговая Г. П. Психосоматика: медико-психологическая коррекция / Г. П. Мозговая, Г. В. Бекетова, З. Д. Мозговая // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. – 2014. – Вип. 43. – С. 37-46.
 35. Мозгова Г. Психосоматика: нейрофізіологічні характеристики / Г. Мозгова // Вісник Інституту розвитку дитини. Сер. : Філософія, педагогіка, психологія. – 2015. – Вип. 37. – С. 123-130.
 36. Мясищев В.Н. Социальная психология и психология отношений / В.И. Мясищев // Проблемы общественной психологии; под ред. В.Н. Колбановского и Б.Ф. Поршнева. — М., 1965. — С. 273—285.
 37. Никифоров Г. С. Психология здоровья : [учеб. для вузов] / Г. С. Никифоров. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.
 38. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье [Текст] / В.Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 240 с
 39. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Н. Пезешкиан. – М. : Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
 40. Помилуйко В. Підтримка психологічного здоров'я учнівської та студентської молоді в умовах регіональних університетських комплексів /

- В. Помилуйко, О. Шапран // Гуманіт. вісн. ДВНЗ "Переяслав-Хмельниц. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди" : зб. наук. пр. - 2012. - Вип. 27. - С. 223-227.
41. Психопатология личности и коморбидных расстройств: учеб. пособие / А.Б. Смулевич. – М. : МЕДпресс-информ, 2009. – 208 с.
 42. Психология телесности между душой и телом / [В. П. Зинченко, Т. С. Леви]. – М. : АСТ, 2007. – 736 с.
 43. Рудюк О. В. Психологічне здоров'я особистості як копінг-ресурс подолання кризи безробіття / О. В. Рудюк // Психологія: реальність і перспективи. - 2015. - Вип. 4. - С. 221-226.
 44. Сандомирский М. Е. Психосоматика и телесная психотерапия : практич. Рук-во / М. Е. Сандомирский. — М. : Класс, 2005. — 592 с.
 45. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб. : Речь, 2007. – 350 с
 46. Симаненков В. И. Психосоматические расстройства в практике терапевта / В. И. Симаненков.— СПб.: СпецЛит, 2008.— 335 с.
 47. Смулевич А. Б. Психосоматическая медицина / А. Б. Смулевич // Психические расстройства в общей медицине. – 2007. – Том 2. – № 1. – С. 4-10.
 48. Хомуленко Т. Б. Психосоматичний аналіз особистості / Т. Б. Хомуленко // Наука і освіта. – 2010. – Спец. Вип.: проект «Когніт. Процеси та творчість». – С. 105-107
 49. Чабан О. С. Психосоматичні розлади / Чабан О. С., Кутько І. І., Хаустова О. О. // Сімейна медицина. – 2009. - № 1. – С. 15 – 18.
 50. Червинська О. М. Психосоматика. Психосоматичні розлади. Психосоматичний підхід / О. М. Червинська // Український науково-медичний молодіжний журнал. – 2013. - № 2. – С. 70-72.
 51. Чугунов В. В. Клиника и дисциплинарная история психотерапии / В. В. Чугунов.— К.: Здоровье; Харьков: Наука, 2008.— С. 16–28.

- 52.Шувалов А. В. Психологическое здоровье человека / А. В. Шувалов // Вестник, 2009. – Вып. 4 (15). – С. 87–101.
- 53.Царькова О.Психологічне здоров'я як фактор гармонійного розвитку особистості / О. Царькова // Versus. - 2013. - № 1. - С. 74-77.
- 54.Язвинская Е. С. Методологическое и теоретическое обоснование культурно-исторического подхода к изучению телесности: [Электронный ресурс] // Новости украинской психиатрии. – Киев–Харьков, 2007. – Режим доступа: [http:// www.psychiatry.ua/articles/paper257.htm](http://www.psychiatry.ua/articles/paper257.htm).
- 55.Ярема Н. Ю. Психологічне здоров'я особистості/ Н. Ю. Ярема // Юридична психологія. - 2015. - № 2. - С. 106-115.
- 56.Albus C. Psychological and social factors in coronary heart disease / C. Albus // Ann. Med. – 2010. –Vol. 42 (7). –P. 487 – 494.
- 57.Associations of self-reported anxiety symptoms with health-related quality of life and health behaviors / T. W. Strine, D. P. Chapman, R. Kobau [et al.] // Soc. Psychiatry Psychiatr Epidemiol. – 2005. – Vol. 40 (6). – P. 432
- 58.Biddle, S. Psychology of physical activity: determinants, well-being, a. interventions / S. Biddle. – [2-ed.]. – London ; New York ; Routledge, 2008. – XV. – 428 p
- 59.Becker M. A new patient focused index for measuring quality of life in person with severe and persistent mental illness / M. Becker, R. Diamond, F. Sainfort // Qual. Life Res. – 1993. – Vol. 2. – P. 239–251.
- 60.Fava G. A. Psychosomatic medicine / G. A. Fava, N. Sonino // Int. J. Clin. Pract. – 2010. – Vol. 64 (8). – P. 1155 – 1161.
- 61.Engel G. Psychoanalytic theory of somatic disorder/ G.Engel, A.Schmale // J.Amer. Psychoanal. Assoc. – 1967. – V. 15. – P. 344-365.
- 62.Ellis A. The Practice of Rational-Emotive Therapy / A. Ellis, W. Dryden. – N. Y. : Springer Publishing Company, 1987. – P. 18–20.
- 63.Examining the relationship between attentiondeficit/hyperactivity disorder and overweight in children and adolescents obesity / M. Erhart [et al.] // Eur. Child. Adolesc. Psychiatry. — 2012. — Vol. 21 (1). — P. 39—49. .

- 64.Hardt J. Suicidality, depression, major and minor negative life events: a mediator model / Hardt J., Johnson J. G. // Nord J. Psychiatry. – 2010. – Dec 9.
- 65.Hall-Lande JA, ME Eisenberg, SL Christenson, Neumark-Sztainer D. Social isolation, psychological health, and protective factors in adolescence // Adolescence. – 2007. – № 42. – P. 265–86.
- 66.Hebebrand J. Psychological and psychiatric aspects of pediatric obesity / J. Hebebrand, B. herpertz\$Dahlmann // Child. Adolesc. Psychiatr. Clin. N. Am. — 2009. — Vol. 18 (1). — P. 49—65
- 67.Mental health: facing the challenges, building solutions: report from the WHO European Ministerial Conference. Report from the WHO European Ministerial Conference. – World Health Organization, 2005. – 199 p. // http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/96452/E87301.pdf
- 68.More than the sum of its parts: meta-analysis and its potential to discover sources of heterogeneity in psychosomatic medicine / L. M. Tak, A. Meijer, A. Manoharan // Psychosom. Med. – 2010. – Vol. 72 (3). – P. 253 – 265
- 69.Psychological health and well-being: A new ethos for mental health A report of the Working Group on Psychological Health and Well-Being / Editors Kinderman P., Tai S. – The British Psychological Society, 2009. – 34 p.
- 70.The Role of Psychosomatic Medicine in Global Health Care / A. M. Bauer, P. Bonilla, M. W. Grover [et al.]// Curr. Psychiatry Rep. – 2010 – Vol. 27. – P. 163 – 165.
- 71.The World health report: 2001: Mental health: new understanding, new hope. – WHO, 2001. – 178 p.
- 72.Tully P. J. Theories of depression and anxiety and cardiovascular outcomes in psychosomatic medicine and behavioral cardiology / P. J. Tully // Psychosom. Med. – 2010. – Vol. 72 (2). – P. 224 – 225.
- 73.Tomkins S.S. Affect, cognition, and personality / S.S. Tomkins, C.E. Izard. – New York: Springer Publishing Company, 1965. – P.72–97.

74. Vander Wal J. S. Psychological complication of pediatric obesity / J. S. Vander Wa, E. R. Mitchell // *Pediatr. Clin. North Am.* — 2011. — Vol. 58 (6). — P. 1393—1401.
75. Weindhold B.K., Weindhold J.B. *Breaking free of the Codependency trap.* — Canada: Toronto, 1989. — 245 p.