

Журба Анатолій Миколайович – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Донбаського державного технічного університету, м. Лисичанськ;

Завацький Вадим Юрійович – кандидат психологічних наук, докторант кафедри психології та соціології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Северодонецьк;

Жалковський Ігор Вячеславович – магістрант 2 курсу спеціальності «Психологія» (спеціалізація «Практична психологія») Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Северодонецьк;

Кочубей Інна Вікторівна – магістрант 2 курсу спеціальності «Психологія» (спеціалізація «Практична психологія») Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Северодонецьк;

Яцура Аліна Євгенівна – магістрант 2 курсу спеціальності «Психологія» (спеціалізація «Практична психологія») Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Северодонецьк.

УДК 159.92

Златова Л.С.

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ: СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ УКРАЇНСЬКИХ НАУКОВЦІВ

В статті аналізується феномен психологічного здоров'я в поглядах українських вчених. Продемонстровано, що витoki походження поняття «психологічне здоров'я» восходять до гуманістичної психології, де вивчалася здорова особистість, яка прагне залишатися сама собою, незважаючи на перипетії і труднощі індивідуального життя. Проаналізовано вклад українських вчених у дослідження цього феномена, його структури та характеристик. Встановлено неузгодженість в поглядах вчених щодо визначення психологічного здоров'я і його структури, але їх точка зору відображує глибоке розуміння феномену, критеріїв його вивчення. Продемонстровано, що структура психологічного здоров'я представлена в двіфакторній, багатофакторній, рівневій і сегментарній моделях. Зазначено, що існуючі узагальнення підходів до вивчення психологічного здоров'я не враховують всього спектру поглядів вчених. Диференційовано поняття психологічне здоров'я та психічне здоров'я. Узагальнено характеристики, що властиві психологічно здоровій особистості.

***Ключові слова:** особистість, психологічне здоров'я, особистісна зрілість, адаптація.*

Постановка проблеми. Розвиток междисциплінарного підходу до вивчення світу і людини привів до виникнення нових понять, визначення нових феноменів. Так, розвиток медицини, біології, психології привів дослідників спочатку до виділення психології здоров'я в 70-х роках минулого сторіччя, яка зараз є як наукою про психологічні причини здоров'я, методи і засоби його зміцнення і розвитку. Пізніше з'явилося поняття «психологічного здоров'я», яке на думку О.В. Шувалова «складається двох категоріальних словосполучень: «психологія здоров'я» та «психологія людини». На стику цих галузей знання виникають психологічні моделі, що розглядають проблему здоров'я з людинознавчої позиції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Багато дослідників констатують факт введення поняття «психологічного здоров'я» в тезаурус психології І.В. Дубровіною. Але відомо, що на базі руху "Людський потенціал" (США) і розвитку ідей гуманістичної і екзистенціальної психології була запропонована концепція "позитивного психічного здоров'я", в якій акцентувалася увага на аналізі здорового функціонування, що має самостійну цінність [8]. Крім того, складності перекладу з англійської «mentalhealth» і «psychologicalhealth» свідчать про більш ранні згадки у закордонних науковців праць про «психологічне здоров'я». Аналіз наукової літератури привів до думки, що витoki походження поняття «психологічне здоров'я» восходять до гуманістичної психології, де вивчалася здорова особистість. Г.Олпорт, К. Роджерс, А.Маслоу вважали, що людській природі властиві позитивні сили (потреби самоактуалізації), що спрямовують до здоров'я і зростання, а загальним принципом психологічного здоров'я є прагнення людини стати і залишатися самим собою, незважаючи на перипетії і труднощі індивідуального життя. Ці погляди відбивають персонцентричну орієнтацію. Згідно поглядів вчених – прихильників соціоцентричної орієнтації (Е.Фром, Б.Братусь, В.Франкл) психологічне здоров'я характеризується як процес сходження людини до вершин людської суті.

Українськи дослідники внесли свій вклад у вивчення цього феномена, його структури та характеристик, але як стверджує І.І.Галецька, незважаючи на різноманітні дискурси, це поняття не має єдиного трактування та усталеного змісту у сучасному просторі психологічної наукової думки.

Мета статті – теоретичний аналіз поглядів українських вчених на феномен психологічного здоров'я.

Вклад основного матеріалу і результатів дослідження. Структура психологічного здоров'я, згідно І.І.Галецької є інтегративною системою, як передумова забезпечення активного способу життя. Ця система має двофакторну структуру: структурно-процесуальне психічне здоров'я та психологічне здоров'я. Перше стосується психічної діяльності, характеристик процесів і властивостей когнітивної та емоційно-вольової сфер. Психологічне здоров'я є втіленням соціального, емоційного та духовного благополуччя (як ресурсу та стану), оскільки є потенційною передумовою забезпечення життєвих потреб щодо активного способу життя, досягнення власних цілей, адекватної та оптимальної взаємодії з людьми, соціальним та іншим оточенням[2].

Т.Д. Данчева і М.Ф.Будянський психологічне здоров'я визначають як складну багаторівневу структуру. Ця структура складається з чотирьох основних рівнів, кожен з яких забезпечує єдність інтеграції і диференціації усередині досліджуваного феномену при домінуванні тенденції об'єднання. До таких основних рівнів вчені відносять: ментальний рівень, що включає елементи самоакме суб'єкта, рівень його самоактуалізації; суб'єктний, який включає життєстійкість і психологічне благополуччя особистості; індивідуальний, який визначає стабільність усієї системи суб'єктивного благополуччя і адаптивних особливостей особистості і психофізіологічний, що включає різні форми прояву адаптивності особистості [1]. Т.Д. Данчевою теоретично обґрунтована і емпірично перевірена типологія психологічного здоров'я, в основу якої покладений принцип балансу-дисбалансу його складових. Баланс усіх компонентів психологічного здоров'я забезпечує оптимальне функціонування особистості. При дисбалансі відзначається явне переважаючі вираженості компонентів якого-небудь з рівнів, що в свою чергу означає функціональну зміну в способах підтримки психологічного здоров'я і його відновлення, яке не відбивається на загальній якості взаємодії людини зі світом у бік його поліпшення або погіршення. Відповідно до цього

виділені типи психологічного здоров'я особистості: життєстійкі, адаптивні і що самоактуалізуються[1].

Т.Б.Хомуленко демонструє інший погляд до структури психологічного здоров'я. Вчена виділяє рівні психологічного здоров'я (креативний, адаптивний, асимілятивно - акомодативний) і надає характеристику особистостям, які розташовані на різних рівнях. Так, на вищому рівні з досконалою мірою психологічного здоров'я - на креативному рівні, особистості, не потребують психологічної допомоги. Вони стійко адаптовані до будь-якого середовища, мають резерв для подолання стресових ситуацій і активне творче відношення до дійсності. Цей ідеальний образ творця, досить рідкісний у реальному житті. На думку Т.Б.Хомуленко наступний – середній рівень – адаптивний. До нього відноситься більшість відносно "благополучних" людей в цілому, вони адаптовані до соціуму, але за результатами діагностики проявляють окремі ознаки дезадаптації, мають підвищену тривожність, не мають достатнього запасу міцності "психологічного здоров'я" і вимагають групового зайняття профілактично-розвиваючої спрямованості. На останньому, нижчому рівні – асимілятивно - акомодативному, розташовані люди з порушенням балансу процесів асиміляції і акомодатії, або нездібні до гармонійної взаємодії з оточенням, або які проявляють глибинну залежність від чинників зовнішньої дії, не мають механізмів захисту, відділяють себе від травмуючих дій середовища[11]. Імовірно, при визначенні третього рівня психологічного здоров'я Т.Б.Хомуленко враховувала концепцію Ж. П'яже, в якій адаптація розглядається як єдність двох протилежних спрямованих процесів – акомодатії й асиміляції. Процес акомодатії забезпечує модифікацію функціонування організму чи дій суб'єкта відповідно до умов середовища, а процес асиміляції зумовлює зміни тих чи інших компонентів цього середовища згідно із структурою організму чи включаючи їх в схему поведінки суб'єкта. Виходячи з вищевказаної концепції, Г.О. Балл вважав, що визначальну роль в соціальній поведінці для особистостей середнього рівня відіграють процеси акомодатії, а для особистостей вищого рівня – процеси асиміляції. На нашу думку, останній рівень психологічного здоров'я, позначений Т.Б.Хомуленко відповідає психологічному нездоров'ю. За переконаннями С.Д. Максименка, проявами психологічному нездоров'ю є прояви - неадекватності, невизначеності в плані ефективності власних переживань та поведінки, домінування певних негативних за своєю суттю рис характеру, дефектами в моральній сфері, неправильним вибором ціннісних орієнтацій[7].

Ще одним поглядом на структуру психологічного здоров'я є погляд сучасного українського дослідника О.В.Козлова у рамках психосемантичного підходу. Вчений виділив 11 сфер (сегментів) психологічного здоров'я: відсутність психічних відхилень; душевна рівновага; просоціальна орієнтація; фізичне благополуччя; гуманістична позиція; прагнення бути собою; творче самовираження; сімейне благополуччя; любов до Вищого (Богові, природі); орієнтація на мету; інтелектуальне вдосконалення [3]. Результати дослідження О.В.Козлова дозволили стверджувати, що психологічне здоров'я є феноменом, яке складається з ряду сфер, кожна з яких має різну частоту зустрічаємості, тобто займає різну частину загального психологічного здоров'я.

Вивчаючи становлення і розвиток поняття психологічного здоров'я І.І.Галецька узагальнила підходи до його трактування у сучасному науковому тезаурусі і виділила три основні. В першому підході відображується синонімічність поняття психологічне здоров'я та психічне здоров'я; в другому - психологічне здоров'я ототожнюється з поняттям особистісної зрілості, а згідно третьому - психологічне здоров'я розглядається як аналог індивідуально-психологічних властивостей особистості у контексті соціально-психологічної адаптації, самосвідомості, суб'єктивного благополуччя [2.].

Незважаючи на існування в науці поглядів про синонімічність понять психологічне здоров'я та психічне здоров'я, ми диференціюємо ці поняття слідом за С.Д.Максименко і В.О. Лефтеровим. С.Д.Максименко вважає, що поняття психологічного здоров'я відрізняється від психічного здоров'я. Вчений переконаний, що психологічне здоров'я потрібно використовувати «у зв'язку з необхідністю диференціювати стани соматичного і психічно здорової людини відносно її становлення як цілісної особистості, рівня і змісту вищих рухових переживань і процесів сенсоутворення[7]. В.О. Лефтеров також розділяє ці поняття і визначає психічне здоров'я як ментальне здоров'я, що використовується для опису будь-якого рівня розумового, емоційного благополуччя або відсутності психічного розладу. Показниками психічного здоров'я виступають відсутність психічних захворювань, відповідність психічного розвитку віку, сприятливий функціональний стан вищих відділів центральної нервової системи. Психічні відхилення та психічні захворювання є протилежністю психічному здоров'ю, яке не гарантує душевного здоров'я. Психологічне здоров'я включає, на думку вченого, душевне й особистісне здоров'я і визначається як оптимальне функціонування всіх психічних структур, що забезпечують стан душевного комфорту в соціальному середовищі[6].

Щодо другого підходу, який виділила І.І.Галецька, то в його рамках українські вчені В. І. Стець і О. О. Волошин розглядають психологічне здоров'я як один з показників особистісного розвитку [9].

Т.М.Титаренко ототожнює поняття особистісне і психологічне здоров'я і визначає психологічно здорову особистість, як цілісну, самореалізовану та самоврегульовану. Вчена застосувала методу непрямого контекстуального інтерв'ю та встановила наступні показники здорової особистості це: 1) особистісна цілісність, 2) потреба у самореалізації, 3) здатність до саморегуляції, 4) творчість, креативність, 5) схильність до співробітництва з іншими людьми, 6) здатність формувати цінності, шукати сенси, 7) гармонія, врівноваженість, 8) осмислення досвіду, 9) автентичність, рефлексивність, 10) здатність до співпереживання, людяність[10]. При подальшому узагальненні всі отримані показники було поділено вченою на три рівні: соціально-психологічні, індивідуально-психологічні та ціннісно-сміслові. Отже психологічно здоровій особистості властиві на індивідуально-психологічному рівні: цілісність, здатність до саморегуляції, творчості, гармонійність, адаптивність, автентичність, активність, продуктивність, автономність, унікальність, компетентність, позитивний настрій, пластичність, почуття гумору, здатність цілювати себе, емоційна глибина, гнучкість, віра у себе, безпосередність, сміливість. На ціннісно-смісловому рівні: схильність до пошуку нових сенсів, осмислення досвіду та здатність отримувати задоволення від життя. На соціально-психологічному рівні особистість - схильна до співробітництва, здатна співпереживати та відчувати відповідальність перед соціумом. Т.М.Титаренко встановила, що найменш розповсюдженими характеристиками психологічного здоров'я виявилися показники третього – соціально-психологічного рівня. До них відносяться: 1) здатність до співробітництва, готовність спілкуватися, соціальна приналежність, соціальний інтерес, соціальний характер; 2) якість контактів з оточенням, здатність до співпереживання, встановлення теплих, щирих стосунків, близькість, людяність, турботу, альтруїзм; 3) довіра до світу, відповідальність перед світом, широкі межі «я». Найбільшою виявилася група індивідуально-психологічних характеристик[10].

Дані, що були отримані Т.М.Титаренко кореспондують з результатами досліджень І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич, Н.М Колотій. Так, І. Я. Коцан,

Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич виділили такі критерії психологічного здоров'я: усвідомлення відповідальності за своє життя, зокрема за власне здоров'я; самопізнання як аналіз себе; саморозуміння та прийняття себе, процес внутрішньої інтеграції; уміння жити сьогоднішнім; свідомість індивідуального буття і, як наслідок, усвідомлено вибудована ієрархія цінностей; здатність до розуміння, слухання та прийняття інших [4]. Н.М Колотій до основних критеріїв відносить: творчі досягнення індивіда, цілісність, інтегрованість особистості, самість, повну самобутність, ясне сприйняття реальності, спроможність реалізувати актуальні потреби, стали ієрархію цінностей, установок на повноцінне життя, емоційне благополуччя, ефективну взаємодію з соціумом. Наведені характеристики психологічного здоров'я, на думку дослідниці, мають для кожної особистості індивідуальну значущість та можуть змінювати свою вагомість на різних вікових етапах розвитку особистості[5].

О. С. Штепа вважає, що особистісно зрілій людині властиві відповідальність, креативність, децентрація, контактність, толерантність, автономність, самоприйняття, глибинність переживань, синергічність, життєва філософія[13]. Це, на наш погляд, відповідає характеристикам психологічно здорової особистості. На думку О. С. Штепи, причину «виникнення» особистісної зрілості слід відносити до саморозвитку. Саморозвиток розглядається як прагнення людини сформувати у собі певні якості і здібності, при наявності яких, вона зможе реалізувати свій внутрішній потенціал найповніше. Ми вважаємо, що саморозвиток можна віднести до ціннісно-сислового рівня показників психологічного здоров'я запропонованими Т.М.Титаренко.

Згідно третього підходу, існує багато трактувань психологічного здоров'я у контексті соціально-психологічної адаптації, самосвідомості, самоідентифікації, суб'єктивного/психологічного благополуччя. Так, Г. О. Балл розглядував адаптацію в широкому сенсі як єдність взаємозумовлених протилежно спрямованих процесів зрівноважування суб'єкта із середовищем та вважав, що адаптація є оптимальною реалізацією особистісних внутрішніх можливостей, здібностей людини, її особистісного потенціалу. Потенціал це об'єднані в залежності від характеру і ступеню доступні ресурси. В сучасних дослідженнях найважливішим адаптаційним ресурсом особистості є психологічне здоров'я.

Враховуючи визначення психологічного благополуччя К. Ріфф, в як складного, інтегрального феномена, що характеризує позитивне функціонування особистості та виражається в суб'єктивному відчутті задоволеності життям, реалізації власного потенціалу і залежить від суб'єктивної якості комунікацій особистості з оточуючими. В дослідженнях встановлено, що рівень здоров'я людини позитивно корелює з усіма факторами психологічного благополуччя. В такому контексті благополуччя характеризує стан оптимального функціонування особистості та залежить від різноманітних чинників, зокрема: системи особистісних цінностей і уявлень про світ, наявності різноманітних комунікативних навичок, особистісних якостей, цілей у житті. Такий погляд робить його близьким за значенням визначенню психологічного здоров'я. Т.М.Титаренко зазначає, що суб'єктивне благополуччя і психологічне здоров'я в масовій свідомості є практично тотожними важливими життєвими цінностями[10].

Відчуття власної цілісності, зв'язок між я-минулим, я-теперішнім і я-минулим є ознаками самоідентифікації та психологічного здоров'я.

На нашу думку, такий розподіл підходів до вивчення психологічного здоров'я є умовним, оскільки не можливо обмежитися тільки трьома підходами до трактування у сучасній літературі. Так, В.С. Хомік розглядав психологічне здоров'я з точки зору реверсивної теорії особистості М. Аптера, який пропонує концепцію мотиваційного

розмаїття: психологічне здоров'я залежить від повноти емоційних і поведінкових проявів. Воно проявляється у великому спектрі психологічних станів, широкій гамі емоційних реєстрів і переживанні мотиваційного розмаїття. А умовами здорового соціального розвитку особистості є зміни, непослідовність і нестабільність [12].

Висновки. Українські вчені вивчаючи феномен психологічного здоров'я не дійшли до його єдиного трактування та усталеного змісту, але їх погляди відображують глибоке розуміння феномену, структури, характеристик і виокремлення підходів його вивчення.

Література

1. Будиянский Н. Ф. Данчева Т.Д. Типология исследования психологического здоровья личности. Научный сборник «Актуальные проблемы психологии» Т. 11, «Психология личности. Психологическая помощь личности», вып. 11, ч. 1, Київ, 2014 рік, С. 118-125, (в співавторстві)
2. Галецька І.І. Методологічні проблеми вивчення психологічного здоров'я / І.І. Галецька // Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / за ред. академіка С. Д. Максименка. – К.: Главник, 2005. – Вип. 26, т. 1. – С. 320–325
3. Козлов А.В. Структура психологического здоровья: психосемантический подход [Електронний ресурс].- Режим доступу: [file:///C:/Users/Home/Downloads/VKhpC_2011_937_45_31%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Home/Downloads/VKhpC_2011_937_45_31%20(3).pdf)
4. Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини / І. Я. Коцан, Г. В. Ложкін, М. І. Мушкевич ; за заг. ред. І. Я. Коцана. – Луцьк : Вежа, 2011. – 430 с
5. Колодій, Н. М. Психологічне здоров'я підлітків та його оцінка в умовах загальноосвітнього навчального закладу [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Н.М. Колодій; Харк. нац. ун-т ім. В.Н.Каразіна. — Х., 2003. — 20 с.
6. Лефтеров В. О. Проблеми психологічного здоров'я та надання психологічних послуг населенню / В. О. Лефтеров // Інтегративна антропологія. - 2013. - № 2. - С. 47-50. - [Електронний ресурс].- Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ia_2013_2_10
7. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості: Наукова монографія / С.Д. Максименко— К.: ТОВ «КММ», 2006. – 240с.
8. Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии/под.ред Д.А.Леонтьева, В.Г.Щур.-М.:Смысл,1997.-336 с.
9. Стець В. І. Психологічне здоров'я підлітків та особливості його оцінки / В. І. Стець, О. О. Волошин // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2010. – № 1 (3). – С. 133-141
10. Титаренко Т. М. Критерії відновлення психологічного здоров'я в умовах довготривалої травматизації. Електронний ресурс: режим доступу <http://lib.iitta.gov.ua/707433/Титаренко>
11. Хомуленко Т.Б. Теоретико-методологические основы психологии здоровья - [Електронний ресурс].- Режим доступу: <http://www.persev.ru/book/homulenko-tb-teoretiko-metodologicheskie-osnovy-psihologii-zdorovu>
12. Хомик В.С. цит.за Електронний ресурс].- Режим доступу <https://psuhologia.in.ua/images/dustan/pszd23.pdf>
13. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг. Монографія. – Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. – 232с.

Транслітерація

1. Budyanskiy N. F. Dancheva T.D. Typolohiya yssledovaniya psykholohycheskoho zdorovia lychnosty. Naukovyi zbirnyk «Aktualni problemy psykholohii» T. 11, «Psykholohiia osobystosti. Psykholohichna dopomoha osobystosti», vyp. 11, ch. 1, Kyiv, 2014 rik, S. 118-125, (v spivavtorstvi)

2. Haletska I.I. Metodolohichni problemy vyvchennia psykholohichnoho zdorovia / I.I. Haletska // Naukovi zapysky Instytutu psykholohii im. H.S. Kostiuksa APN Ukrainy / za red. akademika S. D. Maksymenka. – K.: Hlavnuk, 2005. – Vyp. 26, t. 1. – S. 320–325

3. Kozlov A.V. Struktura psykholohycheskoho zdorovia: psykholemantycheskyi podkhod [Elektronnyi resurs].- Rezhym dostupu: file:///C:/Users/Home/Downloads/VKhIPC_2011_937_45_31%20(3).pdf

4. Kotsan I. Ya. Psykholohiia zdorovia liudyny / I. Ya. Kotsan, H. V. Lozhkin, M. I. Mushkevych ; za zah. red. I. Ya. Kotsana. – Lutsk : Vezha, 2011. – 430 s.

5. Kolotii, N. M. Psykholohichne zdorovia pidlitkiv ta yoho otsinka v umovakh zahalnoosvitnoho navchalnoho zakladu [Tekst] : avtoref. dys. ... kand. psykhol. nauk: 19.00.07 / N.M. Kolotii; Khark. nats. un-t im. V.N. Karazina. — Kh., 2003. — 20 s.

6. Problemy psykholohichnoho zdorovia ta nadannia psykholohichnykh posluh naseleniu / V. O. Lefterov // Intehratyvna antropolohiia. - 2013. - № 2. - S. 47-50. - [Elektronnyi resurs].- Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ia_2013_2_10

7. Maksymenko S.D. Geneza zdiisnennia osobystosti: Naukova monohrafiia / S.D. Maksymenko – K.: TOV «KMM», 2006. – 240s.

8. Psykholohiia s chelovecheskym lytsom: humanystycheskaia perspektyva v postsovetskoï psykholohii/pod.red D.A. Leonteva, V.H. Shchur. -M.: Smysl, 1997.-336 s. s.233

9. Stets V. I. Psykholohichne zdorovia pidlitkiv ta osoblyvosti yoho otsinky / V. I. Stets, O. O. Voloshyn // Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii. – 2010. – № 1 (3). – S. 133-141

10. Tytarenko T. M. Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh trvaloi travmatyzatsii : monohrafiia / T. M. Tytarenko / Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. – Kropyvnytskyi : Imeks-LTD, 2018. – 160s.

11. Khomulenko T.B. Teoretyko-metodolohycheskye osnovy psykholohii zdorovia - [Elektronnyi resurs].- Rezhym dostupu: <http://www.persev.ru/book/homulenko-tb-teoretiko-metodologicheskie-osnovy-psiologii-zdorovya>

12. V.S. Khomyk tsyt.za Elektronnyi resurs].- Rezhym dostupu <https://psuhologia.in.ua/images/dustan/pszd23.pdf>

13. Shtepa O. S. Osobystisna zrilist: Model. Opytuvalnyk. Treninh. Monohrafiia. – Lviv : Vydavnychiy tsentr LNU imeni Ivana Franka, 2008. – 232s.

Zlatova L.

THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF THE PERSONALITY: MODERN VIEW OF THE UKRAINIAN SCIENTISTS

The article analyzes the phenomenon of the psychological health in the views of the Ukrainian scientists. It has been demonstrated that the origins of the concept of "psychological health" originate from humanistic psychology, where a healthy person, who strives to remain true to himself, in spite of the peripeteias and difficulties of individual life, was studied. The contribution of the Ukrainian scientists to the research of this phenomenon, its structure and characteristics were analyzed. There is a discrepancy in the views of scientists regarding the definition of psychological health and its structure, but their point of view reflects a deep

understanding of the phenomenon, criteria for its study. It has been demonstrated that the structure of psychological health is presented in two-factor, multi-factor, level and segmental models. It is noted that existing generalizations of approaches to the study of psychological health do not take into account the entire spectrum of the scientists' views. The concept of psychological health and mental health is differentiated. General characteristics of the psychologically healthy personality are summarized.

Key words: *personality, psychological health, personal maturity, adaptation.*

Златова Людмила – аспірант кафедри диференціальної та спеціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова.

УДК 159.9. (355)

Зубовський Д. С.

СТРУКТУРА ПРОЯВУ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ УЧАСНИКІВ АТО У ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ ПЕРІОД

У науковій статті здійснено емпіричне дослідження наявності особистісного зростання учасників АТО у посттравматичний період та встановлено структуру його проявів. Вибіркова сукупність дослідження складалася з 297 військовослужбовці – учасників АТО. Результат експлораторного факторного аналізу та аналіз діаграми осцилу дозволили виділити три сфери (фактори) прояву посттравматичного зростання за методикою “Опитувальник посттравматичного зростання”: фактор №1 “Зміни в сприйнятті свого “Я”/ нові можливості, фактор №2 “Міжособистісні відносини”, фактор №3 “Життєва філософія”. Якісний аналіз відповідей респондентів за шкалою позитивних змін “Опитувальника змін у поглядах” дозволив встановити, що більше ніж 80% всіх учасників АТО погодилися з такими позитивними змінами у поглядах, як: пізнання світу, збільшення цінування друзів та рідних, більш рішуче досягнення успіху в житті.

Ключові слова: *посттравматичне зростання, учасники АТО, ветерани, бойові дії, психологічна травма.*

Постановка проблеми. На сьогоднішній день українське суспільство постало перед складним викликом – гібридною війною. Вона виходить за межі традиційних понять про збройний конфлікт, набуває комбінованого характеру, перетворюючись на клубок політичних інтриг, запеклої боротьби за політико-економічне домінування над країною, за території, ресурси й фінансові потоки. У цій новій реальності існування нашого соціуму, як ніколи раніше, актуалізувалась потреба розуміння змін, які відбуваються на індивідуально-психологічному рівні життєтворення кожного учасника збройного конфлікту.

Традиційно, досвід збройного протистояння асоціювався з негативними психологічними змінами. Тривалий час вважалося, що участь у бойових діях здійснює виключно негативний вплив на особистість військовослужбовця, змінюючи її внутрішній світ, емоційні стани, цінності, погляди на життя тощо. Однак в останні роки у світовій психологічній науці спостерігається стрімка зміна парадигм. На противагу традиційній “патологізованій” парадигмі, все активніше протиставляється нова – позитивно орієнтована. З’являється все більше досліджень, у яких не лише констатується