К ВОПРОСУ О ПСИХИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ

Уманец И.А.

Ставропольский государственный университет

Ставрополь, Россия

Проблема психического здоровья считается одной из наиболее сложных проблем современной науки, рассматриваемых в трудах зарубежных и отечественных ученых. Понятие «психическое здоровье» не имеет общепринятого определения, что, в свою очередь, и отражает актуальность изучаемой проблемы.

В настоящее время все большее внимание уделяется проблеме «психического здоровья», которая привлекала и привлекает внимание многих исследователей из самых разных областей науки и практики: медиков, психологов, педагогов, философов, социологов и др. Вопрос о здоровье человека ставится сегодня в ряд с такими фундаментальными науками, как физика, химия, биология. Это связано с тем, что современное общество переживает продолжительные социально-экономический, культурный и нравственный кризисы, что пагубно влияет на физическое, психологическое и психическое здоровье не только взрослых, но и детей.

Проблема «психического здоровья» рассматривалась и рассматривается в трудах зарубежных и отечественных ученых (Маслоу А.Г., Роджерс К.Р., Фромм Э., Юнг К.Г., Братусь Б.С., Дубровина И.В., Никифоров Г.С., Пахальян В.Э., Васильева О.С. и др.)

Анализируя понятие «психическое здоровье», мы сталкиваемся с проблемой о неоднозначности определения рассматриваемых в различных теоретических направлениях, что отражает свою практическую значимость и актуальность данной проблемы не только в современной психологической науке, но и в обществе в целом.

Представители гуманистической психологии и ее отдельных направлений исходили из того, что центральным объектом исследования должна выступать здоровая личность. Психически здоровой личности естественно присущи позитивные силы (потребности в доброте, дружелюбии и самоактуализации, в способности к здоровой адаптивности и ориентация на самого себя (К. Роджерс, А. Маслоу, Ф. Перлз).

Э. Фромм проповедуя ценность позитивной свободы (приоритета принципа бытия над принципом обладания в мотивах и поступках людей), создал образ «нового Человека» с продуктивным характером (Фромм Э., 1992). Г. Олпорт составил образ психологически зрелой личности (Олпорт Г.). В. Франкл утверждал, что залогом жизнеспособности и психологического благополучия человека является стремление (воля) к поиску и реализации смысла своей жизни (Франкл В., 1990).

Представители психоаналитического, психодинамического направления в психологии еще раньше, чем гуманистически ориентированные психологи, обратили свое внимание на психическое здоровье личности. З. Фрейд считал, что психически здоровый человек – это тот, кто способен согласовать принцип удовольствия с принципом реальности. По К.Г. Юнгу, здоровым может быть человек, ассимилировавший содержание своего бессознательного и свободный от захвата каким-либо архетипом. С точки зрения В. Райха, невротические и психосоматические нарушения трактуются как следствие застоя биологической энергии, следовательно, здоровое состояние характеризуется свободным протеканием энергии.

В ряде работ современных отечественных исследователей представлено целостное видение сущности того, что обозначается как психическое здоровье (Братусь Б.С., Дубровина И.В., Григорьева С.И., Демина Л.Д., Слободчиков В.И., Холмогорова А.Б., Гаранян Н.Г., Озеров В.П. и др.)

Б.С. Братусь рассматривает психическое здоровье как структуру, имеющую сложное, уровневое строение. Высший уровень психического здоровья – личностно-смысловой, или уровень личностного здоровья. Следующий уровень – уровень индивидуально-психологического здоровья, оценка которого зависит от способностей человека построить адекватные способы реализации смысловых устремлений. Наконец, уровень психофизиологического здоровья определяется особенностями внутренней, мозговой, нейрофизиологической организации актов психической деятельности.

Согласно Пахальян В., Дубровиной И.В. психическое здоровье «есть собственная жизнеспособность индивида, обеспеченная полноценным развитием и функционированием психического аппарата…», «… критерием психического здоровья является феномен психического равновесия, включает гармонию взаимодействия различных сфер личности – эмоциональной,

волевой, познавательной. Нарушение одной из сфер приводят к личностной деградациям, деструкциям, социальной и персональной дезадаптации» (Григорьева С.И., Демина Л.Д.).

В ряде психологических работ «психическое здоровье» соотносится с переживаниями психологического комфорта и психологического дискомфорта.

Однако следует подчеркнуть, что в конце двадцатого столетия представления о психическом здоровье в мировой практике в значительной степени основаны на данных о том, что практически в каждом человеке и, несомненно, в каждом новорожденном ребенке заложено активное стремление к здоровью, заложена тяга к развитию, к актуализации человеческого потенциала