

Макарова Людмила Іванівна

Прикарпатський національний університет

імені Василя Стефаника

Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри вікової

та педагогічної психології

м. Івано-Франківськ

Соціальне здоров'я особистості: особливості методологічного підходу

Здоров'я людини та суспільства є предметом аналізу різних галузей сучасного людинознавства. Одним з нових перспективних напрямків психології, що безпосередньо досліджує здоров'я у всіх його аспектах, є психологія здоров'я.

Проведений теоретичний аналіз показав, що сьогодні однозначного, загальноприйнятого визначення поняття «здоров'я» ще не склалося. Натомість розроблено кілька його теоретичних моделей: медична, біомедична, біосоціальна, ціннісно-соціальна, кожна з яких має свої методологічні особливості [1]. Загалом здоров'я розглядається і як динамічний стан, і як онтогенетичний процес, і в контексті проблеми життєтворчості особистості.

Психологія здоров'я прагне створити нову, універсальну модель здоров'я, знайти його найзмістовнішу дефініцію. На відміну від медичної моделі (здоров'я – це відсутність хвороб...), психологія користується іншими уявленнями. Зокрема, загальний стан здоров'я людини оцінюється з позицій ролі ціннісно-сміслової саморегуляції особистості, в аналіз включається стиль і спосіб життя, гендерні, демографічні, статусні характеристики та інше.

Особливістю психологічної, ціннісно-соціальної моделі здоров'я є те, що воно розглядається як соціальний (соціально-культурний) феномен. Ставиться питання: «Що таке здорова особистість і як вона розвивається?». Здоров'я стало однією зі сфер інтересів соціальної психології. Цим слід завдячувати соціально-психологічним дослідженням механізмів, що орієнтують на здоровий спосіб життя, адаптацію до стресів, ефективності антитютюнової та антинаркотичної пропаганди, соціально-психологічних аспектів профілактики СНІДу та адаптації Віл-інфікованих до соціальних умов сьогодення.

В рамках психології здоров'я досліджується роль і значення для збереження здоров'я таких соціальних та соціально-психологічних чинників, як професійна діяльність, сімейні стосунки, рівень освіти, організація вільного часу особистості та ін.

Істотною властивістю психологічної моделі здоров'я є увага не до причин нездоров'я або його погіршення, а до причин здоров'я і до умов його збереження і покращення. У цьому полягає принципова відмінність цього методологічного підходу [2]. З цією метою досліджуються форми поведінки, типи мислення, копінгові стратегії, гендерні та вікові аспекти здорового життя, внутрішня картина здоров'я на різних вікових етапах онтогенезу.

Констатація деяких фактів, що можуть розцінюватися як негативні (поширеність різних форм соціально-психологічної дезадаптації та ін.) не є завданням психології здоров'я. Йде пошук тих підвалин, на яких будується індивідуальне здоров'я людей і людських спільнот. Опора на такі концепти як «саногенний ресурс», «психосоматичний потенціал», «саногенне мислення», «гуманітарно-антропологічний ідеал здорової особистості», «людяність», «життєстійкість» та інші свідчить про позитивність та оптимістичність методологічного підходу. Здоров'я трактується не як відсутність чогось небажаного, а як наявність життєво важливих умінь, навичок та відношень. До них, зокрема, належить здатність до постійного розвитку та збагачення особистості, до самореалізації та самоздійснення. Це свідома здатність керувати своїми діями і вчинками, бути відповідальним перед собою та іншими, минулими і майбутніми поколіннями, мати розвинену систему цінностей, здатність адекватно сприймати себе і оточення [3].

Продуктивність і позитивність даного підходу вбачаємо ще і в тому, що він дозволяє і спонукає вийти на проблему цілей і змісту освіти і виховання, орієнтує на ідеал здорової особистості, на здорове, правильне моральне життя – ортобіоз (І. Мечніков) [4]. Протиставити різним небезпечним для незміцнілої психіки дитини, підлітка, юнака впливам середовища батьки і вчителі, освітяни можуть свої узгоджені дії, цілеспрямовані на формування соціально-важливих знань, умінь та навичок, в цілому – соціальної компетентності.

Основний акцент у вихованні повинен ставитися на повноцінному виконанні дитиною, підлітком, юнаком своїх соціальних функцій. Індивідуальними факторами соціального здоров'я особистості слід вважати вміння берегти та підтримувати соціальні контакти, не замикатися у собі, вміння налагоджувати в цілому соціальні зв'язки, добрі взаємини з іншими людьми, вміння надавати та одержувати соціальну підтримку. З огляду на це, метою виховання є розкриття

перед дітьми всієї складності людських взаємин, навчання їх тим стратегіям міжособистісних взаємодій, які найбільш ефективно ведуть до успіху [5].

Література

1. Ананьев В.А. Основы психологии здоровья. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья [Текст] / В.А.Ананьев. – Спб.: Речь, 2006. – 384 с.
2. Макарова Л.І. Про сутність позитивної концепції здоров'я [Текст] / Л.І.Макарова // Вісник Прикарпатського університету. Серія «Філософські та психологічні науки». 2008. Спеціальний випуск. – С.210-213.
3. Каган В.Е. Внутренняя картина здоровья – термин или концепция [Текст] / В.Е.Каган // Вопросы психологии. – 1993. - № 1.
4. Макарова Л.І. І.І.Мечніков про природу людини. Концепція оптимізму [Текст] / Л.І. Макарова, А.О.Макарова, Л.М.Романкова. // Актуальні проблеми психології. Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка / За ред. С.Д.Максименка. – К.: «Логос». – Т.7, вип.15, С.198-200.
5. . Грибанова А.Д. Психология воспитания: Пособие для методистов дошкольного и начального школьного образования, преподавателей, психологов / [Текст] / А.Д.Грибанова, В.К.Калиненко, Л.М.Кларина и др. / под. ред. В.А.Петровского. – 2-е изд. – М.: Аспект Пресс, 1995. – 152 с.