

Резюме. В статті теоретично проаналізовані поняття самоотношение и учебная мотивация. Автори приводять результати емпіричного дослідження особливостей самоотношения у студентів з підвищеним і зниженим рівнем учебної мотивації. Показано, що студенти з підвищеним рівнем учебної мотивації вірять в свої сили, проявляють самоконтроль і самопізнання. В відмінності від них, студенти з тенденцією до зниженої учебної мотивації невдоволені собою і своїми можливостями, сумніваються в здатності викликати увагу у оточуючих.

Ключові слова: самоотношение, учебная мотивация, студентська молодь, мотивація успіху, пізнавальні і соціальні мотиви.

Summary. The paper theoretically analyzes the concept of the self-attitude and motivation. The authors present the results of empirical research of the self-attitude of students with high and low levels of educational motivation. It has been shown that students with higher levels of educational motivation believe in themselves, have self-control and self-understanding. In contrast, the students with a tendency to low educational motivation unhappy with themselves and their abilities, doubt the ability manifestation respect from others.

Key words: self-attitude, educational motivation, students, success motivation, cognitive and social motives.

УДК 159.9:61

К.В. ЛЕВШУНОВА

БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА ЗДОРОВ'Я: СПІЛЬНЕ ТА ВІДМІННЕ МІЖ ПОНЯТТЯМИ

У статті розглянуто пояснення терміна «благополуччя», його складових. З'ясовано сутність феномена «здоров'я», висвітлено причинно-наслідковий зв'язок між термінами «благополуччя» та «здоров'я». У контексті дослідження зроблено висновок, що визначення «здоров'я» та «благополуччя» за вказаними у статті спільними ознаками – подібні, близькі за змістом поняття, але не тотожні.

Ключові слова: благополуччя, здоров'я, складові благополуччя, щастя, людина.

Постановка проблеми. В останнє десятиріччя проблема благополуччя людини все частіше стає предметом вивчення науковців. Ситуація пов'язана з теоретичною та практичною необхідністю визначення механізмів і детермінант сильних сторін людини, визначенням чинників повноцінного життя, переходом особистості в стан позитивного функціонування, основами внутрішньої рівноваги людини. Загалом, під науковий приціл проблема благополуччя людини потрапила тільки після багаторічного дослідження стресів, вікових криз і психологічних травм, у контексті яких розглядали особистість.

У свідомості кожної людини існує власне бачення та розуміння благополуччя. Більшість ототожнює його з відчуттям щастя, спокою, високим фінансовим успіхом, наявністю духовних ресурсів і життєвих сил, відчуттям гармонії, але найчастіше «благополуччя» порівнюють зі здоров'ям. Тому **мету статті** вбачаємо у необхідності з'ясувати, що спільного та відмінного мають вказані визначення.

Результати теоретичного дослідження. Вивчення концепту благополуччя та його складових свого часу розглядалося та продовжує розглядатися рядом дослідників: Н.Бобровською, М.Бучацькою, Н.Бахаревою, О.Калиною, О.Середою, О.Тарадановим, В.Духневичем, Е.Кологривовою, О.Знанецькою та ін.

Сучасний науковий світ використовує термін «благополуччя» достатньо диференційовано: в біологічних, медичних, економічних, соціологічних науках, у педагогіці та філософії. Кожна з наук розглядає певний, що відноситься до сфери її компетенції, аспект даної проблеми. Опираючись на дослідження Ю.Безсонової, робимо висновок, що науковець зустрів близько 60% робіт, у яких слово «благополуччя» пов'язане із питанням економіки, і тільки 5% становлять роботи психологічного напрямку. Дослідниця зазначає, що семантика слова «благополуччя» є неоднозначною та розкриває її як інтегративний психічний феномен, цілісне переживання, яке відображає успішність функціонування індивіда в соціальному середовищі, супроводжується сприятливим емоційним фоном, функціональним станом організму та психіки, позитивним самовідношенням, довірливим ставленням до світу [1].

О. Зілова [2], досліджуючи етноспецифіку концепту «благополуччя» в російській, британській та американській лінгвокультурах, опираючись на етимологічний аналіз «благополуччя», дійшла висновку, що слово запозичене зі старослов'янської мови та є своєрідно утвореною калькою грецького слова «eutychia», яке тлумачать як «eu» – «добро», «благо» та «tychia» – «доля». Науковець обґрунтовано зазначає, що поняття у своєму розумінні є обширним та пояснюється як успішний результат, здоров'я, блага, щастя, матеріальна забезпеченість, спокійний стан протікання життя.

Проаналізувавши з точки зору етимології поняття «благополуччя» в тлумачних словниках, виділяємо найбільш ґрунтовні, на наш погляд, трактування. Згідно з лексичними поясненнями С. Ожегова та Н. Шведової [5], під благополуччям розуміють: «спокійний і щасливий, без будь-яких порушень, перебіг справ, життя, досягнення бажаного результату». Окрім того, часто зустрічаємо, що поняття благополуччя виступає синонімом до поняття щастя, позитивний фізичний і психічний стан або матеріальна забезпеченість життя. Також термін «благополуччя» розглядається як стан повного добробуту, гаразду та щастя, відчуття спокою, життя в достатку, безпечності. В цілому, під цим визначенням розуміють складний продукт, результат впливу спадковості, середовища та особливостей індивідуального розвитку. Благополуччя є станом людини або об'єктивною

ситуацією, коли вона має все те, що позитивно характеризує її життя в розумінні своїх близьких і самої себе, «це отримання людиною благ», тобто діапазон різного роду обставин і речей: здорове самопочуття, матеріальні статки, позитивні взаємовідносини з оточенням та ін. Закордонні представники позитивної психології серед детермінант благополуччя виокремлюють отримання задоволення (насамперед, задоволення базових потреб), наявність внутрішньої мотивації та спеціальних умов, які ведуть до стану потоку, служіння вищим смислам і цінностям.

У загальному благополуччя людини включає ряд складових: *соціальне благополуччя* (задоволеність людини своїм соціальним статусом, міжособистісними взаємовідносинами з оточенням), *духовне благополуччя* (відчуття причетності індивіда до певної духовної культури), *матеріальне (фінансове) благополуччя* (задоволеність матеріальною стороною свого існування (житло, харчування, відпочинок та ін.), *психологічне благополуччя* (позитивна оцінка себе та власного життя, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги, гармонії), *сімейне благополуччя* (панування злагоди, любові, взаємоповаги та взаєморозуміння між усіма членами родини), *професійне благополуччя* (захоплення та любов до справи, якою людина займається щоденно), *суспільне благополуччя* (відчуття причетності до життя оточуючого середовища, тобто благополуччя в середовищі існування), *фізичне (тілесне) благополуччя* (хороше фізичне самопочуття, тілесний комфорт, відчуття здоров'я) [3].

Відштовхуючись від визначення останньої складової благополуччя, розуміємо, що взаємозв'язок між «благополуччям» і «здоров'ям» існує, однак, перш ніж його розкрити, вважаємо за потрібне пояснити зміст терміна «здоров'я».

У руслі розвитку сучасної науки чимало досліджень присвячено феномену поняття «здоров'я». Суть терміна у своїх напрацюваннях розкривали такі вчені, як: М.Амосов, Г.Апанасенко, І.Брехман, Д.Венедиктов, О.Ізуткін, Л.Попова, А.Царенко та ін. [6, 125].

При поясненні терміна «здоров'я» наука опирається на дані ВООЗ, яка надає понад 50 дефініцій поняття. Загалом, у науковій літературі зустрічаємо понад 200 трактувань. За останні роки діапазон вивчення проблеми значно розширився, у результаті чого науковий світ почав відмовлятися від примітивного розгляду здоров'я крізь призму виключно відсутності хвороби чи фізичних дефектів.

У загальному розумінні поняття «здоров'я» пояснюється як складний феномен глобального значення, який можна розглядати як філософську, соціальну, економічну, біологічну, медичну категорію, як індивідуальну й суспільну цінність, явище системного характеру, динамічне, постійно взаємодіюче з довкіллям, що безперервно змінюється. Беручи до уваги вищезазначене та не зупиняючись на детальному аналізі численних поглядів, пов'язаних із сутністю поняття «здоров'я» (подібну роботу пророблено в багатьох наукових дослідженнях), пропонуємо наше розуміння поняття *здоров'я* як комплексної структури, всі складові якої (фізичне, психічне, соціальне, духовне) спрямовані на позитивне функціонування особистості в соціумі, тобто забезпечення відчуття благополуччя.

Як показує аналіз історії розвитку проблеми, закордонні представники позитивної психології у свій час трактували поняття «здоров'я» як «благополуччя», розуміючи останнє як багатофакторний конструкт, що являє собою складний взаємозв'язок культурних, соціальних, психологічних, фізичних, економічних, духовних факторів та залежить від впливу генетичної схильності, середовища та особливостей індивідуального розвитку.

Опираючись на дослідження науковців [4; 8], ми пропонуємо ряд об'єднуючих характеристик, які дають можливість резюмувати подібність понять «здоров'я» та «благополуччя»:

по-перше, обидва твердження розглядають як комплексні, багатоаспектні феномени, що базуються на різного роду складових: фізичне (тілесне), когнітивне (психічне), соціальне, емоційне, психологічне, духовне, матеріальне;

по-друге, трактування загально визнаного поняття «здоров'я» (ВООЗ) передбачає стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя; правильна, нормальна діяльність організму, його повне фізичне та психічне благополуччя. Обидва визначення вказують на циклічну єдність останнього з попереднім;

по-третьє, обидва поняття в загальному трактуванні науковці часто пояснюють як основу позитивного функціонування особистості в соціумі;

по-четверте, спорідненістю визначаються протилежні терміни до понять «здоров'я» та «благополуччя» – «хвороба» та «неблагополуччя». На думку Г. Пучкової, благополуччя і здоров'я особистості є безперервним процесом сходження і здійснення особистісної самоактуалізації; у той час, як неблагополуччя і хвороба тягнуть за собою нездатність стати повноцінною людиною;

по-п'яте, обидві наукові категорії піддаються впливу спільних факторів: біологічному (генетика, стать, конституція тіла, соматичні чинники (хвороби)); екологічному (географічні та кліматичні умови); соціально-економічному (зайнятість батьків, дисгармонія сімейних відносин та виховання, порушення в сфері дитячо-батьківських відносин та ін.); психологічному (характер, темперамент дитини та ін.);

по-шосте: залежність рівня здоров'я та благополуччя людини від її вміння адаптуватися у нових соціальних умовах, оскільки, як зазначають С. Максименко та О. Кононко, особистість настільки соціально успішна, наскільки вона адаптивна;

по-сьоме: благополуччя є проявом здоров'я, а останнє, у свою чергу, є ознакою, від якої залежить якість життя людини.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Таким чином, ми вважаємо, що здоров'я є базовим феноменом благополуччя людини. Показово, що здоров'я особистості – це не лише відсутність хвороб,

а й сформоване відчуття благополуччя. Здорова людина – це активна людина у всіх особистісних проявах (тілесне, соціальне, емоційне, когнітивне та ін.), а благополуччя є додатковою якістю, основне призначення якої – забезпечення гармонізації у зазначених напрямках розвитку. Отже, в контексті дослідження терміни «здоров'я» та «благополуччя» за вказаними нами спільними ознаками – подібні, близькі за змістом поняття, але не тотожні. Відмінність ми вбачаємо у тому, що «здоров'я» більш вузьке, а «благополуччя» – ширше за поясненням визначення. Різниця ж може пояснюватися загальновідомим прикладом про те, що людина, яка є фізично або психічно хворою, зазвичай, має нижчі шанси прояву благополуччя, ніж та, яка здорова у всіх відношеннях. Разом з тим, у світі є безліч прикладів, коли люди з фізичними або незначними психічними відхиленнями відчувають себе щасливими, благополучними, позитивно налаштованими на життя. Вважаємо, що це пов'язано з проявом емоцій, самонавіюванням та впливом оточення. Таким чином, питання про те, що є первинним, важливішим для позитивної життєдіяльності людини у діаді «здоров'я – благополуччя» залишаємо відкритим, однак, констатуємо подібність понять за змістом.

Не зважаючи на те, що терміни «благополуччя» та «здоров'я» широко вживають як у науковій літературі, так і у педагогічній практиці, психологічні дослідження цього феномену: теоретичні, експериментальні – є недостатньо вивченими, а дана проблема, як правило, розглядається лише в контексті гуманістичного спрямування під час дослідження зрілої особистості. Така ситуація відкриває перед нами дослідницьку перспективу з'ясування сутності психічного благополуччя дітей старшого дошкільного віку.

Список використаних джерел

1. Бессонова Ю.В. О структуре психологического благополучия. Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве/ Ю.В. Бессонова: сб. статей/ Составитель: Ю.В. Братчикова. – Екатеринбург: Урал.гос.пед.ун-т, 2013 – 30 с.
2. Зилова О. Этноспецифика и содержательная динамика концепта «благополучие»/ «prosperity» в русской, британской и американской лингвокультурах : автореф. дис. канд. филол. наук : спец. 10.02.19 «Теория языка» / Е. В. Зилова. – Саратов, 2012. – 19 с.
3. Куликов Л.В. Здоровье и субъективное благополучие / Л.В. Куликов. Глава 5. Субъективное благополучие и настроение личности// Психогигиена личности: Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2004. – С. 116-181.
4. Лісневська Н.В. Сутність здоров'язберігаючого середовища та важливість його створення в дошкільному навчальному закладі/ Н.В. Лісневська: зб. наук. праць / Бердянський державний педагогічний університет (Педагогічні науки). – Бердянськ: БДПУ, 2010. – № 3. – 364 с.
5. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений/ С.И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – 4-е изд., испр. и доп. – М.: ИТИ Технологии, 2005. – 944 с.
6. Поліщук Н.М. Характеристика змісту поняття «здоров'я людини» в сучасних дослідженнях // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2010. – №1(3). – С. 124-132.
7. Рат, Т. Пять элементов благополучия: Инструменты повышения качества жизни/ Том Рат, Джим Хартер; Пер. с англ. – М.: Альпина Паблишерз, 2011. – 148 с.
8. Сварковська Л.А. Чинники формування здоров'я та фізичного стану вихованців дошкільних закладів // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2010. – №1 (3). – С. 323-329.

References

1. Bessonova Ju.V. O strukture psihologicheskogo blagopoluchija. Psihologicheskoe blagopoluchie lichnosti v sovremennom obrazovatel'nom prostranstve/ Ju.V. Bessonova: sb. statej/ Sostavitel': Ju.V. Bratchikova. – Ekaterinburg: Ural.gos.ped.un-t, 2013 – 30 s.
2. Zilova O. Jetnospecifica i sodержatel'naja dinamika koncepta «blagopoluchie»/ «prosperity» v russkoj, britanskoj i amerikanskoj lingvokul'turah : avtoref. dis. kand. filol. nauk : spec. 10.02.19 «Teorija jazyka» / E. V. Zilova. – Saratov, 2012. – 19 s.
3. Kulikov L.V. Zdorov'e i sub"ektivnoe blagopoluchne / L.V. Kulikov. Glava 5. Sub"ektivnoe blagopoluchie i nastroenie lichnosti// Psihogigiena lichnosti: Voprosy psihologicheskoy ustojchivosti i psihoprofilaktiki: Uchebnoe posobie. – SPb.: Piter, 2004. – S. 116-181.
4. Lisnevs'ka N.V. Sutnist' zdorov'язberigayuchogo seredovy'shha ta vazhly'vist' jogo stvorenniya v doshkil'nomu navchal'nomu zakladi/ N.V. Lisnevs'ka: zb. nauk. prac' / Berdyans'ky'j derzhavny'j pedagogichny'j universy'tet (Pedagogichni nauky'). – Berdyans'k: BDPU, 2010. – №3. – 364 s.
5. Ozhegov, S. I. Tolkovyy slovar' russkogo jazyka: 80 000 slov i frazeologicheskikh vyrazhenij / S. I. Ozhegov, N. Ju. Shvedova. – 4-e izd., ispr. i dop. – M.: ITI Tehnologii, 2005. – 944 s.
6. Polishhuk N.M. Karakterystika zmistu ponyattya «zdorov'ya lyudy'ny'» v suchasny'x doslidzhennyax // Pedagogichni nauky': teoriya, istoriya, innovacijni tehnologiyi. – 2010. – №1(3). – S. 124-132.
7. Rat, T. Pjat' elementov blagopoluchija: Instrumenty povysheniya kachestva zhizni/ Tom Rat, Dzhim Harter; Per. s angl. – M.: Al'pina Pablisherz, 2011. – 148 s.
8. Svarkovs'ka L.A. Chy'nnny'ky' formuvannya zdorov'ya ta fizy'chnogo stanu vy'xovanciv doshkil'ny'x zakladiv // Pedagogichni nauky': teoriya, istoriya, innovacijni tehnologiyi. – 2010. – №1 (3). – S. 323-329.

Резюме. В статье рассмотрены объяснения термина «благополучие», его составляющих. Выяснено содержание феномена «здоровье», представлены причинно-следственные связи между терминами «благополучие» и «здоровье». В контексте исследования сделан вывод, что определение «здоровья» и «благополучия» по указанным в статье общим признакам - подобны, близкие по смыслу понятия, но не тождественные.

Ключевые слова: благополучие, здоровье, составляющие благополучия, счастья, человек.

Summary. In the article, the explanation of the term "well-being" and its components were examined. The essence of the phenomenon of "health" was determined; the causal link between the terms "well-being" and "health" was highlighted. In the context of the study it was concluded that the definition of "health" and "well-being" by their common features that are noted in the article are similar and close in their concept's meaning, but not identical.

Key words: well-being, health, the components of the wellbeing, happiness, person.

УДК: 159.942

Л.М. ЛИСЕНКО

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

У статті розглядаються основні підходи до вивчення психологічних аспектів здоров'я, особливостей формування ставлення до здоров'я на різних вікових етапах життя людини. Розкривається сутність поняття психічне здоров'я та визначаються основні критерії. Перспективу подальшого дослідження складають проблеми психічного здоров'я, діагностика ставлення до здоров'я в онтогенезі.

Ключові слова: здоров'я, психічне здоров'я, критерії психічного здоров'я, ставлення до здоров'я, особистісна самореалізація.

Постановка проблеми. Актуальність проблеми психічного здоров'я та ставлення до нього постає у зв'язку з несприятливою екологічною ситуацією, соціальними перетвореннями, погіршенням його стану у підростаючого покоління, дисгармонійним стилем життя. Ускладнення соціального середовища, міжособистісних відносини, інформаційний пресинг призводять до того, що психологічні навантаження переходять у повсякденну реальність. Тому необхідно докладати певних зусиль для покращення психосоціального розвитку молоді. Саме морально здорова особистість може успішно адаптуватися в соціумі, розумно планувати життєві цілі та підтримувати активність у їх досягненні, проявляти здатність до регуляції поведінки, розвиватися та самореалізуватися.

Розглядаючи даний аспект проблеми, ми базуємось на уявленні, що психічне здоров'я розглядається, згідно до визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, як стан добробуту, при якому людина може реалізувати власний потенціал, справлятися з життєвими стресами, продуктивно працювати та здійснювати внесок у життя суспільства. У роботах таких вчених, як М.Я. Басов, В.М. Бехтерев, П.П. Блонський, Л.С. Виготський розглядалися проблеми психічного здоров'я особистості. У зарубіжних авторів А. Біне, Ж. Піаже, А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса зверталася увага на різні аспекти даної проблематики. Критерії психічного здоров'я у сучасній психології не характеризуються певним комплексом, хоча можна виокремити такі параметри: адекватне сприйняття навколишньої дійсності, цілісність особистості, успішна адаптація у соціальному середовищі, активність у різних сферах діяльності, особистісний розвиток.

Мета даної статті полягає у здійсненні аналізу психологічних підходів щодо визначення критеріїв психічного здоров'я особистості та формування ставлення до нього на різних вікових етапах.

Результати теоретичного дослідження. Узагальнюючи, можна виокремити такі підходи, в межах яких висвітлюється питання психічного здоров'я та ставлення до нього. Згідно до основних положень, які представлено у комплексному підході (М. Мюррей, В. Евванс) здоров'я визначається як багатофакторний конструкт, що представляє взаємозв'язок культурних, соціальних, психологічних, фізичних, економічних факторів [4]. У антропологічному підході ставлення до здоров'я розглядається як важлива умова буття, як один із аспектів суб'єкта життєдіяльності, що керує індивідуальними силами та здібностями людини.

У межах екопсихологічного підходу виокремлюють когнітивний, перцептивно-афективний, практичний та мотиваційний компоненти, які характеризують суб'єктивне ставлення людини до здоров'я [5]. Так, перцептивно-когнітивний компонент показує, в якій мірі проявляється ставлення до здоров'я, здорового способу життя в емоційній сфері, чутливість людини до зміни життєвих функцій організму, сприйнятливості до естетичних аспектів здоров'я. Когнітивний компонент показує, наскільки людина готова сприймати інформацію про проблеми здорового способу життя. Практичний компонент показує, як людина виконує різні практичні дії, спрямовані на турботу про здоров'я. Мотиваційний компонент показує, наскільки людина прагне вплинути на членів сім'ї, інших людей, щоб вони проявляли турботу про здоров'я та дотримувались здорового способу життя.

У межах феноменологічного підходу до вивчення психічного здоров'я, в першу чергу, розглядаються суб'єктивні переживання та прояв індивідуального (К. Ясперс, І. Ялом та ін.). У еволюційному підході до визначення поняття психологічного здоров'я, внутрішньо особистісні перетворення, будь-які явища душевного