

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

В.В. Грандт,

кандидат психологічних наук,
старший викладач кафедри практичної психології
Запорізького національного університету

Г.В. Тітенкова,

студентка 4 курсу напряму підготовки «Психологія»
Запорізького національного університету

Статтю присвячено теоретичному огляду проблеми здоров'я особистості. Розглянуто уяву про здоров'я в психологічній, медичній і філософській літературі. Проаналізовано основні підходи до розуміння феномену здоров'я. Визначено взаємозв'язки між структурними компонентами здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, особистість, соціальне здоров'я, фізичне здоров'я, психологічне здоров'я, духовне здоров'я, хвороба.

Статья посвящена теоретическому обзору проблемы здоровья личности. Рассмотрены представление о здоровье в психологической, медицинской и философской литературе. Проанализированы основные подходы к пониманию феномена здоровья. Определены взаимосвязи между структурными компонентами здоровья.

Ключевые слова: здоровье, личность, социальное здоровье, физическое здоровье, психологическое здоровье, духовное здоровье, болезнь.

На різних етапах розвитку суспільства вивченню проблем здоров'я завжди приділялася велика увага. Науковці різних напрямів робили спроби вивчення феномену здоров'я, визначення його сутності з метою вироблення навичок керування й економного використання здоров'я протягом усього життя та знаходження засобів для його збереження й покращення. Треба зазначити, що феномен здоров'я привертав увагу багатьох дослідників [2; 3; 4; 6; 7; 8; 9; 10; 11; та ін]. Науковці використовували визначення й показники різного змісту, про що говорить існування понад 200 визначень здоров'я. Сучасна наука свідчить, що здоров'я людини є складним феноменом глобального значення, який має розглядатися як філософська, соціальна, економічна, біологічна та медична категорії.

Метою статті є теоретичний аналіз сутності поняття здоров'я та його структурних компонентів.

Здоров'я людини визначається як найвища людська цінність, яка є показником цивілізованості, що відображає загальний рівень соціально-економічного розвитку суспільства (резолюція ООН №38/54 від 1997 року). Це визначення для даної організації є доволі закономірним, адже здоров'я розглядається як економічна категорія, як ресурс, який є запорукою активної життєдіяльності людини, у тому числі й успішної самореалізації в професійній сфері, що приводить до економічного розвитку суспільства в цілому. Всесвітня організація охорони здоров'я пропонує визначення здоров'я як стану повного фізичного, психічного й соціального благополуччя, відсутність хвороби або фізичних дефектів. Д. фон Енгельгард справедливо зауважує, що це визначення в узагальненому вигляді, обмежене, оскільки воно різко протиставляє здоров'я й хворобу та перебільшено оцінює здоров'я [11]. Існують обґрунтовані підстави вважати, що здоров'я може розглядатися і як здатність переносити травми, фізичні недоліки й наближення смерті та успішно інтегрувати все це у своє життя [11]. Також, необхідно зазначити, що в даному визначенні згадано лише про три складові здоров'я й не врахована, на наш погляд, така важлива складова як духовна. У тлумачному словнику здоров'я характеризується як нормальний стан правильно функціонуючого, неушкодженого організму, у якому всі життєві процеси повноцінно функціонують [4].

На перший погляд ці визначення поняття здоров'я доволі логічні й відображають сутність цього поняття й необхідно лише визначити параметри «нормально» та «правильно», але О.

Васильєва й Ф. Філатов відмічають, що нормоцентричний підхід у науковому розумінні мало продуктивний, оскільки виявляє в якості показників здоров'я лише ті риси й властивості особистості, які можуть сприяти виконанню певних соціальних функцій, але не охоплюють увесь діапазон психічних явищ [3, с. 12].

Б. Юдін вказує на те, що поняття здоров'я в буденній свідомості, як правило, представлено синкретично, і в повсякденному застосуванні не завжди розрізняються ті складні множинні сенси, які складають його зміст [11, с. 56]. Він також наголошує, на тому що, по-перше, здоров'я, може визначатися на основі як об'єктивних результатів аналізів і обстежень, так і суб'єктивних відчуттів самого індивіда або того, хто ставить діагноз. Дещо схожої точки зору дотримується В. Розін, який є представником дискурсивного підходу й, визначаючи поняття здоров'я, говорить про два рівні вимірювання здоров'я (соціальне й індивідуальне), які він співвідносить із двома основними дискурсами здоров'я – «медичний» і «духовно-екологічний» [8, с. 37]. Медичний дискурс – це не обов'язково розуміння здоров'я й хвороби в рамках наукової й сучасної медицини. До самого першого медичного дискурсу можна віднести анімістичне уявлення про хвороби та лікування. Цікавим є той факт, що анімістичне подання хвороби й сучасне, наукове розуміння, містить схожі моменти – хвороба як відхилення від нормального стану. Духовно-екологічний дискурс, у якому захворювання розглядається не як патологічне відхилення від нормального стану організму, а як «зміни в стані здоров'я здорового індивідуума» [8, с. 38]. По-друге, здоров'я означає певну норму, тоді як хвороба – відхилення від норми, порушення належного порядку явищ. По-третє, здоров'я це те, до чого має прагнути людина. Збереження, розвиток і реалізація людського потенціалу, на сьогоднішній день починає розглядатися як головний орієнтир, і разом із тим як найважливіший показник розвитку суспільства [11], що дає змогу віднести здоров'я до однієї з найважливіших складових людського потенціалу.

О. Васильєва й Ф. Філатов, аналізуючи проблему здоров'я, вказують на те, що здоров'я і хвороба відносяться до тих діалектичних взаємодоповнюючих понять, які в принципі не можуть бути однозначно визначені, і їх постійна переоцінка, осмислення приводить до становлення нового знання, до формування більш цілісного погляду на феномен людини [3, с. 13]. Таким чином, між поняттями здоров'я і хвороба немає абсолютного розриву. Л. Фесенкова й А. Шаталов, розглядаючи проблему побудови загальної теорії здоров'я у валеології, наголошують на тому, що центральне для валеології поняття «здоров'я» розширює свої межі [10, с. 114]. Воно розуміється як стан повного фізичного, душевного, сексуального й соціального благополуччя та здатність пристосовуватися до постійно мінливих умов зовнішнього й внутрішнього середовища та природний процес старіння, а також відсутність хвороб і фізичних дефектів [10, с. 3].

У роботах В. Розіна здоров'я розглядається як ідеальний об'єкт, де він вказує на те, що це природний феномен, тобто особливий стан організму або психіки, визначений природою [8]. Але згадаймо медичний дискурс здоров'я, у якому здоровий – це той, хто ефективно функціонує, а здоров'я не є природним феноменом, це соціальний артефакт, нерозривно пов'язаний із соціальними (медичними) технологіями, оскільки особистість має свої власні, часто відмінні від соціальних уявлення й цінності, вона на основі соціальних уявлень про здоров'я, істотно їх трансформуючи, часто виробляє індивідуальні, адаптовані до неї самої, концепції здоров'я. Отже, саме тут, починає розходитися соціальна норма здоров'я й індивідуальний ідеал здоров'я. Для особистості здоров'я – це не тільки й не стільки можливість ефективно діяти в соціальному плані, скільки повноцінно реалізувати себе. Саме тому мова йде про ідеальне здоров'я: це стан людини, до якого вона прагне і який надає їй упевненості та дає змогу відчувати себе людиною, бути в злагоді з собою.

С. Ніжніков, розглядаючи історико-філософські підходи до розуміння здоров'я, наголошує на тому, що різні типи світоглядів використовують абсолютно різні принципи, які неможливо співвіднести один з одним [6]. Шлях здобуття здоров'я не є щось постійне й незмінне, він варіюється в залежності від світоглядних принципів. У свою чергу, ці принципи задаються основоположними метафізичними й релігійними установками культури. Цілісний світогляд можливий лише як підсумок розвитку людства. Отже, необхідність вироблення нового цілісного світогляду, заснованого на синтезі різних культур, вкрай важливо для формування істинних шляхів до повноцінного здоров'я [6, с. 23].

Так О. Васильєва й Р. Філатов виділяють такі підходи до розуміння проблеми здоров'я [3, с. 17-18]:

- *нормоцентричний (здоров'я як оптимальний рівень функціонування організму людини);*

- *феноменологічний* (здоров'я як опосередкований досвід фізичного нездужання, чим більший цей досвід, тим більш багатоглибкими й об'ємними стають уявлення про здоров'я);
- *холістичний* (здоров'я як *цілісність*, яка здобувається людиною протягом усього життя й передбачає особистісну зрілість, інтеграцію життєвого досвіду, синтез фундаментальних протиріч людського існування чи інтрапсихічних полярностей та ін);
- *аксіологічний* (здоров'я як *універсальна цінність* людини, на яку впливають ціннісні орієнтації та їх домінування, переоцінка цінностей, а також криза в житті людини);
- *крос-культурний* (здоров'я розглядається через комплекс характеристик детермінованих специфічними соціальними умовами, культурним контекстом, своєрідністю образу життя й образу світу);
- *дискурсивний* (здоров'я як *продукт певного дискурсу*, який має власну внутрішню логіку конструювання або концептуалізації соціальної й психічної реальності);
- *інтегративний* (*інтеграція вище зазначених моделей* і схем на єдиній концептуальній основі, відповідно принципам теорії систем).

У той же час, на думку О. Васильєвої й Ф. Філатова існують стійкі «еталони здоров'я», що витримані часом й укорінені в різних соціокультурних умовах, які представляють собою культурне надбання, яке залишається в масовій свідомості і є безпосереднім результатом використання конкретної концепції здоров'я в реальній соціальній практиці. Основною функцією еталонів здоров'я є структурування наукових і соціальних уявлень про здоров'я. Вище згадані автори виділяють три еталони здоров'я людини [3]: античний; адаптаційний; антропоцентричний.

Античний еталон здоров'я базується на ідеї оптимального співвідношення різних складових тілесної й духовної природи людини, які за умови встановлення такого співвідношення утворюють упорядковану внутрішню єдність [3, с. 29]. Необхідно зазначити, що в даному еталоні здоров'я відсутня соціальна складова, яка є безперечно невід'ємною частиною здоров'я.

Адаптаційний еталон здоров'я, на відміну від попереднього еталону, охоплює систему відносин індивіда з навколишнім середовищем і розглядає проблему здоров'я в контексті зовнішнього плану життєдіяльності людини [3, с. 75].

Перший рівень – *суспільний*, який характеризує стан здоров'я населення загалом і виявляє цілісну систему матеріальних і духовних відносин, що існують у суспільстві. Другий – *групове здоров'я*, яке зумовлене специфікою життєдіяльності людей даного трудового чи сімейного колективу й безпосереднього оточення, у якому перебувають його члени. Третій – *індивідуальний* рівень здоров'я сформовано як в умовах всього суспільства й групи, так і на основі фізіологічних і психічних особливостей індивіда та неповторного способу життя, який веде кожна людина [10].

Антропоцентричний еталон здоров'я відрізняється від двох попередніх не тільки розумінням здоров'я як феномену, а й людини в цілому. В основі цього еталону покладено уявлення про духовне призначення людини про її унікальність і цілісність. Основним критерієм такого здорового існування людини є розвиток особистості, інтеграція отриманого досвіду й можливість самовираження.

Отже, виділені еталони висвітлюють погляд у різні часові періоди представників різних парадигм, але необхідно зазначити, що вони висвітлюють проблему здоров'я в трьох важливих аспектах – єдність тілесної й духовної природи людини (античний еталон), важливість наявності адаптаційних ресурсів організму для підтримки здоров'я в умовах навколишнього середовища (адаптаційний еталон), а також самореалізація й самовдосконалення як запорука здоров'я людини (антропоцентричний еталон). Загалом ці еталони не можна розподілити в ієрархічній послідовності, тому що всі аспекти, які розглядаються в контексті цих еталонів, мають вагомий вплив на здоров'я людини й уявити розгляд проблеми здоров'я без використання цих структурованих наукових і соціальних уявлень про здоров'я неможливо.

Дещо схожий погляд, на представлені вище еталони здоров'я, продемонструвала К. Херцліх, яка виділила три способи розуміння здоров'я, що функціонують у свідомості людей [7, с. 24]: відсутність хвороби – здоров'я в континуумі (античний еталон); резерви здоров'я, які можуть змінюватись в залежності від способу життя людини (адаптаційний еталон); уміння людини утримувати життєву рівновагу й досягати поставленої мети (антропоцентричний еталон). Важливим для розуміння сутності здоров'я є трактування цього поняття не як позначення певного гіпотетичного стану, а як фактично наявного інтегративного стану функціонування, який містить у собі чотири складові: фізичне, психічне, соціальне й духовне здоров'я [6; 7].

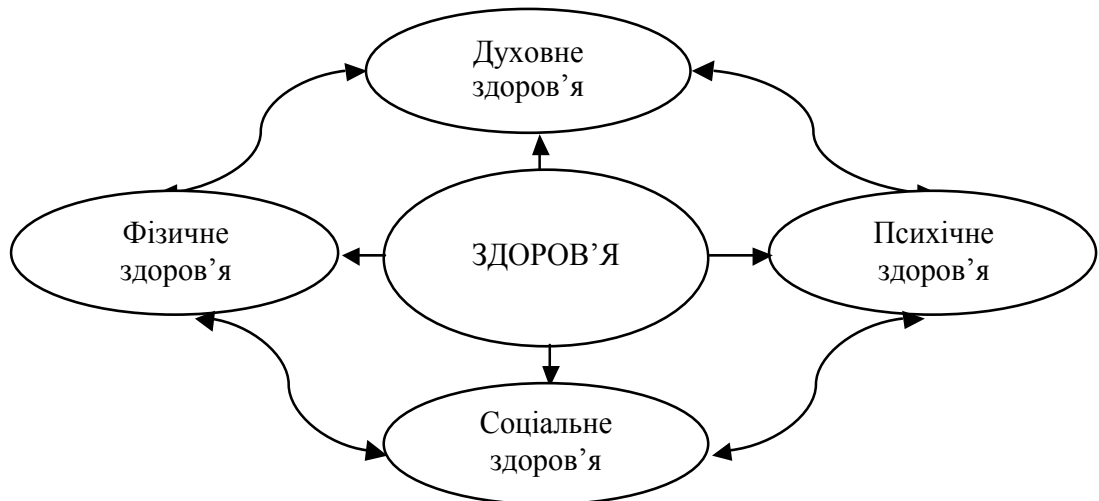


Рис. 1. Структура здоров'я особистості

Отже, структуру здоров'я людини можна відобразити в такій схемі (рис. 1.). Адже складові здоров'я не можна розглядати окремо, це не просто сукупність, а збереження гармонічного збалансування соціального, духовного, психічного й фізичного здоров'я, що знаходиться під постійною дією зовнішніх і внутрішніх чинників.

Що стосується сутності поняття здоров'я то, з одного боку, це одне з основних благ, яким людина володіє від народження [2; 6], а з іншого – мета, в результаті досягнення якої, людина досягне гармонії й свободи [6; 8]. Щодо сутності даного поняття, на наш погляд, неможливо, охарактеризувати його в повному обсязі в конкретному визначенні, хоча було здійснено чимало спроб. Ця складність зумовлена об'ємністю й багатогранністю даного феномену, а також постійною трансформацією поглядів на проблему здоров'я, що варіюються в залежності від світоглядних принципів, особливостей культури [6; 8], об'єктивної зміни умов життя та ін. Дослідники в області філософії здоров'я, здебільшого розглядають цей феномен у контексті континууму здоров'я – хвороба [1; 2; 6; 7; 8 та ін.], як невід'ємні сторони одного цілого, розуміння яких неможливе одне без одного. Також, необхідно звернути увагу на те, що здоров'я в контексті філософських, медичних і психологічних знань розглядається через екзогенні й ендогенні показники [6; 10], тобто суб'єктивна (само-) оцінка та об'єктивна (у відповідності з критеріями норми) усіх показників здоров'я. Ми плануємо й надалі вивчати проблему здоров'я особистості й провести емпіричне дослідження, присвячене даній проблематиці.

Література

1. Билич Г. Л. Основы валеологии : учеб. / Г. Л. Билич, Л. В. Назарова. – СПб.: Водолей, 1998. – 558 с.
2. Бэкон Ф. Великое Восстановление наук: соч. в 2 т. Т. 1. / Френсис Бэкон. – М.: Мысль, 1971. – 590 с.
3. Васильева О. С. Психология здоровья человека / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 352 с.
4. Даль В. И. Толковый словарь живаго великорускаго языка [Электронный ресурс] / Даль В. И. – Режим доступа: <http://slovardalya.ru>.
5. Калью П. И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения / Павел Иосифович Калью. – М.: Обзорная информация, 1988. – 158 с.
6. Нижников С. А. Пути обретения здоровья и мировоззрение / Нижников С. А. // Философия здоровья – М., 2001. – С. 5–24
7. Психология здоровья : учеб. для вузов / [под ред. Г. С. Никифорова]. – СПб.: Питер, 2006. – 607 с.
8. Розин В. М. Здоровье как философская и социально-психологическая проблема / В. М. Розин // Мир психологи. – 2000. – № 1. – С. 12–31.
9. Современные технологии восстановительной медицины / [под ред. А. И. Труханова]. – М.: Медика, 2004. – 288 с.
10. Фесенкова Л. В. Мировоззренческий и научный статус валеологии (к проблеме построения общей теории здоровья) / Л. В. Фесенкова, А. Т. Шаталов // Философия здоровья. – М., 2001. – С. 111–130.
11. Юдин Б. Г. Здоровье человека как проблема гуманитарного знания / Юдин Б. Г. // Философия здоровья – М., 2001. – С. 61–86.