

Здоровье как предмет исследования в психологии

М.Г. Иванова*,
психолог, преподаватель психологии
МОУ «Гимназия №41»,

А.Г. Портнова**,
кандидат психологических наук, доцент
кафедры общей психологии и психоло-
гии развития Кемеровского государст-
венного университета

В статье рассматривается проблема отнесения понятия здоровья к той или иной категории психических явлений (процесс, состояние, свойство). Представлен подход к определению феномена здоровья в хронологическом аспекте.

Ключевые слова: здоровье, психологическое здоровье личности, психический процесс, психическое состояние, психическое свойство.

В настоящее время в современной российской науке одним из актуальных предметов исследования является здоровье человека.

Для того чтобы изучать данный феномен в рамках психологии, необходимо определить, к какой категории психических явлений относится здоровье. Долгое время здоровье рассматривалось в рамках дихотомии «здоровье – болезнь». В большинстве случаев здоровье являлось предметом изучения медицинской науки, психопатологии.

В данный момент, по мнению О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатова, здоровье исследуется как сложный многомерный феномен, имеющий гетерогенную структуру, сочетающий в себе качественно различ-

ные компоненты и отражающий фундаментальные аспекты человеческого бытия [1]. Отражение данного феномена содержится в формулировке Всемирной организации здравоохранения: «Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов». Так как человек представляет собой сложную разноуровневую систему (биологическая, психологическая, социальная), то здоровье необходимо изучать на основе комплексного подхода. Таким образом, здоровье является предметом междисциплинарного исследования.

В психологии существует множество определений здоровья.

* ivanova_mari@mail.ru

** portall@kemteli.ru

Так, например, в «Толковом словаре психологических и психоаналитических терминов» написано: «Здоровье – это относительно устойчивое состояние, в котором личность хорошо адаптирована, сохраняет интерес к жизни и достигает самореализации». В свою очередь, западные ученые, представляющие Health Psychology, также определяют понятие «здоровье» как благополучие в самом широком смысле – wellbeing. Wellbeing – это многофакторный конструкт, представляющий собой сложную взаимосвязь культурных, социальных, психологических, физических, экономических и духовных факторов. Этот сложный продукт – результат влияния генетической предрасположенности, среды и особенностей индивидуального развития [1].

Представители гуманистической психологии (Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Маслоу) считают, что здоровье представляет собой системное качество, характеризующее человеческое бытие в целом. Это определенный уровень развития личности, ее целостности. О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов рассматривают здоровье как системное свойство личности. Здоровье, с их точки зрения, характеризует личность во всей полноте ее проявлений; в этом феномене отражаются сущность и цель основных биологических, социокультурных и интрапсихических процессов, интегрирующих личность. Таким образом, они определяют здоровье как интегративную характеристику.

В большинстве случаев авторы указывают на то, что здоровье является состоянием. Некоторые исследователи определяют его либо как свойство, либо как процесс. Г.С. Никифоров считает более правильной позицию авторов, которые не пытаются абсолютизировать принадлежность здоровья к какой-то одной категории – либо к состоянию, либо к процессу. Им приводится точка зрения В.Л. Казначеева, согласно которой здоровье индивида есть динамическое состояние, процесс сохранения и развития его биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни [4].

Чтобы определить категорию «здоровье», необходимо вспомнить основные понятия: «процесс», «состояние», «свойство».

Психические процессы подчеркивают динамические моменты психики. Понятие «психическое состояние» используется для условного выделения в психике индивида относительно устойчивого момента. Как подчеркивает Ю.Б. Некрасова, по параметрам «долговременность–ситуативность» и «изменчивость–постоянство» психические состояния находятся между психическими процессами и устойчивыми чертами личности и характера [3].

Психическое свойство указывает на устойчивость проявлений психики индивида, закреплённость и повторяемость их в структуре его личности.

Здоровье формируется в процессе развития человека как индивида, личности, субъекта деятельности. Оно может рассматриваться как уровень развития личности. Здоровая личность характеризуется целостностью, уравновешенностью, способностью адаптироваться к изменяющимся условиям, самореализацией. Поэтому здоровье не относится к процессам, однако обладает динамическими характеристиками. Проявления, характеристики здоровой личности в разные возрастные периоды будут отличаться. Под влиянием внешних или внутренних факторов здоровье может быть либо утрачено, либо достигнуто. Таким образом, здоровье однозначно не может быть отнесено к психическим свойствам. Уместно рассматривать здоровье в контексте психических состояний. Психические состояния – многоуровневая система. Согласно определению Н.Г. Левитова, это целостная характеристика психической деятельности на определенном отрезке времени, показывающая своеобразие протекающих психических процессов в зависимости от отраженных предметов, явлений, предшествующих состояний и свойств личности [3].

В.А. Ганзен считает, что актуальное психическое состояние характеризуется совокупностью значений параметров одновременно протекающих психических

процессов, по отношению к которым актуальное состояние является фоном. Совокупность свойств личности, определяющих ее профиль, в свою очередь, обуславливает своеобразие реализации актуального состояния данного человека. Следовательно, актуальное психическое состояние играет роль связующего звена между психическими процессами и свойствами личности.

Подчеркивается, что между процессами и состояниями, с одной стороны, и состояниями и свойствами личности, с другой, существуют сложные диалектические взаимосвязи. Известно, что в определенных условиях психические процессы могут рассматриваться как состояния, а часто повторяющиеся состояния способствуют развитию соответствующих свойств личности [2].

Итак, в основе деления психических явлений на процессы, состояния, свойства главным образом лежит временной параметр. Учитывая всё вышеизложенное, проблеме отнесения здоровья к той или иной категории можно решить с позиции хронологического подхода [5].

В рамках микрохронологического подхода здоровье может выступать как состояние или как процесс. При изучении особенностей развития человека на определенном отрезке онтогенеза к здоровью следует относиться как к актуальному психическому состоянию. Следовательно, здоровье можно определить как многомерное динамическое состояние, отражающее уровень функционирования и реализации человека как целого в процессе развития.

При макрохронологическом подходе здоровье может рассматриваться как процесс или как свойство. Известно, что в ходе онтогенеза идет постепенное развитие личности ребенка, ее структурных компонентов, в том числе и здоровья. Соответственно, здоровье на ранних этапах онтогенеза является характеристикой, условием процесса развития, а в дальнейшем становится свойством личности. Этот аспект рассмотрения представлен, например, в рамках теории Г. Олпорта, который здоровье понимал как обретаемую индивидом в процессе его становления целостность, предполагающую личностную зрелость [1].

Таким образом, в теоретико-методологических трудах психологов представлены различные аспекты рассмотрения здоровья.

Человек – многоуровневая система, поэтому здоровье проявляется на уровне индивида, личности и субъекта деятельности. Учитывая также тот факт, что о здоровье мы говорим при анализе характера протекания и психических процессов, и состояний, и проявлений свойств личности, можно считать здоровье показателем, описывающим личность во всех проявлениях.

Таким образом, мнение исследователей (О.С. Васильева, Г.С. Никифоров, Ф.Р. Филатов и другие), рассматривающих здоровье как интегративную характеристику личности, может являться методологическим основанием для комплексного исследования этого сложного феномена в возрастном аспекте.

Литература

1. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки. М., 2001.
2. Ганзен В.А. Системные описания в психологии. Л., 1984.
3. Некрасова Ю.Б. О психических состояни-

- ях, их диагностике, управлении и направленном формировании (в процессе социореабилитации заикающихся) // Вопросы психологии. 1994. №6.
4. Никифоров Г.С. Психология здоровья. СПб., 2002.
5. Рыбалко Е.Ф. Возрастная и дифференциальная психология. Л., 1990.

Health as an object of psychological research

M.G. Ivanova,

Psychologist, teacher of psychology at the Gymnasium №41,

A.G. Portnova,

*Ph.D. in Psychology, Associate Professor at the General Psychology Department
at the Kemerovo State University*

The article reviews the problem whether the notion of health can be referred to one of the following categories of psychic phenomena: a process, a condition or a characteristic. The authors describe an approach to defining health in a chronological aspect.

Keywords: health, psychological health of personality, mental process, mental condition, mental characteristic.

References

1. *Vasil'eva O.S., Filatov F.R.* Psihologiya zdorov'ya cheloveka: etalony, predstavleniya, ustanovki. M., 2001.
2. *Ganzen V.A.* Sistemnye opisaniya v psihologii. L., 1984.
3. *Nekrasova Yu.B.* O psicheskikh sostoyaniyakh, ih diagnostike, upravlenii i napravlenom formirovanii (v processe socioreabilitatii zaikayushihsiya) // Voprosy psihologii. 1994. №6.
4. *Nikiforov G.S.* Psihologiya zdorov'ya. SPb., 2002.
5. *Rybalko E.F.* Vozrastnaya i differencial'naya psihologiya. L., 1990.