

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ ЛИЧНОСТИ

Мещеряков С.А.

---

*Военная академия Республики Беларусь, Минск  
E-mail: Oleglem22@mail.ru.*

**Резюме.** Проблема психологического здоровья личности, живущей в нестабильном, изменяющемся мире, сложных, экстремальных социоэкологических условиях, выступает на первый план в настоящее время наук о человеке, среди которых консолидирующее место принадлежит психологии. В статье дается определение понятию «личность», «индивид», «индивидуальность», раскрываются основные характеристики личности.

**Ключевые слова:** личность, индивид, индивидуальность, психологическое здоровье личности.

## PSYCHOLOGICAL ESSENCE AND HEALTH OF A PERSON

Mesheryakov S.

---

*Military Academy of Republic of Belarus,  
Minsk, Republic of Belarus*

**Summary.** The problem of psychological health of individuals living in an unstable, changing world and in complex, extreme conditions comes to the fore at the present time of the human sciences, among which consolidates the place belongs to psychology. The article gives a definition of "personality", "individual", "individuality", reveals the basic characteristics of personality.

**Key words:** personality, individual, individuality, psychological health of the individual.

**Введение.** Актуальность выбранной темы в наши дни очевидна, поскольку в современном мире одни люди испытывают трудности в различных коммуникациях, другие — в самопознании и саморазвитии, у третьих — доминирует развитие деструктивных качеств личности (агрессии, зависти и др.) и форм поведения (суицидальное, асоциальное, с различными психологическими зависимостями).

Идеал человеческой личности — это представление о совершенном человеке, которое живет в произведениях литературы и искусства, народном творчестве. Посмотрите на героев сказок, песен, народных былин и сказаний. Они обязательно включают в себя такие качества как ум, красота, трудолюбие, физическая сила, выносливость.

Проблема психологического здоровья личности, живущей в нестабильном, изменяющемся мире, сложных, экстремальных

социоэкологических условиях, выступает на первый план в настоящее время наук о человеке, среди которых консолидирующее место принадлежит психологии.

*Цель работы.* Цель работы состоит в определении содержания понятия «личность», ее основных характеристик, и взаимосвязанных с ней понятий.

*Материалы и методы.* Теоретический анализ психологических концепций личности.

*Результаты и обсуждение.* На вопрос, что такое личность, психологи отвечают по-разному, и в разнообразии их ответов, а отчасти и в расхождении мнений на этот счет проявляется сложность самого феномена личности. Каждое из определений личности, имеющих в литературе (если оно включено в разработанную теорию и подкреплено исследованиями), заслуживает того, чтобы учесть его в поисках глобального определения личности.

Личность чаще всего определяют как человека в совокупности его социальных, приобретенных качеств. Это значит, что к числу личностных не относятся такие особенности человека, которые генетически или физиологически обусловлены, никак не зависят от жизни в обществе. Во многих определениях личности подчеркивается, что к числу личностных не относятся психологические качества человека, характеризующие его познавательные процессы или индивидуальный стиль деятельности, за исключением тех, которые проявляются в отношениях к людям, в обществе. В понятие «личность» обычно включают такие свойства, которые являются более или менее устойчивыми и свидетельствуют об индивидуальности человека, определяя его значимые для людей поступки [2].

Итак, что же такое личность, если иметь в виду указанные ограничения? Личность — это человек, взятый в системе таких его психологических характеристик, которые социально обусловлены, проявляются в общественных по природе связях и отношениях, являются устойчивыми, определяют нравственные поступки человека, имеющие существенное значение для него самого и окружающих.

Наряду с понятиями «человек», «личность» в науке нередко употребляются термины «индивид», «индивидуальность». Их отличие от понятия «личность» состоит в следующем. Если понятие «человек» включает в себя совокупность всех человеческих качеств, свойственных людям, независимо от того, присутствуют или отсутствуют они у данного конкретного человека, то понятие «индивид» характеризует именно его и дополнительно включает такие психологические и биологические

свойства, которые наряду с личностными также ему присущи. Кроме того, в понятие «индивид» входят как качества, отличающие данного человека от других людей, так и общие для него и многих других людей свойства. Индивидуальность — это самое узкое по содержанию понятие из всех обсуждаемых. Оно содержит в себе лишь те индивидные и личностные свойства человека, такое их сочетание, которое данного человека отличает от других людей.

Активность человека как сложной живой системы регулируется на разных уровнях, которые взаимосвязаны между собой. В этой связи выделяются следующие наиболее общие уровни — биологический, психологический, социальный. На каждом уровне, которые я только что отметил, здоровье человека имеет свои особенности и специфические детерминанты. Отвлечемся в настоящий момент от особенностей здоровья человека, связанного с биологическими нарушениями, т.к. здесь — сфера медицины. Хотя, как мы отмечали выше, многие болезни, имеющие биологическую основу. Тем не менее, они, связаны с психической напряженностью, тревогой, стрессами и др. (например, ишемическая болезнь сердца, язва желудка и др. психосоматические нарушения). Уделим особое внимание анализу психологического здоровья [1, с. 89].

Долгие годы, психическое здоровье человека рассматривалось только в рамках медицинской науки — психиатрии. Где изучены основные тенденции и особенности протекания и лечения психических болезней — шизофрении, эпилепсии, маниакально-депрессивного психоза, психопатий. В том числе и невропатологии, такие как психические расстройства, при различных неврозах и других патологических нарушениях функционирования нервной системы, которая считала и продолжает рассматривать их как «духовные приложения» к телесным срывам, либо как следствие несовершенства окружающего мира.

Начало другого подхода к пониманию психологического здоровья, как известно, было положено З. Фрейдом, который понимал многие психические нарушения как следствие внутрличностных конфликтов, которые тревожат даже здоровых людей. Он полагал, что весь спектр негативных эмоциональных переживаний (депрессия, тревожность и др.) — субъективная сторона этих конфликтов, возникающих при рассогласовании целей, которые ставит перед собой человек, и средств их достижения.

Вследствие этого в последние десятилетия психическое здоровье человека стало предметом исследования и в других науках о человеке и, прежде всего, в психологии. Психологическое здоровье человека связано

с особенностями личности, интегрирующий все аспекты внутреннего мира человека и способы его внешних проявлений в единое целое. Психологическое здоровье является важной составляющей социального самочувствия человека, с одной стороны, и его жизненных сил, с другой. Вместе с тем многие проблемы, возникающие у человека, не являются показателем психического нездоровья и могут быть решены другим, не медицинским путем, (улучшение памяти, внимания, мышления; формирование необходимого уровня коммуникаций; самопрезентаций; стремление к реализации своих возможностей; решение внутриличностных и межличностных конфликтов; освобождение от тревожности, стрессов, фрустраций, различного рода психических зависимостей и др.) [1, с. 94].

Возникли новые представления о психическом здоровье. Так, по мнению М. Джексона, в структуру входят такие компоненты, как положительное отношение к себе; оптимальное развитие, рост и самоактуализация личности; психическая интеграция (аутентичность, конгруэнтность); личная автономия; реалистическое восприятие окружающих; умение адекватно воздействовать на других людей и др.

Понятие «психическое здоровье индивида» широко используется в гуманистическом направлении психологи, в рамках которого была предложена новая концепция «позитивного психического здоровья». В работах К. Гольдштайна, А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла и др. Она базируется на истинно человеческом жизнеосуществлении. Так, видный представитель этого направления А. Маслоу, соглашаясь с К. Гольдштайном в своих последних работах «Психология бытия» и «Дальние пределы человеческой психики» отмечает, что патологические нарушения психического здоровья — неврозы и психозы, есть следствие ошибочного, неверного развития личности. Психически здоровые индивидуумы — это «люди зрелые, с высокой степенью самоактуализации», имеющие реальные жизненные достижения и развившие свои личностные возможности. По его мнению, показателями психического здоровья являются полнота, богатство развития личности, ее потенций и стремление к гуманистическим ценностям — наличие и развитие таких качеств как принятие других, автономность, спонтанность, интенциональность, альтруизм, креативность и др. Близкие идеи развиваются в «метапсихологии» (Д. Андреева), логотерапии (В. Франкл), социальной логотерапии (С. И. Григорьев и др.).

*Выводы.* Можно предположить, что психическое здоровье детерминируется особенностями баланса, гармонии жизненных сил

человека (в показателях индивидуальной и социальной субъектности) и своеобразие жизненного пространства.

Таким образом, были обобщены, систематизированы и проанализированы научные знания в данной области. В связи с этим, важно определить поле и содержание деятельности психологов в новом ракурсе и направить их усилия на формирование психологической культуры личности. Формирование психологической культуры личности — это целенаправленная превентивная работа психолога в специально организованных педагогических условиях, направленная на усиление позитивных тенденций личности, развитие ее творческого потенциала и ресурсных возможностей психики.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Демина, Л. Д. Психическое здоровье и защитные механизмы личности: учебное пособие / Л. Д. Демина, И. А. Ральникова – Алтай: Изд-во Алтайского государственного университета, 2000. — 81 с.

2. Формирование психологической культуры личности. [Электронный ресурс] – Москва, 2016. – Режим доступа: <http://old.prosv.ru/metod/egorova> – Дата доступа: 4.12.2016.

### ИССЛЕДОВАНИЕ СКЛОННОСТИ СТУДЕНТОВ К АДДИКТИВНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

**Короткевич О.А., Новак Н.Г.**

---

*Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины,*

*Гомель, Республика Беларусь,*

*E-mail: olankor@yandex.ru, natalya\_novak\_80@mail.ru*

**Резюме:** В статье рассмотрены склонности студентов к аддиктивному поведению.

**Ключевые слова:** аддиктация, психоактивные вещества, просвещение, информирование

### THE STUDY OF THE INCLINATION OF STUDENTS TO ADDICTIVE BEHAVIOR

**Korotkevich O., Novak N.**

---

*Francisk Skorina Gomel State University,*

*Gomel, Republic of Belarus*

**Summary:** The article examines the propensity of students to addictive behavior.

**Keywords:** addiction, psychoactive drugs, education, information.