

К ПРОБЛЕМЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ЛИЧНОСТИ

Е.В. Тихонова (БГПУ, Минск, Беларусь)

Возрастающий интерес к проблематике здоровья, благополучия и качества жизни личности свидетельствует о том, что процесс устойчивого социального развития становится актуальным для общества. Этот интерес обусловлен общим направлением глобализации, которое диктует для модернизирующихся государств необходимость в создании достойных условий жизни. Значимость проблемы здоровья, качества жизни и благополучия личности возрастает в связи с тем, что человеческий ресурс в условиях активно идущих процессов старения и депопуляции населения становится самым дефицитным.

Исследования качества жизни проводятся в двух направлениях: на базе объективных условий жизни и на основе изучения степени удовлетворенности жизнью самим субъектом. В первом - качество жизни определяется как результат комбинации различных статистических показателей, позволяющих получить объективную оценку материальных условий, влияющих на жизнь субъекта. Во втором утверждается, что истинное значение качества жизни отражено в субъективных ощущениях, формирующихся на основе конкретных условий жизни, эмоционального состояния и т.п. Второе направление является более приоритетным, поскольку сложный характер взаимосвязи объективных и субъективных условий жизни не подтверждает представление о том, что люди с высоким материальным достатком более удовлетворены жизнью, чем люди с низким.

В субъективных оценках можно выделить рациональный и эмоциональный компоненты. Первый заключается в общей удовлетворенности жизнью и оценках степени удовлетворенности различными ее сторонами. Второй компонент представляет собой баланс позитивных и негативных эмоций. Определенный интерес вызывает заключение западных исследователей, согласно которому в условиях радикальных социальных преобразований индивидуальные представления о качестве жизни формируются в основном под влиянием не рационального, а эмоционального компонента.

Качество жизни характеризует комфорт в удовлетворении потребностей личности. Понятия комфортность и удовлетворенность часто используют для обозначения субъективного благополучия. Прослеживается тесная взаимосвязь и взаимовлияние субъективного благополучия на здоровье человека [1].

Здоровье может определяться, как способность человека приспосабливаться к окружающей среде и своим собственным возможностям, противостоять болезням и повреждениям, сохранять себя, расширять свои возможности, увеличивать полноценную жизнедеятельность, то есть обеспечивать свое благополучие.

Ключевым в этом определении является понимание здоровья как проявления жизненных сил, ощущения жизни, всесторонности и долговременности социальной активности и гармоничности развития личности.

Выделяют различные взаимосвязанные аспекты здоровья человека: соматическое (биологическое, физическое), социальное (личностное), психическое и психологическое.

Психологическое здоровье личности отражает самопонимание, самопринятие и саморазвитие в контексте взаимодействия с окружающими людьми в реальных условиях окружающего мира. В литературе психологическое здоровье описывается как баланс между различными аспектами личности человека, между потребностями индивида и общества. Иначе, психологическое здоровье – это процесс жизни личности, в котором сбалансированы рефлексивные, эмоциональные, интеллектуальные, коммуникативные, поведенческие и другие аспекты [2].

В качестве основного критерия здоровья Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) принято понятие благополучия, которое в большей степени обусловлено самооценкой и чувством социальной принадлежности, чем биологическими функциями организма и связано с реализацией физического, духовного и социального потенциала человека.

Список литературы:

1. Ивачев, П.В. Актуальность исследования субъективных оценок качества жизни в отечественном здравоохранении / П.В. Ивачев, А.П. Ивачева // Социальные науки: опыт и проблемы подготовки специалистов социальной работы: материалы VI Всерос. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 11-12 апр. 2006 г. / Рос. гос. проф.-пед. ун-т; под общ. ред. К.В. Кузьмина. – Екатеринбург, 2006. – Вып. 2. – С. 50-56.
2. Чирков, А.М. Пенитенциарный стресс / А.М. Чирков // Вес. ин-та: прест., нак., испр. Волог. ин-т пр. и экон. – 2009. – №8. – С. 47-55.