

УДК 159.913 (045)

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-10>

РОЗУМІННЯ СУТНОСТІ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В КОНТЕКСТІ КОМПЛЕКСНОГО ПІДХОДУ

Калашникова Людмила Володимирівна,

старший викладач кафедри психології та соціальної роботи Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка
ORCID ID: 0009-0002-3299-2828

Руденко Юлія Юрївна,

кандидат педагогічних наук,

старший викладач кафедри психології та соціальної роботи

Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка

ORCID ID: 0000-0002-3663-6567

Руденко Сергій Анатолійович,

старший викладач кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки

Донецького державного університету внутрішніх справ

ORCID ID: 0009-0005-3785-0513

У статті проаналізовано негативний вплив повномасштабного російського вторгнення в Україну на ментальне здоров'я українців. Автори розглянули сутність ментального здоров'я згідно з результатами наукових доробок у медицині, психології та соціальній роботі. Висвітлено сучасні тенденції дослідження ментального здоров'я у вітчизняній психології: вплив ментального здоров'я на життєдіяльність особистості загалом та в контексті викликів воєнного часу зокрема. Вказано на основні положення комплексного підходу, згідно з яким ментальне здоров'я варто розглядати як полідетерміноване та складноструктуроване явище, що вивчається в ракурсі міждисциплінарних досліджень і лежить в основі благополуччя та якості життя людини.

Узагальнено позиції науковців щодо сутності здоров'я на біологічному, психологічному та соціальному рівнях, спільною тенденцією яких є розуміння цього явища як умови благополуччя людини загалом, успішної адаптованості до мінливих умов життя та реалізації її життєвого потенціалу.

Вказано на існування в науковій літературі тенденції щодо отождошення поняття «ментальне здоров'я» із термінами «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я» та «духовне здоров'я». Автори проаналізували погляди науковців на сутність психічного здоров'я, що має дві суттєві ознаки: відсутність психічних розладів і психічне благополуччя особистості, що лежить в основі реалізації життєвого потенціалу людини. У статті розглянуто сутність психологічного здоров'я, що характеризує особистість людини загалом і демонструє її зв'язок з вищими проявами людського духу. Вказано на необхідність розуміння духовності як суттєвої ознаки психологічного здоров'я особистості.

Автори статті стоять на позиції, відповідно до якої в основі ментального здоров'я лежить ментальність, що виступає загальною духовною налаштованістю особистості на власне благополуччя та благополуччя оточення. Висвітлено сутність ментальності як інтегральної характеристики особистості. Узагальнено позиції науковців щодо критеріїв ментального здоров'я, що стосуються соціально-психологічної, індивідуально-психологічної та ціннісно-сміслової сфер особистості.

У статті зазначено, що в основі ментального здоров'я, окрім ментальності, лежать два системоутворювальні компоненти: баланс між емоційним, психологічним, соціальним і духовним благополуччям особистості та стан гармонії людини з навколишнім світом та із собою. Єдність вказаних компонентів сприяє успішній адаптації та духовній налаштованості особистості на себе та на оточення.

Ключові слова: комплексний підхід, здоров'я, психічне здоров'я, психологічне здоров'я, ментальне здоров'я, духовність.

Kalashnykova Liudmyla, Rudenko Yulia, Rudenko Serhii. Understanding the essence of mental health in the context of a comprehensive approach

The article analyzes the negative impact of the full-scale Russian invasion of Ukraine on the mental health of Ukrainians. The authors study the essence of mental health based on the results of scientific developments in medicine, psychology and social work. Current trends in the study of mental health in Ukrainian psychology are highlighted: the impact of mental health on the life of an individual in general and in the context of wartime challenges in particular. The main provisions of the integrated approach are indicated, from the point of view of which mental health should be considered as a multi-determined and complex-structured phenomenon, which is studied from the perspective of interdisciplinary research and is the basis of well-being and quality of human life.

The positions of scientists regarding the essence of health at the biological, psychological and social levels are summarized, the common tendency of which is the understanding of this phenomenon as a condition of human well-being in general, successful adaptation to changing living conditions and realization of the life potential.

There is a tendency in the scientific resources to equate the concept of “mental health” with “mental health”, “psychological health” and “spiritual health”. The authors analyzed the views of scientists on the essence of mental health, which has two essential features: the absence of mental disorders and the mental well-being of an individual, which is the basis of the realization of a person’s life potential. The article examines the essence of psychological health, which characterizes a person’s personality as a whole and demonstrates its connection with higher manifestations of the human spirit. It is pointed out the need to understand spirituality as an essential sign of the psychological health of an individual.

The authors of the article consider mentality to be the basis of mental health, while it presents the general spiritual attitude of an individual to his/her own well-being and the well-being of others. The essence of mentality as an integral characteristic of the individual is highlighted. The authors summarized the positions of scientists regarding the criteria of mental health affecting the social-psychological, individual-psychological and value-meaning spheres of the personality.

The article states that, in addition to mentality, mental health is based on two system-forming components: the balance between the emotional, psychological, social and spiritual well-being of the individual and the state of harmony of the person with the surrounding world and with himself. The unity of these components contributes to the successful adaptation and spiritual orientation of the individual to himself and others.

Key words: *comprehensive approach, health, psychiatric health, psychological health, mental health, spirituality.*

Вступ

Актуальність дослідження ментального здоров’я пояснюється насамперед тим, що цей феномен виступає одним із дієвих важелів гармонійного розвитку не тільки кожного громадянина України, але й нашої незалежної держави загалом. Повномасштабне російське вторгнення в Україну, непередбачуваність і важкопрогнозованість сьогодення негативно впливають на ментальне здоров’я громадян, що виявляється у зростанні депресивних станів, переживанні багатьма українцями посттравматичного стресового розладу й інших деструктивних тенденцій. За даними Всесвітньої організації з охорони здоров’я (далі – ВООЗ), через війну Росії з Україною чверть українців у майбутньому загрожує розлади психіки. Імовірність часткової втрати психічного здоров’я громадян нашої держави у тривалій перспективі наголошує й Міністерство охорони здоров’я України. Очікується, що психологічної підтримки потребуватимуть приблизно 15 млн людей, причому майже 20% із них будуть потребувати медикаментозного лікування та допомоги лікарів-психіатрів і психотерапевтів [15, с. 209].

На дієвість ментального виснаження в умовах війни вказує і світовий досвід, отриманий у кризових і надзвичайних ситуаціях, відповідно до якого учасники бойових дій будуть перебувати у групі ризику щодо виникнення психічних зривів у наступні 5–7 років після закінчення військових дій [11]. Згідно із глобальними оцінками ВООЗ, кожна п’ята людина (22%), яка проживала в районі, що постраждав від конфлікту, упродовж 10 років буде мати якусь форму психічного розладу, від легкої депресії або тривожності до психозу; і майже кожна десята людина (9%) буде мати помірний або важкий психічний розлад [17]. Вітчизняні та західні науковці впевнені в тому, що дослідження різних аспектів ментального здоров’я здатне відіграти ключову роль у розвитку ефективних стратегій профілактики та лікування психічних розладів і сприятиме розвитку стресостійкості українців.

Аналіз останніх наукових досліджень і публікацій засвідчує, що ментальне здоров'я як полінауковий феномен ґрунтовно вивчається в галузях медицини, психології та соціальної роботи. Якщо лікарі-психіатри досліджують питання діагностики та лікування психічних розладів, впливу стресу на виникнення психосоматичних захворювань (І.А. Федоренко, І.В. Краковська, В.О. Ковальов, Н.М. Чайка), то вітчизняні психологи та соціальні педагоги опікуються обґрунтуванням методологічних підходів щодо дослідження наукових феноменів стресу та ментального здоров'я; розробляють підходи до формування системи соціально-психологічного супроводу осіб, які потрапили у кризові ситуації. Насамперед заслуговують на увагу наукові дослідження О.Ю. Антоненко, І.В. Головіна, М.Ю. Крамаренко, які спеціалізуються на вивченні психологічної травми, станів тривоги і депресії, розробляють ефективні методи психологічної реабілітації та соціально-психологічної підтримки особистості.

У контексті нашого дослідження важливими є наукові доробки Р.О. Винничук, Т.Б. Костевої, Г.С. Нікіфорова, О.Р. Ткачишиної, Ф.Р. Філатова, що присвячені сутності ментального здоров'я. О.С. Васильєва, Т.Б. Костєва й інші вчені вивчають вплив ментального здоров'я на життєдіяльність особистості. Проблемами ментального здоров'я українців у контексті викликів воєнного часу опікуються Л.М. Карамушка, С.І. Лагутіна, М.В. Маркова, Н.О. Марута, Г.Я. Пилягіна, О.С. Чабан, Л.М. Юр'єва. Дослідження О.О. Кравченко [4] та М.М. Слюсаревського [13] присвячені розробленню дієвих тенденцій соціально-психологічної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни. Питаннями обґрунтування вдосконалення психологічної служби системи освіти в Україні, що забезпечує ефективний психологічний супровід освітнього процесу та соціально-психологічну реабілітацію його учасників, цікавиться В.Г. Панок [9].

Узагальнюючи сучасні наукові тенденції щодо вивчення ментального здоров'я як наукового феномену, необхідно наголосити на важливості використання комплексного підходу до дослідження цього явища.

Мета статті полягає в узагальненні поглядів науковців на сутність ментального здоров'я як наукового феномену в контексті комплексного підходу, основних підходів до його розуміння.

Методи та дослідження

Досягнення поставленої мети ґрунтується на узагальненні та систематизації поглядів науковців на сутність ментального здоров'я як полінаукового явища.

Методологічну основу дослідження становлять ідеї комплексного підходу (Б.Г. Ананьєв, Б.Ф. Ломов), що дозволяє зрозуміти сутність ментального здоров'я як полідетермінованого та складноструктурованого наукового феномену, що вивчається в ракурсі міждисциплінарних досліджень. Особливістю такого підходу є спрямованість учених на зіставлення різноаспектного розуміння ментального здоров'я, єдність вивчення теоретичних і практичних його модальностей, вироблення стратегій перетворення наявного рівня розвитку досліджуваного явища на вищий, оптимальний, що сприятиме гармонійному розвитку особистості. Варто зазначити, що комплексний підхід націлений не стільки на об'єднання наукових досліджень про ментальне здоров'я, скільки на виявлення єдності та способів міждисциплінарних зв'язків онтологічно різних якостей цього феномену. Відповідно до комплексного підходу, під ментальним здоров'ям розуміємо невід'ємну складову частину загального благополуччя та якості життя людини, що дозволяє відчувати гармонію із собою, з іншими та з навколишнім світом, адаптуватися до стресових ситуацій, розвивати стійкість до негативних впливів сьогодення, підтримувати позитивні стосунки з іншими та досягати самоактуалізації.

Результати

Комплексна парадигма щодо розуміння ментального здоров'я передбачає розширення понятійного апарату. Ідеться про доцільність розгляду сутності цього явища від ширшої категорії «здоров'я». Аналіз наукової літератури засвідчує наявність щонайменше двох підходів до розуміння сутності здоров'я. У межах першого, медичного підходу здоров'я трактується як

відсутність хвороб у людини. Відповідно до другого – психологічного, здоров'я розглядається як основа благополуччя особистості загалом і як умова активного функціонування організму, успішної адаптації до мінливого навколишнього середовища та реалізації життєвого потенціалу людини [8]. Найбільш широке розуміння сутності здоров'я знаходимо у визначенні Всесвітньої організації охорони здоров'я, відповідно до якого під цим поняттям варто розуміти стан цілковитого фізичного, психічного та соціального благополуччя [3].

Проблемою розкриття сутності здоров'я як комплексного багатоаспектного феномену цікавляться науковці на біологічному, психологічному та соціальному рівнях. Зокрема, медики в основу біологічного здоров'я кладуть наявність гомеостазу, що дозволяє людині адекватно реагувати на різні чинники навколишнього середовища. На психологічному рівні здоров'я розглядається як стан душевного благополуччя, ознаками якого є відсутність хворобливих психічних явищ і адекватна регуляція поведінки та діяльності особистості [8]. На соціальному рівні здоров'я трактується як показник конструктивних і гармонійних стосунків з іншими, які впливають на благополуччя людини. Спільною тенденцією яких є розуміння цього явища як умови благополуччя людини загалом, успішної адаптованості до мінливих умов життя та реалізації її життєвого потенціалу.

Вагомий матеріал для розуміння сутності здоров'я як багаторівневої структури знаходимо в наукових дослідженнях українських учених М.Й. Боришевського, Л.Ф. Бурлачука, С.В. Васківської, С.Д. Максименка, К.Л. Мілютіної, які обґрунтували дієвість і єдність психосоматичних, психологічних і соціально-психологічних аспектів, що здатні впливати на здоров'я особистості.

Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчує, що в наукових доробках І.В. Дубровіної, Є.І. Ісаєва, С.Д. Максименка, В.І. Слободчикова й інших учених, присвячених дослідженню здоров'я як наукового феномену, використовується синонімічний ряд понять: «здорова особистість», «зріла особистість», «гармонійна особистість», суттєвими характеристиками якої є: «психічне здоров'я», «психологічне здоров'я», «духовне здоров'я» та «ментальне здоров'я». Однією з тенденцій у розробленні проблеми розуміння сутності ментального здоров'я є інтеграція наукових зусиль крізь призму розуміння вказаних одиниць синонімічного ряду, де ментальне здоров'я ототожнюється із психічним здоров'ям, психологічним здоров'ям і духовним здоров'ям. Ідеться про існування понятійної колізії, в основі якої лежить ототожнення англійських понять “mental health” і “psychological health”, які подаються в науковій літературі як «психологічне здоров'я».

Однією з тенденцій у розробленні проблеми ментального здоров'я як наукового феномену є інтеграція наукових зусиль через ототожнення цього поняття із психічним здоров'ям. Так, зокрема, у законодавчих документах ВООЗ «психічне здоров'я» та «ментальне здоров'я» подаються як тотожні поняття, сутність яких полягає у стані благополуччя, за якого людина може реалізувати власний потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, продуктивно та плідно працювати, вносити вклад у життя своєї спільноти [18].

О.Р. Ткачишина, О.А. Столярчук під ментальним здоров'ям розуміють психічне здоров'я, що передбачає будь-який рівень розумового, емоційного благополуччя або відсутність психічного розладу [14]. І.В. Жданова під психічним здоров'ям розуміє відсутність психічних розладів, нормальність; перебування людини в різних станах психічного благополуччя; індивідуальну автономію; уміння успішно впливати на соціальне та природне середовище, адекватно сприймати дійсність, що лежать в основі тенденцій розвитку, зростання та цілісності особистості [1].

Незважаючи на відсутність уніфікованого тлумачення поняття «психічне здоров'я», можна констатувати, що єдиною детермінантою щодо розуміння сутності цього феномену є соціальна категорія «норми», під якою розуміють відсутність патологій і симптомів, що заважають людині адаптуватися в суспільстві, яка сприяє психічному благополуччю та гармонійному розвитку особистості.

У контексті нашого дослідження важливо зосередити увагу на тенденції ототожнення понять «ментальне здоров'я» та «психологічне здоров'я». Вагомий матеріал для побудови концепції дослідження психологічного здоров'я знаходимо у працях Р. Ассаджіолі, А. Елліса, А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла, які здійснили спробу пояснити сутність феномену психологічного здоров'я для комплексного обґрунтування проблеми та віднаходження оптимальних способів її розв'язання.

Поняття «психологічне здоров'я» було введено на теренах вітчизняної психології І.В. Дубровіною, яка під цим феноменом розуміє динамічну сукупність психологічних властивостей, що забезпечують гармонію між різними сторонами особистості, між нею та суспільством і можливість повноцінного функціонування людини у процесі життєдіяльності [16, с. 109].

На сучасному етапі науковці наголошують на необхідності розмежовувати сфери психічного та психологічного здоров'я. Якщо психічне здоров'я стосується окремих психічних процесів і механізмів, то психологічне характеризує особистість людини загалом і демонструє зв'язок із вищими проявами людського духу. Насамперед ідеться про зв'язок психологічного здоров'я із ціннісно-мотиваційною сферою особистості, з її переконаннями, самосвідомістю та духовною сферою. Цієї позиції дотримуються й І.І. Галецька, С.Д. Максименко, Н.В. Павлик, В.Е. Пахальян, А.В. Шувалов та інші вчені. Так, С.Д. Максименко зазначає, що психічне здоров'я виступає аспектом здоров'я взагалі, що пов'язаний із душевним комфортом, відсутністю психопатій, здатністю до ефективної діяльності та саморегуляції в контексті досягнення поставлених цілей і реалізації власних інтересів. Психологічне ж здоров'я трактується вченим як засіб диференціації соматично та психічно здорової особистості від її спрямованого руху в напрямі до реалізації вищих, духовних смислів життя [5].

Беручи до уваги відсутність однозначного розуміння щодо співвідношення понять психічного та психологічного здоров'я, у контексті нашого дослідження, необхідно зупинитися на позиціях науковців, які в ролі показників психологічного здоров'я називають духовність особистості. І.В. Дубровіна однією з перших вказала на те, що психологічне здоров'я передбачає духовне становлення особистості, повноту та багатство її внутрішнього світу на основі повноцінного та всебічного психічного розвитку [8]. О.В. Шувалов, обґрунтовуючи сутність психологічного здоров'я, також пов'язує його з духовним здоров'ям людини. Подібної позиції дотримуються й українські науковці: Е.О. Помиткін, який психологічне здоров'я розглядає як показник духовності особистості [10]; В.О. Моляко, на думку якого психологічне здоров'я виступає мірою творчості особистості [7]; Т.Б. Костєва, яка в основу розуміння сутності поняття психологічного здоров'я поклала гармонію, або баланс, між різними складниками самої людини – емоційними й інтелектуальними, тілесними та психічними [2, с. 39]. У контексті нашого дослідження важливою є позиція С.Д. Максименко, який у ролі критеріїв психологічного здоров'я, поруч з ознаками духовності – сформованість моральних ціннісних ставлень особистості до себе, до інших і до світу (що виявляється у формі довіри та любові), розглядає вміння людини справлятися із життєвими проблемами, її стресостійкість і здатність до ефективної творчої діяльності [6, с. 4].

Узагальнюючи результати наукових доробок, можна констатувати наявність трьох підходів щодо трактування сутності психологічного здоров'я. Відповідно до першого психологічне та психічне здоров'я розглядаються вченими як синонімічні явища. Згідно із другим підходом психологічне здоров'я вивчається в контексті соціально-психологічної адаптації та благополуччя особистості. У межах третього цей феномен ототожнюється з особистісною зрілістю та духовністю особистості.

Автори статті не заперечують існування зв'язку між ментальним і психічним, психологічним і духовним здоров'ям і підтримують позицію вчених, які в основу ментального здоров'я кладуть ментальність особистості. О.В. Шувалов одним із перших зауважив, що ментальне здоров'я ґрунтується на ментальності особистості. Подібної думки дотримуються й сучасні

українські науковці Т.Б. Костева, Н.В. Павлик, С.Д. Максименко й інші. Щоби краще зрозуміти наявність такого зв'язку, розглянемо сутність поняття ментальності.

У «Психологічній енциклопедії» (автор-упорядник О.М. Степанов) ментальність розглядається як стійкий і характерний для конкретної особистості спосіб мислення, емоційного реагування та сприйняття довкілля. Це сукупність психологічних особливостей, які визначають, як людина сприймає світ навколо себе, як вона взаємодіє з іншими, як ставиться до викликів і проблем, а також як реагує на стресові ситуації. О.В. Савицька під ментальністю розуміє систему образів, що лежать в основі уявлень індивіда про світ і власне місце в ньому, що визначають учинки та поведінку людей [12]. Т.Б. Костева розглядає ментальність як призму, крізь яку людина дивиться на світ і себе в ньому [2, с. 38]. Узагальнюючи погляди науковців на сутність ментальності, можна констатувати, що цей феномен розуміється як загальна духовна налаштованість людини на власне благополуччя та благополуччя оточення.

Одним із векторів дослідження ментального здоров'я є інтеграція наукових зусиль щодо виокремлення суттєвих критеріїв цього феномену. Беручи до уваги результати досліджень як західних (А. Елліс, А. Маслоу, Г. Олпорт, Ф. Перлз), так і вітчизняних (І.В. Дубровіна, Н.В. Павлик, Е.О. Помиткін, А.М. Шевченко й інші) учених, доцільно вказати на існування широкого спектра критеріїв ментального здоров'я, що стосуються соціально-психологічної, індивідуально-психологічної та ціннісно-сислової сфер особистості. Найчастіше в ролі критеріїв ментального здоров'я виступають:

1. Позитивне самопочуття особистості, що виражається станом радості та задоволення собою в повсякденному житті та дозволяє ефективно впоратися зі стресом та іншими критичними ситуаціями.

2. Гнучкість і адаптованість людини до мінливих умов сьогодення та здатність вирішувати життєві проблеми та встановлювати сприятливі міжособистісні стосунки з іншими.

3. Емоційна стійкість, що дозволяє ефективно керувати емоційно-вольовою сферою особистості.

4. Самовизначеність суб'єкта життєдіяльності, за якої останній має свідомий орієнтир на власні цінності та переконання.

5. Здатність до ефективної комунікації з іншими, результатом якої є сприятливі стосунки.

6. Спроможність до самореалізації та саморозвитку власної ідентичності.

Єдність вказаних критеріїв ментального здоров'я дозволяє людині реалізовувати власний потенціал, справлятися із життєвими викликами, розвивати стресостійкість, підтримувати гармонійні стосунки з оточенням, вносити позитивний вклад у суспільний розвиток і насолоджуватися життям.

Узагальнюючи погляди українських учених Р.О. Винничук, О.В. Завгородньої, Т.Б. Костевої, С.Д. Максименко, Н.В. Павлик, О.Р. Ткачишиної, А.М. Шевченко на сутність ментального здоров'я, можна констатувати, що цей феномен виступає інтегрованою характеристикою особистості, що лежить в основі загального благополуччя та якості життя людини. Автори статті стоять на позиції, що в основі ментального здоров'я, окрім ментальності, покладено два системоутворювальні компоненти. У ролі першого виступає баланс між емоційним, психологічним, соціальним і духовним благополуччям особистості, у ролі другого – стан гармонії людини з навколишнім світом та із собою. Саме за умови єдності означених компонентів ментальне здоров'я лежить в основі процесу успішної адаптації людини до мінливого навколишнього середовища, дозволяє справлятися із кризовими ситуаціями та підтримувати рівновагу між різними аспектами життя особистості та здійснювати позитивний вплив на оточення.

Висновки

Підсумовуючи матеріал, викладений у статті, можна зазначити, що підтримання ментального здоров'я українців варто розглядати одним із важливих напрямів системи національної безпеки нашої незалежної держави в умовах повномасштабної війни. Якщо узагальнити

погляди науковців, можна вказати на сутність ментального здоров'я як полінаукового феномену, що досліджується на біологічному, психологічному та соціальному рівнях. Суттєвою тенденцією вивчення ментального здоров'я на психологічному рівні є його ототожнення із психічним, психологічним і духовним здоров'ям. Зрозуміти сутність цього полідетермінованого та складноструктурованого наукового явища можна на основі комплексного підходу, в основу якого покладено дослідження різних аспектів ментального здоров'я відповідно до теоретичних і практичних його модальностей.

Аналіз сучасних наукових досліджень засвідчує необхідність розмежування сфери психічного та психологічного здоров'я. Якщо перше трактується вченими як інтегрована характеристика особистості, що пов'язана з її благополуччям і відсутністю хворобливих психічних проявів, що сприяють процесові адаптації, то другий науковий феномен розглядається як динамічна система психічних властивостей людини, які лежать в основі гармонії між ціннісно-мотиваційною, духовною й іншими сферами людини, а також між людиною та суспільством.

Одним із сучасних векторів дослідження ментального здоров'я є наукові доробки, де в основу цього явища кладеться ментальність, як духовна налаштованість особистості на власне благополуччя та на благополуччя інших людей. Поруч із ментальністю в ролі системоутворювальних компонентів ментального здоров'я як інтегрованої характеристики особистості виступають: баланс між емоційним, психологічним, соціальним і духовним благополуччям особистості та стан гармонії людини з навколишнім світом і із собою.

Перспективу подальших наукових досліджень убачаємо у визначенні дієвості діалогічної взаємодії в освітньому процесі як умови формування ментального здоров'я майбутніх фахівців, що працюватимуть у системі «людина – людина».

Література:

1. Жданова І.В. Психологічні аспекти збереження професійного здоров'я майбутніх фахівців у сфері цивільного захисту. *Сучасний стан цивільного захисту України та перспективи розвитку* : матеріали ХІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції. Київ : ІДУЦЗ, 2017. С. 167–170.
2. Костева Т.Б. Вплив ментального здоров'я на життєдіяльність особистості. URL: <https://lib.chmnu.edu.ua/pdf/naukraci/pedagogika/2018/311-299-6.pdf>.
3. Психологія здоров'я людини / І.Я. Коцан та ін. ; за ред. І.Я. Коцана. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.
4. Кравченко О.О. Соціально-психологічна підтримка ментального здоров'я учасників освітнього процесу у кризових ситуаціях (практичний досвід). *Social Work and Education*. 2023. Vol. 10. № 1. Р. 35–47.
5. Максименко С.Д. Особливості прогнозування внутрішніх ліній психічного здоров'я особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013 № 2. С. 4–14.
6. Максименко С.Д. Психічне здоров'я дітей. *Психолог*. 2022. № 1. С. 4.
7. Моляко В.О., Музика О.Л. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень : посібник. Житомир : Рута, 2006. 320 с.
8. Павлик Н.В. Структура і критерії психологічного здоров'я особистості. *Психологія і особистість* : науковий журнал / Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України ; Полтав. нац. пед. ун-т ім. В.Г. Короленка. Київ ; Полтава : ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2022. Вип. 1 (21). С. 34–59.
9. Панок В.Г. Діяльність психологічної служби та українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи в умовах війни: результати, проблеми, пріоритети. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2022. № 4 (2). С. 1–8. DOI: 10.37472/v.naes.2022.4205.
10. Помиткін Е.О. Психологія духовного розвитку особистості : монографія. Київ : Наш час, 2000. 280 с.
11. ПТСР та загострення хронічних хвороб: як війна вплине на здоров'я українців. *Слово і діло* : вебсайт. 1 листопада 2022 р. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2022/11/01/infografika/suspilstvo/ptsr-ta-zahostrennya-xronichnykh-xvorob-yak-vijna-vplyne-zdorovya-ukrayincziv>.
12. Савицька О.В., Співак Л.М. Етнопсихологія : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Каравела, 2011. 264 с.

13. Слюсаревський М.М. Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді : наукова доповідь на засіданні президії НАПН України 21 квітня 2022 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2022. № 4 (1). DOI: 10.37472/v.naes.2022.4124.
14. Ткачишина О.Р., Столярчук О.А. Конструктивна поведінка особистості у контексті проблеми психічного та психологічного здоров'я. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія «Психологія». Видавничий дім «Гельветика», 2023. Т. 34 (73). № 1. С. 78–83.
15. Ткачишина О.Р. Проблема ментального здоров'я в Україні: психологічний аналіз. *Психофізіологія та медична психологія*. 2023. Вип. 53. С. 207–211.
16. Шевченко А.М. Теоретичні аспекти дослідження психологічного здоров'я особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2018. № 1 (12). С. 109.
17. New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: a systematic review and meta-analysis / F. Charlson et al. *The Lancet*. 2019. P. 240–248.
18. Mental health: facing the challenges, building solutions: report from the WHO European Ministerial Conference. Report from the WHO European Ministerial Conference. *World Health Organization*. 2005. 199 p. URL: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/96452/E87301.pdf.