

**Фомич М. В.**, кандидат психологічних наук,  
доцент, Черкаський інститут пожежної безпеки  
імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України  
ORCID ID 0000-0003-1253-2656

## ТЕОРЕТИЧНІ КОНЦЕПЦІЇ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ

*У статті розглянуто теоретичні концепції психічного здоров'я особистості в психологічній науці. Розкрито загальні підходи до аналізу сутності та змісту психічного здоров'я особистості. Наведено визначення та характеристику психічного здоров'я. З'ясовано, що психічне здоров'я це основа повноцінного розвитку особистості, що підкреслює відсутність у суб'єкта психічних захворювань та вбирає у себе основні прояви якостей людини як організатора і розпорядника власного життя. Аналіз наукової літератури дав змогу виділити характеристики психічного здоров'я особистості, до яких належать: активність, регуляція поведінки та діяльності, цілеспрямованість, креативність, критичність мислення, здатність брати на себе всю повноту відповідальності за подолання життєвих обставин і труднощів, особистісне зростання та гармонійний розвиток з навколишнім світом.*

*Ключові слова:* особистість, здоров'я, психічне здоров'я, характеристики психічного здоров'я, збереження психічного здоров'я.

*В статье рассмотрены теоретические концепции психического здоровья личности в психологической науке. Раскрыты общие подходы к анализу сущности и содержания психического здоровья личности. Приведены определения и характеристика психического здоровья. Выяснено, что психическое здоровье это основа полноценного развития личности, которая подчеркивает отсутствие у субъекта психических заболеваний и собирает в себе основные проявления качеств человека как организатора и распорядителя собственной жизни. Анализ научной литературы позволил выделить характеристики психического здоровья личности, к которым относятся: активность, регуляция поведения и деятельности, целеустремленность, креативность, критичность мышления, способность брать на себя всю полноту ответственности за преодоление жизненных обстоятельств и трудностей, личностный рост и гармоничное развитие с окружающим миром.*

*Ключевые слова:* личность, здоровье, психическое здоровье, характеристики психического здоровья, сохранения психического здоровья.

**Постановка проблеми.** Проблема психічного здоров'я особистості незважаючи на її визнання у зарубіжній і вітчизняній психології як однієї з найбільш значущих, викликає неоднозначність підходів до розуміння її сутності і змісту, а отже розв'язання. Особливості нинішнього суспільно-політичної буття, складність у розумінні сутнісних характеристик психічного здоров'я особистості обумовлюють потребу з однієї сторони вирішити поняттєво-термінологічну проблему, пов'язану із розуміння поняття «психічне здоров'я», з іншої – дослідити еволюцію наукових підходів до розгляду порушеної проблеми і її стан на нинішньому етапі розвитку наукової думки.

**Аналіз досліджень та публікацій.** Феномен психічного здоров'я є предметом дослідження значної кількості наукових праць. У західній психології психічне здоров'я вивчалось виданими психологами А. Маслоу, К. Роджерсом, Г. Олпортом, В.

Франклом та ін. У вітчизняній психології свої праці порушеній проблемі присвячували С.І. Болтівець, І.І. Галецька, В.Г. Кохан, І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, С.Д. Максименко, Є.М. Потапчук, Н.О. Світлична, Р.І. Сірко.

**Виклад основних положень.** Проблема психічного здоров'я особистості як предметна сфера наукового дослідження має відносно не тривалу історію, проте положення на які вона опирається беруть свій початок ще в давньосхідних практиках індо-тібетської медицини, таких як йога та аюрведа.

Йога в індо-тібетській традиції – сукупність духовних та фізичних практик, націлених на управління психічними і фізіологічними функціями організму людини з метою досягнення піднесеного духовного й психічного стану. Як слушно зазначає Г.С. Нікіфоров, йога є шляхом до гармонізації фізичного і психічного начала людини [8]. Найбільш поширеними, або ж

основними стилями сучасної йоги вважаються хатха-йога та раджа-йога. Якщо перша спрямована в основному на підтримку фізичного здоров'я особистості, то остання, раджа-йога або як її часто називають інтелектуальна йога, дозволяє учню досягнути значних результатів відносно свого психічного здоров'я: змінити картину світу, навчитися контролювати свої думки, розвинути новий стиль власного життя.

Аюрведична практика у XV – VII столітті до н.е. була основою державної індійської медицини. В перекладі із санскриту «аюрведа» це наука життя. Аюрведична наука вчить, що в гармонії тіла і духу сенс людського буття; що психіка впливає на стан організму; що одна із основних умов детермінуючих здоров'я полягає у підтримці психічної та соматичної рівноваги [8].

Йога та аюрведа як приклади духовних і фізичних практик індо-тібетської медицини є одними із самих давніх психологічних систем, методичні прийоми яких і сьогодні активно використовуються у різноманітних методах психічної релаксації та саморегуляції, таких, наприклад як, аутогенне тренування.

Найбільш глибоко вплив східної традиції на проблематику психічного здоров'я відчувається у науковій діяльності К. Юнга, який на протязі усього життя проявляв інтерес до філософії і традицій Сходу. Вивчав індійські та китайські трактати, які на думку біографів, посприяли його значній кількості наукових відкриттів у психології. Р. Моаканін, у своїй книзі «Психологія Юнга і тибетський буддизм» зазначає, що Юнг знаходився ближче до східних систем, ніж до традиційного Заходу [14]. К. Юнг вважав, що здоровою може бути лише та людина, яка асимілювала зміст свого несвідомого і вільна від захоплення яким-небудь архетипом. Шлях до здоров'я і зростання, від его до самості, Юнг назвав індивідуацією [21].

Незважаючи на те, що одними з перших, хто звернув увагу науки на проблематику психічного здоров'я особистості були представники психоаналітичного напрямку, зокрема З. Фрейд та К. Юнг, проте історична ініціатива з постановки та розробки психічного здоров'я як наукової проблеми належить

вченим гуманістичної психології (Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм).

Зосередив свою увагу на специфічних людських проявах і цінностях, представники гуманістичної течії вводять у професійну лексику низку термінів, що визначають якість індивідуального життя людини, зокрема вели мову і про психічне здоров'я, використовуючи при цьому такі поняття: «душевне здоров'я», «душевне благополуччя», «внутрішньоособистісна гармонія», «гармонія особистості», «сила Я» та ін. [9, 13, 17, 21, 22].

Відомий представник гуманістичної психології К. Роджерс, один із перших зробив спробу створити психологічний портрет здорової особистості. У його працях психічне здоров'я особистості відображається через поняття «повноцінно функціонуюча особистість». На думку вченого така особистість виражає відкритість до переживання, екзистенційний образ життя, організмичну довіру, емпіричну свободу та креативність [17]. Роджерс наголошував, що людина наділена вродженим, природнім стремлінням до здоров'я.

А. Маслоу на основі теорії мотивації особистості створив образ самоактуалізованої, психічного здорової людини. На думку вченого, психічне здоров'я характеризує індивіда як суб'єкта життєдіяльності, розпорядника своїх власних сил і здібностей. Маслоу писав, що особа, яка самоактуалізується, зорієнтована на реальність, сприймає себе, інших людей, світ природи такими, якими вони є; спонтанна, центрована на проблемі, а не на собі; автономна і незалежна, її оцінка людей, речей, явищ не є стереотипною; вона має значні творчі ресурси [13].

Г. Олпорт увівши в науку уявлення про пропріативність людської природи, склав портрет психологічно зрілої особистості. За Г. Олпортом психологічно зріла особистість здатна брати на себе всю відповідальність за своє життя, за його якість, успіхи та поразки. Риси, що характеризують особистісну зрілість, за типологією Г. Олпорта, є центральними рисами пропріуму особистості, які охоплює ті її сторони, що є важливими для почуття самоідентичності та самоповаги [21].

У свою чергу Е. Фромм пропагуючи цінність позитивної свободи запропонував

образ «людини з продуктивним характером». На думку Е. Фромма така людина вільна і незалежна від зовнішнього контролю, керується розумом і тому здатна досягнути суті явищ; сприймає себе як втілення власних сил і як «творця», здатна бачити людей такими, якими вони є, здатна любити; здатна творити силою уяви, їй властива екзистенційність потреб, які є джерелом активності [22].

Узагальнюючи окреслені концепції, є підстави констатувати, що гуманістична психологія зробила один із перших і важливих кроків до розгляду психічного здоров'я особистості. Зокрема представники саме цього наукового напрямку ввели психічне здоров'я до кола наукових проблем, де на перший план виходить самобутність і самодостатність людини, шлях до здоров'я через мистецтво жити. Водночас суттєвим недоліком гуманістичної парадигми є відсутність її чітких меж, що у свою чергу припускає існування різних поглядів на порушену проблему.

Деякий інший підхід до проблеми психічного здоров'я запропонував австрійський психіатр В. Франкл, відомий представник екзистенціальної психології. У своїй праці «Людина у пошуках сенсу», В. Франкл, колишній в'язень нацистського концентраційного табору, розмірковував про людину, яка прагне до сенсу, наголошуючи на тому, що людське життя ні при яких обставинах не може позбутися сенсу. Сенс життя має бути знайденим. У його пошуку людину спрямовує совість, яка для Франкла тотожна «внутрішньому голосу», що направляє людину по шляху до досягнення здоров'я [20]. Щоб сповнити життя сенсом, отже зробити його усвідомленим, людині потрібно виявляти відповідальність, творчість у роботі, уміння переживати, – зазначає Франкл.

У межах гуманітарно-антропологічної концепції, яка активно розвивається у Росії дослідження психічного здоров'я беруть свій початок з кінця XIX- початку XX століття. Значний теоретичний і практичний внесок в розробку ідей психічного здоров'я як проблеми вікової і педагогічної психології був зроблений В.М. Бехтеревим, який продемонстрував принципове значення виховання і освіти для формування психічного здоров'я дітей, починаючи з

раннього віку та впродовж підліткового і юнацького віку [8].

Формування психічного здоров'я виходячи із онтології способу життя людини припускає антропологічну концепцію (А.В. Шувалов, В.І. Слободчиков). Параметри психічного здоров'я тут виступають як надбання зрілості [25].

Значного поширення думки про психічне здоров'я набули в межах адаптаційного підходу. На думку О.В. Хухлаєвої, розуміючи психічне здоров'я як наявність динамічної рівноваги між індивідом і середовищем, його слід вважати критерієм гармонії між людиною і соціумом [23].

Г.С. Нікіфоров, один із сучасних представників наукового напрямку «Психологія здоров'я» у Росії, говорить про психічне здоров'я як характеристику людини, яка визначає її здатність долати складні обставини свого життя, зберігаючи оптимальний емоційний фон та адекватність поведінки. Продовжуючи думку вчений додає, що психічне здоров'я – це перш за все гармонія людини із самою собою [8].

О.С. Васильєва, наголошує на тому, що психічне здоров'я визначається як одна із інтегральних характеристик особистості, пов'язана із її внутрішнім світом та з усім різноманіттям навколишнього світу [4].

Аналіз літературних джерел свідчить, що у російській психології проблема психічного здоров'я особистості має достатньо розроблені теоретичні основи, що дозволили виділити окремий науковий напрям психологічних досліджень – «Психологія здоров'я». Принципи та філософія якого реалізовані в межах гуманітарно-антропологічної концепції, яка ґрунтується на ідеях досягнення людиною повноти власної реальності та духовного зростання.

У вітчизняній науці психічне здоров'я не раз ставало предметом наукового дослідження і найбільш ґрунтовно розкрито у межах проблем загальної психології (С.Д. Максименко, Р.І. Сірко), психології діяльності в особливих умовах (В. Г. Кохан, Є.М. Потапчук, Н.О. Свіглична), психології здоров'я (І.Я. Коцан Г.В. Ложкін, О.В. Носков), медичної психології (С.Д. Максименко, О.С. Чабан), педагогічної та вікової психології (О.І. Василевська, С.Б. Жарікова) психогієни (С.І. Болтівець),

національної безпеки (І.І. Галецька, О.Л. Корольчук, О.В. Устінов).

Науковці намагалися розкрити сутність понять «психічне здоров'я» і «психічно здорова особистість», вивчити наслідки негативних впливів на психічне здоров'я та розробити відповідні заходи з його розвитку, збереження і охорони.

Досліджуючи проблему прогнозування розвитку психічного здоров'я особистості С.Д. Максименко визначає психічно здорову особистість як цілісну особистість, що перебуває в постійному русі-становленні, при цьому цілісність науковець розглядає не лише як атрибут особистості, а і як систему її єдності з соціальним оточенням, з одного боку, та з біолого-генетичними власними особливостями – з іншого [12]. На думку дослідника, психічне здоров'я – аспект здоров'я взагалі, який підкреслює стан душевного комфорту, відсутність патологічних психічних проявів та здатності до ефективної діяльності і саморегуляції у відповідності до власних (відрефлексованих) цілей і інтересів людини [15].

І.В. Шаронова, розглядаючи стан проблеми психічного здоров'я в сучасних умовах життєдіяльності, говорить про психічне здоров'я як відносно стійкий стан особистості, який дає можливість людині усвідомлено, враховуючи свої фізичні й психічні можливості, а також навколишні природні та соціальні умови, задовольняти індивідуальні, біологічні та соціальні потреби на основі нормального функціонування психофізичних систем, що забезпечують досягнення емоційного благополуччя [24].

Авторський колектив у складі І.Я. Коцана, Г.В. Ложкіна, М.І. Мушкевича, у своїй праці «Психологія здоров'я людини» [11], трактує психічне здоров'я як повноцінний розвиток і злагоджена робота всіх психічних функцій. Вважаючи, що це – внутрішній стан людини, який забезпечує адекватну дійсності регуляцію поведінки.

Психічне здоров'я було предметом роздумів М.Є. Андрос під яким, на думку науковця, слід розуміти таке функціонування психіки індивіда, яке забезпечує йому гармонійну взаємодію з навколишнім світом [1].

О.І. Василевська, вивчаючи особливості розвитку психічного здоров'я, визначає його

як комплексне поняття, що включає здатність до життєтворчості, наявність сенсу життя, конструктивну взаємодію з оточуючими, соціальною дійсністю [3].

Контент-аналіз літератури свідчить, що часто у наукових дослідженнях проблема психічного здоров'я постає у контексті пошуку шляхів його збереження та охорони [2, 5, 7, 16, 18, 19].

Так, вивчаючи психологічні чинники збереження психічного здоров'я провізорів-інтернів, Н.В. Гончаренко тлумачить психічне здоров'я як здатність до функціонування на високому рівні поведінкового й емоційного регулювання, що забезпечує індивіду внутрішню і зовнішню гармонію [7].

Досліджуючи збереження психічного здоров'я вихователів С.А. Тітаренко, зазначає, що психічне здоров'я є важливою умовою ефективності професійної діяльності педагога і безпосередньо пов'язане із стійкістю до стресу та деструкцій у поведінці [19].

Питання охорони психічного здоров'я у своїх працях піднімають П.В. Волошин та Н.О. Марута, на їхню думку, психічне здоров'я належить до проблем, які з часом потребують все більшої уваги суспільства та держави. Науковці зазначають, що психічне здоров'я населення – мистецький, культурний, інтелектуальний, виробничий та оборонний потенціал нації [5].

Варто зазначити, що проблематика збереження та охорони психічного здоров'я є одним із найактуальніших питань для фахівців ризиконебезпечних галузей, професійна діяльність яких пов'язана із значними фізичними та психоемоційними навантаженнями, а отже можливістю порушення чи втрати психічного здоров'я.

Аналізуючи теоретико-методологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців Є.М. Потапчук прийшов до висновку, що під поняттям «психічне здоров'я військовослужбовця» слід розуміти таке функціонування психіки військовослужбовця, яке забезпечує його гармонійну взаємодію з навколишнім світом, адекватність поведінки, ефективність навчальної і службової діяльності та здійснення особистісного розвитку [16].

Про психічне здоров'я як основоположний психологічний феномен

професійної поведінки працівників МНС, говорить Н.О. Світлична при дослідженні структури процесу збереження психічного здоров'я суб'єктів зазначеної сфери праці [18].

В.І. Барко, окреслюючи концептуальні засади професійно-психологічного тренінгу збереження психічного здоров'я поліцейських Національної поліції України, вказує, що психічне здоров'я працівника поліції полягає в тому, щоби прийти до узгодження із самим собою й реальними фактами життя та службової діяльності [2].

Особливості суспільно-політичної обстановки в державі, військові дії на сході країни обумовили розгляд проблеми психічного здоров'я у розрізі національної безпеки. Автори звертають увагу, що психічне здоров'я є важливою складовою національної безпеки, а його збереження має бути пріоритетним напрямком науки та державної політики [6, 10].

У пошуках засад продуктивної праці, суспільної єдності та економічного розвитку І.І. Галецька дійшла до висновку, що психічне здоров'я визначає наявність сукупного потенціалу суспільного розвитку, здатності до формування та розвитку громадянського суспільства як основи стабільного суспільно-економічного розвитку [6].

Розмірковуючи про сучасні умови життєдіяльності в Україні існуючі загрози та ризики, ускладнені веденням Атитеротистичної операції О.Л. Корольчук

говорить, що психічне здоров'я це стан благополуччя та умова для реалізації людиною власного потенціалу, здолати виклики, стреси, продуктивно та плідно працювати, бути активним та творчим членом українського суспільства [10].

**Висновки.** Отже, аналіз теоретичних концепцій психічного здоров'я особистості засвідчує, що незважаючи на актуалізацію даного питання у різних галузях психологічної науки та наявність окремих досліджень, порушена проблема залишається надзвичайно актуальною, оскільки в більшості робіт вона досліджується фрагментарно.

Виявлені сутнісні варіанти до розуміння психічного здоров'я дають підстави для формування власного уточненого поняття психічного здоров'я – це основа повноцінного розвитку особистості, що підкреслює відсутність у суб'єкта психічних захворювань та вбирає у себе основні прояви якостей людини як організатора і розпорядника власного життя.

Аналіз наукових підходів дає змогу виділити характеристики психічного здоров'я особистості, до яких належать: активність, регуляція поведінки та діяльності, цілеспрямованість, креативність, критичність мислення, здатність брати на себе всю повноту відповідальності за подолання життєвих обставин і труднощів, особистісне зростання та гармонійний розвиток з навколишнім світом.

### Список використаних джерел

1. Андрос М.Є. Психічне здоров'я особистості: психологічне консультування керівників шкіл / М.Є Андрос // Освіта і управління. – Том 2. – 1998. – № 2. – С. 64.
2. Барко В. І. Концептуальні засади професійно-психологічного тренінгу «збереження психологічного здоров'я поліцейських національної поліції України» / В. І. Барко, В. П. Остапович, В. В. Барко // Право і Безпека. – 2016. – № 4. – С. 104–109.
3. Василевська О.І. Психічне здоров'я особистості як соціально-психологічне явище / О.І. Василевська // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. – 2016. – Вип. 3(2). – С. 7–11.
4. Васильєва О.С. Психологія здоров'я людини: еталони, представлення, установки / О.С. Васильєва, Ф.Р. Філатов. – М. : «Академія», 2001. – 352 с.
5. Волошин П.В. Стратегія охорони психічного здоров'я населення України: сучасні можливості та перешкоди / П.В. Волошин, Н.О. Марута // Український вісник психоневрології. – 2015. – Т. 23, вип. 1. – С. 5–11.
6. Галецька І.І. Психологічне здоров'я як проблема національної безпеки / І. І. Галецька // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. – 2012. – Вип. 2(1). – С. 49–58.
7. Гончаренко Н.В. Психологічні чинники збереження психічного здоров'я провізорів-інтернів / Н.В. Гончаренко // Modern Methodology of Science and Education. – Vol. 3. – 2017. – P. 3–8.
8. Здоровая личность / [Г.С. Никифоров, Л.Г. Татарникова, Н.Ф. Голованова, В.М. Снетков и др.]; под ред. Г.С. Никифорова. – СПб. : Речь, 2013. – 400 с.

## Питання психології

9. Келвин Х. Теории личности / Х. Келвин, Л. Гарднер ; пер. с англ. – М. : ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 592 с.
10. Корольчук О.Л. Охрана психического здоровья в условиях ведения АТО / О.Л. Корольчук // Инвестиции: практика та досвід. – 2016. – № 18. – С. 96–102.
11. Коцан І.Я. Психологія здоров'я людини / І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич ; за ред. І. Я. Коцана. – Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – 430 с.
12. Максименко С.Д. Особливості прогнозування внутрішніх ліній психічного здоров'я особистості / С.Д. Максименко // Проблеми сучасної психології. – 2013. – № 2. – С. 4–14.
13. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2006. – 352 с.
14. Моаканин Р. Психология Юнга и тибетский буддизм / Р. Моаканин. – Томск: Водолей, 1993. – 112 с.
15. Медична психологія : [підручник] / [С.Д. Максименко, І.А. Коваль, К.С. Максименко, М.В. Папуча] ; за ред. академіка С.Д. Максименка. – Вінниця: Нова Книга, 2008 – 520 с.
16. Потапчук Є.М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців: монографія / Є.М. Потапчук. – Хмельницький, 2004. – 322 с.
17. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс ; пер. с англ. ; общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной. – М. : Изд. группа «Прогресс», Университет, 1994. – 478 с.
18. Світлична Н.О. Соціально-психологічні чинники збереження психологічного здоров'я працівників МНС : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.09 / Н.О. Світлична. – Національний університет цивільного захисту України. – Х., 2013. – 18 с.
19. Титаренко С.А. Збереження психічного здоров'я вихователя дошкільного навчального закладу як умова ефективності професійної діяльності / С.А. Титаренко // Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Сер. : Педагогічні науки. – 2016. – Вип. 30. – С. 175–182.
20. Франкл В. Воля к смыслу / В. Франкл ; пер. с англ. – М. : Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 368 с.
21. Фрейджер Ф. Личность: теории, эксперименты, упражнения / Ф.Фрейджер, Д. Фэйдимен. – СПб. : прайм-ЕВРОЗНАК, 2001. – 864 с.
22. Фромм Э. Человек для себя / Э. Фромм ; пер. с англ. – Минск: Коллегиум, 1992. – 253 с.
23. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева. – М., 2001. – 368 с.
24. Шаронова І.В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження / І.В. Шаронова // Проблеми сучасної психології. – Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України, 2013. – Вип. 20. – С. 738–747.
25. Шувалов А.В. Гуманитарно-антропологические основы теории психологического здоровья / А.В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2004. – №6. – С. 18–33.

## References

1. Andros M.Ye. Psihichne zdorov'ya osobistosti: psihologichne konsultuvannya kerivnikov shkil / M.Ye Andros // Osvita i upravlinnya. – Tom 2. – 1998. – № 2. – С. 64.
2. Barko V.I. Konceptualni zasady profesijno-psihologichnogo treningu «zberezhennya psihologichnogo zdorov'ya policejskih nacionalnoyi policiyi Ukraini» / V. I. Barko, V. P. Ostapovich, V. V. Barko // Pravo i Bezpeka. – 2016. – № 4. – С. 104–109.
3. Vasilevska O.I. Psihichne zdorov'ya osobistosti yak socialno-psihologichne yavishe / O.I. Vasilevska // Naukovij visnik Hersonskogo derzhavnogo universitetu. Seriya : Psihologichni nauki. – 2016. – Vip. 3(2). – С. 7–11.
4. Vasilyeva O.S. Psihologiya zdorovya cheloveka: etalony, predstavleniya, ustanovki / O.S. Vasilyeva, F.R. Filatov. – М. : «Akademiya», 2001. – 352 s.
5. Voloshin P.V. Strategiya ohoroni psihichnogo zdorov'ya naselennya Ukraini: suchasni mozhlivosti ta pereshkodi / P.V. Voloshin, N.O. Maruta // Ukrayinskij visnik psihonevrologiyi. – 2015. – Т. 23, vip. 1. – С. 5–11.
6. Galecka I.I. Psihologichne zdorov'ya yak problema nacionalnoyi bezpeki / I. I. Galecka // Naukovij visnik Lvivskogo derzhavnogo universitetu vnutrishnih sprav. Seriya psihologichna. – 2012. – Vip. 2(1). – С. 49–58.
7. Goncharenko N.V. Psihologichni chinniki zberezhennya psihichnogo zdorov'ya provizoriv-interniv / N.V. Goncharenko // Modern Methodology of Science and Education. – Vol. 3. – 2017. – R. 3–8.
8. Zdorovaya lichnost / [G.S. Nikiforov, L.G. Tatarnikova, N.F. Golovanova, V.M. Snetkov i dr.] ; pod red. G.S. Nikiforova. – SPb. : Rech, 2013. – 400 s.
9. Kelvin H. Teorii lichnosti / H. Kelvin, L. Gardner ; per. s angl. – М. : ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. – 592 с.
10. Korolchuk O.L. Ohorona psihichnogo zdorov'ya v umovah vedennya АТО / O.L. Korolchuk // Investiciyi: praktika ta dosvid. – 2016. – № 18. – С. 96–102.
11. Kocan I.Ya. Psihologiya zdorov'ya lyudini / I.Ya. Kocan, G.V. Lozhkin, M.I. Mushkevich ; za red. I. Ya. Kocana. – Luck: RVV «Vezha» Volin. nac. un-tu im. Lesi Ukrayinki, 2011. – 430 s.

12. Maksimenko S.D. Osoblivosti prognozuvannya vnutrishnih linij psihichnogo zdorov'ya osobistosti / S.D. Maksimenko // Problemi suchasnoyi psihologiyi. – 2013. – № 2. – S. 4–14.
13. Maslou A. Motivaciya i lichnost / A. Maslou. – SPb. : Piter, 2006. – 352 s.
14. Moakanin R. Psihologiya Yunga i tibetskij buddizm / R. Moakanin. – Tomsk: Vodolej, 1993. – 112 s.
15. Medichna psihologiya : [pidruchnik] / [C.D. Maksimenko, I.A. Koval, K.S. Maksimenko, M.V. Papucha] ; za red. akademika C.D. Maksimenka. – Vinnicya: Nova Kniga, 2008 – 520 s.
16. Potapchuk Ye.M. Teoriya ta praktika zberezhennya psihichnogo zdorov'ya vijskovosluzhbovciv: monografiya / Ye.M. Potapchuk. – Hmelnickij, 2004. – 322 s.
17. Rodzhers K. Vzgljad na psihoterapiyu. Stanovlenie cheloveka / K. Rodzhers ; per. s angl. ; obsh. red. i predisl. E.I. Iseninoj. – M. : Izd. gruppа «Progress», Universitet, 1994. – 478 s.
18. Svitlichna N.O. Socialno-psihologichni chinniki zberezhennya psihologichnogo zdorov'ya pracivnikiv MNS : avtořef. dis. na zdobuttya nauk. stupenya kand. psihol. nauk : 19.00.09 / N.O. Svitlichna. – Nacionalnij universitet civilnogo zahistu Ukraini. – H., 2013. – 18 s.
19. Titarenko S.A. Zberezhennya psihichnogo zdorov'ya vihovatelya doshkilnogo navchalnogo zakladu yak umova efektivnosti profesijnoyi diyalnosti / S.A. Titarenko // Visnik Gluhivskogo nacionalnogo pedagogichnogo universitetu imeni Oleksandra Dovzhenka. Ser. : Pedagogichni nauki. – 2016. – Vip. 30. – S. 175–182.
20. Frankl V. Volya k smyslu / V. Frankl ; per. s angl. – M. : Aprel-Press, Izd-vo EKSMO-Press, 2000. – 368 s.
21. Frejdzher F. Lichnost: teorii, eksperimenty, uprazhneniya / F.Frejdzher, D. Fejdimen. – SPb. : prajm-EVROZNAK, 2001. – 864 s.
22. Fromm E. Chelovek dlya sebya / E. Fromm ; per. s angl. – Minsk: Kollegium, 1992. – 253 s.
23. Huhlaeva O.V. Osnovy psihologicheskogo konsultirovaniya i psihologicheskoy korrekcii / O.V. Huhlaeva. – M., 2001. – 368 s.
24. Sharonova I.V. Psihichne zdorov'ya osobistosti yak predmet psihologichnogo doslidzhennya / I.V. Sharonova // Problemi suchasnoyi psihologiyi. – Zbirnik naukovih prac K-PNU imeni Ivana Ogiyenka, Institutu psihologiyi imeni G.S.Kostyuka NAPN Ukraini, 2013. – Vip. 20. – S. 738–747.
25. Shuvalov A.V. Gumanitarno-antropologicheskie osnovy teorii psihologicheskogo zdorov'ya / A.V. Shuvalov // Voprosy psihologi. – 2004. – № 6. – S. 18–33.

## SUMMARY

*Fomych M. V., Ph.D. in Psychology*

### THEORETICAL CONCEPTS OF PERSONALITY'S MENTAL HEALTH IN PSYCHOLOGICAL SCIENCE

**Introduction.** *The article analyzes theoretical concepts of personality's mental health that exist in psychological science. It is established that the problem of mental health of the individual, despite its recognition in foreign and domestic psychology as one of the most significant, causes ambiguity of approaches to understanding its essence and content, and therefore its solution.*

**Purpose.** *The purpose of this scientific research is to solve the conceptual and terminological problem associated with understanding the essence and content of the concept of "mental health", investigate the evolution of scientific approaches to its consideration and establish the state of its solution at the current stage of the development of scientific thought.*

**Methods.** *To achieve this goal, a complex of interrelated research methods was used, the choice of which was caused by the content of the disturbed problem: theoretical – analysis, synthesis, systematization and generalization of the data from literary sources on the problem of mental health of the individual.*

**Originality.** *The scientific novelty of the article is that the essence of the notion of "mental health" of the individual and its characteristics are determined, the idea of mental health in psychological science is further developed.*

**Conclusion.** *On the basis of research and analysis of the essential approaches to the understanding of mental health we have formulated our own precised definition and characteristics of the concept of "mental health". In particular, it is found out that mental health is the basis for the full development of personality, which emphasizes the absence of mental illnesses and includes the basic abilities of a person to organize and control his or her own life. Analysis of scientific literature made it possible to distinguish characteristics of mental health of the individual, which include: activity, regulation of behavior and activity, purposefulness, creativity, critical thinking, ability to assume full responsibility for overcoming life circumstances and difficulties, personal growth and harmonious development with the world around.*

*Key words: personality, health, mental health, characteristics of mental health, preservation of mental health.*