

ПОНЯТТЯ ТА СТРУКТУРА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Поняття «здоров'я» багатоманітне та структуроване. Традиційно, вивчення здоров'я будь-якої соціально-демографічної групи має дві особливості: 1) воно визначається, як правило, статистично і характеризується комплексом певних соціально-демографічних показників; 2) будучи об'єктивно обумовленим соціальними і біологічними чинниками, здоров'я визначається також суб'єктивним відношенням кожної людини до нього [1, 78].

Світова наука розробила цілісний погляд на здоров'я як феномен, що інтегрує принаймні чотири його сфери або складові – фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) і духовну. До сфери фізичного здоров'я зараховують такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, перебігу фізіологічних функцій організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівня фізичного розвитку органів і систем організму. До сфери психічного здоров'я зараховують індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад, збудженість, емоційність, чутливість. Психічне життя індивіда складається з потреб, інтересів, мотивів, стимулів, установок, цілей, уявлень, почуттів тощо. Психічне здоров'я пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей. Усі ці складові і чинники обумовлюють особливості індивідуальних реакцій на однакові життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів. Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, зокрема складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – все це обумовлює стан духовного здоров'я індивіда. Соціальне здоров'я пов'язано з економічними чинниками, стосунками індивіда із

структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, з якими створюються соціальні зв'язки, праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо. Впливають міжетнічні стосунки, вагомість різниці у прибутках різних соціальних прошарків суспільства, рівень матеріального виробництва, техніки і технологій, їх суперечливий вплив на здоров'я взагалі. Ці чинники і складові створюють відчуття соціальної захищеності (або незахищеності), що суттєво позначається на здоров'ї людини. У загальному вигляді соціальне здоров'я детерміноване характером і рівнем розвитку головних сфер суспільного життя в певному середовищі – економічній, політичній, соціальній, духовній [2, 143].

На думку науковців, студентський вік – це сенситивний період для розвитку основних соціогенних потенцій людини як особистості, зокрема професійних та світоглядних якостей майбутнього фахівця [3, 151].

Студентство можна визначити як групу людей молодого віку, об'єднаних виконанням потенційно найбільш значущих для суспільства спеціальних навчальних та соціально-підготовчих функцій, котрі тимчасово не беруть участі в суспільно-продуктивній праці, яким властиві спільність побуту, психології, системи цінностей, культури. Вони готуються до виконання в суспільстві соціальних ролей інтелігенції [4, 83].

Система збереження й зміцнення індивідуального здоров'я розглядається як єдине ціле культури здоров'я і способу життя. При такій постановці проблеми культура здоров'я визначається як керуюча (визначальна на даному етапі часу) частина, а спосіб життя – керована частина системи. Обидві частини системи перебувають також у взаємозв'язку і єдності із природно-соціокультурним середовищем. А середовище задає, формує й затверджує критерії оптимального керування й корекції системи (критерії ефективності її життєдіяльності).

Сьогодні у суспільстві здоров'я розглядається в широкому розумінні його соціально-психологічних чинників. За визначенням Конвенції Всесвітньої організації охорони здоров'я, – це стан цілковитого фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб та безпомічності. Психічне здоров'я – внутрішній психічний стан, який залежить від душевного комфорту,

що забезпечує адекватну реакцію і поведінку [5, 667]. Ця проблема стосується й освітянської сфери. Закономірно, що здоров'я студента перетворюється не лише на медичну, але й на психолого-педагогічну проблему.

В умовах студентського життя психологічне здоров'я є дуже важливим фактором, який визначає їх успішність у навчанні, сприяє саморозвитку та успішному спілкуванню. За наявністю психогенних факторів наших студентів можна віднести до групи ризику. Отже, студентська пора є психологічно небезпечним періодом, тобто існує значна ймовірність одержання психічної травми, створення ситуацій, в яких особистість може відчувати втрату у вигляді психічних травм, таких, як емоційне та інтелектуальне перенавантаження під час семестрових сесій та державних іспитів. Розгляд основних соціально-психологічних детермінантів впливу на здоров'я дозволив визначити групу головних соціально-психологічних факторів, які здатні впливати на здоров'я молоді та студентів.

Головними факторами об'єктивного характеру є: а) фактори соціального середовища: сім'я (сімейне оточення); друзі та знайомі; колектив; професійна діяльність (загроза для життя та здоров'я; нераціональний розклад і режим роботи (навчання) та відпочинку, порушення режиму дня; часті стресові ситуації; фізичні та психологічні перевантаження тощо); природне середовище (пора року, погода); б) демографічні фактори: вік, соціальна належність (соціально-культурний і матеріальний статус особистості); в) стан фізичного здоров'я: рівень фізичного розвитку; рівень фізичної підготовленості; рівень функціональної підготовленості організму до виконання фізичних навантажень; рівень і здатність до мобілізації адаптаційних резервів організму, що забезпечують його пристосування до впливу різноманітних факторів середовища.

Головними факторами суб'єктивного характеру є: а) внутрішня (розумова) поведінка: уявлення про соціально-психологічне здоров'я та шляхи його збереження; сприйняття та оцінка життєвих ситуацій і ризику, пов'язаного з ними; виникнення та протікання внутрішньо особистісних конфліктів; психологічна саморегуляція; відношення до здоров'я та здорового способу життя; самооцінка душевного благополуччя; б) зовнішня (соціальна) поведінка: активний спосіб життя; вживання здорової їжі; стосунки (відно-

шення) з оточенням; дотримання (недотримання) правил здорового способу життя; шкідливі звички [6, 8].

Водночас, дослідники в галузі проблематики здоров'я студентської молоді визнають такі проблемні аспекти психологічного здоров'я студентства, як низький рівень задоволення собою, тенденція до заниженої самооцінки, низький рівень здатності до психологічної близькості, проблеми ціннісно-сміслової сфери [7, 23].

У структуру соціально-психологічного здоров'я головним компонентом зараховують знання: аксіом ноосферних норм поведінки людей; структури і вміст поняття «здоров'я»; сучасні основи здоров'язбереження; уміння оцінювати стан власного здоров'я; власну високу мотивацію до здоров'язбереження; переконаність у необхідності передачі своїх знань для здоров'язбереження наступних поколінь; глибоку усвідомленість суспільної значущості здоров'язберігаючого виховання і потребу в її здійсненні.

Ця структура включає компетенції, згруповані таким чином: фізіологічні (безпеці): відношення до життя, відношення до психоактивних засобів, алкоголю і куріння, відношення до фізичного розвитку, знання небезпечних і шкідливих чинників різних видів середовищ; соціально-психологічні (приладдя): ставлення до загальнолюдських цінностей, довкілля і ноосферних норм поведінки людей Землі; гносеологічні (пізнавальні): сучасне розуміння єства здоров'я [8, 14].

Вихідним є положення про тісний взаємозв'язок здоров'я людини й стану (здоров'я) навколишнього природно-соціокультурного середовища. Тому й корекція культури здоров'я (як підсистеми) має базуватися на принципі взаємозалежності рівня особистого благополуччя й рівня благополуччя середовища життєдіяльності, освітнього простору й сфери спілкування. Таке розуміння проблеми культури здоров'я й протиріч її формування дозволяють аналізувати й розуміти здоров'я людини як його фізичне, біологічне, соціально-психологічне й духовне благополуччя, можливе тільки в благополучному оточенні [9, 135].

Фізичне благополуччя визначається як відчуття фізичного комфорту: гнучкості тіла, сили й міцності опорно-рухового апарату, кістково-м'язової системи тощо; воно припускає добре самопочуття, бадьорість, енергійність, працездатність і відсутність симптомів

хвороби. Фізичне благополуччя формується такими групами факторів: гімнастика (рухова активність, індивідуально необхідні фізичні вправи); міцний сон; водні процедури, купання, масаж; загартовування (сонце, повітря й вода); правильний подих; фізіотерапія тощо. Фізичне навантаження – це найпростіший і діючий спосіб зняття стресу, підвищення рівня фізичних кондицій організму й працездатності.

В основі біологічного благополуччя полягає здатність саморегуляції систем організму – це гармонія фізіологічних процесів і, як наслідок, максимум адаптації фізичної й розумової працездатності. Цей бік здоров'я в основному визначена спадковістю, природними задатками, що охоплюють функції аналізаторів і психомоторики, тип нервової діяльності, безумовні рефлекси, інстинкти, темперамент, домінантність півкуль мозку, природну фізичну силу, біоенергетику, біоритми, статуру тощо. У відомих межах ці задатки трансформуються в здібності під впливом тренувань та умов життя. Біологічна підструктура є фундаментом формування пристосовування, витривалості, працездатності й психологічної підсистеми особистості в цілому, а порушення саморегуляції спричиняють зміни більш високих фізіологічних рівнів організації організму, а потім і надбіологічних: соціально-психологічних і духовних складових.

Психологічне благополуччя розглядається не тільки як стан організму, а й як стратегія життя людини: оптимізм, сприйняття в основному позитивних сторін життя, самоактуалізація людини тощо. На психологічне благополуччя в першу чергу впливають адаптаційні, комунікативні й прогностичні характеристики людини: відкритість новому досвіду, здатність пристосуватися до умов, що швидко змінюються, соціокультурного середовища, вміння встановлювати сприятливі стосунки з іншими людьми й конструктивно поводитись у конфліктних ситуаціях, ставити адекватні життєві цілі й знаходити шляхи їхнього досягнення.

Соціальне благополуччя визначається здатністю людини взаємодіяти із соціумом, з іншими людьми. Воно виступає як міра соціальної активності, діяльного відношення людини до світу й виражає єдність особистого й колективного, суспільного і індивідуального. Його важливим компонентом є суб'єктність, що

розуміється як здатність людини бути джерелом власної активності і творчого відношення до суспільного буття, до життя інших людей. Соціальне благополуччя залежить від відповідності особистісному, професійному і соціальному самовизначенню, від задоволення сімейним і соціальним статусом, від гнучкості життєвих стратегій, їхньої відповідності до соціокультурного середовища і ситуації.

Духовне благополуччя – комплекс якостей людини, що відповідають і виражають єдність психічного і фізичного, соціально-особистісного і персонально релігійного змісту людини. Духовні якості завжди спрямовані на розвиток і твердження істини людського в собі й у людях, на формування культури збереження й розвитку людини як виду. Духовні сили людини вивільняють резервну психічну енергію, розкривають творчі здібності, стимулюють і зміцнюють психофізіологічні функції й здоров'я в цілому. В особливих випадках вони надихають на рекорди і відкриття, допомагають пережити найтяжкі життєві труднощі. Духовне благополуччя – це гігієнічний аскетизм, навантаження, що тренують, активна творчість і співтворчість всіх людей у творенні Здоров'я, співтворчість людини з Природою й Розумом, служіння ідеалам Істини, Добра й Краси. Духовне благополуччя - одне з основних умов найбільш повної реалізації потенціалу людини.

Розглянемо далі змістовну сторону поняття «культури соціально-психологічного здоров'я». Зростання ролі освіти в сучасних умовах інтенсивної трансформації державних і соціально-економічних інститутів суспільства привело до витіснення концепції «освіта на все життя» концепцією «освіта протягом життя», що була прийнята світовим співтовариством і стала основою для програми ЮНЕСКО «Освіта для XXI століття». У цьому зв'язку зміст поняття культури здоров'я повинне акцентувати увагу на тім, що тільки здорова людина здатна найбільш ефективно створювати значущі духовні й матеріальні цінності, генерувати нові ідеї, творчо ставити і розв'язувати проблеми, формувати і найбільш повно задовольняти свої потреби. Це положення вимагає корекції пріоритетних напрямків освіти, зокрема, забезпечення в кожному навчально-виховному закладі відповідних умов для формування культури здоров'я учнів.

Зміст культури здоров'я має виражену освітню спрямованість і розглядається як одна з основних характеристик оптимізації

навчально-виховної діяльності. Це актуалізується наступними умовами. Досягнення так званого «практичного здоров'я» як середньостатистичної норми (середнє між хворобою й здоров'ям) життєдіяльності організму людини певного віку в конкретних на даний момент умовах існування не можна визнати задовільним. Дослідження останніх десятиліть переконують у тім, що нормою здоров'я людини варто б вважати стан життєздатності і гомеостазу конкретної особистості у віці 20-30 років в оптимальних умовах існування. Такий стан короточасний, але в цьому стані ймовірність хвороби і загибелі організму мінімальна. Пізніше гомеостаз організму людини, як правило, внаслідок старіння відхиляється від цієї норми. Старіння, своєю чергою, супроводжується виникненням хронічних захворювань, що знижують рівень життєдіяльності організму. Культура здоров'я повинна свідомо орієнтувати на «ідеальне» індивідуальне здоров'я, на такий спосіб життя і стан середовища, щоб зберегти його на досить тривалий час [10, 324].

Структура культури здоров'я може бути подана її критеріями, параметрами і факторами, а також їхніми взаємозв'язками як підсистеми системи здоров'я. Найбільш загальним критерієм ефективності є успішність життєдіяльності, здатність до активної життєтворчості і суб'єктивна задоволеність життям. Конкретними і кількісно оцінюваними критеріями можуть бути, наприклад, динаміка життєвих цінностей; рівень комунікативності, соціальність, соціальна відповідальність, еколого-валеологічна компетентність, рівень соматичного здоров'я тощо.

Крім того, структура та визначення соціально-психологічного здоров'я формалізується через визначення структури здорового способу життя.

Складові здорового способу життя містять різноманітні елементи, що стосуються усіх сфер здоров'я – фізичної, психічної, соціальної і духовної. Найважливіші з них – харчування (в тому числі споживання якісної питної води, необхідної кількості вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, спеціальних продуктів і харчових добавок), побут (якість житла, умови для пасивного і активного відпочинку, рівень психічної і фізичної безпеки на території життєдіяльності), умови праці (безпека не тільки у фізичному, а й психічному аспекті, наявність стимулів і умов

професійного розвитку), рухова активність (фізична культура і спорт, використання засобів різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку, його підтримку, відновлення сил після фізичних і психічних навантажень) [2, 145].

Основні параметри культури здоров'я, які формуються на основі відповідних потреб [9, 192]: здатність зберігати і зміцнювати здоров'я (як соматичне, соціально-психологічне і духовне благополуччя) формується на основі: прагнення задовольнити природні потреби; прагнення виявити й розвинути свої задатки й здатності; прагнення до безпеки й захищеності, до любові й самовдосконалення; екологічна і валеологічна компетентності формуються на основі стійкого професійного самовизначення (наприклад, бути лікарем, педагогом, тренером), мотивації навчання, прагнення належати групі професіоналів; необхідні якості характеру формуються на основі прагнення належати певній групі людей (наприклад, представників якоїсь партії, професії, клубу); творча активність особистості розвивається на основі природної пошуково-пізнавальної потреби; соціальність і соціальна відповідальність за своє здоров'я, здоров'я оточуючих, за здоров'я довкілля формується на основі внутрішньої мотивації самореалізації своєї індивідуальності, унікальності своєї особистості і персони, на основі потреби в духовному рості.

Рівень параметрів формується трьома найбільш загальними групами факторів – це спадковість (визначальна тілесна і психічна складові, що формує індивідуальні й особистісні особливості), цілеспрямований педагогічний вплив (визначальним є рівень освіти, вихованості, самосвідомості, культури в цілому, прийняття позитивного й корекція негативного впливу, методологія і методика, створення в особистості “імунітету” до впливу негативних факторів) і природно-соціокультурне середовище позитивне (емоційна підтримка батьків з моменту народження, сімейні відносини, норми цінності, ЗМІ) і негативне (відсутність повної сім'ї, низький рівень культури батьків, ЗМІ, соціально-економічна нестабільність). Кожна група факторів включає безліч приватних причин, що впливають на рівень культури здоров'я.

Як відомо, стан здоров'я населення є віддзеркаленням складного комплексу явищ в довіллі. Протягом усього життя людина

перебуває під постійною дією широкого спектру чинників довкілля (біологічних, соціально-економічних, природно-кліматичних і ін.), що безпосередньо впливають на його життєдіяльність, здоров'я і тривалість життя.

При аналізі способу життя зазвичай розглядаються різні його складові частини: професійна, суспільна, соціально-культурна, побутова і інші види діяльності. Як основні види виділяють соціальну, трудову і фізичну активність. Іншими словами, головним в образі життя людини є те, як живе він (або соціальна група), які основні способи і форми життєдіяльності, її спрямованість. При цьому слід мати на увазі, що кожна з соціальних груп має свої відмінності в образі життя, свої цінності, установки, еталони поведінки тощо.

Будучи значною мірою зумовленим соціально-економічними умовами, спосіб життя є залежним від мотивів діяльності конкретної людини, особливостей її психіки, стану здоров'я і функціональних можливостей організму. Цим, зокрема, пояснюється реальне різноманіття варіантів способу життя різних людей.

Таким чином, підводячи підсумок, відзначимо, що проблема збереження і цілеспрямованого формування здоров'я молоді в складних сучасних умовах розвитку виключно значима і актуальна, оскільки безпосередньо пов'язана з проблемою безпеки і незалежності. Здоров'я кожної людини визначається, з одного боку, впливом зовнішніх і внутрішніх дій на його організм, а з іншого – можливостями самого організму протистояти небажаним діям, захищатися від них. Міра успішності цієї діяльності – усунення шкідливих дій (коректування довкілля) і підвищення стійкості до них (тренування, підвищення адаптаційних здібностей організму) – визначає напрями зусиль із збереження і зміцнення здоров'я. При цьому, здоров'я людини в умовах переходу до стійкого розвитку слід розглядати як соціальну цінність, приділяючи особливу увагу проблемі відповідальності людини за власне здоров'я, підвищенню біологічної культури суспільства і вихованню культури здоров'я.

«Народ здоровий, якщо здорове суспільство» – стверджує М.А. Амосов, це головна думка його твору про здоров'я. Суспільство, що зараз переходить від постіндустріального етапу розвитку до інформаційного, повинно змінювати ставлення до здоров'я з боку

населення і держави. Інформація стає товаром, умовою успішного бізнесу, засобом управління. Ми відчуваємо, так званий, інформаційний вибух: швидкий потік інформації, її достаток, навальний вихід, довгі роки і тисячоліття закритої, окультної інформації, її доступність, можливість спілкування між собою людей усіх континентів (літак, Інтернет, телефон). Прискорюється «темپ життя», збільшується число контактів людини, що вимагають оперативного прийняття адекватних рішень. Тому виховання повинно не лише формувати навички збереження і зміцнення здоров'я в умовах сьогодення, а орієнтувати до соціальних умов життя, залишати життєздатне потомство. Ці елементи складають інтегральну характеристику соціально-психологічного здоров'я людини.

Потреба зміцнення духовного та соціально-психологічного здоров'я населення обумовлена, передусім, тим, що сила духу людини та ієрархія її життєвих цінностей стають основою формування індивідуальної програми життєдіяльності (особистий компонент здоров'я).

Ефективність індивідуальної програми життєдіяльності людини визначається: місцем здоров'я і духовних цінностей у системі цінностей, спроможністю усвідомити себе особистістю, адекватною своїй біологічній статі, сформованістю вмінь адекватного самоаналізу, самоконтролю, планування і прогнозування, постановки мети і виділення «сходинок» особистого зростання. Наявність у людини індивідуальної програми життєдіяльності, її гнучкість, відповідність віковим й індивідуальним особливостям, задачам збереження і зміцнення свого здоров'я, своїх близьких і збереження життя на Землі визначає його соціальну адаптацію, адекватність рішень, що приймаються, й емоційних проявів, його фізичне і репродуктивне здоров'я. Когнітивний компонент здоров'я відбиває спроможність людини мислити, приймати адекватні рішення, уміти виділяти головне, знаходити те, що постачає інформацію.

Через комплексний характер проблеми "індивідуальне здоров'я", а також негативну його динаміку в усьому світі зрозуміло, що настав час для переходу на інший науковий та філософський рівень її розгляду, осмислення й вирішення. Загальна культура суспільства охоплює всі галузі знання й діяльності, серед яких немає

жодної, що безпосередньо чи опосередковано не впливає на здоров'я. Здоров'я індивіда тісно пов'язане з матеріальними і духовними умовами природних та соціальних умов існування і, своєю чергою, впливає на стан та дієздатність особи й суспільства.

Крім того, відповідальність особи за своє здоров'я – окремий випадок соціально-відповідальної моралі громадян вільної суспільної формації, передбаченої А. Плахотним ще в 1981 р. А стан здоров'я громадян – головний показник соціально-економічного і культурного розвитку держави. [11, 206].

ЛІТЕРАТУРА

1. *Ивахненко Г. А.* Здоровье московских студентов: анализ самосохранительного поведения / Г. А. Ивахненко // Социол. исслед. – 2006. – №5.
2. *Балакірева О.* Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи. / О.Яременко, О.Балакірева, О.Вакуленко та ін. – К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2000.
3. *Виноградова В.* Проблеми соціалізації студентської молоді / В. Виноградова // Соціальна психологія. – 2007, спец. випуск.
4. *Завидівська Н.* Основні аспекти формування культури вільного часу студентської молоді засобами фізичного виховання / Н. Завидівська // Молода спортивна наука України. – 2008. – Т. 4.
5. Загальна психологія. За заг. ред. академіка С. Д. Максименка. Підручник. – 2-ге вид. – Вінниця, 2004.
6. *Потапчук Є. М.* Соціально-психологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців: Автореф. дис... д-ра психол. наук: 19.00.09 / Є.М. Потапчук; Нац. акад. держ. прикордон. служби України ім. Б.Хмельницького. – Хмельницький, 2004.
7. *Волочков А. А.* Ценностная направленность личности как выражение смыслообразующей активности / А. А. Волочков // Психологический журнал. – 2004. – № 2.
8. *Чуркина М. Ю.* Формирование здоровьесберегающих компетенций в процессе профессиональной подготовки учителя химии: автореф. дис. кандид. пед. наук 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / М. Ю. Чуркина; ГОУ ВПО «Самарский гос. пед. ун-т». – Самара, 2008.
9. *Латишева Т.* Культура здоров'я старшокласника (ліцеїста-медика) / Т. Латишева, Г. Манжелєєв, М. Тарапата, Б. Попов та ін. // Донецький вісн. Наук. тов-ва ім. Т. Шевченка. – Донецьк, 2008. – Т. 20.
10. *Видюк А. П.* Формирование культуры здоровья в образовательных программах / А. П. Видюк, Е. А. Демьяненко, Л. В. Белогурава и др. // Здоровье и образование: проблемы и перспективы Мат. всеукр. науч.-метод. конф. / Гл. ред. А.Г. Рыбковский – Донецк, 2000.
11. *Прасол С. Д.* Духовный компонент валеологии (к 70-летию со дня рождения профессора А. Ф. Плахотного) / С. Д. Прасол // Валеология: матер. VI Междунар. науч.-практ. конф., май 2007. – Харьков, 2008. – Т. 1.

Марків О.Т. Поняття та структура соціально-психологічного здоров'я людини.

У статті аналізуються поняття та складові „здоров'я особистості”, зокрема стосовно молоді та студентів.

Ключові слова: особистість, культура, здоров'я, освіта, виховання, світогляд.

Марків А.Т. Понятие и структура социально-психологического здоровья человека.

В статье анализируются понятия и составляющие "здоровье личности", в том числе касательно молодежи и студентов.

Ключевые слова: личность, культура, здоровье, образование, воспитание, мировоззрение.

Markiv O. The concept and the structure of the social and psychological health of a person.

In article the notions and the components of "health of a personality" are analyzed, mostly connected with youth and students.

Key words: personality, culture, health, education, upbringing, worldview.

Відтворено за друкованим оригіналом:

Марків, О. Т. Поняття та структура соціально-психологічного здоров'я людини / Олександра Тимофіївна Марків // Мультиверсум. Філософський альманах : [зб. наук. пр.]. – 2009. – Вип. 86. – С. 230-241.