

http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:jLe_eirU7HQJ:www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe%3FC21COM%3D2%26I21DBN%3DUJRN%26I21DBN%3DUJRN%26IMAGE_FILE_DOWNLOAD%3D1%26Image_file_name%3DPDF/Nz_i_2010_13_30.pdf+%3D&cd=3&hl=uk&ct=clnk&gl=ua&client=opera

5. Маньковська Р. (1997) Музейництво в Україні: питання теорії та практики (1917 – червень 1941). Автореферат дисертації на здоб. наук. ст. канд. істор. наук (07.00.01), Інститут історії України. Київ, 21 с.

УДК 159.9

Людмила Куц,

*кандидат економічних наук, доцент, магістр гр. ПСзм-21,
Західноукраїнський національний університет (Тернопіль)*

Марія Бригадир,

*кандидат психологічних наук, доцент,
Західноукраїнський національний університет (Тернопіль)*

ГАРМОНІЗАЦІЯ ЖИТТЯ ЯК ПОНЯТТЯ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ НАУЦІ ТА ХРИСТІЯНСТВІ: ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ

Проведений нами аналіз наукової психологічної літератури вказує на те, що поняття «гармонія», «гармонізація життя» науковці, зазвичай, вживають у контексті їх ролі щодо забезпечення психічного здоров'я особистості.

Водночас до питання гармонізації життя, його різних сфер, звертаються науковці й з інших областей діяльності, зокрема економічної. Наприклад, В. Сукалова, П. Ценіга, Г. Янотова розглядають проблему гармонізації трудового та сімейного життя працівників фірм, яка на сьогодні стає у фокусі управління компанією на практиці. Адже є фірми з хорошим або поганим балансом між робочим і особистим життям, що відображатиметься на психічному здоров'ї працівників, їх ефективності та показниках компаній [8].

Психічне здоров'я є одним зі значимих понять психології. Сходження від психофізіологічних до метаантропологічних аспектів буття спричинило перетворення системи психологічного знання й перегляд її основної проблематики.

Трактуючи поняття «психічне здоров'я», багато науковців говорять про стан балансу/ гармонії, акцентуючи увагу на тому чи іншому аспекті феномену людського буття. Зокрема, Р. Асаджіолі акцентує увагу на гармонії між різними

структурними компонентами особистості [2]. Натомість А. В. Петровський, М. Г. Ярошевський та ін. зосереджують увагу на процесах адаптації людини (зокрема, на гармонії відносин між людиною і довкіллям) [7].

Акцент на гармонійності Н. В. Павлик робить, даючи визначення психологічному здоров'ю. Методологічно вірним вважаємо все ж термін «психічне здоров'я», і, опираючись на доробок автора, психічне здоров'я можна трактувати як складне, багаторівневе утворення, що презентує гармонійний тілесно-душевно-духовний стан особистості, основою якого є баланс між внутрішніми процесами (духовними, соціальними, емоційними, вольовими, інтелектуальними, соматичними), людиною та світом [5]. На рис.1 наведено різні рівні гармонії.

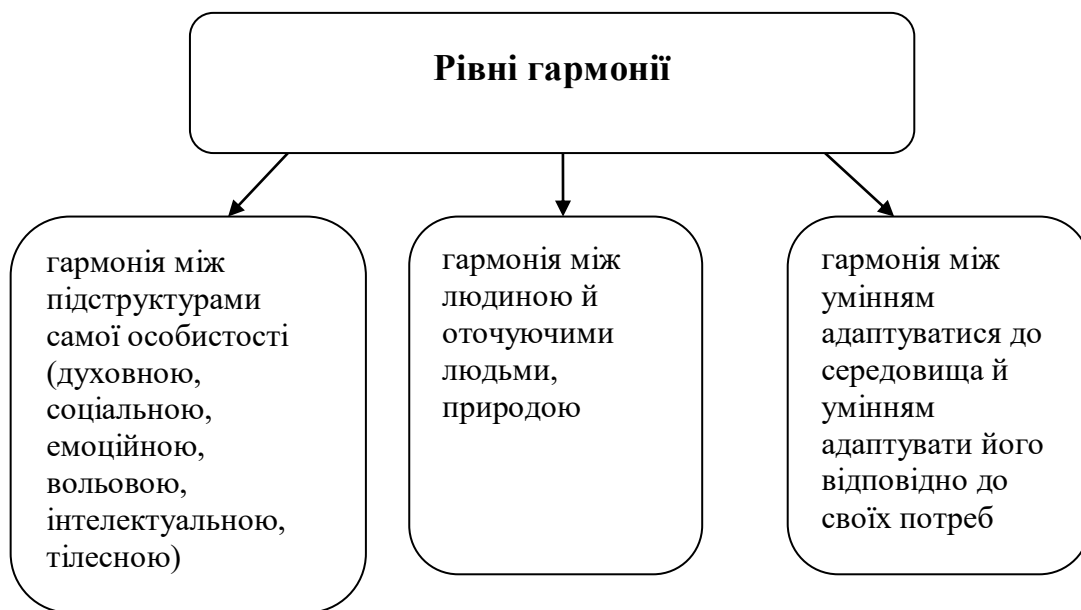


Рис. 1. Рівні гармонії при психічному здоров'ї

Джерело: розроблено з використанням [5].

У структурі психічного здоров'я визначають такі компоненти: духовно-смысловий, соціально-особистісний, індивідуально-психологічний та психосоматичний [5].

Таким чином, підсумовуючи вищенаведені дослідження, можна зробити висновок, що гармонізація життя – це динамічний процес забезпечення психічного здоров'я людини (може мати за мету його формування, підтримку, збереження) й передбачає досягнення гармонії на різних рівнях: 1) між підструктурами самої особистості (духовно-смысловую, соціально-особистісною, індивідуально-психологічною та психосоматичною); 2) між людиною й середовищем (оточуючими людьми, соціумом, природою).

А. Мей, зауважує, що коли в психології почали підніматися питання метафізичного характеру про смисл, свободу, волю й самореалізацію, до релігійного досвіду знову звернули увагу як до серйозної складової людського

буття (наприклад, як до переживання вершини або до верхніх рівнів в піраміді А. Маслоу). Автор звертає увагу, що ще К.Г. Юнг, на початку співробітник З. Фрейда, але пізніше розробив свою власну концепцію глибинної психології і навмисно повернув релігійний досвід в центр психології, як релігійну суміш всіх світових та природних релігій. Науковець зауважує, що «на жаль, багато людей в західних країнах, не встановлюють зв'язку між особистісним ростом, свободою, здійсненням життя, здоров'ям і християнською вірою (хоча ця сторона релігійності помічається все більше і більше в психологічних дослідженнях)» [4].

Згідно з положеннями християнської антропології, здоровий розвиток особистості визначається домінуванням духовно-моральної спрямованості. До структури особистості входить дух, душа й тіло. Дух розглядається як: 1) вища Божественна якість, благодать, що перетворює душу людини й надає їй вищі стани (віру, надію, любов, блаженство); це Божественна Сила для життя, для співтворчості з Богом, зі світом і природою; 2) це загальна енергія, життєдайна сила; 3) це джерело психічної енергії, що забезпечує самосвідомість, емоційно-вольову активність. Духовність – це активність духу. Призначення духу – спілкування з Богом і духовним світом через віру. Підструктура душі включає розум (інтелект, пізнавальні здібності), почуття і волю. До підструктури тіла належать відчуття які становлять область психосоматики. Між духом, душею й тілом існує чітка ієрархія. Тіло має підкорятися душі, душа – духу, дух повинен мати зв'язок з Богом. Доки людина зберігала таку ієрархію духа, душі й тіла, вона була гармонійною. Гармонія порушилася після гріхопадіння. І, як зауважує Н. Павлик, розвиток духовного рівня особистості може долати дисгармонійність її характеру (порушення душевного рівня) [6].

Сучасний російський психотерапевт Д. О. Авдєєв також говорить про те, що духовною основою дисгармоній в людині є нерозвиненість духу й дефіцит моральності [1].

Гармонія життя християнина, як зазначає О. Вишневський, говорячи про віру як передумову гармонії, реалізується в трьох сферах [3].

1. Гармонія в стосунках особи з іншими людьми, із зовнішнім середовищем. Вона досягається через християнське розуміння любові: стався до ближнього свого так, як ти би хотів, щоб інші ставилися до тебе.

2. Гармонія з власним сумлінням, внутрішній душевний комфорт. Опиняючись постійно перед вибором між вигідним злом і невигідним добром, людина може вчинити по-різному. Але, обравши зло, вона вступає в суперечність із власним сумлінням, що спричиняє неспокій в душі. Різні люди по-різному використовують дар Божий, яким є сумління.

3. Гармонія з Абсолютом Добра, з Богом. Людина перестає "боятися" Бога, не очікує кари за вчинене зло. Основу цієї сфери життя становить віра в

першу заповідь любові: любити Бога понад усе. Бо Він — підстава гармонії. Йдеться не про "рабську підлеглість" Вищому Авторитетові, а про прихильність людини до тих ідеалів, які Він втілює в собі а, отже, про самовизначення людини в світі й в природі, про основний закон її поведінки.

Таким чином, гармонізація життя у християнстві стосується рівнів гармонії людини як особистості духовно-душевно-тілесної і проявляється як гармонія у стосунках з собою, з іншими, з Богом. Відповідно, у християнській традиції «гармонійна особистість = особистість, в якій добре психічне здоров'я».

ЛІТЕРАТУРА

1. Авдеев Д.А. Нервность: ее духовные причины и проявления. 6-е изд. Москва: «МБЦ Серафима Саровского», «Омега», 2009. 320 с.
2. Ассаджиоли Р. Психосинтез: теория и практика. Москва: REFL-book, 1994. 314 с.
3. Вишневський О. Теоретичні основи сучасної української педагогіки: Посібн. для студентів вищих навчальних закладів. Вид.2-е доп.і пер. Дрогобич: Коло. 2006. URL: <http://prima.lnu.edu.ua/Pedagogika/library/vyshnevsky.pdf>
4. Мей А. Світ психології і християнська віра. Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. Вип.3 (19). 2012.С. 3-9.
5. Павлик Н. В. Психологічне здоров'я як передумова конструктивного особистісного розвитку педагога. 2020. URL: <https://maup.com.ua/assets/files/psihologz/2020-2/5.pdf>
6. Павлик Н. Духовно-моральні основи гармонізації характеру обдарованої молоді з позиції християнської антропології URL: <https://lib.iitta.gov.ua/719786/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D0%86%D0%9E%D0%94-3-%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD.pdf>
7. Психология. Словарь/ Под общей ред. А.В. Петровского, М. Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. Москва: Политиздат, 1990. 494 с.
8. Sukalova V., Ceniga P., Janotova H. Harmonization of work and family life in company management in Slovakia. *Procedia Economics and Finance*. 2015. №26. P. 152 – 159.