

передбачає пильну увагу до тривалий час прихованого антропологічного задуму мислителя. До числа переконливих аргументів належить однозначна й категорична перша назва «Дискурсії про метод» – «Проект всезагальної науки, спроможної піднести нашу природу на найвищий щабель досконалості». Також слушною є увага до специфіки бачення Картезієм предмету метафізики, яке є результатом його власного вибору на основі свободи, тобто відповіддю на питання про належні засади власне людського способу існування. Змістовним увиразненням останньої є свобода волі як найвеличніший з усіх станів душі та розбудовані на її базі поняття *generosite* та доказ існування Бога.

**УДК 130.123.4:364.628**

**Рогова Олена Георгіївна,**  
*кандидат філософських наук, доцент,*  
*професор кафедри філософії*  
*КЗВО «Дніпровська академія неперервної освіти» ДОР»*

## **ДУХОВНІСТЬ ЯК ПІДГРУНТЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я**

Дослідження зупиняється на загальних зв'язках між теорією ментального здоров'я та духовним розвитком особистості. Обґрунтовано, що поліпшення психічного здоров'я стає можливим з урахуванням психофізіологічних та метаантропологічних аспектів людського існування. Цей підхід вимагає міжгалузевої співпраці всіх зацікавлених сторін. Наголошено на необхідності пошуку шляхів формування духовних цінностей як складових ментального здоров'я.

**O. G. Rogova**

## **SPIRITUALITY AS A BASIS OF MENTAL HEALTH**

The research dwells upon general connections between the theory of mental health and spiritual development of personality. It is reasoned that improvements in mental health become possible with the account of psycho-physiological and meta-anthropological aspects of human existence. This approach requires cross-sectoral cooperation of all parties concerned. In this research was underscore for finding ways to form spiritual values as constituents of mental health.

Ментальне здоров'я – одна з найважливіших загальнолюдських цінностей, бо саме воно є основою благополуччя і гармонії людського життя. Термінологічно поняття «ментальне здоров'я» використовується для опису будь-якого рівня розумового і/або емоційного благополуччя і/або відсутності психічного розладу.

У нашому дослідженні під «ментальним здоров'ям» будемо розуміти комплекс характеристик і функцій, відповідних віковій нормі повноцінного психологічного функціонування людини, що включають фізіологічне, особистісне і соціальне благополуччя, стосуються як внутрішніх переживань, так і зовнішньої поведінки, забезпечують ефективне виконання людиною завдань, що стоять перед нею в різних сферах життєдіяльності.

Зауважимо, що сучасна дискредитація, а часом навіть і ліквідація усталених критеріїв духовно-морального життя суспільства призводить не тільки до ослаблення моральної складової у людей, створюючи враження, що внутрішнє життя людини зводиться виключно до психологічних переживань, безвідносно до моральних і духовних цінностей, а й значно ускладнює практичну реалізацію цих критеріїв в умовах відсутності ціннісного каркасу.

Наприклад, в науковій літературі відомі і описані механізми виникнення і розвитку психічних хвороб в залежності від стресових та інших подібних граничних психологічних ситуацій. І хоча саме поняття стресу є суб'єктивно-психологічним, обставини, що викликали у особистості стрес, іншу людину можуть залишити в цій же ситуації без помітних психічних наслідків. Тобто самі по собі стресові або фрустраційні процеси не є достатніми для виникнення ментальної хвороби, вони вимагають того підґрунтя, на якому можуть вкорінитися. І таким підґрунтям досить часто виступає духовна нерозвиненість і ціннісна дезорієнтація особистості.

Саме тому дослідження проблем ментального здоров'я слід розглядати якомога найширше з особистісних і культурно-соціальних позицій, з урахуванням всієї складності формування ціннісно-моральних і духовних сенсів життєдіяльності людини в сучасному світі. Так, окремі з досліджень наголошують (наприклад, Cloninger, 2012), що формування ментального благополуччя має на увазі наявність складної адаптивної системи, тому що одні й ті ж особистісні риси можуть зумовлювати різні результати (тобто мультифінальність), а різні набори особистісних рис можуть приводити до одного і того ж результату (тобто еквіфінальність). Alan Carr підтримує аргумент про те, що духовний інтелект, або дійсно просунута стадія морального розвитку, можуть мати вирішальне значення для позитивного ментального здоров'я, з огляду на сформований взаємозв'язок між релігійними практиками і благополуччям (Carr, 2012). George Vaillant описує духовно важливі

позитивні емоції: любов, надію, радість, прощення, співчуття, віру, благоговіння і подяку, які розширюють моральний компас, підсилюють творчість, допомагають звільнити «себе від себе», формуючи навички подолання своїх психічно дискомфортних станів (Vaillant, 2008).

Зв'язок психічних хвороб з духовно-моральним станом особистості проаналізовано В. Свешніковим в його праці «Нариси християнської етики» (Свешніков, 2010). Психічна хвороба, на думку даного автора, крім конструкційних особливостей, властивих кожній конкретній патології, має в своїй основі конфлікт, суперечність особистості з навколишнім світом; часом в цілому, але частіше – з конкретним оточенням, та, як правило, тут і виникають моральні дисгармонії. Дослідження В. Свешнікова також досить послідовно показує: ті, хто має позитивну духовну практику, мають кращі результати при зверненні за психотерапевтичною допомогою, і мають краще ментальне здоров'я, основу якого становить духовний розвиток людської суб'єктивності, а визначальними критеріями психічного здоров'я є спрямованість розвитку і характер актуалізації людського в людині. Усе це доводить необхідність звернення до ціннісних, моральних і духовних аспектів у терапії.

Так як ментальне здоров'я тисячами ланцюжків пов'язане з ціннісно-світоглядними уявленнями людей, а за стійкість людини, визначення її сприйнятливості до змін, пластичність пристосування до середовища, відповідає духовність, сформулюємо центральну ідею підтримки ментального здоров'я як ідею можливості і необхідності сходження людини до свого найвищого розвитку через зародження і виношування духовно-ціннісних якостей особистості на основі одухотворення її сутнісних сил і прагнень через духовно-культурну вкоріненість і ціннісні орієнтації людського буття.

#### **Список використаних джерел**

1. Carr Alan. Positive mental health: a research agenda. World Psychiatry. 2012 Jun; 11(2): 100.
2. Cloninger CR. Healthy personality development and well-being World Psychiatry. 2012 Jun; 11(2): 103–104. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3363382/>
3. Vaillant G E. Spiritual evolution: a scientific defense of faith. New York: Doubleday Broaway, 2008.
4. Свешников В. Очерки христианской этики. Москва: Лепта книга. 2010. 779 с.