

PSIXOLOGIYA

ПСИХОЛОГИК САЛОМАТЛИК ТУШУНЧАСИ ВА УНИНГ АСОСИЙ МЕЗОНЛАРИ

В.Ю.Ахроров – ассистент ўқитувчи

Самарқанд давлат университети

Таянч сўзлар: психологик саломатлик, қобилият, муаммо, қадрият, нуқтаи назар, мезон, социология, маънавий.

Ключевые слова: психологическое здоровье, способность, актуальные проблемы, ценность, критерий, социология, духовность, точка зрения.

Key words: psychological health, ability, actual problems, value, criteria, sociology, spirituality, point of view.

Маълумки, инсоннинг рухий (психологик) саломатлиги муаммоси кўпгина билим соҳаларининг, шу жумладан психология фанининг ҳам ўта синчков ўрганиш объектларидан бири бўлиб ҳисобланади.

МДХ мамлакатлари психолог, валеолог (валеопсихолог), тиббиёт, психогигиена, психопрофилактика, педагогика, психология ҳамда социология соҳасида илмий тадқиқот олиб борган таниқли олимлар, жумладан, Б.Г.Ананьев, А.Л.Гройсман, И.Н.Гурвич, В.Л.Леви, А.Н.Монтъев, А.Е.Личко, В.Н.Мясищев, Э.Ғ.Ғозиев, Ғ.Б. Шоумаров, Б.Р. Кодиров, В.М. Каримова, З.Т.Нишанова, Р.С.Самаров, Б.М.Умаров, М.Х.Карамян, Д.Шарипова, А.Мусурмонова, М.Тоирова, О.Жамолдинова, А.Саидов, Т.Нарбаева, С.Йўлдашева, Т.Уматкулов, М.Тилавов, К.Рискулова, И.Маттиевлар талабалар психологик саломатлигини таъминлаш масаласига ўз диққатларини қаратишган. Улар талабалар психологик саломатлиги тушунчаси мазмуни, уни таъминлаш метод ва воситалари, уни мустаҳкамлаш ҳамда ривожлантириш омилларини тадқиқ этишган.

И.Н.Гурвич “Саломатлик ижтимоий психологияси” номли монографиясида муҳит тараққиёт даражаси шахс саломатлиги (ёки унинг тескариси)нинг асосий сабаби эканлигини таъкидлайди. О.С.Васильева ва Ф.Р.Филатовлар индивиднинг ўз соғлигини сақлашига доир бошланғич урунининг саломатликни таъминлашнинг назарий вазифаси, шахс саломатлигини таъминлаш моделини қуришда муҳим роль ўйнашини таъкидлашди. Г.С.Никифоров психологик саломатликнинг инсон ҳаёт йўли давомидаги барча ҳаётий шарт-шароитлар билан узвий боғлиқ эканлигини аниқлашга эришган ва уни баркамоллик тушунчасида ифодалаган. Унингча, “баркамоллик” тушунчаси индивид ҳаётининг барча томонларига тегишлидир. “Баркамоллик – инсоннинг шундай ҳолатидирки, бунда унинг ҳаётининг жисмоний, социал, психик, маънавий, эмоционал жиҳатлари гармоник чамбарчас боғланган, карьераси, оилавий ҳаёти омадли келган бўлади. Уларнинг ҳар бири алоҳида ҳамда биргаликда унинг соғлиғига катта ижобий таъсир кўрсатади, инсон ҳаёти сифатли ва тўлақонли кечади” [13:43].

“Психологик саломатлик” тушунчасини ёритиш учун унданда умумийроқ бўлган “Саломатлик” тушунчасини ҳар томонлама таҳлил этишга тўғри келади. Саломатлик тушунчаси тарихий нуқтаи назардан қандай юзага келганлигини қараб чиқамиз. Жумладан, Гегель саломатликни организм ўзлиги ҳамда борлик билан биргаликда мавжудлиги орасидаги мослик сифатида тасаввур этади, унингча, “саломатлик организм учун ҳеч қандай енгиб ўтиш мумкин бўлмаган ноорганик тўсиқ мавжуд бўлмаган тақдирда органик ва ноорганик бирлиқнинг тенг мувозанатидан ташкил топади” [4:17].

“Социологияга доир қисқа луғат”да (1989) аҳоли саломатлиги термини ҳақида муфассал тушунча берилган, булар:

1) касалликка тескари бўлган инсоннинг камқўстсиз ҳаёт кечириш ҳолати;

2) инсоннинг касаллик, жисмоний нуқсонлардан холи бўлибгина қолмай, тўлиқ жисмоний, маънавий ва

ижтимоий баркамол ҳаёт кечириш ҳолати;

3) инсон организмнинг уни ўраб олган муҳит билан мувозанати, турли оғриқли ўзгаришлардан холилигини ўзида ифодаловчи табиий ҳолати;

4) субъектнинг (шахс ва социал борлиқнинг) оптимал ҳаёт кечириш ҳолати унинг ҳар томонлама ва узоқ вақт давомида ҳаёт кечира олиш шароитининг ижтимоий тажрибада мавжудлиги;

5) инсон ва социал жамоа ҳаёти ва фаолиятининг микдорий-сифатий тавсифномаси.

Бутунжаҳон соғлиқни сақлаш ташкилоти Низомида ёзилишича: “Соғлиқ бу – фақатгина касаллик ва жисмоний нуқсонлардан фориғлик бўлиб қолмай, балки тўлиқ жисмоний, рухий ва ижтимоий баркамолликдир” [15].

Кўринадики, соғлиқ кўпгина омилларга боғлиқ бўлиб, уларнинг ҳар бири ўз психологик мазмунига эгадир. Саломатлик кўп омилларга боғлиқ эканлигидан келиб чиққан ҳолда уни фақатгина тизимли ёндашув воситасидагина ўрганиш мумкин.

Б.Ф. Ломов фикрича, тизимли ёндашув шундай методологик асоски, унинг асосида руҳият табиати ўзининг ички ва ташқи муносабатлар бирлигида тадқиқ этилиши мумкин [9]. В.Н.Мясищев фикрига кўра, энг муҳим принциплардан бири – иерархик принцип бўлиб, унга мос равишда инсон табиати мураккаб тирик тизим сифатида намоён бўлади, унинг ҳаёт фаолияти бир-бири билан боғлиқ бўлган (биологик, психик, социал) соҳалардаги вазифалар даражасида содир бўлади [12], бу принцип кейинчалик А.Н.Леонтьев томонидан қуйидагича тўлдирилди: “Биз ҳеч қийинчиликсиз инсонни ўрганишнинг турлича даражаларини ажратиб кўрсата оламиз: биологик даража – бунда у жисм сифатида, табиат маҳсули сифатида тадқиқ этилади; психологик даража – бунда у жонли субъект фаолияти сифатида намоён бўлади, ва ниҳоят, ижтимоий даража – бунда у объектив ижтимоий муносабатлар, ижтимоий-тарихий жараёни ўзида акс эттирувчи сифатида кўринади” [8:231].

Юқорида келтирилган ҳар бир даражада инсон саломатлиги ўзига хос сифатларни намоён қилади. Дарҳақиқат, алоҳида инсон саломатлиги ҳаётий куч, ҳаёт лаззатларини ҳар томонлама ҳис этишнинг давомийлиги, ижтимоий фаоллик ва шахснинг гармоник ривожланганлиги билан тавсифланади.

А.Я.Иванюшкин ўз изланишларида “Саломатлик”ка доир мазкур ёндашувни қадриятли-мазмунли ёндашув сифатида талкин қилади. У мазкур қадриятларни тавсифлашнинг уч хил даражасини таклиф этади: биологик – саломатлик аслида организмнинг ўз-ўзини бошқариши, физиологик жараёнлар гармонисини талаб этади, натижада максимум муҳитга мослашув (адаптация)ни тақозо этади. Ижтимоий – саломатлик индивиднинг ижтимоий фаоллиги мезони, инсоннинг табиатга бўлган фаол муносабати ҳисобланади. Шахсий, психологик – саломатлик фақатгина касалликдан фориғлик эмас, балки уни рад этиш, бартараф эта билишдир (саломатлик – организм ҳолатига эмас, балки “инсон ҳаёти стратегиясидир” [7:31].

Саломатлик тушунчасига нисбатан бир қадар фарқ қилувчи қарашни И.И.Брехман олға сурган. Унингча,

“инсон саломатлиги – унинг ёшига нисбатан уч хил: сенсор, вербал ва структурал ахборотлар параметрининг кескин ўзгариши пайтида органиал ҳолатини турғун ҳолда сақлай билиш имкониятидир” [4:28]. Яна у: “Саломатлик адаптация жараёнини белгилайди: ўзгараётган ташки муҳитга мослашув имкониятини яратади, ўсиш ва қариш, даволаниш, қайгуриш ва ўлимни тинчгина кутиб олиш каби. Бу мос равишда тегишли ёшда миқдор ва сифат параметрлари тезкор ўзгаришга учраганда сенсор, вербал ва структурал ахборотларга бардошлиликни сақлайди” [5:27], деб ҳисоблайди.

Психологик саломатлик инсоннинг яхлит ижтимоий биологик мавжудот сифатидаги нисбатан турғун тавсифномаси бўлиб, ўзида ўз олдида принципиал ҳаётий мақсадларни қўя билиш, уни ҳал этишга интилиш, ўз хулқ-атворини реал ҳаёт (жамият талаблари, табиат қонунлари) билан мослаштириш, ўз-ўзини барча жабҳаларда (психофизиологик даражадан кадриятлар йўналиши ва дунёқарашга) бошқара билиш қобилиятларида намоён бўлади. Психологик саломатлик қотиб қолган ҳолат эмас, у ҳаёт давомида ўзгариб бориши мумкин. Турли хил ҳаётий шароитлар таъсирида инсон саломатлиги яхшиланиши ёки ёмонлашуви мумкин. Қуйида психологик саломатликнинг мезонлари масаласига тўхталамиз.

О.С.Васильеванинг фикрича, психологик саломатликнинг асосий мезони – эмоционал соғлиқ, қайгуриш – инсоннинг ички ҳолати ҳамда ўзига, ҳаётга ва бошқаларга бўлган муносабати, асл инсоний кадриятни ҳис этишидан иборатдир. Бунда хулқ-атвор даражасида қабул қилинган ва қилинмаган қарор, ҳаракатлар, ҳолатлар, бошқа инсонлар билан бўладиган муносабатлар, яъни реал ҳамкорлик ҳақида фикр юритиш мумкин [6:408]. Иккинчи муҳим мезон сифатида инсоннинг ҳаётга бўлган ижодий ёндашуви, ўз тутган ўрнини билиши, унинг ижобий, қувончли ҳолатини олиш мумкин [6:410]. Маънавий саломатлик мезонига эса инсоннинг келажакка бўлган оптимистик қараш, вақтинчалик истиқболнинг мавжудлиги, ўзи ва атроф-муҳит билан гармоник муносабатда бўлиш, бировни айбламаслик, хафа бўлмаслик, хафа қилмаслик, қўрқмаслик ва юксак ахлоқийлик кабилар қиради [2]. Саломатлик мезонига ўз-ўзини рўёбга чиқариш, ўз ҳаётига, соғлиғига нисбатан масъулиятлилик кабилар киритилиши мумкин. А.Эллис фикрича, психологик саломатлик тушунчаси ўзига, ўз-ўзига қизиқиш, ижтимоий қизиқиш, ўз-ўзини назорат қилиш, ўз эмоционал қилмишлари учун масъулиятни қамраб олади [14:15].

Ҳозирги замон Ғарб психологлари ўз-ўзини ҳурмат қилиш ва эҳтиёткорликнинг намоён бўлиш даражасини психологик саломатликнинг энг ахборот ташувчи кўрсаткичларидан бири деб ҳисоблашади. Гуманистик психология доирасида психологик саломатликнинг қуйидаги мезонлари мавжуд: «Мен»га бўлган муносабат, шахснинг ўз-ўзини рўёбга чиқариши, шахсиятнинг мукамаллиги, реалликни идрок этиш [14].

Психологик саломатликнинг психотерапияда тез-тез қўлланиладиган мезонларидан бири реал «Мен» образини идеал «Мен» образи билан таққослаш, яъни инсоннинг қандай киши бўлишни хоҳлаши билан таққослашдир. Реал «Мен» образининг идеал «Мен» образи билан юксак даражада мос қилишини психологик саломатликнинг юқори кўрсаткичи деб ҳисоблаш қабул қилинган [10:158].

Инсон психологик саломатлиги тўғрисидаги янги «ижобий» йўналишлар саломатлик мезони сифатида инсоннинг ривожланиши, ўсиши, ўз-ўзини намоён этиши, ўз қилмиш ва фаолиятини онгли бошқариши, ўзи ва бошқалар олдида масъулиятни ҳис этиши, ўзи ва

атрофдагиларни адекват идрок эта билиш қобилиятини ҳисобга олади. Худди шундай, С.Л.Братченко шахс саломатлиги муаммосини тадқиқ этар экан, унинг мезони таркиби сифатида шахс ўсишининг шахслараро мезони сифатида ўз-ўзини қабул қилиш, ички изтироблар тажрибасидаги очиклик, ўз-ўзини тушуниш, масъулиятли эркинлик, жамулжамлик, динамиклик ва интерперсонал мезонлар - бошқаларни қабул қилиш, тўғри тушуниш, ижтимоийлашув, ижодий барқарорлик кабиларни киритади [3:42].

Бизнинг назаримизда, психологик саломатлик икки хил белги асосида аниқланади:

Биринчи белги – ҳаётий фаолиятнинг асосий шаклларида оптимистик принципга амал қилиш, яъни ўртачалик (мўътадиллик) олтин қоидага риоя қилиш. Бундай белги юқорида зикр этилган шахс саломатлиги мезонларига доир файласуф, ёзувчи, инсоншунослар томонидан қадим замонлардан ҳозирги кунимизгача бўлган даврда баён этилган қарашларда ўз аксини топган. Марказий Осиё мутафаккирлари фалсафий қарашларида бу ҳол яққол намоён бўлади. Масалан, Абу Наср Форобий “Бахт-саодатга эришиш йўллари ҳақида” номли асарида ахлоқий фазилатлар мезонини ишлаб чиқди. Унингча, ҳар бир ҳодисада ҳам ўртача меъёр маъқул. Масалан, у жасурлик масаласида шундай дейди, “Жасурлик яхши ахлоқий сифат, у мўътадил мардлик сифатида хавфли ҳолларни бартараф этишда юз беради. Ўта кетган жасурлик ақлсизликни, ками эса қўрқоқликни туғдирадики, бу ўта ёмон ҳислатдир. У саҳийлик масаласида ҳам худди шу мезонни қўллабди. Ҳазил-мутоиба ҳам ўртача бўлгандагина шавқ-завқ бағишлайди. Ишлаш ва дам олиш ҳам шундай, агар киши ўзида бўлмаган яхши ҳислатларни ўзига “ёпиштирса”, худбинга айланади. Агар ҳар қандай фазилатни ўзига ёпиштирадиган бўлса, ёлғончи бўлиб қолади. Дўстлик икки кишининг муносабатидаги мўътадил алоқадир. Унинг ортиғи ёки камлиги дўстликка путр етказди” [1:29-30].

Иккинчи белги – эффектив ижтимоий, социал психологик, интрапсихик мослашув (адаптация) дир.

Мазкур белгиларни алоҳида таҳлил этиш шахс психологик саломатлиги даражасини сифат ва миқдор жиҳатдан баҳолаш мезонлари сифатида хизмат қилиши мумкин. Улар бир-бири билан узвий алоқадорликда бўлиб, шахсий фазилатлар сифатида ҳам қаралиши мумкин (масалан, танқидий қараш ёркинлиги, ўз-ўзига танқидий муносабатда бўлиш, ўз-ўзини назорат қилиш қобилияти, коммуникатив жадаллик, ёзувчи боғлиқликлардан фориғлик ва ҳ.к.).

Юқорида қайд этилган белгиларни аниқлаштириш учун А.Маслоу томонидан тақлиф этилган психологик саломатликнинг бош мезони хизмат қилиши мумкин, бу – шахснинг ўз-ўзини намоён этишидир. Муаллиф таъкидлайдики, ҳар бир киши ҳаётда қандай ўринни эгаллаш, ким бўлишни онгли равишда танлаши, ўз-ўзини ривожлантиришнинг ўзигагина хос йўлини танлаши лозим [11:97]. А.Маслоу ўзликни инсоннинг ички табиати, ўзаги, индивидуумнинг ўзигагина хос бўлган диди, кадрият ва мақсадлари асосида аниқлайди. Ўз ички табиатини англай билиш, унга амал қилган ҳолда ҳаракат қилиш ўзликнинг намоён бўлишига ҳосидир. А.Маслоу кишилар ўзлигининг намоён бўлиши қуйидаги хусусиятларга эга деган ҳулосага келади: борликни идрок этишнинг олий даражада эканлиги; ўз-ўзи, бошқалар, атроф-муҳитни амалда қандай бўлса, ўшандай қабул қила билиш; юксак ҳозиржавоблик; муаммони ҳал этишга бўлган қобилиятнинг анча ривожланганлиги; ўзини четта тортиш, танҳоликка мойилликнинг яққол намоён бўлиши; автономлик ва қандайдир битта маданиятга мойилликка қаршилиқнинг ёркинлиги; идрокнинг ва эмоционал реакцияларнинг соф ва бой эканлиги; қайгурганда

жўшқинликнинг юксак чўққида эканлиги; ўзини барча инсоният билан биргаликда эканлигини ёрқин тасаввур этиш; шахсий муносабатлардаги ўзгаришлар; характернинг фарқ қилувчан демократик тузилмаси; ижодий қобилиятнинг юксаклиги; қадриятлар тизимида муайян ўзгаришлар; ижодкорлик (креативлик).

Олий даражадаги ижодий қобилият инсон ва ижодкор учун ҳаётнинг олий мазмуни ҳисобланади. Агар биз буни кўра билмасак, атрофимизда ёрқин бўлмаган, аҳамиятга молик бўлмаган кишилар тўпланган бўлса, демек бундай жамият ёмон ташкил этилган, у инсоннинг ўз-ўзини намоён этишига имкон бермайдиган жамиятдир.

Ўз-ўзини намоён этувчи одам, А.Маслоунинг фикрича, қадриятлар тизимида муайян фарқларга эга бўлиши лозим. Ўзини намоён эта оладиган кишиларда ўз атрофидагилар тўғрисида юксак фикрда бўлишади. Улар сўзда ифодалай олишмаса-да одамлар, инсоният ва унинг келажагига ишонч билан қарашади. Бошқача қилиб айтганда, уларда ижобий фикр устун туради, улар бошқаларга яхшилик тилаш билан қифояланмасдан, ўзаро боғлиқ қадриятлар тизими, ижобий фалсафий қарашларга эга бўладилар.

Шахс тавсифномасидаги креатив (ижодкор)лик шуни англатадики, барча ўзини намоён эта олувчи кишилар ижодкорлик қобилиятига эга. Бироқ, шуни ҳам алоҳида қайд этиш лозимки, ижодий потенциал (имконият)га эга бўлган киши албатта мусиқа, шеърят ёки фан соҳасида иқтидор эгаси бўлиши шарт эмас. Бу масалада А.Маслоу, боладагина мавжуд бўладиган табиий ва тўсатдан ёрқин кўринадиган креативлик (ижодкорлик)ни назарда тутган эди. Бундай креативлик шахснинг кундалик ҳаётдаги кузатувчанлиги, янгиликни тез илғай билиши қабиларда намоён бўлади. Инсон хавфхатардан холиликка, ҳурмат-этиборга муҳтожлик қабилари манфаатлардан холи бўлгандагина ўз-ўзини намоён этиш сари дадил қадам қўя олади. Масалан, А.Маслоу фикрича, бола гўдаклигида ҳурмат-иззатга муҳтож бўлган бўлса, бутун қолган умри давомида ҳам шундайлигича қолиши мумкин [11:56].

Инсоннинг юксак мақсадлар сари интилиши унинг психологик саломатлигидан далолат беради. Ўзлигини намоён этиш – ўзига ишончсизликни бир қадар енгитиш, бундан қониқиш ҳосил қилишни эмас, балки узоқ вақт давомида, доимий равишда ишга шўнғиш, ўзидаги ижодий қобилиятларни мумкин қадар максимал даражада ривожлантиришни назарда тутати. А.Маслоу фикрича, индивидуумларнинг ўз-ўзини намоён этиши энг қийин ва чигал муаммоларни ҳал этишга қаратилган бўлади, чунки бундай муаммоларни ҳал этиш учун ниҳоятда юксак ижодкорлик қучи талаб этилади [11:14].

Шундай қилиб, киши ўзлиги (индивидуумнинг ички табиати ҳамда ўзаги) инсон психологик саломатлигининг бош кўрсаткичи бўлиб, унинг бош мазмунини қарамликдан халос бўлиш (эркинлик), ўзини, ўз ҳаёт йўлини кашф этиш, ўзлигини намоён этиш ташкил этади. Ҳақли равишда қайд этиш мумкинки, шахс камолотининг умумий қонуниятига кўра, инсон ўзлигининг намоён бўлиши учун етарли шарт-шароит мавжуд бўлса, унинг ривожланиш жараёни табиий равишда намоён бўлади, унинг натижаси эса шахсий камолот йўналишида ўзгаришлар юз бериши билан изоҳланади. Инсондаги бундай ўзгаришлар унинг ўзига ва ташқи оламга бўлган муносабатларда ҳам ўз аксини топади. Шуни қайд этамизки, инсоннинг ўз ички дунёсига бўлган муносабати унинг ташқи олам билан бўладиган муносабати каби муҳим аҳамиятга эгадир.

Бироқ таъкидлаш жоизки, шахс камолотининг ички механизмлари ишга тушиши учун муайян шарт-шароитларнинг бўлиши талаб этилади. Шахс ривожланишининг илк босқичларида етакчи ўринни унинг ижтимоийлашуви учун зарур шарт-шароитлар, жумладан эса, шахслараро муносабатлар учун шароит эгаллайди, булар эса инсон ривожланишининг туб йўналишини белгилаб беради. Бизнинг мазкур илмий тадқиқотимиз ёндашувида муҳитнинг интеграл шакллантирувчанлик сифати унинг ривожлантирувчанлик таъсирида ўз аксини топади ҳамда талабалар психологик саломатлигини таъминлашнинг муҳим омиллари ҳисобланади.

Адабиётлар

1. Ахроров Ю.А., Қобилова Р.М. Ўрта Осиё мутафаккирларининг педагогик қарашлари. Ўқув қўлланма. -Самарқанд: СамДУ нашри, 1999. 57- б.
2. Братусь Б.С. Аномалии личности. - М.: «Медицина», 1988. -С. 304 с.
3. Братченко С.Л. Диагностика личностно-развивающего потенциала: Методическое пособие для школьных психологов. - Псков: 1997. -С. 68.
4. Брехман И.И. Валеология - наука о здоровье. - М.: ФиС, 1996. - 206 с.
5. Брехман И.И. Введение в валеологию - науку о здоровье.- Л., 1987. - С. 27.
6. Васильева О.С. Валеология - актуальное направление современной психологии. // Психологический вестник РГУ. - Ростов-на-Дону, 1997, Вып.3.-С. 406-411.
7. Иванюшкин А.А. «Здоровье» и «болезнь» в системе ценностных ориентаций человека. // Вестник АМН СССР. 1982. Т.45. №4. - С. 29-33.
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М.: «Политиздат», 1975. -С. 304.
9. Ломов Б.Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии. -М.: «Педагогика», 1991. -С. 296.
10. Мартынова Н.М. Критический анализ методологии изучения и оценки здоровья человека. // Философские науки. 1992. №2. - С. 29-34.
11. Маслоу А. Самоактуализация //Психология личности: Тексты. -М.: 1982. -С. 108-117.
12. Мясисев В.Н. Личность и неврозы. -Л.: Изд-во ЛГУ, 1960. -С. 526.
13. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С.Никифорова. СПб. – Питер: 2003. - С. 43.
14. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. - М.: «Мысль», 1994. -С. 480.
14. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения. (22 июля 1946 г.). - Нью-Йорк: 1946.

РЕЗЮМЕ

Мақолада “психологик саломатлик” тушунчаси моҳияти ҳақида фикр юритилган бўлиб, унда мавзуга доир ёндашувлар чуқур таҳлил қилинган. Бундан ташқари психологик саломатликни таъминлашнинг асосий мезонлари очиқ берилган.

РЕЗЮМЕ

В статье рассматриваются актуальные проблемы современной психологической науки, в частности, одно из основных понятий «психологическое здоровье». Дается научная оценка к современным подходам к данной проблеме, освещены основные критерии обеспечения психологического здоровья студентов.

SUMMARY

The article deals with topical issues of modern psychological science, in particular, one of the essential concepts “psychological health”. A scientific assessment is given to the modern approaches to this problem, and the main criteria for ensuring the psychological health of students are highlighted.