

PSYCHOLOGICAL SCIENCES

УДК 159.330.67.(81).284-19

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ГЛОБАЛЬНИЙ ВИКЛИК СЬОГОДЕННЯ ТА МАЙБУТНЬОГО У СИСТЕМІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Вовченко Ольга Анатоліївна,
доктор психологічних наук, старший дослідник,
старший науковий співробітник
відділу освіти дітей з порушеннями слуху
Інституту спеціальної педагогіки та психології
імені Миколи Ярмаченка
НАПН України,
м. Київ, Україна

Анотація: Автором охарактеризовано важливу проблему сучасного українського суспільства за умов війни, а саме стан ментального здоров'я та нездоров'я найбільш незахищеної категорії – дітей з особливими освітніми потребами. Окреслено особливості порушення психічного здоров'я, основні ознаки та наслідки для соціального благополуччя. Розкрито сутність «соціальної некомпетентності» або так званої «соціальної неповносправності».

Ключові слова: ментальне здоров'я, спеціальна психологія, дитина з особливими освітніми потребами, порушення психічного здоров'я, соціальна неповносправність.

Ментальне здоров'я за умов сучасних глобальних перетворень є важливою частиною загального здоров'я і самопочуття, запорукою функціонування особистості, як дорослої, так і маленької. За визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я характеризує стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, за умов якого особа може реалізувати власні

здібності, протистояти життєвим стресам, працювати, планувати, мотивуватися і бути активною у соціальному житті [1].

Особистість, що є ментально здоровою розуміє свої емоційні стани і повністю/або частково може керувати ними, здатна до соціалізації, прагне навчатися, розвивається, позитивно ставиться до себе та/чи до світу вцілому, бере відповідальність за життєві рішення, може активно долати поточні виклики, отримує задоволення від буднів, свят та ін.

Психічне та фізичне здоров'я є рівноцінно важливими складовими життя дорослої особи та дитини, зокрема і особистості з особливими освітніми потребами. Ментальні порушення, проблеми з психічним здоров'ям, особливо страхи, стреси, панічні атаки, депресії підвищують ризик виникнення різних видів фізичного нездоров'я, порушення формування особистості та її сфер, соціалізації, розвитку компетентностей тощо.

Феномен ментального здоров'я не є новітнім терміном і спостерігався, як явище, протягом усієї історії людства. На окремих історичних етапах розвитку суспільства порушення ментального здоров'я мало різні причини, але завжди виступало як елемент соціального благополуччя суспільства, оскільки воно було спрямовано на підтримку соціальної стабільності різних верств, категорій населення [2].

Ментальне здоров'я у період військових дій на території України має дворівневий вплив: воно накладає відбиток як на окремого індивіда, так і на групу людей, змінюючи сутність соціальних процесів, груп, явищ. У дитини, особливо, якщо розглядати особистість з особливими освітніми потребами, організм та свідомість реагує на такі кардинальні зміни, що відбуваються нині з українським суспільством, психосоматичними та патопсихологічними порушеннями. Ці порушення, в свою чергу, призводять до різних захворювань, які загострюють вже існуючу «особливість» дитини та яскраво виявляються у період раннього підліткового віку. Сучасний освітній простір, зокрема спеціальної освіти та психології, розглядають порушення ментального здоров'я як перешкоду подальшого ефективного розвитку сфер, компетентностей, умінь

та навичок особистості, що деформує можливості побудови життєдіяльності особистості як на найближчу, так і на віддалену перспективу; сприяє закріпленню та розвитку «соціальної неповносправності» [3].

Серед основних ознак порушення психічного (ментального) здоров'я варто зазначити наступні: порушення сну (тривалий сон протягом або неможливість заснути); порушення харчування (надмірне вживання їжі або відсутність бажання їсти); повторювані прояви агресії у спілкуванні з рідними та друзями; відмова від звичних активностей (прогулянки з друзями, навчальна діяльність, відвідування додаткових занять та ін.); відчуття апатії; безпричинні больові відчуття в тілі; відчуття безпорадності чи безнадії; вживання алкоголю чи наркотиків; відчуття незвичної розгубленості, забудькуватості, розлюченості, смутку, занепокоєння чи страху; сильні зміни настрою; нав'язливі негативні думки про те, щоб заподіяти шкоду собі чи іншим та багато інших [4].

Я. Кандзюба виокремлював такі змістовні характеристики порушення ментального здоров'я у дітей та підлітків з особливими освітніми потребами: нездатність до повноцінного соціального життя; неоднозначність соціального статусу індивіда; володіння певним порушенням ментального здоров'я, яке впливає додатково на фізичний стан; неповноцінність, особливість, небезпеку чи слабкість індивіда в порівнянні з іншими представниками його категорії (діти з ООП); недовірливість, пригніченість, ворожість, занепокоєння і розгубленість [1]. Крім того, особи з порушеннями ментального здоров'я мають тенденції створювати групи, члени яких пов'язані з певною єдиною проблематикою. Вчений розглядав проблеми психічного здоров'я через додаткову соціальну нерівність у поступовій динаміці. Як і у випадку з расовою дискримінацією, стереотипи спрощують відторгнення людини, і тим самим ментально здоровий (нормотиповий) зберігає соціальну дистанцію.

Підкреслимо також, що тип нервової системи формується генетично, ще до народження дитини (під час вагітності) і є не змінним упродовж життя людини. Однак у дорослому свідомому житті є можливість відкоригувати,

удосконалити певні характерологічні особливості темпераменту. Тут можна говорити про енергетичні (мотивація, активність, моторика, емоційність) і часові (темп, ритм, швидкість) характеристики функціонування підструктур особистості, які мають відповідати, але не відповідають тим нормам, на які запрограмована від народження нервова система, і які визначаються темпераментом особистості [2].

Ментальні порушення чи новоутворення особистості, особливо дитини, за умов збройних конфліктів, воєнних дій набувають різних психодинамічних характеристик, аніж тих, на які розрахована генетично нервова система [5]. Як наслідок, можна спостерігати прискорений (для інтровертів) чи уповільнений (для екстравертів) або неконгруентний спосіб життя (поведінкової сфери, емоційних реакцій, саморегуляції тощо), що може призводити до виникнення психосоматичних захворювань та низки інших наслідків. Тиск, що спричинений соціальними стресовими явищами призводить та інтенсифікує надмірне інтелектуальне та фізичне напруження у дитини з особливими освітніми потребами, появу особистісних дисгармоній. Згідно сучасних результатів наукових досліджень українських вчених, встановлено, що в умовах негативних соціальних змін, динамічних трансформації освітнього простору особистісний розвиток дітей, особливо старшокласників з особливими освітніми потребами, супроводжується такими проявами дисгармоній як перевтома, підвищена тривожність, невротичні стани, неврози, агресії, панічні атаки, внутрішньо особистісні конфлікти, порушення акцентуацій характеру та самооцінки, загрози суїциду, поява супутніх психічних розладів тощо. Значна частина школярів за таких неконгруентних станів емоційної сфери має проблеми з девіантною поведінкою.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Кандзюба Я. Підтримка дитини з особливими освітніми потребами в умовах емоційного напруження: навчально-методичний посібник. Київ: КВЦ, 2022. 179 с.

2. Вовченко О. «Емоційно-поведінкові реакції старшокласників з особливими освітніми потребами (особи з порушеннями слуху) в умовах стресу». *«Науковий вісник МДУ. Серія «Педагогіка та психологія»*, Том 8. № 3. 2022 . С. 23-32.
3. Помиткіна Л. Психодинамічна неконгруентність особистості: діагностика, корекція та консультування. Київ: Книжкове вид-во НАУ, 2007. 180 с.
4. Сечейко О. Диференціальна психологія. Київ: НАУ, 2014. 300 с.
5. Вовченко О. «Девіантна та делінквентна поведінка підлітків з ООП в умовах воєнних дій: психологічний аспект». *Habitus: Одеса*. № 36. 2022. С. 67-74.