**Аспекти дослідження психічного здоров’я людини**

***План:***

1. **Критерії і норми психічного здоров’я.**
2. **Рівні психічного здоров’я:**
   1. **Рівні прояву:**

* Рівень реалізації діяльності.
* Особистісно-смисловий рівень.
* Психофізіологічний.
* Рівень залученості людини в ансамбль суспільних відношень з ієрархічною упорядкованістю зв’язків.
  1. **Рівні сформованості (якості):**

1. Еталонний (повне здоров’я).
2. Середнєстатистичний.
3. Конституціональний.
4. Рівень акцентуацій.
5. Предзахворювання.
6. **Зв'язок психічного здоров’я з біологічним (за формами зусиль до подолання нездоров’я):**
   1. – Капітуляція перед хворобою.

* Прояв сили духу, стійкості (проблемно-орієнтоване реагування).
* Емоційне переживання з приводу нездоров’я.
  1. **Вплив фізичного здоров’я на психічне.**

1. **Властивості особистості, що можуть спричиняти появу психічного нездоров’я. Кому загрожує психічна хвороба.**
2. **Психосоматичний профіль особистості і вірогідність появи захворювань**

Особистість типу А Особистість типу В Особистість типу С Асоціальна особистість

Види захворювань:

**Особистість типу А Особистість типу В Особистість типу С Асоціальна особистість**

сердцево-судинні сприятливі передумови Депресії наркоманія,

захворювання здоров’я алкоголізм

1. **Критерії психологічного здоров’я (за Дубровіною, Нікіфоровим та іншими представниками позитивної психології).**
2. Інтерес до себе.
3. Соціальні інтереси (самоконтроль).
4. Фрутраційна стійкість.
5. Гнучкість, адаптивність.
6. Прийняття невизначеності (толерантність).
7. Орієнтація на творчі плани (саморозвитку діяльності).
8. Наукове мислення.
9. Прийняття себе.
10. Готовність до виваженого (виправданого) ризику.
11. Гедонізм.
12. Оптимістичність утримання від утопізму.
13. Відповідальність за свої емоційні права, схильність до саморегуляції пробачення.
14. Благополуччя (як багатопрофільний конструкт, що представляє зв’язок культурно-соціальних, психологічних, фізичних, економічних і духовних факторів.