УДК 159.9.01

DOI:10.23888/humJ20173302-310

© **Шушкова И.М., 2017**

© **Shishkova I.M., 2017**

ПРОБЛЕМА СВОБОДЫ И НЕОБХОДИМОСТИ В ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ

THE PROBLEM OF FREEDOM AND NECESSITY IN HEALTH PSYCHOLOGY

Аннотация. В статье проводится обзор проблемы свободы и необходимости в психологии здоровья. Философские категории рассматриваются в тесной взаимосвязи с понятием здоровья и здоровьесберегающей деятельностью человека.

В современном мире границы человеческой свободы в отношении здоровья во многом расширяются: людям позволено выбирать медицинские учреждения и лекарственные средства, решать, иметь или не иметь детей, определять, поддерживать ли жизнь человека в состоянии комы, человечество научилось бороться со многими ранее смертельными и неизлечимыми болезнями и даже менять собственный пол. Однако платой за такую свободу становится резкая зависимость от материально-технических средств. При этом общество неизменно накладывает на человека определенные обязательства. Каждый несет ответст-

Abstract. The article provides an overview of freedom and necessity problem in health psychology. Philosophical categories are considered in close connection with the concept of health and health-human activities. In the modern world the boundaries of human freedom in health are largely expanded: people are allowed to choose medical facilities and medicines, to decide to have or not to have children, to determine whether to support the life of a person in a coma. Mankind has learned to deal with many previously deadly and incurable diseases and even to change their own gender. But the price for such freedom becomes a sharp dependence on the material and technical means. The society is consistently imposing certain obligations on the individual. Everyone is responsible for work, family, state. Modern living conditions impose imprint on the state of each person health. There are environmental factors and factors of occu-

венность за работу, семью, государство. Современные условия жизни накладывают свой отпечаток на состояние здоровья каждого человека. Это и экологические факторы, и факторы профессионального здоровья, и социально-экономические факторы.

Рассматривая проблему свободы и необходимости, нельзя однозначно сказать, как соотносятся между собой эти категории. Они могут и быть тесно связаны, могут быть противопоставлены друг другу. Обращая внимание на возрастной аспект, можно сказать, что вместе с различными этапами взросления человек и теряет, и приобретает свободу, то же происходит и с категорией необходимости. В разных жизненных аспектах, в разных ситуациях соотношение этих философских категорий меняется.

Выбор каждого человека определяется иерархией его ценностей, и в норме здоровье считается высшей ценностью, высшим благом и главной потребностью человеческой жизни.

Ключевые слова: психология здоровья, здоровье, свобода, необходимость, потребность.

pational health, and socioeconomic factors. Considering the problem of freedom and necessity, it is impossible to say, what is the relationship between these categories. They may be closely related, can be opposed to each other. Paying attention to the age aspect, we can say that along with different stages of a growing man, and loses, and gains freedom, the same happens with the category of need. In different aspects of life, in different situations the relationship between these philosophical categories is changing.

The choice of each individual is determined by the hierarchy of his values, and normal health is considered to be the supreme value, the supreme good and main needs of human life.

Key words: *health psychology, health, freedom, necessity, need.*

Как известно, здоровье – состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие. Здоровье является условием адекватного выполнения индивидом своих возрастных, социальных и культурных ролей и обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

Потребность в здоровье имеет для человека большое значение в разные возрастные периоды, а до среднего возраста она осознается человеком как нечто, позволяющее быть успешным. Чем старше человек, тем выше потребность в здоровье как отдельной и самостоятельной ценности. Эта потребность хоть и является постоянной, но имеет ритмический характер: при возникновении проблем со здоровьем, она актуализируется, при их отсутствии – снижается, но никогда не исчезает и не удовлетворяется полностью.

Концепция здоровья оказывается неразрывно связанной с философскими категориями свободы и необходимости. В этой взаимосвязи мы можем выделить несколько аспектов.

Во-первых, здоровье является необходимой предпосылкой для полной реализации биосоциальных возможностей человека, для удовлетворения его индивидуальных и общественных потребностей, как материальных, так и духовных. Здоровье признается человеком высшей, безусловной ценностью и основной жизненной потребностью. Будучи изначально ценностью общественной и социальной, с развитием личности оно становится ценностью личной и индивидуальной.

В.А.Ананьев в своей работе «Введение в психологию здоровья» говорит о том, что для человека важен не сам факт крепкого здоровья, а возможность выполнения своих жизненных функций и самореализации. Здесь мы в какой-то степени можем отождествить понятия «здоровье» и «свобода». Свободен тот, кто здоров. Понятие здоровой и зрелой личности подразумевает под собой не только физический компонент здоровья, но и психологический, духовный, нравственный

аспекты. Развитие личности и ее совершенство достигаются гармоничным соотношением всех этих компонентов.

Во-вторых, свобода – это также и возможность делать выбор. Марксистское представление о свободе гласит: «Быть свободным — значит уметь познавать объективную необходимость и, опираясь на это познание, вырабатывать правильные цели, принимать и выбирать обоснованные решения и на практике воплощать эти решения в действительность».

В этом случае мы можем говорить о тех действиях, которые человек предпринимает или не предпринимает для того, чтобы улучшить собственное здоровье. Ведет ли он здоровый образ жизни? Есть ли у него вредные привычки? Сознателен ли он в своих действиях по отношению к собственному здоровью? Думает ли о последствиях своего поведения, прогнозирует ли возможные заболевания, которые могут быть следствием курения, употребления алкоголя, наркотиков или постоянного малоподвижного образа жизни? В этих вопросах каждый волен делать самостоятельный выбор, который в любом случае повлечет за собой какие-либо последствия. К тому же, чем больше у человека свободы, тем больше и степень его ответственности, которая не всегда осознается. Становясь личностью, мы обретаем одновременно и большую, и меньшую степень свободы выбора.

В современном мире границы человеческой свободы в отношении здоровья во многом расширяются: людям позволено выбирать медицинские учреждения и лекарственные средства, решать, иметь или не иметь детей, определять, поддерживать ли жизнь человека в состоянии комы, человечество научилось бороться со многими ранее смертельными и неизлечимыми болезнями и даже менять собственный пол. Однако платой за такую свободу становится резкая зависимость от материально-технических средств. При этом общество неизменно накладывает на человека определенные обязательства. Каждый несет ответственность за работу, семью, государство. Современные условия жизни накладывают свой отпечаток на

состояние здоровья каждого человека. Это и экологические факторы, и факторы профессионального здоровья, и социально-экономические факторы.

Здесь подключается проблема необходимости и предопределенности. Каждый из нас следует законам природы, общества, государства. Человек не может решить, в каком обществе, в каком месте ему родиться, какие родители у него будут. Для ребенка важно семейное воспитание, являющееся важнейшим факторов формирования его внутренней картины здоровья.

А как быть с теми, кто рождается с отклонениями и патологиями в развитии? Здесь тоже не свобода, здесь – определенность. Для конкретного человека. Однако зачастую это может быть следствием свободы выбора его родителей.

Рассматривая проблему свободы и необходимости, нельзя однозначно сказать, как соотносятся между собой эти категории. Они могут и быть тесно связаны, могут быть противопоставлены друг другу. Обращая внимание на возрастной аспект, можно сказать, что вместе с различными этапами взросления человек и теряет, и приобретает свободу, то же происходит и с категорией необходимости. В разных жизненных аспектах, в различных ситуациях соотношение этих философских категорий меняется.

Выбор каждого человека определяется иерархией его ценностей, и в норме здоровье считается высшей ценностью, высшим благом и главной потребностью человеческой жизни.

Конфликт интересов отсутствует.

As we know, health is the human condition, which is characterized by not merely the absence of disease or infirmity, but complete physical, mental and social well-being. Health is a prerequisite for adequate performance of an individual's age, social and cultural roles, and provides the possibility of continuous development throughout life.

The need of health has a great importance for a person in different age periods, and in middle age it is conscious as something that allows us to be successful. The older the

person, the greater the need of health as a separate and independent value is. This need is a constant, but it has a rhythmic nature: if you have any health problems, it actualizes, in their absence - reduces, but never disappears and is never satisfied completely.

The concept of health is inextricably linked with the philosophical categories of freedom and necessity. We can highlight several aspects in this relationship.

First, health is a prerequisite for the full realization of biosocial human capabilities, for satisfaction of individual and social needs, both material and spiritual. Health is recognized by a person of a higher, absolute value and basic necessity of life. Being a public and social value, with personal development it becomes a personal and individual value.

V. A. Ananyev in his «Introduction to the health psychology» suggests that not the fact of good health is important for a person, but the ability to perform his vital functions and fulfillment. Here at some extent we are able to identify the concept of «health» and «freedom». Free person is healthy person. The concept of a healthy and mature personality implies not only the physical component of health, but also psychological, spiritual, and moral aspects. The development of personality and its perfection are achieved by the harmonious balance of all these components.

Second, freedom is also the ability to make choices. The Marxist idea of freedom says: «to be free means to be able to know the objective necessity and develop the right targets based on this knowledge, accept and choose informed decisions and implement these solutions into reality».

In this case we can talk about those actions that a person takes or does not take in order to improve his own health. Does he lead a healthy lifestyle? Does he have bad habits? Whether it is conscious in its actions in relation to his own health? Does he think about the consequences of his behavior, predicts the possible diseases that can be a result of smoking, alcohol, drugs, or constant sedentary lifestyle? Everyone is free to make his own choices in these matters, which entail any consequences in any case. Besides that, the more the person's liberty, the greater the degree of responsibility he has,

which is not always recognized. Becoming a person, we gain greater and less freedom of choice at the same time.

In the modern world the boundaries of human freedom in health are largely expanded: people are allowed to choose medical facilities and medicines, to decide to have or not to have children, to determine whether to support the life of a person in a coma. Mankind has learned to deal with many previously deadly and incurable diseases and even to change their own gender. But the price for such freedom becomes a sharp dependence on the material and technical means. The society is consistently imposing certain obligations on the individual. Everyone is responsible for work, family, state. Modern living conditions impose imprint on the state of each person health. There are environmental factors and factors of occupational health, and socio-economic factors.

Here connects the problem of necessity and predestination. Each of us follows the laws of nature, society, and state. People can't decide what in kind of society to born, what kind of parents to have. Family education is important for the child, it is one of the main factors for the formation of the internal health picture.

And what about those who are born with abnormalities and pathologies in the development? Here, too, is not freedom, it is a certainty. For a particular person. However, this can often be the consequence of freedom of choice of his parents.

Considering the problem of freedom and necessity, it is impossible to say, what is the relationship between these categories. They may be closely related, can be opposed to each other. Paying attention to the age aspect, we can say that along with different stages of a growing man, and loses, and gains freedom, the same happens with the category of need. In different aspects of life, in different situations the relationship between these philosophical categories is changing.

The choice of each individual is determined by the hierarchy of his values, and normal health is considered to be the supreme value, the supreme good and main needs of human life.

There is no conflict of interest.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья: Учеб. пособие; С.-Петербург. мед. акад. последиплом. образования, Балт. пед. акад., 1998. - 146 с.
2. Вассерман Л.И., Трифонова Е.А. Социально-психологические факторы в формировании сферы здоровья личности // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2012. № 3. С. 3-8.
3. Кравцова Н. А., Братусь Б. С., Залевский Г. В. Проблема здоровья личности в теоретической и прикладной психологии // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. — 2011. — № 4. — С.131–136.
4. Шишкова И.М., Яковлева Н.В. Здоровье как научная категория// Наука молодых(Eruditio Juvenium). 2016.Т.4, №3.
5. Encyclopedia of Human Development. Ed. Neil J. Salkind. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2006.

REFERENCES:

1. Anan'ev V.A. Vvedenie v psikhologiyu zdorov'ya [Introduction to health psychology]: Ucheb. posobie; S.-Peterb. med. akad. poslediplom. obrazovaniya, Balt. ped. akad. [St.Petersburg medical postgraduate academy]. 1998.146 s. (in Russian)
2. Vasserman L.I., Trifonova E.A. Sotsialno-psihologicheskie faktoryi v formirovaniy sferyi zdorov'ya lichnosti [Socio-psychological factors in formation of person health]. Obozrenie psikiatrii i meditsinskoy psikhologii im. V.M. Behtereva [Behterev's psychiatry and medical psychology review]. 2012. # 3. S. 3-8. (in Russian)
3. Kravtsova N. A., Bratus B. S., Zalevskiy G. V. Problema zdorov'ya lichnosti v teoreticheskoy i prikladnoy psikhologii [The problem of the health of the individual in theoretical and applied psychology] // Psihiatriya, psihoterapiya i klinicheskaya psihologiya [Psychiatry, psychotherapy and clinical psychology].2011. # 4. — S.131–136. (in Russian)

4. Shishkova I.M., Yakovleva N.V. Zdorov'e kak nauchnaya kategoriya [Health as a science category]. Nauka molodyh (Eruditio Juvenium) [The science of young]. 2016. T.4, №3. (in Russian)
5. Encyclopedia of Human Development. Ed. Neil J. Salkind. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2006.