

Чоловіки теж стають жертвами психологічного домашнього насильства через коди, закладені в рекламних роликах. Реклама авто, банків, кредитних контор, ломбардів, будівельних інструментів тиражує образ упевненого в собі бізнесмена, годувальника сім'ї, майстра на всі руки, і це стає підґрунтям для психологічного тиску і дорікань з боку дружини, на кшталт: «Справжній чоловік повинен утримувати сім'ю», «Подивись на себе, ти навіть цвяха у стіну забити не можеш».

Поширеним образом також є повна нуклеарна сім'я з однією дитиною. Ролики із цим образом складають 15–20 % від їх загальної кількості. Така реклама формує ідеалізоване уявлення про сім'ю.

Медіа є найпотужнішим інструментом впливу на свідомість та підсвідомість громадян. Вони частково формують світогляд людини, сприйняття нею себе та реальності, корегують її звички, моделі поведінки, уподобання, впливають на якість життя. Одна з найголовніших функцій засобів масової інформації — освітня. І саме завдяки медіа тема домашнього насильства в Україні перестала замовчуватися. Утім відверті маніпуляції почуттями людей та прихована пропаганда насильства в сім'ї в медіа-матеріалах існують. Це негативно впливає на інститут сім'ї загалом і потребує втручання влади на законодавчому рівні.

В. В. Диулїна

ОСВІТА ПРОТЯГОМ ЖИТТЯ ЯК ЧИННИК ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДИНИ

V. V. Diulina

LIFELONG EDUCATION AS A FACTOR IN HUMAN MENTAL WELL-BEING

Проблема дослідження психічного благополуччя має міждисциплінарний характер і вивчається фізіологами, психіатрами, психологами, педагогами, соціологами, екологами та ін. Наукові пошуки спрямовані на виявлення детермінуючих умов та впливових факторів, які визначають психічне благополуччя передумовою індивідуального та суспільного здоров'я нації, а відтак і успішного соціально-економічного розвитку всієї країни.

Наслідком досліджень стало уведення в міжнародний науковий обіг таких понять, як «благополуччя», «психологічне благополуччя», «психосоціальне благополуччя», «психічне благополуччя». Щодо останнього поняття, то воно ще не має широкого застосування в Україні, хоча в англomовному науковому дискурсі посідає належне місце і всебічно досліджується.

Так, вивчається вплив когнітивних здібностей на психічне благополуччя (Д. Пауел, Т. Хамборт, Н. Сталард та ін.); роль батьківських навичок психологічного благополуччя у впливі на поведінку дітей (Г. Лінсі, С. Стренд, Х. Девіс та ін.); зв'язок фізичної активності з психічним благополуччям (Н. Тамінен, Д. Рейнікайнен, К. Бородулін та ін.); зв'язок психічного благополуччя і сімейного стану (К. Апельквіст-Шмідлехнер, П. Солін та ін.); взаємовплив згуртованості сусідів та психологічного благополуччя літніх людей (Д. Еліот, С. Гейл, С. Парсонс та ін.); вплив споживання фруктів та овочів на психологічне благополуччя (А. Освальд, С. Стюарт-Браун та ін.); розгляд різних рівнів суб'єктивного благополуччя (К. Кіз та ін.) тощо.

Ці та інші дослідження ілюструють багатогранність підходів до вивчення психічного благополуччя, але більшість науковців сходяться на думці щодо існування чотирьох вимірів цього феномену. Це здорове фізичне самовідчуття людини; відчуття і бачення перспектив свого розвитку; наявність психологічної гнучкості; навички подолання труднощів.

На основі багатьох досліджень у галузі психічного благополуччя найкрупніший у Великій Британії веб-сайт з охорони здоров'я пропонує «П'ять кроків до психічного благополуччя». Це розвиток і укріплення широких соціальних стосунків з іншими людьми; підтримання фізичної активності; життя «тут і зараз», уважність до себе і до оточуючого світу; підтримка і допомога іншим людям, здійснення добрих вчинків; навчання і отримання нових навичок протягом усього життя.

В університеті Уорвіка (Велика Британія) під керівництвом професорки С. Стюарт-Браун розроблено інструмент для вимірювання психічного благополуччя населення та оцінки проектів, спрямованих на покращення психічного благополуччя. Це так звана «Шкала психічного благополуччя Уорвіка-Единбурга», яка використовується сьогодні на національному та міжнародному рівнях і означає існування сильного взаємозв'язку між освітою та психічним благополуччям.

Дослідження, проведені в багатьох європейських країнах та США, переконують, що навчання протягом життя пов'язане з покращенням якості життя, оптимізмом й задоволенням. Так, Дж. Філд стверджує, що навчання в дорослому житті виявляє безпосередній позитивний вплив на психічне благополуччя. На його думку, слід «передбачити систему навчання протягом усього життя, в якій благополуччя є основним сенсом існування» (переклад мій – В.Д.). З ним погоджується Т. Макгілеон, який вважає, що освіта в галузі гуманітарних наук і мистецтв дійсно розширює можливості дорослих учнів, особливо людей похилого віку.

Визначення мети навчання з наступним її досягненням впливають на позитивне почуття досягнення у студентів університетів на думку Р. Уоллера та ін. Але вплив університетської освіти на психологічне благополуччя студентів треба ретельно досліджувати і збільшувати відповідальність закладів освіти за це. Автори наполягають на більш турботливому ставленні до тих, хто вперше відірвався від родини і приїхав на навчання.

Оскільки навчання передбачає взаємодію з іншими людьми, то це додатково позитивно впливає на психологічне благополуччя, допомагаючи будувати соціальні зв'язки. Слід зауважити, що освіта протягом життя охоплює, крім іншого, читання книг, розгадування кросвордів або sudoku, настільні ігри, вивчення іноземних мов, заняття акторським чи іншими видами мистецтва, гри на музичних інструментах та багато іншого.

Нині в Україні, яка потерпає від війни, епідемій, політичної та економічної кризи, особливо актуально підвищувати обізнаність про позитивний вплив освіти протягом всього життя, оскільки вона може змінити траєкторію психічного благополуччя кожної людини.