

Ruh Sağlığı ve Özneİ İyi Oluş

Mental Health And Subjective Well-Being

Meliha TUZGÖL DOST

Öz

Mutluluk, Antik Yunan Felsefesi'nden itibaren düşünce tarihinde yer alan bir konu olmasına rağmen Psikoloji, yakın zamana dek olumsuz duygular üzerinde daha çok durmuştur. Öte yandan yine yakın zamana dek, insanın iyi oluşu hastalık yokluğu olarak görülmüştür. Günümüzde artık bu anlayışın yeterli olmadığı ve iyi oluşun hastalık yokluğundan öte bir anlam taşıdığı belirtilmektedir. Kişinin iyi oluşu, yaşamından doyum almasına, sosyal bir çevrede işlevde bulunmasına ve olumlu duygular yaşamasına bağlıdır. Ruh sağlığına bakıştaki bu gelişmelerden sonra iyi oluş konusuna ilgi artmıştır. İyi oluş konusunda kavramsal ve kuramsal ilerleme yeterince sağlanamamış olmakla birlikte insanın mutluluğunu açıklamaya çalışılan bazı kuramlar bulunmaktadır. İyi oluş, psikolojik danışma alanı için de önemli bir konudur. Hastalık yokluğu psikolojik olarak iyi olma anlamına gelmediğine göre, psikolojik danışmada sorunun giderilmesinin ötesinde kişi için en iyi olanın ortaya konması gerekmektedir.

Anahtar Sözcükler: Özneİ İyi Oluş, Psikolojik İyi Oluş, Mutluluk, Ruh Sağlığı.