

Електронне наукове фахове видання "Державне управління: удосконалення та розвиток" включено до переліку наукових фахових видань України з питань державного управління (Наказ Міністерства освіти і науки України від 06.11.2014 № 1279)

ДЕРЖАВНЕ УПРАВЛІННЯ
удосконалення та розвиток



№ 5, 2010

[Назад](#)[Головна](#)

УДК 352.07

О. А. Федько,

докторант, кафедра управління охороною суспільного здоров'я, НАДУ при Президентіві України, кандидат медичних наук

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Анотація: основним змістом діяльності з формування здорового способу життя є розробка і реалізація соціальних проєктів, які спираються на певні передумови, принципи, завдання, стратегії, механізми; метою формування здорового способу життя є сприяння досягненню, в широкому розумінні, благополуччя і здоров'я на всіх рівнях і для всіх; а основними механізмами його формування - створення умов для окремих осіб, груп людей, громад позитивно впливати на проблеми здоров'я.

Ключові поняття: людина, здоров'я, здоровий спосіб життя, культура, виховання, цінності.

Summary: the main content of activities aiming formation of healthy lifestyle is development and implementation of social projects basing on certain preconditions, principles, tasks, strategies, mechanisms; the objective of forming healthy way of life is promotion of achieving, in general interpretation, everybody's wellbeing and health on all levels; and the main mechanism of its formation is creation of conditions for certain persons, groups of people, communities for positive influence on healthcare problems.

Key concepts: person, health, healthy lifestyle, culture, education, values.

Постановка проблеми. Здоров'я - безцінний капітал не тільки окремої людини, але й народу, нації, держави. Між тим, всі більш-менш помітні соціальні зрушення здійснювались переважно за рахунок здоров'я і навіть життя людини. Жертовність споконвіків була незмінним супутником прогресу. Цінність життя і здоров'я займала чи не останню позицію в ієрархії цінностей, яких дотримувались люди у всі історичні часи. І хоча настанови древніх переповнені гнімів здоров'ю людини, своєрідне „благоговіння перед життям", навіть, сьогодні все ще не стало нормою поведінки більшості народів світу. З другого боку, здорова людина завжди слугувала у якості ідеалу. Її вітали, їй поклонялись, визнавали у якості героя. Цінність здоров'я, скоріш, домінувала у суспільстві як ідеальна цінність. І лише сьогодні, як крайня міра у середовищі цивілізованих народів світу, зрештою з'являється можливість утвердити здоров'я як дійсну цінність.

Попередні дослідження проблеми. Питаннями збереження здоров'я та забезпечення здорового способу життя стали предметом досліджень багатьох учених, серед яких у межах даної публікації були розглянуті праці І. В. Іванової, С. В. Кириленко, В. М. Копи, Л. А. Лепіхової, Т. М. Титаренко, К. А. Шуляк. Як зазначають дослідники, процес сприяння покращенню здоров'я базується на певних принципах: емансипації, позитивності, активізації потенціалу, участі, мережевої взаємодії соціального підкріплення, надання можливостей, партнерства.

Виклад основного матеріалу. **Принцип емансипації** означає самовизначення у питаннях здоров'я і орієнтований на позитивний результат. В Оттавській хартії сприяння здоров'ю підкреслюється важливість самовизначення, самостійності і самопомоги як окремої особистості, так і груп людей у питаннях здоров'я. Принцип **активізації потенціалу** означає встановлення контролю людини над власною свідомістю та способом життя, розширення можливостей життєвого самовизначення людини. У стратегії активізації потенціалу можна виокремити такі складові: постійне підкріплення активного і позитивне світосприймання; розвиток здібностей і ресурсів, спрямованих на досягнення індивідуальних і суспільних цілей; придбання знань і навичок, які допомагають критичному сприйняттю соціальних і практичних взаємин та власного соціального оточення [12, с. 12].

Принцип участі. Участь - поняття багатоаспектне і багатокомпонентне. Однією з його складових є громадська участь - активні законні дії громадян, спрямовані на сприяння реалізації прав людини на здоров'я і досягнення загального благополуччя. Принцип участі передбачає залучення особи, груп, громади до процесу планування, підготовки та проведення оцінки певних програм і заходів сприяння здоров'ю. Принцип **надання можливостей** сприяння самопомозі реалізується через створення умов, що дають індивіду не просто можливість упевненого існування (тобто безпечного та підтримуючого середовища), а й відкривають йому можливості для навчання і розвитку, а саме, доступу до інформації, допомоги у набутті життєвих навичок. Забезпечення індивідуальних можливостей, це, перш за все, забезпечення здатності індивідуума приймати рішення і контролювати своє особисте життя. В основу принципу **мережевої взаємодії** (соціальної підтримки) покладена взаємодія між окремими особами. Соціальні мережі здійснюють афективне, інструментальне і когнітивне підкріплення, допомагають збереженню соціальної ідентичності та сприяють встановленню соціальних зв'язків. Принцип **партнерства** має на меті, що сприяння здоров'ю повинно бути цілісною системною діяльністю усіх інститутів суспільства і громадян, тому потребує об'єднання зусиль різних партнерів.

Сьогодні науковці переважно виокремлюють три стратегії сприяння покращенню здоров'ю: захист, активне відстоювання, просування здоров'я для створення основних, найбільш істотних передумов для здоров'я; надання всім людям можливості досягти і реалізувати повністю свій потенціал здоров'я; здійснення

посередництва між різними інтересами у суспільстві для забезпечення і досягнення здоров'я

Ці стратегії підтримуються і забезпечуються п'ятьма напрямками пріоритетної діяльності сприяння покращенню здоров'я: формування політики, сприятливої для здоров'я, створення сприятливого середовища для здоров'я; підвищення спроможності, посилення дій суспільства, громади у напрямку покращення громадського здоров'я; розвиток особистих навичок людей діяти на користь власного та громадського здоров'я, переорієнтація служби охорони здоров'я. Міжнародною спільнотою напрацьована схема змін з метою сприяння здоров'ю, у якій діяльність із сприяння здоров'ю розглядається як єдиний, взаємопов'язаний і взаємозалежний процес [10, с. 34 -3 5].

Тому всі стратегії та намагання побудувати концепції здорового способу життя спираються на певні традиційні методи, які знайшли відображення у проекті Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація», а саме: формування нових цінностей та орієнтацій суспільства й держави на збереження і зміцнення здоров'я людей шляхом:

- впровадження у практику результатів спеціальних наукових досліджень з питань формування суспільної налаштованості на пріоритет здорового способу життя;
 - популяризації здорового способу життя та подолання стану суспільної байдужості до здоров'я нації;
 - розвиток національних та родинно-сімейних традицій здорового способу життя та виховання здорової дитини із широким залученням батьків до цього процесу;
 - широкого впровадження соціальної реклами різних аспектів здорового способу життя в усіх засобах масової інформації та заборони усіх прямих та прихованих видів реклами алкоголю, тютюну, насильства тощо;
 - залучення до пропаганди здорового способу життя громадських об'єднань, профспілок, роботодавців, авторитетних державних та громадських діячів, відомих спортсменів та митців;
 - введення державного реєстру ігор, дозволених для продажу та використання в комп'ютерних клубах для дітей;
 - встановлення персональної відповідальності керівників усіх рівнів за створення умов для збереження та зміцнення здоров'я людей;
 - запровадження системи моніторингу стану здоров'я та створення умов для здорового способу життя органами виконавчої влади та місцевого самоврядування;
 - впровадження у систему підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації керівників органів державного управління всіх рівнів та посадових осіб місцевого самоврядування навчальних програм з державної політики у сфері охорони громадського здоров'я;
 - вивчення потреб територіальної громади та визначення ефективних постачальників оздоровчих послуг;
 - широкого залучення громадськості та громадських організацій до формування державної політики у сфері збереження здоров'я нації та її впровадження.
- А також, формування соціальної та особистісної мотивації до збереження та зміцнення здоров'я шляхом:
- встановлення матеріальних та моральних видів заохочення для осіб, які ведуть здоровий спосіб життя та не хворіють, належним чином дбають про збереження здоров'я своїх дітей, формування сімейних традицій здоров'я;
 - введення дієвої системи штрафів та заборон для зменшення впливу шкідливих чинників здоров'я.

Створення кадрового потенціалу для збереження та зміцнення здоров'я людей шляхом:

- налагодження системи підготовки фахівців для кадрового забезпечення впровадження у практику технологій здорового способу життя;
- уведення в класифікатор професій нових спеціальностей -фітнес-тренера, консультанта з питань здорового способу життя, фахівця з рекреації, лікаря з оздоровчо-превентивної медицини та інших;
- встановлення та дотримання нормативів забезпеченості зазначеними фахівцями підприємств, установ та організацій різних форм власності, де мають бути створені служби збереження та зміцнення здоров'я громадян.

Залучення громадян України до регулярних занять фізичною культурою та спортом шляхом:

- формування переконання кожного українця у необхідності для нього рухової активності як невід'ємного чинника здорового способу життя та успішної життєдіяльності;
- створення умов для регулярної рухової активності заради зміцнення здоров'я з урахуванням інтересів, побажань, здібностей та індивідуальних особливостей кожного;
- утвердження в суспільній свідомості впевненості, що фізична культура, масовий спорт сприяють вирішенню багатьох соціальних та економічних проблем;
- удосконалення форми освітньої роботи з різними групами населення щодо рухової активності упродовж всього життя [4].

Законодавчим шляхом можуть прийматись урядові та добровільні програми і заходи з охорони здоров'я, вестись пропаганда здорового способу життя та формуватись сприятлива для його запровадження громадська думка. Законодавча політика у цій сфері має передбачати поєднання освітніх, примусових та заохочувальних заходів, охоплюючи, наприклад, закони, що забороняють деякі види поведінки, що вважаються ризиками для здоров'я (наприклад, невикористання ременів безпеки під час їзди на автомашині); закони, що стимулюють здоровий спосіб життя (наприклад, через податкові пільги або зміни у структурі страхових тарифів); законодавство, що підтримує урядову політику освіти населення з питань охорони здоров'я. Окрім того, уряд може залучатися до заходів щодо підтримки незалежних приватних та неурядових установ, що займаються питаннями охорони здоров'я. Перед тим, як запроваджувати певні заходи, спрямовані на поліпшення здоров'я населення, необхідно переконатися, що населення зрозуміє цінність цих заходів. Покладання уряду на громадську думку може значним чином сприяти більшій готовності населення прийняти нові закони та їх впровадженню. Роль громадської думки у досягненні цілей громадського здоров'я вказує на важливість інформаційно-освітніх програм для різних груп населення та необхідність участі населення у законодавчому процесі з питань охорони здоров'я [8, с. 68].

Низький рівень здоров'я молоді має низку конкретних причин, серед яких: відсутність пріоритету здоров'я та мотивації на здоровий спосіб життя і культуру здоров'я; конфлікти в родині, зловживання батьками алкогольними напоями, тобто агресивне соціальне середовище; складну криміногенну ситуацію, комерціалізацію статевих стосунків, ранній початок статевого життя; незадовільна організація харчування дітей, санітарно-гігієнічні проблеми, а також незадовільну організацію навчального процесу [3, с. 4].

Від стану здоров'я молоді залежить існування людства. Сучасні умови розвитку молоді взагалі характеризуються погіршенням матеріальних умов життя, екологічних обставин, розвитком нездорового способу життя у все більшої частини молоді. Тому потрібен багатопрофільний підхід до справи укріплення здоров'я молодого покоління з урахуванням різноманітних соціально-економічних та культурних умов. У якості видів діяльності пропонується формування

загальнонаціональної політики в галузі охорони здоров'я, розвитку та раціоналізації форм медичного обслуговування, доступність лікування, створення спеціалізованих молодіжних програм здоров'я та матеріальних умов для занять фізкультурою та спортом, здорового способу життя, проведення пропагандистських заходів проти куріння, пияцтва, вживання наркотичних препаратів, використання матеріальних стимулів для ліквідування шкідливих звичок [2, с. 310].

Сучасна людина грамотна та інформована про те, що корисно і що шкідливо для її здоров'я, навіть занадто інформована про всілякі хвороби і засоби лікування, але зовсім не освічена в питанні, як бути здоровим. Одних лише знань про елементи здорової поведінки мало — потрібна переконаність, відданість і все нові й нові досягнення, а досягнутим потрібно вважати лише те, що увійшло в культуру, побут, звичку.

Ми звертаємо мало уваги на суттєві зміни у стилі, укладі самого життя сучасної людини. Тисячі поколінь наших предків жили у тісному спілкуванні з природою, жили й працювали синхронно з природними ритмами. Вони вставали з ранковою і лягали спати з вечірньою зорею. Кожна пора року мала свій трудовий настрій, свій режим життя.

Ще порівняно не так давно усе необхідне людині для життя мало кінець: догорала свічка, закінчувалася вода, паливо і запаси їжі. І людина повинна була відтворювати все це. Тепер усе це здається безкінечним: вода летить з кранів, у потрібний час починає працювати центральне опалення, завжди до послуг людини електроенергія та газ. Якщо людина була одночасно і виробником, і споживачем, то тепер ці функції чітко розділилися. Так само, очевидно, і зі здоров'ям. Споживаючи своє здоров'я у праці і в боротьбі з силами природи, людина добре усвідомлювала, що вона сама повинна піклуватися про його відтворення. Тепер людям здається, що здоров'я так само постійне, як електро- і водопостачання [7, с. 144].

Будь-яка людина, як це зазначалося вище, є поєднанням трьох компонентів: психологічного, соціального та біологічного. Соціальний компонент виявляється в особистості завдяки включенню його у середовище, виконання соціальних функцій, передбачених процесом навчання та виховання. Психологічний компонент є єдністю психічних процесів, станів та властивостей особистості. Головне у ньому - психічні властивості, спрямованість, темперамент, характер, здібності тощо, від яких залежить протікання психічних процесів. Біологічний компонент охоплює тип вищої нервової діяльності, будову аналізаторів, функціональний стан, фізичне здоров'я тощо. Біологічний компонент здебільшого зумовлений генетично, але у певних межах змінюється під впливом умов життя і цілеспрямованого виховання та самовиховання [9, с. 214].

Тому на основі цього виділяють зазначені далі показники здорового способу життя.

Рухова активність. Одним із найбільш важливих показників здорового способу життя є обсяг фізичних навантажень. Як безпосередні показники рухової активності, що впливають на визначення здорового способу життя (чи нездорового), використовуються дані про наявність (чи відсутність), характер і обсяг фізичних навантажень, які дають чіткі підстави для розподілу респондентів стосовно цього аспекту здорового способу життя.

Харчування. Показовим чинником здорового способу життя є структура (якісний склад) продуктів харчування, що вживаються у повсякденному режимі.

Шкідливі звички. Питома вага шкідливих звичок (паління, вживання алкоголю, наркотиків, інших хімічних речовин) у комплексі впливів, що визначають спосіб життя, надзвичайно суттєва.

Безпечна сексуальна поведінка, чинник розповсюдження ВІЛ/СНІДу. Статистика поширення в Україні в останні роки захворювань, що передаються статевим шляхом і ВІЛ/СНІДу, дані щодо погіршення репродуктивного здоров'я молоді потребують ретельного вивчення цих явищ у вітчизняному молодіжному середовищі.

Збереження здоров'я завдяки здоровому способу життя повинно стати головним життєвим завданням кожної особистості. Життєві завдання - це головні орієнтири соціального буття людини, наближення до яких стає змістом і смислом її життєздійснення. На їх постановку й реалізацію мобілізуються усі складові системи цілеспрямовування, тоді як індивідуальні відмінності в ієрархії, якості і масштабності життєвих завдань визначаються соціально-психологічними властивостями особистості, рівнем її зрілості та нагромадженням життєвого досвіду [6, с.169].

Життєві домагання, за визначенням Т.Титаренко, є соціально-психологічним механізмом самоздійснення особистості, через який проявляється її здатність моделювати й активно наближати бажане майбутнє відповідно до життєвих завдань та соціальних очікувань на ґрунті якомога повнішої реалізації власних потенцій і задумів [11, с. 306].

За даними досліджень, найчастіше домінують життєві домагання, пов'язані із сімейним благополуччям, стабільним матеріальним достатком, високим рівнем вищої освіти та високооплачуваною роботою [6]. Взагалі для молоді, яка стоїть на порозі творення власного життя, це головні складові життєвого успіху. Вони доповнюються кар'єрним зростанням і побутовим комфортом, розумінням важливості здорового способу життя, поважного соціального статусу, авторитету, творчого розвитку і вмінням досягати життєвих завдань. Але розуміння важливості здорового способу життя серед молоді занадто мале, що скоріш за все пов'язано з відносно задовільним рівнем здоров'я та розуміння здоров'я як відсутності хронічних хвороб. Але ж, як зазначалося вище, здоровий спосіб життя - це дещо більше ніж лікування тоді, коли це потрібно. Тому невід'ємною системою державної політики у галузі формування здорового способу життя є створення у суспільній свідомості життєвих домагань у сфері збереження здоров'я та дотримання здорового способу життя, особливо серед молоді.

Основним змістом діяльності з формування здорового способу життя є розробка і реалізація соціальних проектів, які спираються на певні передумови, принципи, завдання, стратегії, механізми; метою формування здорового способу життя є сприяння досягненню, в широкому розумінні, благополуччя і здоров'я на усіх рівнях і для всіх; а основними механізмами його формування - створення умов для окремих осіб, груп людей, громад позитивно впливати на проблеми здоров'я; результатом сформованості здорового способу життя є культура здоров'я як інтегрована якість особистості та показник її вихованості [3, с. 5].

Рівень здоров'я, як правило, безпосередньо пов'язаний з рівнем освіти. Чим вище середній рівень освіти у певному соціальному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я воно демонструє. Природно, що піклування про власне і громадське здоров'я неможливо без знання того, чому це необхідно і як це робити. Притому доцільно розуміти поняття освіти в даному контексті не тільки як освіту суто валеологічну, а значно ширше - як загальну освіту в цілому. Чим ширше знання основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створювати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я в усіх його проявах, сферах, рівнях.

Слід зазначити, що питання здорового способу життя частково вивчаються школярами в загальноосвітній школі. Досвід показує, що такого обсягу і змістового рівня інформації щодо означених питань для студентів сучасних вищих навчальних закладів недостатньо. Окрім загальних знань з першої медичної допомоги треба включити питання раціонального харчування, попередження порушень опорно-рухового апарату та зору, профілактики шкідливих звичок, ВІЛ/СНІДу, наркоманії, венеричних та інфекційних захворювань у курс «Безпека життєдіяльності» для студентів усіх спеціальностей та форм навчання [1].

Проведений аналіз дає підстави вважати: по-перше, проблема формування здорового способу життя серед молоді залишається актуальною і вимагає негайного вирішення засобами освіти; по-друге, для вирішення даної проблеми необхідно залучати якомога більше фахівців і часу навчального процесу; по-третє, ця

проблема повинна цікавити і турбувати не тільки фахівців і викладачів, але й саму молодшу людину у першу чергу.

Серед ключових соціальних проблем, яким не надається відповідна увага на державному рівні - низька культура здоров'я населення і повільне реформування освіти у напрямку гуманістичного вектору. Одним із засобів пропаганди культури здоров'я можуть служити мистецтво і спорт, хоча цього недостатньо. У цьому плані важливим є реформування педагогічного процесу, спрямованого на забезпечення здоров'язберігаючої освіти; визнання освіти основним суспільним механізмом, що сприяє суспільній безпеці і розвитку здорового суспільства. Для цього необхідно: створити державну програму з вивчення стану здоров'я населення; відновити державний пріоритетний вплив на розвиток фізичної культури і виховання; долучити до інтегрального індикатору прогресу українського суспільства стандарт здорового способу життя [5, с. 12].

Так, освіта заради здоров'я повинна бути спрямована на забезпечення збільшення спроможності людей зробити правильний вибір, посилювати контроль за здоров'ям, вчитись вмінням та навичкам спрямовувати зусилля на власне благополуччя, на створення здорового середовища [10].

У сучасній Україні сформувалася тенденція інтеграції в одну освітню галузь «здоров'я і фізична культура» таких предметів навчального плану, як «основи здоров'я», «фізична культура», «основи безпеки життєдіяльності», «валеологія», що є однією із позитивних педагогічних умов формування культури здоров'я учнів [3, с. 14].

Розвиток особистості заради здоров'я є стратегією збільшення можливостей людей щодо сприятливого вибору щодо здоров'я.

Основними причинами втрати здоров'я, зростання смертності та зниження очікуваної тривалості життя є низький рівень і несприятливі умови життєдіяльності значної частини населення, низька ефективність існуючої системи охорони здоров'я, поширеність шкідливих звичок та нехтування нормами здорового способу життя.

Досягнення сталого демографічного розвитку, створення належних умов для відтворення населення є тривалим і складним процесом. При цьому завдання полягає не стільки в подоланні депопуляції, скільки у підвищенні якості та рівня життя населення, збереженні його життєвого і трудового потенціалу.

Висновки. Аналіз освітньої практики показав, що в науковій літературі не сформувалося однозначного підходу у визначенні основного поняття «культура здорового способу життя». Однак, при розгляді феномена здоров'я виявлена сукупність його чотирьох компонентів: духовне здоров'я, психологічне здоров'я, соціальне здоров'я й фізичне здоров'я. Духовний компонент визначається особистісним рівнем, що будується на основі цілей і цінностей життя, моральною орієнтацією, менталітетом стосовно себе, природи й суспільства, особистості. Фізичний компонент характеризується рівнем фізичного розвитку, ступенем саморегуляції органів і систем, наявністю резервних можливостей організму. Психологічний компонент визначається рівнем розвитку психологічних процесів, ступенем регуляції діяльності й емоційно вольової сфери. Соціальний компонент характеризується ступенем соціальної адаптації особистості в суспільстві, сформованістю значимих для повноцінної й довгострокової активності у соціумі якостей особистості. Виходячи із цього, поняття «здоровий спосіб життя» визначимо таким чином: це частина загальної культури людини, що характеризується високим рівнем спеціальних знань і мотиваційно-ціннісних орієнтацій, набутих у результаті виховання. «Культура здорового способу життя» - поняття, що визначається як сукупність значимих для формування світогляду у сфері здорового способу життя елементів особистої фізичної культури, гігієнічної культури, культури міжособистісних відносин, культури психофізичної регуляції [13, с. 60].

Список використаних джерел

1. Іванова І. В. Формування здорового способу життя студентів як педагогічна проблема / І. В. Іванова, С. П. Гвоздій, Л. М. Поліщук, А. Г. Козикін // Педагогические науки. – 2007. – № 4.
2. Ильинский И. М. Молодежь планеты: глобальная ситуация в 90-х годах, тенденции и перспективы / И. М. Ильинский, С. В. Алещенок, И. А. Володин и др. – М. : Ин-т молодежи. – 1999. – С. 310.
3. Кириленко С. В. Соціально-педагогічні умови формування культури здоров'я старшокласників : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.07 / С. В. Кириленко. – К., 2004. – С. 4.
4. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми «Здорова нація» : Проект / http://www.mongov.ua/gr/obg/2008/22_02_08.doc
5. Копа В. М. Соціальна цінність модусу здоров'я : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філос. наук : спец. 09.00.03. / В. М. Копа. – Одеса, 2006. – С. 12.
6. Лепіхова Л. А. Вплив життєвого досвіду на стратегії та рівні життєвих домагань / Л. А. Лепіхова // Психологічна герменевтика : зб. наук. праць / за ред. Н. В. Чепелевої. – Т. 2. – Вип. 3. – К., 2005. – С. 170.
7. Основи валеології. В трех кн. / под общей ред. В. П. Петленко. – К. : Олимпийская литература. 1998. – Т. 1. – С. 144.
8. Охорона здоров'я в Україні: проблеми та перспективи / заг. ред. д-ра. мед. наук, проф. В.М. Пономаренка. – Тернопіль : Укрмедкнига, 1999. – С. 68.
9. Подольська Є. А. Освіта як чинник розвитку особистості в соціокультурному контексті / Є. А. Подольська, В. М. Назаркіна, А. О. Яковлев: Монографія. – Х. : НФАУ, 2002. – С. 214.
10. Сучасні підходи у сфері охорони громадського здоров'я та його популяризації / упоряд.: Н. В. Зимівець, В. В. Крушельницький, Т. І. Мірошніченко; за заг. ред. І. Д. Звереві. – К. : Наук. світ, 2003. – 95 с.
11. Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості як соціально-психологічний чинник моделювання майбутнього / Т. М. Титаренко // Наук. студії із соц. та політ. психол. : зб. статей. – Вип. 16 (19). – 2007. – С. 306.
12. Формирование культуры здоровья обучающихся. Материалы межрегиональной конференции работников образования и здравоохранения, 7 дек. 2004 г. – Казань : Школа, 2005. – 140 с.
13. Шуляк К. А. Философские аспекты здорового образа жизни человека, как взаимоотношения духовного и телесного / О. К. Садовников, К. А. Шуляк // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2005. – № 10. – С. 60.

Стаття надійшла до редакції 07.04.2010 р.