

ЗДОРОВ'Я З ПОЗИЦІЇ ЗАГАЛЬНОЛЮДСЬКИХ ЦІННОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ УМОВАХ

УДК 613.8

Юрій Павлов, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник
Інституту професійно-технічної освіти НАПН України

ЗДОРОВ'Я З ПОЗИЦІЇ ЗАГАЛЬНОЛЮДСЬКИХ ЦІННОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ УМОВАХ

У статті акцентовано увагу на тому, що здоров'я – важливий фактор працездатності і гармонійного розвитку особистості. Виховання сучасної молоді має відбуватися на засадах формування ключових особистісних компетенцій щодо ціннісного ставлення до свого здоров'я як однієї із найважливіших загальнолюдських цінностей у особистісному і професійному саморозвитку особистості.

Ключові слова: особистість, здоров'я, цінності, працездатність, життєвий потенціал, соціальна гармонія, психологічна гармонія, компетенція.

Літ. 13.

Юрій Павлов, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник,
Института профессионально-технического образования АПН Украины

ЗДОРОВЬЕ С ПОЗИЦИИ ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННЫХ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ

В статье акцентировано внимание на том, что здоровье – важный фактор работоспособности и гармонического развития личности. Воспитания современной молодежи должно происходить на основе формирования ключевых личностных компетенций относительно ценностного отношения к своему здоровью, рассматривая при этом здоровье как одну из важнейших общечеловеческих ценностей в личностном и профессиональном саморазвитии личности.

Ключевые слова: личность, здоровье, ценности, работоспособность, жизненный потенциал, социальная гармония, психологическая гармония, компетентность.

Yuriy Pavlov, Ph. D. (Psychology), Senior employee of a high-level scientific research,
Institute of Problems of Education of the National Academy of Sciences of Ukraine

HEALTH FROM THE POSITION OF UNIVERSAL VALUES OF PERSON IN MODERN SOCIO-ECONOMIC CONDITIONS

In this article the author pay attention to the fact that the health is an important factor of efficiency and harmonious development of the personality. Education of the modern youth should be based on the formation of key personal competencies relative value attitude to their health, while considering health as one of the most important human values in their personal and professional self-development.

Keywords: personality, health, value, work, life potential, social harmony, psychological harmony, competence.

Постановка проблеми. Початок ХХІ століття характеризується, зростанням захворюваності і смертності населення на тлі стрімких соціально-економічних змін, глобалізації і інтенсифікації виробництва, інновацій в науці і техніці, високих досягнень медицини, досконалості технічних засобів діагностики і лікування хвороб. Сучасний етап розвитку нашого суспільства пов'язаний із демографічною і економічною кризою, зниженням тривалості життя, порушенням стабільності психічного стану здоров'я особистості, зниженням її працездатності в умовах сучасних соціально-економічних змін. Сучасні умови особистісного і професійного саморозвитку особистості пов'язані із певними труднощами щодо забезпечення стресостійкості, емоційної та психологічної стабільності, фізичної витривалості людини в опануванні реальними професійними діями та функціями; потреби

системного професійного удосконалення. Варто наголосити, що суттєвою загрозою людства є епідемія ВІЛ/СНІДу, яка охопила увесь світ і забрала понад 20 млн життів. За темпами поширення ВІЛ-інфекції Україна посідає одне із перших місць в Європі. Варто наголосити, що більш як половина нових випадків зараження ВІЛ реєструється серед молоді віком від 15 до 24 років. Нерідко це відбувається через відсутність знань щодо шляхів передачі ВІЛ і методів захисту. Вживання ін'єкційних наркотиків є основним шляхом інфікування ВІЛ-інфекцією в Україні. Вірус швидко та постійно мутує і виникають все нові генетичні підвиди ВІЛ-інфекції, що практично анулює можливість створення вакцини в якості профілактики та боротьби з пандемією. Можливо, якраз низький рівень ціннісного ставлення до власного здоров'я, недостатня обізнаність щодо шляхів передачі

даної інфекції, методів захисту та правил поведінки в оточенні з хворими на ВІЛ/СНІД пояснюють наявність такої важливої для суспільства проблеми.

Слід зазначити, що в теперішніх умовах має місце певне відставання освітньої системи від об'єктивних потреб суспільства і особистості, навчально-виховний процес у вищих навчальних закладах не достатньою мірою орієнтується на формування життєво-важливих цінностей особистості, насамперед, на сприйняття здоров'я як над важливої цінності у подальшому професійному і особистісному саморозвитку. При цьому профілактична робота у формуванні здорового способу життя сучасної студентської молоді характеризується досить низьким рівнем, зокрема щодо профілактики ВІЛ/СНІДУ, наркоманії і алкоголізму, а саме:

1) відсутня стійка мотивація до здорового способу життя, оскільки в навчальних планах і програмах пріоритетом не є збереження здоров'я;

2) переважна частина молоді страждає серйозними проблемами, пов'язаними із станом здоров'я, психологічним і фізичним розвитком;

3) не достатньою мірою здійснюється системний контроль за станом фізичного і психічного розвитку і здоров'я студентів, організацією і змістом освітнього процесу з огляду впливу на їх здоров'я; не існує комплексної цілеспрямованої системи валеологічної підготовки, що могло б в значній мірі вирішити проблему організації здорового способу життя;

4) має місце низький рівень поінформованості молоді щодо причин і наслідків ВІЛ/СНІДУ, наркоманії та алкоголізму.

Проблема мотивації збереження здоров'я, формування ціннісного ставлення до здоров'я залишається недостатньо вивченою, немає єдиного підходу і у вирішенні проблеми формування здорового способу життя серед молоді. При цьому формування адекватного ставлення до здоров'я перешкоджає ціла низка причин:

- здорова людина не помічає свого здоров'я, сприймає його як природну даність;

- здоров'я набуває актуальну життєву необхідність, тільки коли воно вже порушено;

- в основі нездорової поведінки знаходиться феномен "реалістичного оптимізму", який розвивається з відсутності особистісного досвіду хвороби, віри в те, що, якщо захворювання немає, то його і не буде в майбутньому, віри в можливість подолати хворобу;

- нездорова поведінка приносить миттєве задоволення, а наслідки цих вчинків здаються далекими і малоймовірними;

- якщо рекомендації по зміцненню та збереженню здоров'я, отримані від засобів масової інформації або лікаря, не збігаються з уявленнями людини, то ймовірність їх виконання буде невисокою;

- існує вікова динаміка значущості здоров'я.

Його пріоритетна роль частіше відзначається представниками середнього і особливо старшого віку. Молоді люди зазвичай ставляться до проблеми здоров'я як до чогось досить важливого, але абстрактного, як такого, що не має до них прямого відношення. Якщо молоді люди приділяють увагу здоров'ю, то переважно його фізичній складовій. Теоретичні засади проблеми здорового способу життя досліджували вітчизняні та зарубіжні вчені: Г. Апанасенко, Л. Балаї, І. Бех, Т. Бойченко, Д. Венедиктов, В. Вернадський, Т. Готі, В. Дильман, Ю. Лісіцин, М. Мамардашвілі, Л. Пиріг, І. Смирнов, С. Шош та ін. Ціннісні аспекти здоров'я людини досліджували В. Казначеев, І. Брехман, А. Іванюшкін та ін., аспекти тілесного та енергетичного потенціалу особистості досліджували О. Васильєва, В. Ніколаєва, В. Клименко, Т. Титаренко, Ф. Філатов та ін.), аспекти професійної діяльності та психологічного забезпечення професійного здоров'я – С. Клімов, Г. Ложкін, В. Моляко та ін.

Однак, ще не достатньо виконано досліджень щодо визначення підходів до формування ціннісних орієнтирів сучасної молоді в контексті загальнолюдських цінностей, її особистісного і професійного розвитку в сучасних соціально-економічних умовах діяльності, а тому нашою метою стало вивчення теоретичних аспектів формування ціннісного ставлення молоді до власного свого здоров'я як чинника особистісної і професійної самореалізації.

Виклад основного матеріалу. Здоров'я – природна, абсолютна і повсякчасна цінність, що займає одну з верхніх сходинок в ієрархічній сходинці цінностей [1, 6]. Від ступеня володіння здоров'ям залежить рівень задоволення практично всіх потреб людини. Потреба в здоров'ї має загальний характер, вона властива як окремим індивідам, так і суспільству в цілому. У силу цього розрізняють індивідуальне (приватне) здоров'я і громадське здоров'я, або здоров'я населення. Стан здоров'я позначається на всіх сферах життя людини і суспільства. Так, повнота та інтенсивність життя конкретної людини знаходяться в безпосередній залежності від рівня його здоров'я, його "якісних" характеристик. У свою чергу, здоров'я населення має великий вплив на якість трудових ресурсів, продуктивність суспільної праці і тим самим на динаміку економічного розвитку суспільства.

Велике значення для людини має свобода як цінність. Філософське розуміння цієї категорії можна виразити в наступному визначенні: свобода – це здатність людини діяти у відповідності зі своїми інтересами та цілями, спираючись на пізнання об'єктивної необхідності. Свобода завжди і всюди залишається найбільшою цінністю. Як і в інших випадках, свобода стає цінністю, якщо людина її усвідомлює. Там, де немає усвідомлення цінності свободи, усвідомлення себе як рівного з іншими людьми, там немає ні справжньої самооцінки, ні людської гідності. Розуміння своєї несвободи й усвідомлення цінності свободи найбільш повно проявляється в період різких соціальних трансформацій. Свобода – право всіх людей в рівній мірі користуватися досягненнями цивілізації і розпоряджатися плодами своєї праці та своєю долею. Свобода є вибір, і як кожен вибір, здійснюваний свідомо, вона пов'язана для особистості з перевагою однієї з альтернативних можливостей і відмовою від іншого. Здоров'я – важливий чинник працездатності і гармонійного розвитку людського організму. У всі часи у всіх народів світу непересічну цінність людини і суспільства становило фізичне і психічне здоров'я. Ще в давнину воно тлумачилося лікарями і філософами як головна умова вільної діяльності людини, її досконалості. Звідси зрозуміло, наскільки важливо, починаючи з самого раннього віку, виховувати у молодого покоління ціннісне ставлення до власного здоров'я, розуміння того, що здоров'я – найбільша цінність, яка дарована людині природою. Здоров'я – важливий чинник працездатності і гармонійного розвитку людського організму. У всі часи у всіх народів світу непересічну цінність людини і суспільства становило фізичне і психічне здоров'я. Ще в давнину воно тлумачилося лікарями і філософами як головна умова вільної діяльності людини, її досконалості. Звідси зрозуміло, наскільки важливо, починаючи з самого раннього віку, виховувати у молодого покоління ціннісне ставлення до власного здоров'я, розуміння того, що здоров'я – найбільша цінність, яка дарована людині природою. Існують різні підходи до визначення здоров'я, що простежуються в прикладних дослідженнях. Одним з них є підхід “від протилежного”, в якому здоров'я розглядається як відсутність хвороб. У межах цього підходу здійснюються дослідження в медичній психології та психології особистості. Природно, такий розгляд феномена “здоров'я” не може бути вичерпним. Різні автори наводять такі недоліки такого розуміння здоров'я: 1) у розгляді здоров'я як не хворобливості спочатку закладена

логічна помилка, так як визначення поняття через заперечення не може вважатися повним; 2) даний підхід – суб'єктивний, бо в ньому здоров'я бачиться як заперечення всіх відомих хвороб, але при цьому не враховуються всі невідомі хвороби; 3) таке визначення має описовий і механічний характер, що не дозволяє розкрити сутність феномену індивідуального здоров'я, його особливості та динаміку. Другий підхід характеризується Н. Яковлевою як комплексно-аналітичний. В даному випадку при вивченні здоров'я шляхом підрахунку кореляційних зв'язків виділяються окремі фактори, що впливають на здоров'я. Потім аналізується частота прояву даного чинника в життєвому середовищі конкретної людини і на підставі цього робиться висновок про його здоров'я. Автор вказує на наступні мінуси такого підходу: можливість недостатності конкретного фактора для висновку про здоров'я людини; відсутність єдиного абстрактного еталона здоров'я як суми набору чинників, відсутність єдиної кількісної вираженості окремої ознаки, що характеризує здоров'я людини. В якості альтернативи попереднім підходам до дослідження проблем здоров'я розглядається як системний підхід, принципами якого є: відмова від визначення здоров'я як не хворобливості; виділення системних, а не ізольованих критеріїв здоров'я (гештальт-критеріїв системи здоров'я людини); обов'язкове вивчення динаміки системи, виділення зони найближчого розвитку, що показує, наскільки гнучка система при різних впливах, тобто наскільки можлива її самокорекція або корекція; перехід від виділення певних типів до індивідуального моделювання [13]. І. Брехман, говорячи про проблему здоров'я, зазначає, що воно дуже часто займає в ієрархії цінностей людини далеко не перше місце, яке відводиться матеріальним благам життя, кар'єрі, успіху і т.д. [2]. В. Казначєєв розглядаючи можливу ієрархію потреб (цілей) у тварин і людини, вказував на те, що у людини на першому місці стоїть “... виконання соціально-трудової діяльності при максимальній тривалості активного життя. Збереження генетичного матеріалу. Відтворення повноцінного потомства. Забезпечення збереження та розвитку здоров'я теперішнього та майбутніх поколінь” [7, 76]. Учений наголошує, що здоров'ю має належати перше місце в ієрархії потреб людини [7]. Аналізуючи вищевказане можна стверджувати, що здоров'я є однією із найважливіших загальнолюдських цінностей, які зумовлюють активність повсякденної життєдіяльності людини, зміцнюють і удосконалюють резервні можливості організму, забезпечуючи тим самим успішне виконання соціальних та професійних функцій.

ЗДОРОВ'Я З ПОЗИЦІЇ ЗАГАЛЬНОЛЮДСЬКИХ ЦІННОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ УМОВАХ

А. Іванюшкін пропонує три рівні для опису цінності здоров'я:

1. Біологічний – початкове здоров'я передбачає досконалість саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і, як наслідок, мінімум адаптації;

2. Соціальний – здоров'я є мірою соціальної активності, діяльного ставлення людини до світу;

3. Особистісний, психологічний – здоров'я є не відсутність хвороби, а швидше заперечення її, в сенсі подолання. Здоров'я в цьому випадку виступає не тільки як стан організму, але як “стратегія життя людини” [5].

Як зауважує І. Брехман відносно поняття “норма” вказує, що організм ніколи не знаходиться в стані рівноваги з середовищем, тому що в протилежному випадку припинилося б розвиток, а значить, і можливість подальшого життя [2]. На думку В. Дільмана, говорити про здоров'я організму і його норму в принципі неможливо, тому що індивідуальний розвиток є патологією, відхиленням від норми, яку можна відносити тільки до 20 – 25-річного віку, що характеризується мінімальною частотою найпоширеніших хвороб людини [4]. Е. Вайнер, розглядаючи проблему здоров'я як одну з глобальних проблем людства, вказує на неправомірність такого підходу та зазначає, що поняття норми залишається абстрактним тому, що означає стан, який передує захворюванню, а воно може бути неоднаковим у різних людей. При визначенні здоров'я автор відходить від відносної і суперечливою категорії норми в бік розуміння здоров'я з позицій якості. Він говорить про те, що проблема здоров'я, як і всі глобальні проблеми, виникає в кризовій ситуації [3].

Отже, проблема збереження і зміцнення здоров'я молоді складна і багатогранна. Ефективність виховання і навчання молоді залежить від їх здоров'я, причому, здоров'я розглядається як важливий фактор працездатності і гармонійного розвитку організму. Для свідомого прийняття молоддю принципів здорового способу життя, необхідно своєчасно забезпечити їх якісною інформацією, що дозволяє зробити вибір і прийняти відповідальність за власне рішення. А досягти цього можна тільки за умови усвідомленого сприйняття принципів здорового способу життя. У сучасних умовах у зв'язку з економічною ситуацією, вона вимагає нового підходу до її рішення, ставить перед вітчизняним освітнім середовищем та охороною здоров'я завдання щодо гарантованого забезпечення молоді якісною психолого-педагогічною та медичною допомогою у формуванні сучасної системи особистісних цінностей та орієнтирів на

засадах розробки ефективних методів навчання і виховання.

Учені наголошують, що ціннісні орієнтації виступають найважливішим регулюючим фактором, який детермінує мотивацію особистості до будь-якого виду діяльності. Розвинені ціннісні орієнтації – ознака зрілості особистості, показник міри її соціальності. Стійка і несуперечлива сукупність ціннісних орієнтацій визначає такі якості особистості, як цінність, надійність, вірність певним принципам та ідеалам, здатність до вольових зусиль в ім'я цих ідеалів і цінностей, активність життєвої позиції, наполегливість у досягненні мети. Суперечливість в ціннісних орієнтаціях породжує непослідовність в поведінці. Ціннісні орієнтації – це найважливіші елементи структури особистості, закріплені життєвим досвідом індивіда, всією сукупністю його переживань і відокремлюють значуще, істотне для даного індивіда від незначущої, несуттєвого. Сукупність сформованих, усталених ціннісних орієнтацій утворює свого роду вісь свідомості, яка забезпечує стійкість особистості, спадкоємність певного виду поведінки та діяльності, що виражається в спрямованості його потреб та інтересів.

Система особистісних цінностей складається в процесі діяльнісного підходу індивідами змісту суспільних цінностей, об'єктивованих у конкретних цінностях матеріальної і духовної культури. Нерозвиненість ціннісних орієнтацій – ознака інфантилізму (властивості дитячого віку), панування зовнішніх стимулів над внутрішньою структурою особистості. Формування особистісної ціннісної структури індивіда виступає найважливішим чинником самореалізації. Зазвичай, для особистісних цінностей характерна висока усвідомленість, вони відображаються у свідомості у формі ціннісних орієнтацій і служать важливим фактором соціальної регуляції взаємини людей і поведінки індивіда [3 – 6]. Суттєве значення у цьому має розроблена В. Ядовим диспозиційна концепція регуляції соціальної поведінки індивіда. Основна ідея цієї концепції полягає в тому, що людина володіє складною системою різних диспозиційних утворень, організованих ієрархічно, які регулюють його поведінку і діяльність. Кожен рівень цієї системи містить три компоненти: 1) потреби, класифіковані з погляду залучення індивіда в різні сфери соціальної діяльності; 2) ситуації, в яких діє індивід і які “зустрічаються” з певними потребами; 3) умови, що регулюють поведінку та діяльність індивіда. Система ціннісних орієнтацій індивіда формується на вищому рівні розвитку особистості і регулює поведінку і діяльність особистості в

найбільш значущих ситуаціях її соціальної активності, в яких виявляється ставлення особистості до цілей життєдіяльності і до засобів задоволення цих цілей [10].

Чимало дослідників надавали великого значення сформованості в індивіда системи його ціннісних орієнтацій. І. Якиманська, виділяючи психологічні аспекти дозрівання особистості і досліджуючи критерії її соціальної зрілості, відзначав важливу роль динамічних зрушень у ядрі особистості, пов'язаних з відкриттям та засвоєнням цінностей, норм, вимог та правил суспільства. Все різноманіття цінностей можна класифікувати за трьома підставами: за сферами суспільного життя, по суб'єктам, по ролі в житті суспільства. У відповідності з основними сферами суспільного життя розрізняють три групи цінностей: матеріальні, соціально-політичні та духовні. За суб'єктам розрізняють цінності: індивідуальні, групові та загальнолюдські. З точки зору тієї ролі, яку цінності відіграють у житті суспільства і людини, їх можна розділити на три наступні групи: цінності, що мають другорядне значення для людини і суспільства, цінності повсякденного попиту і повсякденного вжитку і найвищі цінності. Сучасна освіта розглядається як найважливіший цивілізаційний чинник розвитку світового співтовариства щодо переосмислення цінностей особистості. Підвищення ролі ціннісного аспекту освіти зумовлює потребу в розробці нових підходів до вибору форм і методів виховної роботи з молоддю, за умови формування життєво-важливих ціннісних орієнтирів особистості. При цьому важливим є підтримання інтересу і створення умов для накопичення первинних уявлень про себе і свій організм на засадах особистісно орієнтований підхід, який передбачає співпрацю та співтворчість студента та педагога. При цьому, студент вважається головною дійовою особою навчально-виховного процесу [11; 12].

На нашу думку, основне завдання педагога у формуванні ціннісного сприйняття здоров'я в сучасних умовах діяльності, це, насамперед, формування відповідної системи особистісних компетенцій. Суттєвим у цьому є аналіз чинників здорового способу життя в контексті подальшого особистісного і професійного розвитку особистості в сучасних умовах діяльності, вивчення динаміки змін особистісних характеристик студента, виявлення його особистісних переваг та проблем, розвиток його індивідуальних здібностей та можливостей, встановлення чітко сформульованої ціннісно-мотиваційної установки.

Нами визначено такі ключові особистісні компетенції особистості у формуванні ціннісного ставлення до власного здоров'я:

1) здатність до цілісного бачення гармонії особистісного та професійного саморозвитку в сучасному соціальному і професійному середовищі на засадах дотримання принципів здорового способу життя;

2) адекватне сприйняття сучасних соціальних і професійних проблем, усвідомлене позитивне ставлення до себе і оточення, прагнення до постійного професійного зростання;

3) готовність до інтерперсональної комунікації (уміння співпрацювати в колективі, розв'язувати та упереджувати конфліктні ситуації, позитивно реагувати на критику та ін.);

4) володіння етичною поведінковою самосвідомістю (морально-етичні якості та установки, що узгоджуються із соціальними та професійними нормами сучасної професійної), володіння загальнокультурними та людськими цінностями, комплексом позитивних сенсожиттєвих орієнтацій, установок і відносин щодо краси гармонії здорового способу життя;

5) готовність до аналізу можливих наслідків шкідливих нахилів і звичок (розвиток сприйняття, уваги, уяви, пам'яті і мислення);

6) готовність до самостійного забезпечення здорового способу власного життя (сила волі, самовиховання, самоконтроль, саморегуляція, рефлексія, емоційна стабільність, внутрішня самовідповідальність);

7) володіння принципами здорового способу життя, відповідальним відношення до власного організму як до надважливої особистісної цінності, креативність у реалізації індивідуальних програм забезпечення здорового способу життя, профілактики шкідливих звичок і залежностей тощо.

Висновок. Здоров'я людини в сучасних соціально-економічних умовах варто розглядати як одну із найважливіших загальнолюдських цінностей у її подальшому особистісному та професійному саморозвитку. Це передбачає необхідність створення відповідного навчально-виховного середовища щодо формування ключових особистісних компетенцій та системи ціннісних орієнтирів молоді у ставленні до власного здоров'я на засадах гуманізації навчально-виховного процесу, насамперед, поваги до людини, атмосфери терпимості, толерантності та конфіденційності; побудови інформаційно-розвивального середовища; реалізації особистісно орієнтованої моделі навчання і виховання. Перспективним у цьому є розробка відповідних моделей формування ціннісних здоров'язберігаючих орієнтирів в особистісному і професійному розвитку молоді в сучасних умовах діяльності.