

УДК 373.5.064.2:159.922.76-056.49

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ПІДЛІТКІВ ГРУПИ РИЗИКУ

І.В.Мельник

***Анотація.** У статті проаналізовані особливості ризикової поведінки дітей у зв'язку зі станом їхнього фізичного та психічного здоров'я, окреслені основні шляхи формування здоров'язбережувальної компетентності у підлітків групи ризику.*

***Ключові слова:** підлітки, поведінкові відхилення, група ризику, стан здоров'я, механізми ризику.*

***Аннотация.** В статье проанализированы особенности рискованного поведения детей в зависимости от состояния их физического и психического здоровья, названы основные пути формирования здоровьесберегающей компетенции у подростков группы риска.*

***Ключевые слова:** подростки, поведенческие отклонения, группа риска, состояние здоровья, механизмы риска.*

***Summary.** This paper analyzes the features of risk behavior of children in connection with the state of their physical and mental health, outlining the main ways of creating health saving competence among adolescents at-risk.*

***Keywords:** adolescents, behavioral deviations, risk group, health status, mechanisms of risk.*

Постановка проблеми в загальному вигляді. Різноманітні трансформаційні процеси в українському суспільстві призвели до появи широкого спектру соціальних перетворень, спричинивши зубожіння (як в матеріальному, так і в духовному плані), безробіття, зміни суспільних норм та переоцінку цінностей. Усі ці факти значною мірою впливають на стан нашого здоров'я, аособливо, на здоров'я підростаючого покоління (дітей, молоді). Таким чином відбувається вплив і порушення усіх видів здоров'я, небажаних змін зазнає психічне здоров'я, яке зумовлює рівновагу і нормальний перебіг психічних процесів; фізичне, що визначає повноцінне й правильне функціонування організму, та духовне – як прагнення до ідеалу, що є головним джерелом сили й енергії людини. На сьогодні, через складну ситуацію в державі, здебільшого жодна із життєвоважливих потреб молоді не задовольняється належним чином, що призводить до перебування в постійному стресовому стані, погіршення їхнього самопочуття і втраті дорогоцінного здоров'я та до ризиковості у вчинках. Усе вище зазначене, а також відсутність у молодіжному середовищі знань та навичок для захисту себе від негативних впливів – це причини того, що серед молоді значної поширеності набули ризиковані (ризикові) звички та форми поведінки, які частіше за все призводять до втрати і заподіяння шкоди власному здоров'ю. В останні десятиріччя спостерігається помітна тенденція до погіршення стану здоров'я дітей та молодих людей, не зважаючи на нововведену моду «на здоров'я», тобто заклики і паритетні слова про здоровий спосіб життя є, а самої структури і механізмів та правил їх здобуття чи дотримання немає. Найбільш вагомими чинниками процесу погіршення здоров'я дітей можна вважати екологічну ситуацію в країні та світі, неякісне харчування, зниження рівня життя сімей, дороге та некваліфіковане медичне обслуговування, неосвіченість населення з питань здоров'язбережувальних технологій, прискорення темпу життя й зростання психологічного та емоційного навантаження на дітей, стреси, обмеженість в «справжньому живому людському» спілкуванні, починаючи з дошкільного віку.

Постановка проблеми. З контексту вищевикладеного, ми вбачаємо актуальність постановки завдання забезпечення здоров'язбережувального освітнього процесу та життєдіяльності дітей у навчальних закладах та сім'ях, формування у школярів та молоді здоров'язбережувальної компетентності для запобігання проявів невиправданої ризикової поведінки та для полегшення процесів соціалізації. Реалізації поставленого завдання, на нашу думку, сприяє впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес усіх навчальних закладів, починаючи від дошкільних, закінчуючи вищою школою, а ще просвітницька діяльність серед молодих сімей та молоді в центрах планування сім'ї та консультативних і реабілітаційних центрах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом предметом дослідження науковців стала проблема формування у підростаючого покоління здоров'язбережувальної компетентності та попередження ризикової поведінки для подальшого входження в соціум на правах повноцінної суспільної одиниці. Над розробкою питань, пов'язаних із проблемою збереження здоров'я, працюють: Н.Белікова, Д.Воронін, О.Дворнікова, О.Дорошенко, Н.Панчук, О.Аксьонова, Т.Бабко, Т.Бойченко, А.Карабашева, Т.Андрюшенко, Н.Денисенко, О.Іванашко, Т.Книш, Н.Левінець, Л.Лохвицька, В.Нестеренко, С.Юрочкіна. Вивченням проблеми використання здоров'язбережувальних технологій у системі освіти займаються Т.Бойченко, Н.Денисенко, А.Міт'яєва, В.Єфімова, М.Смірнов, М.Степанова, Л.Тіхомірова, І.Чупаха. Щодо ризику, то проблеми безпечної та ризикової поведінки в ситуаціях, що є небезпечними для життя, прийняття правильного рішення знайшли своє відображення в дослідженнях Л.Василенко, Т.Воронцова, В.Гірної, Л.Горяної, І.Топорова, Л.Сидорчук, М.Сулла, О.Шиленко, Васильєвої Р.Ю. та інших. Проблеми вивчення найбільш значущих чинників виникнення ризику стосовно діяльності людини висвітлено в роботах Г.Айзенка, О.Вдовиченко, Ю.Козловецького, Т.Корнілової, К.Кумбіса та інших. Однак питання ризикової поведінки підлітків, взаємозв'язку схильності до ризику та способів реагування і логічність прийняття рішень в небезпечних ситуаціях потребує додаткового дослідження, що і метою нашої наукової роботи.

Мета статті – проаналізувати особливості ризикової поведінки та окреслити основні напрями роботи із формування здоров'язбережувальної компетентності.

Виклад основного матеріалу. Відомо, що процес переходу від дитинства до дорослості відбувається гостро й часто досить драматично, і в ньому найвиразніше переплітаються суперечливі тенденції особистісного розвитку. Головним досягненням підлітка є набуття якісно нового рівня особистісного зростання, коли структурується його свідоме ставлення до себе як до дорослої людини. Останнім часом констатується збільшення кількості проявів ризикової поведінки серед неповнолітніх і молоді, хоч у багатьох випадках порушення норм неповнолітніми не становлять суспільної небезпеки, але ці дії можуть бути небезпечними і, в разі відсутності своєчасного реагування вихователів і суспільства, можуть призвести до деформації особистості та нанесення шкоди здоров'ю і подальшому життю підлітків. Тому вивчення самої суті, з'ясування і дослідження причин ризикової поведінки та

людей груп ризику і розробка програм з психокорекції та попередження ризикової поведінки набувають все більшої актуальності як в Україні, так і в усьому світі.

Одним із основних показників рівня розвитку держави і суспільства є стан і статус – соціальний, культурний, політичний – молоді в країні. Сьогодні ця категорія населення потребує постійного захисту, допомоги і підтримки з боку держави і суспільства. Йдеться не лише про забезпечення матеріального добробуту, пріоритет має бути відведено вихованню громадянських, культурних, морально-етичних цінностей молоді, реалізації її багатого творчого потенціалу, профілактиці ауто-деструктивної поведінки й різного роду негативних явищ у молодіжному середовищі.

Найбільш важливим напрямом діяльності педагогічних працівників у різних типах навчальних закладів є різнобічний і гармонійний розвиток дітей, створення умов для збереження, зміцнення й відновлення їхнього здоров'я, забезпечення дотримання правил безпеки життєдіяльності, формування у підростаючого покоління здоров'язбережувальної компетентності та профілактика появи будь-яких відхилень у поведінці [2].

В ході нашого дослідження було з'ясовано, що не завжди ризикова поведінка має розглядатися як негативне явище, інколи ризикові дії є виправданими, це часто залежить від ситуації і схильності людини до ризику. Досліджуючи праці науковців, присвячені впровадженню здоров'язбережувальних технологій у навчальний процес, ми неодноразово відзначали взаємозв'язок стану здоров'я і манери (стилю) поведінки дітей. Ми з'ясували, що на загальне самопочуття та, зокрема, на репродуктивне здоров'я негативно впливає не лише поганий стан екології, стреси, генетичні хвороби, а й ризикова поведінка.

За даними соціологічного дослідження, проведеного в рамках виконання програми «Репродуктивне та статеве здоров'я підлітків в Україні», 62% дітей у віці 12-14 років і понад 72% підлітків і молоді 15-20 років відповіли, що вживають алкоголь [1]. Майже кожен п'ятий підліток почав вживати алкоголь та вперше дізнався про смак тютюну у віці 10 років, кожен другий учень старших класів пробував «легкі наркотики». Ризиковою поведінкою серед дівчат-підлітків є ранні статеві стосунки, які можуть спричинити ранню вагітність, під час якої найчастіше виникають ускладнення (викидні, передчасні пологи, анемії, навіть венеричні хвороби), які пов'язані з недостатньою освіченістю дітей з питань репродуктивного здоров'я та з сповіданням «міфів» щодо такої поведінки. Рівень абортів серед неповнолітніх за період 2011- 2012 років знизився: у дівчат до 14 років у 1,2 рази, серед 15-17-літніх – у 2 рази, однак лишається все ще високим – 7,0 і більше на 1000 дівчат відповідного віку в ряді областей України (І.Б.Шевчук, 2006; К.П. Антонюк, 2012).

Згідно з сучасними загальноприйнятими уявленнями, здоров'я розглядається як явище системного характеру, яке взаємодіє з постійно мінливим середовищем і включає в себе чотири невід'ємні, тісно взаємопов'язані складові, що визначають його стан – фізична, психічна (розумова), соціальна (суспільна) і духовна (Г.О.Бачинський, 1995; Е.Г.Буліч, І.В.Муравов, 1997; В.П.Петленко, 1998; Г.Л.Апанасенко, 2001).

Ризикова поведінка підлітків визнана проблемою безпеки життєдіяльності людини в усьому світі. ООН визначило цю проблему однією з пріоритетних у наукових дослідженнях. Тема «Ризик, наука, навчання на шкільному рівні» Радою Європи запропонована в якості головної для розробки різноманітних превентивних програм та напрямків просвітницької роботи в країнах Європи.

Основний акцент здійснюваних досліджень зроблено на створенні й використанні методик визначення особистісного чинника ризику. В іншому ракурсі наукового аналізу – тип поведінки індивіда в залежності від рівня сформованості та прояву ризику в конкретних ситуаціях [1].

Відповідно до результатів досліджень, ризик може оцінюватись як спрямованість на мету, досягнення якої інколи пов'язане з фізичною небезпекою. Ризик, в такому разі, варто розглядати як здійснення альтернативного вибору в ситуації невизначеності. Ризик у розумінні усвідомленої можливості небезпеки; ймовірності очікування небезпеки в зоні перебування людини може бути пов'язаний із сміливим ініціативним учинком. Сподіванням щастя, успіху, позитивного результату; можливість збитків також може бути розглянуто як варіант визначення можливого ризику [3, с.180]. Проаналізувавши літературу, ми з'ясували, що багато дослідників проблем порушення, зміни поведінки у підлітків практично не розмежовують такі поняття, як «девіантна поведінка» та «ризикова поведінка», хоча поняття «девіантна поведінка» - набагато ширше і включає в себе більш вужче поняття «ризикової поведінки».

Ризикова або ж девіантна поведінка (від лат. Deviant – відхилення) визначає певні способи поведінки, мислення, діяльності людини, які не відповідають встановленим в даному суспільстві нормам і цінностям (злочинність, проституція, аморальна поведінка, пиятика, алкоголізм, наркоманія, самогубство тощо) [3, с.24].

Словами ризикова поведінка називають і конкретні дії конкретної людини («Іванов зчинив

крадіжку», «Петров споживає наркотики», «Альбіна веде розгульний спосіб життя», «Андрій надто захоплюється екстремальними видами спорту», «Квасов нічого не боїться, він витрачає бездумно гроші, не думаючи про майбутнє»), і відносно масове стійке соціальне явище: злочинність, наркоманію чи наркотизм, пиятику, проституцію і т.п. Проблема ризикової поведінки є однією з актуальних проблем психології вищої школи. Зростання масштабів злочинності, труднощі в корекції девіантної поведінки, наявність безлічі теоретичних концепцій обумовлюють особливий інтерес до вивчення цього явища. У нашій країні вже накопичений чималий досвід стосовно корекції та профілактики ризикової поведінки. Зупинимося коротко на тих принципах, що на них будується профілактична діяльність освітян і психологів.

1. *Принцип поваги до індивідуальності дитини* (якщо пригнічувати індивідуальність, то особистість не розкриється, її схильності і здібності не розвинуться).

2. *Принцип колективної діяльності* (особистість повинна уміти узгоджуватися з іншими, індивідуальність у правильно організованій колективній діяльності розвивається).

3. *Принцип розумної вимогливості* (дозволено все, що не суперечить закону, правилам шкільного розпорядку, не шкодить здоров'ю, не принижує гідність інших).

4. *Принцип вікового підходу* (кожен віковий період позитивно відгукується на свої форми й методи виховної дії).

5. *Принцип діалогу* (зрівнювання позицій педагога і школяра, дорослого і дитини допомагає досягти довірливих стосунків. Дитина інстинктивно знаходить іноді більш оригінальні й оптимальні шляхи розв'язання багатьох проблем, завдань, проєктів).

6. *Принцип педагогічної підтримки* (дитина не повинна відчувати себе нелюбимою, навіть якщо вона погано вчиться. Підліток повинен бачити в педагогові чи дорослому того, хто захистить від незнання, від стресу у зв'язку з цим незнанням).

7. *Принцип стимулювання самовиховання* (кожен підліток, юнак, молода людина повинні знати себе, навчитися критично розглядати свої вчинки, виховувати в собі відчуття відповідальності. Завдання педагогів та психологів – створити такі умови, де дитина набуде досвіду планування й рефлексії своєї діяльності).

8. *Принцип зв'язку з реальним життям* (виховні заходи, колективні творчі справи, що проводяться в школі, повинні поєднуватися з реальними справами селища, району, області, країни. Юнаки та дівчата мають почуватися громадянами України, плекати в собі національне самоусвідомлення).

9. *Принцип узгодження* (всі дії педагогів та психологів варто взаємно узгоджувати, підпорядковувати одній загальній меті).

Концепція виховної системи щодо психолого-педагогічної підтримки підлітків та молодих людей зі схильністю до ризикової поведінки реалізується у контекстах:

- *Розвивальному*, наведеному на зміну мотивації до корисної діяльності, розвиток творчої особистості, здатної до самовираження, самореалізації;
- *Інтеграційному*, що забезпечує взаємодію всіх суспільних інститутів;
- *Управлінському*, орієнтованому на оптимізацію функціонування й розвитку школи, різних типів навчальних закладів, створення умов для позитивних змін, взаємодію всіх учасників виховної системи;
- *Захисному*, що сприяє створенню ситуації співчуття, співпереживання, взаєморозуміння;
- *Компенсуальному*, що припускає створення в місцевій громаді чи в навчальному закладі умов для самовираження, демонстрації творчих здібностей молодих людей;
- *Комунікативному*, що передбачає встановлення емоційних контактів;
- *Корекційному*, спрямованому на корекцію поведінки й спілкування підлітка, юнака з ризиковою поведінкою.

Висновки. Вивчивши теоретичні відомості про ризикову поведінку, варто зазначити, що прояв основних особливостей ризику можна найбільш адекватно розглянути на рівні структури психіки. Ми вважаємо, що на кожному структурному рівні психіки виявляються механізми ризику. Виконане дослідження не вичерпує всіх аспектів аналізованої проблеми, зокрема, подальшої розробки потребує питання профілактики ризикової поведінки у вищій школі.

Література

1. Діти «групи ризику»: психологічні, соціальні та правові аспекти. - К.: КМДА, Служба у справах неповнолітніх, 2001 – 108 с.
2. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. – М. : Народное образование; Ставрополь : Ставропольский сервис-школа, 2003. – 400 с.
3. Карпенчук С.Г. Теорія і методика виховання: навч. посібник / С. Карпенчук – К.: Вища школа, 1997. – 460 с.
4. Шульга Т.И. Методика работы с детьми «группы риска» / Т. Шульга, В. Слот, Х. Спаниард. - М., 2001. – 320 с.