

**Klohek L.**

## **DEVELOPMENT OF SOCIAL JUSTICE MECHANISM IN TEACHERS' PERSONALITY IN CONDITIONS OF PSYCHOLOGICAL FOLLOW-UP**

*The article presents dynamics of indicators of social justice development mechanisms among teachers (value-based reflection, social identification, value-based self-regulation) as a result of psychological follow-up program implementation for optimizing the social justice development in pedagogical interaction. The article states significant decrease in indicators of low level of value-based reflection, changes in indicators of average level and decrease of high level among teachers with different periods of teaching experience, which positively affected their inclination to analyze relations with students, focus on constructive, honest, fair relations with them. Overcoming the long distance between teachers and students, decreasing of indicators of constructive distance and decreasing the near distance was recorded in development of social identification mechanism, which indicates positive changes in development of teachers' ability to identify themselves with students in a situation of moral choice and a good option of socially just decisions. Regarding the value-based self-regulation mechanism, there have been positive significant changes in indicators of teachers with pedagogical experience of 6-20 years and over 21 years and slightly smaller shifts among teachers-starters, considering its complexity. In general, the application of psychological follow-up to optimize the development of social justice in pedagogical interaction is reasonable and effective.*

*Key words: psychological follow-up, mechanism, value-based reflection, social identification, value-based self-regulation.*

**Ключек Лілія Валентинівна** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та психології Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка, м. Кропивницький.

УДК 159.92

*Кондес Т.В.*

## **СФОРМОВАНІСТЬ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК УМОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ І ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ**

*У статті розглядається актуальність формування, сутність, компоненти та критерії здоров'язберігаючої компетентності. На підставі аналізу компонентів структур загальної компетентності, представлених у науковій літературі, визначена структура здоров'язберігаючих компетенцій. Обґрунтовано стан оптимальної відповідності між біологічним, психологічним*

*і соціальним у житті, навчанні й професійній діяльності майбутніх фахівців соціономічного профілю.*

*Ключові слова: здоров'язберігаюча компетентність, культура здоров'язбереження, саногенез.*

**Постановка проблеми.** Сенс і значущість будь-якої професійної діяльності безпосередньо пов'язані з соціальним замовленням суспільства, з тим запитом і очікуванням, яким вона повинна відповідати. Педагогічна освіта сьогодні визначає якість професійної підготовки кадрів у всіх сферах функціонування суспільства і держави, сприяє соціальній стабільності і розвитку суспільства. Сучасне суспільство вимагає виховання самостійних, ініціативних, відповідальних громадян, здатних ефективно взаємодіяти у виконанні соціальних, виробничих і економічних завдань. Виконання цих завдань потребує розвитку особистісних якостей і творчих здібностей людини, умінь самостійно здобувати нові знання та розв'язувати проблеми, орієнтуватися в житті суспільства. Тому актуальним завданням сучасної вищої школи є реалізація компетентнісного підходу в навчанні, який передбачає спрямованість освітнього процесу на формування і розвиток ключових компетенцій особистості: уміння вчитися, здоров'язберігаюча, загальнокультурна, громадянська, підприємницька, соціальна, інформативно-комунікативна.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В країні збільшується кількість молодих людей, які виявляють дисгармонійність фізичного розвитку, низький рівень фізіометричних та функціональних показників, погіршується фізична підготовленість.

У зв'язку з цим зростає зацікавленість дослідників проблемами збереження здоров'я студентської молоді.

Психолого-педагогічні та соціальні аспекти здорового способу життя студентів охарактеризовано в дослідженнях О. Безпалько, І. Звереві, Г. Лактіонової тощо. Теоретико-методологічні основи реалізації проблеми формування здорового способу життя сформульовані в працях Л. Сущенко. Медичний аспект даної проблеми розкритий в роботах М. Амосова, Р. Мотилянської. Психолого-педагогічні аспекти формування здорового способу життя студентської молоді розглянуті в дослідженнях Т. Круцевич, засоби фізичного виховання як фактор здоров'язбереження досліджували Л. Волков, О. Дубогай та інші.

**Мета статті** – зробити аналіз наукової та методичної літератури; теоретично обґрунтувати та визначити взаємозв'язок сформованості здоров'язберігаючої компетентності з готовністю до збереження і зміцнення здоров'я у фахівців соціономічного профілю.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Проблеми виховання та формування у студентської молоді навичок здоров'язбереження належать до найскладніших у сучасній педагогічній науці.

Сучасному студенту, що опанує професії психолога, юриста, менеджера весь час необхідно переборювати такі негативні явища як нервово-психологічну напругу, гіподинамію, пов'язану з комп'ютеризацією навчання, нездорову екологічну обстановку. Виконання цих завдань потребує розвитку особистісних якостей і творчих здібностей спеціаліста, умінь самостійно здобувати нові знання та розв'язувати проблеми, орієнтуватися в житті суспільства. Тому до здоров'я майбутніх фахівців соціономічного профілю пред'являються великі вимоги.

Проблеми формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців:

- недостатній рівень усвідомлення майбутніми спеціалістами значення здоров'язберігаючих знань, умінь та навичок;
- низький рівень стану здоров'я студентів;
- необізнаність викладачів навчальних закладів з технологіями здоров'язбереження та шляхами їх впровадження в навчально-виховний процес;
- потреба у сформованості культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців;
- необхідність створення нової управлінської стратегії, спрямованої на виховання культурного, високоосвіченого, здорового, конкурентоздатного фахівця.

З 2002 року у науковому просторі утвердився термін «саногенез», сутність якого – оздоровлюватись, активно працюючи для формування та зміцнення здоров'я. Оздоровлення (зберігаючи навчання) передбачає послідовну систему активних дій усіх учасників навчально-виховного процесу, спрямованих на створення здорового середовища для формування таких життєвих навичок, які ведуть до збереження, зміцнення і відтворення здоров'я та орієнтують на становлення здорового способу життя, розвиток духовно, психічно, фізично й соціально здорової особистості [5].

Для організації профілактичної роботи у ВНЗ доцільно організовувати проведення тематичних лекцій щодо попередження шкідливих звичок, практичних занять, психологічних тренінгів, бесід, ігор, круглих столів, захист рефератів тощо. При цьому потрібно акцентувати увагу на розвиткові психічної культури, формуванні психічного здоров'я; на формуванні у них довіри до себе, сприйнятті власної індивідуальності, самоповаги, впевненості в собі, почутті власної гідності; на здатності знаходити власний сенс життя; на засвоєнні знань про шкідливі звички, їх вплив на організм людини та необхідності самоствердження в молодіжному середовищі [3].

Здоров'язберігаюча компетентність є багатограним поняттям. Поряд з компетентністю праці, побуту, мислення, поведінки, спілкування, адаптивною культурою треба виділити й компоненти здоров'я, що насправді й зумовлюють подальший розвиток усіх різновидів компетентності і формування людини як цілісного індивіда, охоплюючи усі сторони життя [1].

Ця компетентність включає в себе:

- уявлення і поняття про здоров'я, здоровий спосіб життя та безпечну поведінку;
- усвідомлення здоров'я як вищої життєвої цінності;
- взаємозв'язок організму людини з природним і соціальним оточенням;
- удосконалення фізичної, соціальної, психічної та духовної складових здоров'я;
- дбайливе ставлення до свого здоров'я.

Здоров'язберігаюча компетентність забезпечує організацію здорового способу власного життя у фізичній, соціальній, психічній, духовній сферах та організацію своєї праці. Основним критерієм цієї компетентності є стан оптимальної відповідності, гармонії між біологічним, психологічним і соціальним у житті й діяльності людини. [4]

На підставі аналізу компонентів структур компетентності, представлених у науковій літературі, визначена структура здоров'язберігаючої компетентності фахівця, до якої входять:

- ціннісно-мотиваційний компонент, який являє собою систему цінностей особистості майбутнього спеціаліста (основна цінність – здоров'я);
- когнітивний компонент, спрямований на формування системи знань про закономірності збереження і розвитку здоров'я і прагнення до самоосвіти в питаннях здоров'язбереження;
- особистісний (наявність і прояв рис особистості, зумовлених характером діяльності з формування здорового способу життя свого та інших людей);
- діяльнісний (здатність обґрунтовано виявляти та раціонально застосовувати шляхи і засоби для найбільш ефективного досягнення мети). [6]

Здоров'язберігаючі компетенції забезпечують здатність до збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Практика показує, що процес формування свідомого ставлення до власного здоров'я потребує обов'язкового поєднання інформаційного й мотиваційного компонентів із практичною діяльністю студентів, що сприятиме оволодінню ними необхідними здоров'язберігаючими вміннями і навичками.

Значна увага приділяється набуттю елементарних знань з фізичної культури, гігієни, основ здоров'я та здорового способу життя; формуванню навичок самостійних занять фізичними вправами, розвитку фізичних якостей, корекції постави, профілактики травматизму; вихованню бережливого ставлення до свого здоров'я і здоров'я оточуючих як найвищої соціальної цінності особистості; розвитку кондиційних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості) та координаційних здібностей (швидкості перешикувань, узгодження рухових дій, здатності до довільного розслаблення м'язів, вестибулярної стійкості).

Головним критерієм ефективності фізичного виховання є знання і дотримання основ здорового способу життя; знання основ організації і методики

найбільш ефективних видів і форм раціональної рухової діяльності й уміння застосувати їх на практиці у своїй фізичній активності; знання основ методики оздоровлення і фізичного удосконалювання традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури; знання основ професійно-прикладної фізичної підготовки й уміння застосовувати їх на практиці; знання основ фізичного виховання різних верств населення; стійка навичка до щоденних занять фізичними вправами у різноманітних раціональних формах; систематичне фізичне тренування з оздоровчою або спортивною спрямованістю; поінформованість про всі головні цінності фізичної культури і спорту. [6]

Змістовний аналіз фізичної культури (її функціонального, цілісного, діяльнісного аспектів) свідчить про те, що вона, як не один вид культури, має великі потенційні можливості в формуванні всебічно розвинутої особистості.

Основна задача секції фізичного виховання Університету «КРОК» складається в тому, щоб і в педагогічному процесі, і в процесі самодіяльності створити відповідні умови для реалізації всі видів потреб (матеріальні – пов'язані з розвитком фізичних якостей, рухових вмінь, навичок, а також духовні – що задовольняються в пізнавальній, ціннісно-орієнтаційній, проєктувальній, комунікативній, естетичній діяльності), що і буде сприяти всебічному розвитку студентів. За роки існування секції фізичного виховання визначилися основні форми та методи організації навчального процесу, та розроблена викладачами секції Робоча програма з дисципліни “Фізичне виховання”, яка кожного року доопрацьовується та оновлюється.

Актуальність програми з фізичного виховання зумовлюються соціальним замовленням сучасного суспільства на всебічно розвинуту гармонійну особистість фахівця, який має високий рівень здоров'я, необхідну фізкультурну освіту та фізичну підготовленість, спроможного до фізичного удосконалення, щоб відповідати вимогам освітньо-кваліфікаційної характеристики.

Робоча програма з дисципліни містить в собі положення, що визначають мету навчання (для чого навчати?), зміст навчання (чого навчити?) і принципи навчання (як навчити?), що відображають якісно новий рівень взаємодії зі студентами в ході отримання ними професійної підготовки. Формування компетентностей відбувається на практичних заняттях з фізичної культури. Саме на них йде навчання, у процесі якого формуються здоров'язберігаючі вміння і навички. На заняттях впроваджуються інтерактивні, нестандартні форми роботи.

Практичні заняття з фізичної культури є цікавими, веселими, захоплюючими, носять гедоністичний характер. Обов'язковою складовою частиною заняття є застосування таких засобів та методів, які сприяють створенню гарного настрою, зміцненню здоров'я, виховують у студентів найкращі риси характеру, розвивають інтелект, професійні якості. Фізкультхвилинки, музичні паузи, релаксаційні, динамічні вправи дозволяють знімати стан утомленості, ослабити психологічну напруженість, викликану

інтенсивністю занять і просто дати можливість збільшити рухову активність. За сприятливих погодних умов заняття з фізичної культури проводяться на свіжому повітрі, в парковій зоні біля Університету.

Метою навчально-методичної та практичної роботи секції фізичного виховання та спортивного туризму Університету економіки та права “КРОК” є виховання спеціаліста-інтелегента трояко: валеологічно (знати як бути здоровим), професійно (визначити життєвий шлях), духовно (знайти свій ідеал).

Форми фізичної культури студентів:

1. Неспеціальна фізична освіта: свідома побудова здорового способу життя.
2. Змагання та спортивні свята: розвиток вольових та моральних якостей, почуття особистої гідності та обов'язку.
3. Фізична рекреація – новітні технології рухової активності:
4. Фізична реабілітація та психосоматичне оздоровлення: ароматерапія, психопластика, антистрессова гімнастика.
5. Рекреаційні проекти.

Ефективним є навчання здорового способу життя не лише на практичних заняттях, а і в позанавчальний час. Проведення спортивно-оздоровчих заходів: секцій, спортивних змагань та свят, днів здоров'я.

Уміння і навички, що стосуються здорового способу життя і безпеки життєдіяльності, потребують багаторазового використання, тому в організації їх застосування в практичній діяльності переважають практичні вправи і ігрові ситуації, індивідуальна і групова діяльність.

Для оптимізації процесу формування здоров'язберігаючих компетенцій та здорової особистості в сучасних умовах необхідно: впровадження нових здоров'язберігаючих технологій навчання; проведення моніторингу стану фізичного, психічного та соціального здоров'я студентів; розробка спортивно-оздоровчих заходів; підвищення престижу здоров'я і здорового способу життя серед студентів, викладачів, можливо навіть, батьків, широкої громадськості; здоров'язберігаюче наповнення всіх, без винятку, аспектів виховання та навчання.

Проводячи заняття, викладачі мають враховувати такі основні підходи: надання інформації, цей підхід допускає, що підвищення рівня знань про шкідливі звички та їхні наслідки є ефективним засобом відмови від них; емоційне навчання, цей підхід базується на припущенні, проте, залежність від наркотичних речовин і шкідливих звичок частіше розвивається в людей, які мають труднощі в усвідомленні й вираженні власних емоцій; зміст навчання зводиться до надання допомоги студентам у подоланні таких звичок; виховання психологічної протидії щодо вживання наркотичних речовин, цей підхід спрямовується на прищеплення таких соціальних навичок, як уміння сказати «Ні» у відповідь на пропозицію спробувати наркотики; зміцнення здоров'я, що

ґрунтується на взаємодії особистого вибору й соціальної відповідальності за власне здоров'я.

**Висновки.** Сформованість здоров'язберігаючої компетентності відповідає трьом рівням: орієнтаційному, процесуальному, рефлексивному. Так, мотиваційний критерій дозволяє простежити сформованість стійкої мотивації до здорового способу життя, його показниками виступають розвиток мотивації здоров'язбереження і актуалізація потреби в здоровому способі життя. Когнітивно-ціннісний критерій оцінює знання про здоров'я, а його показниками є вміння систематизувати, аналізувати обсяг і характер своїх знань про здоров'я як сукупності тілесного, духовного і душевного; знань про можливості здоров'язбереження і здоров'ядосконалення; знань існуючих технологіях здоров'язбереження. Практико-діяльнісний критерій відображає наявність конкретних умінь здоров'язберігаючої діяльності, що виражається (показники) в умінні застосовувати їх на практиці при вирішенні завдань і здійснювати дану діяльність, а також бути готовими до здійснення здорового способу життя. Рефлексивно-оцінний критерій показує наявність умінь до здійснення обов'язкового самоаналізу, самоконтролю ефективності і самооцінки, самокорекції їх резервних можливостей.

Таким чином, на освітньо-оздоровчий навчальний процес сьогодні покладається місія відновлення екології майбутніх поколінь з позиції цінності єдності тілесного, духовного, психічного та соціального здоров'я, що виражається в потребі формування здоров'язберігаючої компетентності як базової загальної і професійної цінності майбутніх фахівців соціономічного профілю.

### Література

1. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді (затверджена наказом МОН України від 21 липня 2004 року № 605) // Директор школи – 2004. – № 40 (жовт.). – С. 23-29.
2. Бойченко Т.Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова освіти України// Основи здоров'я і фізичної культури. 2008.- №11-12.
3. Мазур В. А. Фізична культура як фактор формування здорового способу життя / Мазур В. А., Ліщук В.В. // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини». – 2010. – Випуск 3. – С. 64 – 67.
4. Митчик О., Сапожник О. Етапи формування здоров'язбережувальної компетенції в студентів вищих навчальних закладів // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць. – 2011. - № 3 (15). – С. 78
5. Петрик О. І. Медико-біологічні та психолого-педагогічні основи здорового способу життя: курс лекцій / О. І. Петрик. – Львів: Світ, 1993. – 119 с  
Інтернет-ресурс
6. Актуальні проблеми фізичної культури і спорту / Державний комітет України з питань фізичної культури і спорту. Державно науково-дослідний

інститут фізичної культури і спорту. Збірник наукових праць. Режим доступу: [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Apfks/index.html](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Apfks/index.html)

7. Державний стандарт загальної освіти // [mon.gov.ua](http://mon.gov.ua).

### **Транслітерація**

1. Kontsepsiia formuvannia pozytyvnoi motyvatsii na zdorovyi sposib zhyttia u ditei ta molodi (zatverdzhena nakazom MON Ukrainy vid 21 lypnia 2004 roku № 605) // Dyrektor shkoly – 2004. – № 40 (zhovt.). – S. 23-29.

2. Boichenko T.Ie. Zdoroviazberihaiucha kompetentnist yak kliuchova osvity Ukrainy // Osnovy zdorovia i fizychnoi kultury. 2008.- №11-12.

3. Mazur V. A. Fizychna kultura yak faktor formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia / Mazur V. A., Lishchuk V.V. // Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnogo universytetu imeni Ivana Ohienka «Fizyчне vykhovannia, sport i zdorovia liudyny». – 2010. – Vypusk 3. – S. 64 – 67.

4. Mytchuk O., Sapozhnyk O. Etapy formuvannia zdoroviazberezhualnoi kompetentsii v studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv // Fizyчне vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi: zbirnyk naukovykh prats. – 2011. - № 3 (15). – S. 78

5. Petryk O. I. Medyko-biologichni ta psykhologo-pedahohichni osnovy zdorovoho sposobu zhyttia: kurs lektsii/ O. I. Petryk. – Lviv: Svit, 1993. – 119 s.

Internet-resurs

6. Aktualni problemy fizychnoi kultury i sportu / Derzhavnyi komitet Ukrainy z pytan fizychnoi kultury i sportu. Derzhavno naukovy-doslidnyi instytut fizychnoi kultury i sportu. Zbirnyk naukovykh prats. Rezhym dostup: [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Apfks/index.html](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Apfks/index.html)

7. Derzhavnyi standart zahalnoi osvity // [mon.gov.ua](http://mon.gov.ua).

### **Kondes T.V.**

#### **FORMATION OF HEALTH-SAVING COMPETENCE AS A CONDITION OF PRESERVATION AND HEALTH IMPROVEMENT OF FUTURE SPECIALISTS OF SOCIONOMIC PROFILE**

*The article considers the relevance of the formation, the essence, components and criteria of health-saving competence. Based on the analysis of the components of the structures of general competence presented in the scientific literature, the structure of health-saving competencies is determined. The state of optimal correspondence between biological, psychological and social in life, study and professional activities of future socionomic specialists is substantiated.*

*For the modern student, mastering the profession of psychologist, lawyer, manager, it is necessary to overcome all the negative phenomena of nervous and psychological stress, the hypodynamia associated with the computerization of learning, and the unhealthy environmental situation. The fulfillment of these tasks requires the development of personal qualities and creative abilities of a specialist, the ability to independently acquire new knowledge and solve problems, navigate the*



life of society. Therefore, the health of future specialists of the socio-economic profile are subject to high requirements.

The competence of preservation of health provides the organization of a healthy way of life in the physical, social, mental, spiritual spheres and the organization of their work. The main criterion for this competence is the state of optimal correspondence, harmony between biological, psychological and social in human life and activities.

The process of forming a conscious attitude to their own health requires the acquisition of students with the necessary health-preserving skills and abilities.

Considerable attention is paid to acquiring elementary knowledge of physical culture, hygiene, bases of health and healthy lifestyle; formation of skills of independent exercises, physical activity development, posture correction, prevention of injuries; the education of a lucid attitude towards their health and health of others as the highest social value of the individual; development of conditional qualities (strength, speed, endurance, flexibility) and coordination abilities (speed of crossings, coordination of motor actions, the ability to arbitrarily relax muscles, vestibular stability).

**Key words:** Health-saving competence, health-saving culture, sanogenesis

**Кондес Тетяна Василівна** – здобувач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Сєвєродонецьк.

УДК 159.964.28

**Манжара С.О.**

## **ВІЗУАЛІЗАЦІЯ ДУАЛІЗМУ ПСИХІКИ ОСОБИСТОСТІ У ГЛИБИННОМУ ПІЗНАННІ**

У статті розкриваються можливості глибокого пізнання дуалізму психіки особистості. Зокрема, увага зосереджена на методах об'єктивування особистісної проблеми. Дослідження проведене у психодинамічній парадигмі за методом активного соціально-психологічного пізнання (АСПП). Глибока психокорекція передбачає використання допоміжних засобів (малюнки, іграшки, камінці тощо). У статті зосереджено увагу на символіці репродукцій художніх полотен. Виокремлено різновиди символіки в цілому та розглянуто дуальні символи малюнків: ваги, дерево, дзеркало, сходи, міст тощо. Проаналізовано використання подвійних символів у глибоко-корекційному процесі та досліджено індивідуально-неповторне трактування символіки.

**Ключові слова:** дуалізм, символ, архетип, активне соціально-психологічне пізнання (АСПП), глибоке пізнання, візуалізація.