

## ВПЛИВ ПРЕВЕНТИВНИХ ПРОГРАМ НА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ УЧАСНИКІВ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ

*Стаття присвячена проблемі пошуку шляхів поліпшення якості життя осіб різного віку. Метою роботи було встановити вплив превентивної програми "Забезпечення здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу" на якість життя учасників навчально-виховного процесу.*

*Ефективність курсу визначали за процедурою "До" та "Після". За допомогою двокомпонентної моделі опитано 115 вчителів основ здоров'я. Якість життя школярів 10–11 класів (110 осіб) оцінювали за допомогою анкети PedsQL.*

*Встановлено позитивний вплив курсу на такі домени якості життя педагогів і школярів як "Соціальна активність", "Розвиток та самоідентифікація" та "Зовнішнє середовище". Виявлено поліпшення якості життя, пов'язаної із здоров'ям, учнів, зокрема підвищення показників шкал "Емоційний стан", "Стосунки" та "Школа".*

**Ключові слова:** *якість життя, здоров'я, молодь, педагоги.*

**Постановка проблеми.** Підвищення якості життя населення в Європейському регіоні – пріоритетний напрям роботи згідно стратегії Всесвітньої організації охорони здоров'я "Здоров'я – 2020".

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Якість життя – складна структура [1, 3, 4, 8], її базовими компонентами є фізична (підструктури – соматичне здоров'я, щоденна активність, вільний час), психічна (емоційний стан, самооцінка) і матеріальна складові (фінансове становище, зайнятість, житлові умови), соціальна активність (взаємодія, когезія), розвиток та самоідентифікація (цілі та цінності, автономність, діяльність та вибір, освіта та навички) та середовище (права, характеристика зовнішнього середовища) [3]. Важливими в якості життя є компоненти способу життя, зокрема шкідливі звички, незбалансоване, неправильне харчування, малорухомий спосіб життя, несприятливі умови праці, моральне і психічне навантаження тощо [2, 6, 7].

Якість життя – поняття, яке активно використовують в медицині, економіці та політиці. Так, у фізичній культурі та спорті, подібно як у медицині, визначення якості життя тісно пов'язане з розумінням здоров'я та хвороби, а окреслені складові благополуччя (фізичний та психічний стани, рухова та соціальна активності) мають безпосереднє відношення до життєдіяльності пацієнта [2, 4, 5]. Натомість роль навколишнього середовища (зокрема освітнього), значення суспільного капіталу, освіти, життєвих навичок, що є складовими доменів "Соціальна активність", "Розвиток та самоідентифікація" та "Зовнішнє середовище" в забезпеченні належної якості життя досліджені недостатньо.

**Мета** – встановити вплив превентивної програми "Забезпечення здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу" на якість життя учасників навчально-виховного процесу.

**Матеріали і методи дослідження.** Проведено підготовку вчителів основ здоров'я для впровадження та викладання факультативного курсу "Забезпечення здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу" для учнів 10–11 класів (коротка назва "Захисти себе від ВІЛ") згідно 40-годинної навчальної програми. Ефективність курсу визначали за допомогою анкетування за процедурою "До" та "Після". Анкета складалася з двох частин. Перша частина містила 67 запитань та була спрямована на оцінювання рівня знань педагогів щодо шляхів передачі, ризиків інфікування, особливостей перебігу та лікування ВІЛ-інфекції. Друга частина містила життєву історію пацієнта, який страждає на ВІЛ/СНІД, та низку тверджень з 7-бальною шкалою оцінювання (максимальна позитивна відповідь – 7 балів, максимальна негативна – 1 бал), що характеризують ставлення та поведінку респондента щодо описаної ситуації. До навчання та подальшого опитування було залучено 115 респондентів з різних навчальних закладів Львівської області.

Якість життя школярів 10–11 класів (110 осіб) до та після впровадження факультативного курсу визначали за допомогою анкети PedsQL.

**Результати дослідження та їх обговорення.** На думку експертів ВООЗ діти та підлітки повинні: отримати інформацію про здоров'я з врахуванням віку та статі; уникнути шкідливого впливу тютюну, алкоголю та інших речовин; перебувати в здоровому, безпечному оточенні; розвивати впевненість та навички для прийняття відповідальних рішень; вступати в доросле життя з навичками, які необхідні для здорового, продуктивного та щасливого життя.

Школи – важливі інституції, що обумовлюють такі складові якості життя як "Розвиток та самоідентифікація" та "Навколишнє середовище", оскільки допомагають здобути знання, уміння і

навички, сформувані цілі та цінності, забезпечують рівний доступ до суспільних благ, за необхідності допомагають здобути контроль над власним життям.

Чітке здоров'язбережувальне спрямування в шкільному освітньому середовищі мають такі навчальні предмети, як основи здоров'я, фізична культура та факультативні курси "Школа проти СНІДу", "Забезпечення здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу", "Сприяння просвітницькій роботі "рівний-рівному" серед молоді України", "Майбутнє починається сьогодні". Курс "Забезпечення здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу" (коротка назва – "Захисти себе від ВІЛ") впроваджений у 200 навчальних закладів Львівської області та охоплює близько 6 000 школярів 10–11 класів Львівської області. Визначення впливу цієї превентивної програми на якість життя учасників навчально-виховного процесу було здійснено в два етапи – підготовка вчителів для впровадження курсу в навчальному закладі (1) та навчання учнів (2).

Метою першого етапу було підготувати вчителів основ здоров'я до тренерської роботи з метою впровадження превентивного курсу для молоді та формування сприятливого шкільного середовища. Необхідно зазначити, що вчителів основ здоров'я система вищої освіти України донедавна не готувала, тому важливим було надати педагогам достовірну і повну інформацію з проблеми ВІЛ/СНІДу, можливість опанувати навчальні методики, ефективні для формування відповідального ставлення до здоров'я, толерантного ставлення до осіб, які інфіковані ВІЛ, а також посилити особисту мотивацію дорослих учасників навчально-виховного процесу до здорового способу життя.

Під час навчання педагоги ознайомилися з концепцією, змістом і методологічними засадами курсу "Захисти себе від ВІЛ", здобули уміння і навички, необхідні для проведення тренінгу, отримали можливість провести в ролі тренера окремі уроки для молоді, проаналізували складові якості превентивної освіти та умови успішного впровадження курсу в школах. До проходження навчання вчителі основ здоров'я давали лише 50,7 % правильних відповідей на питання анкети, максимальна кількість таких відповідей становила 47, мінімальна – 19 (табл. 1). Неправильною була кожна п'ята відповідь (17,9 %). Після проходження навчання неправильних відповідей було в 1,5 разів менше, а відносна кількість вірних відповідей становила 74,6 %. Це свідчить, що навчальний курс дозволив поглибити знання про шляхи передачі, прояви та ознаки розвитку ВІЛ-інфекції, ризику інфікування в різних ситуаціях.

Станом на 1 липня 2015 року в закладах охорони здоров'я служби профілактики та боротьби з СНІДом під медичним наглядом перебувало 124 279 ВІЛ-позитивних громадян України, з них 31 509 хворих з діагнозом СНІД. Показник поширеності інфекції становить 291,3 на 100 тис. населення України. Відомо, що офіційні дані не відображають реального масштабу епідемії в Україні. За даними різних міжнародних організацій лише 28 % ВІЛ-інфікованих осіб пройшли тестування та знають про свій позитивний статус.

Таблиця 1

**Рівень знань педагогів з питань шляхів передачі та профілактики ВІЛ/СНІДу**

Відповіді*	До навчання, абс. показник <sup>а</sup>			Після навчання, абс. показник <sup>а</sup>		
	M ± m	Min	Max	M ± m	Min	Max
Правильні	34 ± 2	19	47	50 ± 1	26	65
Неправильні	12 ± 3	2	24	8 ± 3	2	10
"Не знаю/ не впевнений"	7 ± 4	5	27	12 ± 2	4	16

**Примітка:** "\*" – максимальна кількість правильних відповідей – 67;

"<sup>а</sup>" – виявлена статистично достовірна різниця між вибірками.

Гострою на сьогодні є проблема забезпечення соціальної адаптації, попередження стигми та дискримінації, що створює атмосферу напруженості та страху в колективах, погіршує соціальну підтримку та якість соціальних контактів, а, отже, зумовлює погіршення благополуччя усіх, незалежно від ВІЛ-статусу.

Навчальні завдання курсу передбачали заходи з попередження стигми дискримінації та формування толерантного ставлення до ВІЛ-інфікованих. Стигма – це дискредитація індивіда, приписування йому соціально-негативних рис, що проявляється як неприйняття та уникання ВІЛ-позитивних осіб, їх дискримінація та ізоляція. Дискримінація відображає стигму на рівні дій та зокрема виявляється на рівні міжособистісних стосунків.

Було проаналізовано наслідки дискримінації ВІЛ-інфікованих осіб, відпрацьовано вміння висловлювати співчуття та надавати підтримку. При оцінюванні сформованості рівня толерантності

аналізували сприйняття поведінки та способу життя ВІЛ-позитивних осіб, рівень співчуття до хворих, бажання підтримувати стосунки з ними (табл. 2).

Таблиця 2

Ставлення до осіб із ВІЛ/СНІДом<sup>1</sup>

Параметри, які було використано для оцінювання толерантності	Оцінка, бали	
	До прослуховування курсу	Після прослуховування курсу
	М (σ)	
Сприйняття поведінки та способу життя	4,8 (1,4)*	6,2 (1,1)*
Співчуття до хворого	3,6 (1,2)*	5,5 (0,7)*
Визнання права хворого на належну медичну допомогу	4,9 (1,9)*	5,9 (0,9)*
Бажання респондентів підтримувати стосунки з ВІЛ-інфікованими		
Вдома	4,3 (1,2)	4,9 (0,4)
на роботі	4,1 (1,7)*	5,3 (0,9)*

**Примітка:** "\*" – виявлено відмінності між даними ( $p < 0,01$ ).

Після проходження навчального курсу спостерігали підвищення рівня толерантності. Зокрема достовірно зросли показники за параметрами "Сприйняття поведінки та способу життя" (на 1,4 бала), "Співчуття до хворого" (на 1,9 бала), "Визнання права хворого на належну медичну допомогу" (на 1 бал), "Бажання респондентів підтримувати стосунки з ВІЛ-інфікованим на роботі" (на 1,2 бала).

Освітні превентивні програми можуть сприяти забезпеченню належної якості життя учнів, оскільки безпосередньо впливають на різні складові благополуччя. Вивчення превентивного курсу "Захисти себе від ВІЛ" ґрунтується на розвитку життєвих навичок, а саме навчання відбувається у формі тренінгів. Це сприяє збереженню здоров'я шляхом формуванню поведінкового імунітету до негативного впливу оточення, зростанню рівня рухової активності як результат динамічного проведення уроку, підвищенню рівня самооцінки, оволодіння техніками контролю поведінки, поліпшенню соціальної підтримки та інтеграції у зв'язку з формуванням навичок переговорів та вирішення конфліктів, формуванню емпатії, поваги до праці та стилю мислення інших. Загалом педагогічна стратегія курсу направлена на надання учням не лише повної та достовірної інформації про ВІЛ/СНІД, але й зменшення схильності молоді до ризикованої поведінки та пропаганду родинних цінностей.

Якість життя, пов'язану із здоров'ям, школярів, визначали згідно шкал "Здоров'я та активність", "Емоційний стан", "Стосунки", "Школа" (табл. 3).

Таблиця 3

## Вплив превентивної програми "Захисти себе від ВІЛ" на якість життя школярів

Шкали	До впровадження курсу, бали	Після впровадження курсу, бали
Здоров'я і активність	83,2 ± 14,3	79,8 ± 11,3
Емоційний стан	70,4 ± 11,6*	80,3 ± 9,4*
Стосунки	82,3 ± 9,2*	87,2 ± 10,8*
Школа	70,2 ± 7,6*	78,4 ± 8,2*
Загальний показник	76,8 ± 15,2*	82,8 ± 9,8*

**Примітка:** "\*" – виявлено відмінності між даними ( $p < 0,01$ ).

Після проходження навчання спостерігали підвищення якості життя за шкалами "Емоційний стан" (на 10,1 бала), "Стосунки" (на 5,1 бала) та "Школа" (на 8,2 бала). Загальний показник благополуччя зріс на 8,0 балів. Також превентивний курс сприяв поліпшенню психічного стану респондентів (рідше виникало відчуття страху, суму та пригнічення, невпевненості в майбутньому), підвищенню рівня соціальної інтеграції (зростала кількість та якість соціальних контактів), високій працездатності в навчальному закладі.

**Висновки.** Превентивна програма позитивно впливає на якість життя учасників навчально-виховного процесу. Встановлено позитивний вплив курсу "Забезпечення здорового способу життя та профілактика ВІЛ/СНІДу" на такі домени благополуччя педагогів і школярів як "Соціальна активність", "Розвиток та самоідентифікація" та "Середовище". Поліпшення якості життя, пов'язаної із здоров'ям,

школярів спостерігали за шкалами "Емоційний стан" (на 10,1 бала), "Стосунки" (на 5,1 бала) та "Школа" (на 8,2 бала).

**Перспективи подальших розвідок в даному напрямі** полягають в розробці та впровадженні превентивних програм для батьківської громади та вчителів різних спеціалізацій.

### Використані джерела

1. Новик А. А. Руководство по исследованию качества жизни в медицине / А. А. Новик, Т. И. Ионова. – М. : Олма Медиа Групп, 2007. – 320 с.
2. Павлова Ю. О. Вплив фізичної активності на формування якості життя осіб літнього віку / Ю. О. Павлова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2016. – № 1(51). – С. 53–56.
3. Павлова Ю. А. Моделирование теоретической структуры качества жизни населения / Павлова Ю. А. // Современные проблемы формирования и укрепления здоров'я : сборник научных статей / ред. кол. : А. Н. Герасевич, А. А. Зданевич, А. В. Шаров. – Брест : Издательство БрГТУ, 2015. – С. 253–257.
4. Павлова Ю. О. Структура якості життя населення / Ю. О. Павлова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2015. – № 5 (49). – С. 90–94.
5. Павлова Ю. О. Якість життя та здоров'я дітей та молоді України / Ю. О. Павлова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х. : ХДАФК, 2015. – № 2 (46). – С. 148–153.
6. Associations between physical activity dose and health-related quality of life / D. W. Brown, D. R. Brown, G. W. Heath [et al.] // Med Sci Sports Exerc. – 2004. – V. 36. – P. 890–896.
7. Health-related quality of life in 10-year-old schoolchildren / C. Laaksonen, M. Aromaa, O. J. Heinonen [et al.] // Quality of Life Research. – 2008. – V. 17. – P. 1049–1054.
8. Prystupa E. Evaluation of Health in Context of Life Quality Studying / Prystupa E., Pavlova Iu. // Advances in Rehabilitation. – 2015. – V. 29, № 2. – P. 33–38.

*Pavlova Iu.O.*

### THE IMPACT OF PREVENTIVE PROGRAM ON LIFE QUALITY OF PARTICIPANTS OF EDUCATIONAL PROCESS

*This article is devoted to the problem of life quality improving of different age groups. The aim was to determine the effect of preventive program "Providing of healthy lifestyles and HIV/AIDS prevention" on life quality of the educational process members.*

*The training of pedagogues was organized according 40-hour program. The optional course "Providing of healthy lifestyles and HIV/AIDS prevention" was implemented for students of 10–11<sup>th</sup> Grade. The efficiency of the course was determined by "Before" and "After" procedure. 115 teachers of Basics of Health from different schools of Lviv region were involved to survey. The questionnaire consisted from two parts and was directed at evaluating of teachers' knowledge about HIV transmission ways, infection risk, peculiarities of infection and treatment, also the attitudes and behavior of the respondents to HIV positive persons were analyzed.*

*The students of 10–11<sup>th</sup> Grade (110 persons) were surveyed with PedsQL questionnaire before and after facultative course.*

*It was found preventive education programs can help to ensure proper life quality of educational process members. They had direct impact on the various components of well-being.*

*The course "Providing of healthy lifestyles and HIV/AIDS prevention" had the positive influence on persons' life quality. The positive impact was established for life quality domains Social Activity, Development and Identity and Environment.*

*The course increased the teachers' knowledge and skills that are useful for social integration and inclusion, stigma and discrimination preventing. Before training course the Basics of Health teachers' gave only 50.7% correct answers. After completing of studying the pedagogues gave in 1.5 times less incorrect answers. The increasing of tolerance level was observed according parameters "Perception of behaviors and lifestyles", "Sympathy to HIV-positive person", "Recognition of HIV-positive person's right on appropriate medical care", "The respondents' wish to maintain the relationships with HIV-positive persons".*

*The improving of students' health related life quality was established. The enhancement of students' life quality according scales "Emotional State (on 10.1 score), "Social Relationships" (on 5.1 points) and "School" (on 8.2 points) was established.*

**Key words:** *life quality, health, young people, pedagogues.*

*Стаття надійшла до редакції 31.03.2016 р.*