

УДК 613:378.4

РІВЕНЬ ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЯК ФАКТОР ГОТОВНОСТІ ДО ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІН ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ

М. С. Гончаренко

ORCID 0000-0002-8205-1236

Т. М. Чикало

О. О. Лавриненко

Стаття присвячена дослідженню рівня духовного здоров'я та духовної рівноваги студентів-магістрів, які пройшли декілька років освітньої підготовки, а як результат – їх готовності до можливості викладання основ здоров'я у школах і в закладах вищої освіти.

Мотивацію та здоровий спосіб життя людини, тобто особисте переконання і потребу в ньому, можна сформулювати за умови вивчення духовності, моралі, загальної культури, інтелекту та психофізіологічних особливостей конкретної особистості та системного валеовиховання. Майбутній педагог у першу чергу сам повинен повною мірою мати духовно-моральний потенціал, що міг би стати вирішальним фактором створення відповідної атмосфери освітнього процесу, ефективного впливу духовно-морального виховання на подальший розвиток молоді. Духовно-моральне виховання студентів є одним з першочергових завдань вищого навчального закладу.

Дослідження, що проводилися на кафедрі валеології за анкетною «Визначення рівня духовного здоров'я» (Г. С. Нікіфоров) показали, що студенти, які вивчали ряд спеціальних дисциплін, спрямованих на підвищення рівня духовності та морально-психологічного зростання, мають високі показники рівня духовного здоров'я та духовної рівноваги. В якості показників духовного здоров'я були використані: наявність мети і сенсу життя людини, його переконань, рис характеру, здатності до творчості. Людина, яка володіє такими якостями, у значно вищій мірі є готовою до викладання навчальних дисциплін валеологічної спрямованості та впровадження ідеології здорового способу життя у суспільну свідомість.

Ключові слова: духовне здоров'я, свідомість, здоровий спосіб життя, студенти.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими і практичними завданнями. Розуміння здоров'я як непересічної цінності і головного складника таких понять, як щастя та благополуччя, прослідковується з часів зародження людського суспільства до сьогодення. Ще давньогрецький філософ Гіппократ відзначав, що здоров'я є найбільшим багатством людини, а Цицерон стверджував, що найвище благо досягається на основі повного фізичного і психічного здоров'я. Німецький філософ А. Шопенгауер писав: «Здоров'я настільки перевищує усі інші блага життя, що воістину здоровий жебрак – щасливіший, ніж хворий король» (Борохов, 2003, с. 245).

Разом із тим реалії сучасного стану забезпечення охорони здоров'я населення України свідчать про неповне втілення вказаних положень у життя. Так, за інформацією МОЗ України, рівень здоров'я населення сьогодні розглядається як незадовільний, оскільки впродовж останнього десятиріччя спостерігається зростання рівня загальної смертності населення в межах 4%, тоді як у країнах Європи, навпаки, на 4% відбулося зниження цього показника. У свою чергу, середня тривалість очікуваного життя в Україні – на 5-10 років менша, ніж в економічно розвинутих європейських державах. За вказаний період рівень загальної захворюваності зріс на 10,6%, поширеності хвороб – на 38,9%, природний приріст має від'ємний характер, що, ймовірно, загрожує національній безпеці держави (Живілова, 2011, с. 124). За прогнозами демографів до 2025 року кількість населення України зменшиться до 40 млн. Подібний сценарій ускладнить економічне зростання, призведе до надмірного соціального навантаження на виробничу сферу, спонукатиме не прогнозовані міграційні процеси і поглиблення «успадкованої бідності» великої частки громадян України (Петренко, 2011, с. 1).

Серед причин, що негативно впливають на стан здоров'я, зазвичай визначають зниження якості життя значної частини населення (зумовлене такими факторами, як погіршення умов життя, відпочинку, стану навколишнього середовища), надмірні стресові навантаження, зниження загального рівня культури, у тому числі санітарно-гігієнічної, що сприяє поширенню шкідливих звичок і нездорового способу життя (Трикоз, 2011, с. 93). Очевидно, що вказані причини мають не лише медичний, а й соціальний, економічний, психологічний, освітній, екологічний характер, а тому з метою запобігання негативному впливу вказаних факторів необхідно вживати комплексних заходів, які в узагальненому вигляді розглядаються валеологією.

Поширення здоров'язберігаючих курсів – валеології, основ здоров'я тощо, які включають не тільки вчення про фізичне, а й про духовне

здоров'я, і будуть викладатися фахівцями, які пройшли спеціальну підготовку у закладах вищої освіти, є одним із найважливіших факторів та механізмів запровадження ідеології формування здорового способу життя серед населення України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковане вирішення даної проблеми. Вказаним питанням у тій чи іншій мірі приділяли увагу З. Т. Асамбекова, Б. В. Бурлуцький, Е. П. Буток, Б. О. Волос, М. С. Гончаренко, М. П. Горобей, Д. М. Давиденко, В. А. Кашуба, О. О. Коновалова, Г. С. Нікіфоров, О. М. Оржеховська, В. М. Рудий, Н. В. Самойлова, О. С. Татаренко, Г. М. Тимченко та інші. Саме валеологічну освітню діяльність варто розглядати як один із пріоритетних напрямків державної політики у сфері охорони здоров'я, оскільки особистість формується в дитинстві, у підлітковому віці відбувається її активне становлення. Це той час, коли молодій людині можливо допомогти сформуванню активну позицію щодо необхідності збереження власного здоров'я на всіх рівнях – фізичному, психологічному та духовному. Це актуалізує поширення валеологічних знань серед населення як найважливіший напрям державної політики у сфері охорони здоров'я. Все вищевказане підкреслює нагальність та актуальність обраної теми дослідження.

Мета статті – порівняння показників рівня духовного здоров'я та духовної рівноваги осіб, які пройшли декілька років освітньої підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. В межах дослідження було проведено анкетування студентів з метою визначення рівня духовного здоров'я осіб, які пройшли декілька років відповідної підготовки, а як результат – їх готовності до можливості викладання основ здоров'я у школах і в закладах вищої освіти. В анкетуванні взяли участь студенти-магістри:

– Харківської державної академії фізичної культури, напрям підготовки – фізична реабілітація (далі – студенти-реабілітологи);

– Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, напрям підготовки – міжнародні економічні відносини та туристичний бізнес (далі – студенти-економісти);

– ХНУ імені В. Н. Каразіна, напрям підготовки – «Здоров'я людини» (далі – студенти-валеологи).

Анкета містила тест на визначення рівня духовного здоров'я, розроблений Г. С. Нікіфоровим (Никифоров, Августова, 2005, с. 35-42). При цьому, під духовним здоров'ям нами розуміється здоров'я свідомості та смислової сфери, а саме усвідомлення людиною цілі життя, свого місця та ролі у Бутті (Гончаренко, Карачинська та Новікова, 2006, с. 8;

Гончаренко, 2012, с. 193-205). Видається, що особа, яка має низький рівень духовного здоров'я, не може навчати інших осіб бути здоровими.

Проведення опитування навіть серед студентів спеціальності, яка не має прямого відношення до оздоровлення – міжнародні економічні відносини та туристичний бізнес, є цілком обґрунтованим, оскільки іноді, особливо це стосується сільських місцевостей, основи здоров'я викладаються особами, які мають зовсім іншу вищу освіту, абсолютно не пов'язану із тематикою здоров'я.

У опитуванні взяли участь 28 студентів, 10 студентів-валеологів, 9 студентів-реабілітологів та 9 студентів-економістів.

Перша частина тесту містила 9 запитань, по кожному із яких студентам було запропоновано дати відповідь по шкалі від 0 до 10, де 0 – повне ні, 10 – повне так. Насамперед, було введено градаційні показників «низький» (від 0 до 3), середній (4–7) та високий (8–10) (рис. 1).

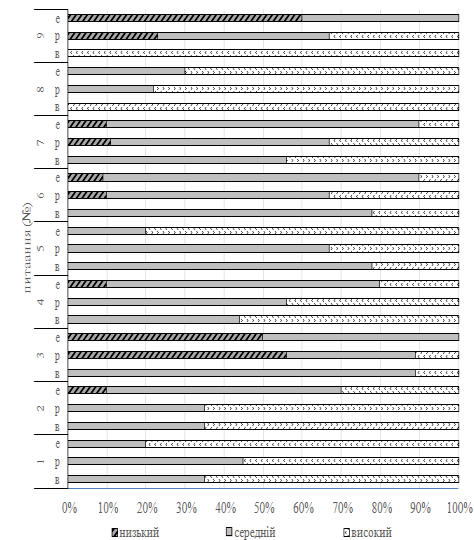


Рис. 1. Тест на визначення рівня духовного здоров'я (частина 1)

Примітки: в – валеологи; р – реабілітологи; е – економісти.

Питання були наступними:

1. Чи добре Ви себе знаєте?
2. Чи враховуєте Ви у повсякденному житті інтереси інших людей?
3. Чи часто Вами опановує гнів?
4. Чи подобається Вам ділитися тим, що у Вас є?

5. Чи хотілось би Вам мати такі речі, які є в інших?
6. Чи помічаєте Ви свої помилки у житті?
7. Чи завжди Вам вдається виправити помилки, які Ви помітили?
8. Чи подобається Вам всебічне вдосконалення?
9. Чи притаманне Вам почуття любові до Людства?

Враховуючи отримані дані, особливий інтерес представляють відповіді на питання 3, 4, 5, 7, 8 та 9, оскільки має місце істотна різниця у відповідях різних груп опитуваних.

Аналізуючи отримані дані можна побачити, що на питання «Чи часто Вами опановує гнів?», серед валеологів середні показники мають місце у 89% та високі у 11% опитаних, низькі показники відсутні. Щодо результатів студентів-реабілітологів, 56% опитаних мають низькі показники, що говорить про те, що ними досить часто опановує гнів, 33% опитаних мають середні показники і 11% – високі. У студентів-економістів результати виглядають наступним чином: низькі та середні показники мають 50% опитаних, високі показники ніхто не продемонстрував (рис. 2).

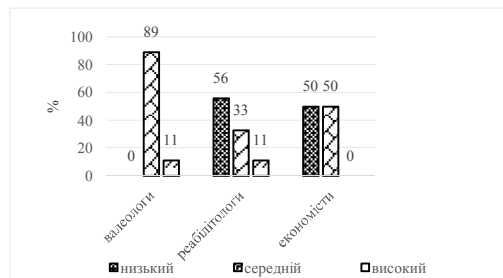


Рис. 2. Чи часто Вами опановує гнів?

Виходячи із цього, можна допустити, що за час навчання на відповідному факультеті студенти-валеологи усвідомили важливість контролю за своїми настановами та емоційним станом, а тому вони значно менше схильні до того, щоб ними опановував гнів. Це, у свою чергу, є важливим фактором професійної придатності до викладання курсу «Здоров'я людини» чи йому подібних.

Відповідь на питання «Чи подобається Вам ділитися тим, що у Вас є?» виражена наступними результатами: студенти-валеологи – середні показники у 44%, високі показники у 56% опитаних, низькі показники відсутні; студенти-реабілітологи – середні показники у 56%, високі показники у 44% опитаних, низькі показники відсутні; студенти-

економісти – низькі показники у 10%, середні показники у 70% та високі показники у 20% опитаних (рис. 3).

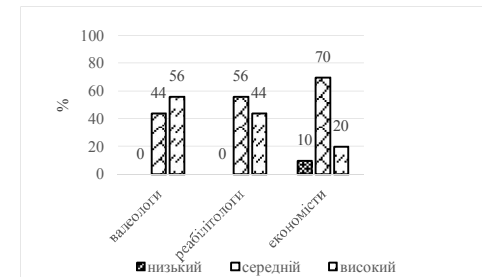


Рис. 3. Чи подобається Вам ділитися тим, що у Вас є?

Таким чином, студенти-валеологи та студенти-реабілітологи характеризуються як такі, яким найбільшим чином притаманне суб'єктивне почуття бажання ділитися з іншими тим, що у них є, що вкрай важливо для роботи у сфері оздоровлення населення.

Відповідь на питання «Чи хотілось би Вам мати такі речі, які є в інших?» виражена наступними результатами: студенти-валеологи – середні показники у 78%, високі показники у 22% опитаних, низькі показники відсутні; студенти-реабілітологи – середні показники у 67%, високі показники у 33% опитаних, низькі показники відсутні; студенти-економісти – середні показники у 20% та високі показники у 80% опитаних, низькі показники відсутні (рис. 4).

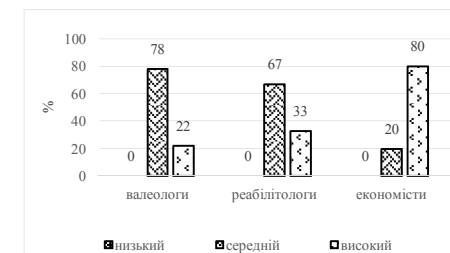


Рис. 4. Чи хотілось би Вам мати такі речі, які є в інших?

Отже, студенти-економісти найбільшим чином схильні бажати те, що є у інших, що, у відповідності до тлумачення результатів вказаного тесту, свідчить про низький рівень духовного здоров'я та зазвичай корелюється із заздощами.

Відповідь на питання «Чи завжди Вам вдається виправити помилки, які Ви помітили?» одержала наступні результати: студенти-валеологи – середні показники у 56%, високі показники у 44% опитаних, низькі показники відсутні; студенти-реабілітологи – низькі показники у 11%, середні показники у 56%, високі показники у 33% опитаних; студенти-економісти – низькі показники у 10%, середні показники у 80% та високі показники у 10% опитаних.

Таким чином, виходячи із суб'єктивної оцінки студентів, більшість із них у трьох групах мають середні показники, проте найбільш високими вони є у студентів-валеологів і вони вважають, що можуть виправити допущені помилки у житті (рис. 5).

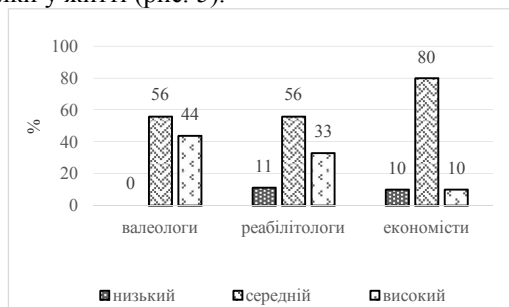


Рис. 5. Чи завжди Вам вдається виправити помилки, які Ви помітили?

Досить цікавими є відповіді на питання «Чи подобається Вам всебічне вдосконалення?», оскільки низьких показників не продемонстрував ніхто із 28 опитаних. При цьому, 100% студентів-валеологів мають високі показники, 22% студентів-реабілітологів – середні та 78% – високі, 30% студентів-економістів – середні та 70% – високі показники (рис. 6).

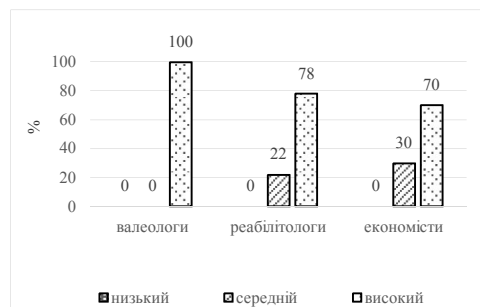


Рис. 6. Чи подобається Вам всебічне вдосконалення?

Відповідь на питання «Чи притаманне Вам почуття любові до Людства?» виражена наступними результатами: студенти-валеологи – високі показники у 100% опитаних; студенти-реабілітологи – низькі показники у 23%, середні показники у 44%, високі показники у 33% опитаних; студенти-економісти – низькі показники у 60%, середні показники у 40%, та високі показники відсутні (рис. 7).

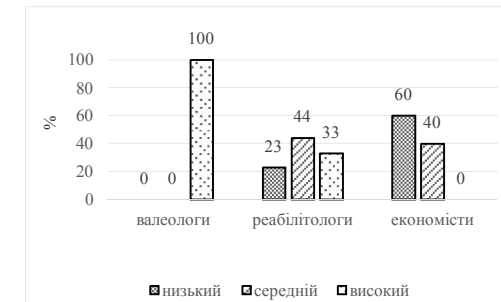


Рис. 7. Чи притаманне Вам почуття любові до Людства?

Вважаємо, що такий критерій як любов до людства, слід розцінювати як один із найважливіших психологічних критеріїв готовності до роботи у сфері оздоровлення населення, а особливо – викладання дисциплін, пов'язаних із цією сферою. Найбільшим чином любов до людства, відповідно до результатів опитування, властива студентам-валеологам, у меншій мірі студентам-реабілітологам, а серед студентів-економістів взагалі ніхто не продемонстрував високі показники.

Друга частина тесту передбачала вибір одного варіанта відповіді на питання «Яку людину Ви вважаєте більш корисною для Всесвіту, якщо вона думає про користь». Варіантами відповіді були:

- для себе?
- для своєї сім'ї?
- для своєї Батьківщини?
- для людства в цілому?
- для всіх живих істот?

Оцінюючи результати опитування, слід зазначити, що варіант «а» ніхто з студентів-валеологів не вибрав, однак його вибрали 22% студентів-реабілітологів та 40% студентів-економістів, що свідчить про егоцентричні орієнтації майже половини студентів-економістів та їх прагнення задовольнити насамперед власні інтереси. Варіант «б» обрали 11% студентів-валеологів, 11% студентів-реабілітологів та 40% студентів-

економістів, що говорить про те, що останні у найбільшій мірі вважають інтереси своєї сім'ї найбільш пріоритетними. Варіант «в» обрали 22% студентів-валеологів, 22% студентів-реабілітологів та 0% студентів-економістів. Варіант «г» обрали 33% студентів-валеологів, 33% студентів-реабілітологів та 10% студентів-економістів. Варіант «д» обрали 33% студентів-валеологів, 11% студентів-реабілітологів та 10% студентів-економістів (рис. 8).

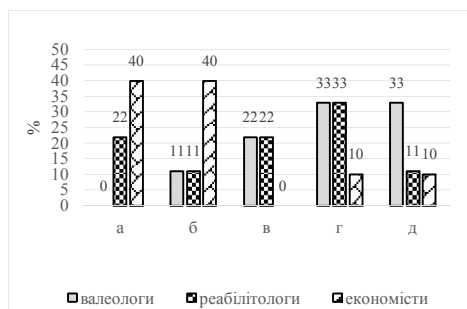


Рис. 8. Тест на визначення рівня духовного здоров'я (частина 2)

Вказані дані говорять про те, що якщо студентам-економістам у найбільшій мірі характерні прагнення забезпечити в першу чергу інтереси власні та інтереси сім'ї, реабілітологам – людства, то валеологам – інтереси всіх живих істот, що, у свою чергу, свідчить про прояви найбільш високого рівня духовності.

Частина 3 тесту містила 7 питань, в яких треба було обрати один варіант відповіді із запропонованих трьох. Тест виглядав наступним чином:

1. Чи викликають іноді у Вас злість якісь дурниці чи незграбності іншої людини?

а) Так, досить часто; б) Нечасто. Намагаюся по можливості терпляче ставитися до інших людей; в) Майже ніколи. Злість несприятливо позначається на кольорі обличчя особи, а я ставлюся до життя майже з терпінням, яке виховує буддизм.

2. Іноді Ви прокидаєтесь посеред ночі із сильним серцебиттям?

а) Ні, жодного разу; б) Так, якщо мене турбують якісь проблеми; в) Дуже часто. Я давно вже не сплю так добре, як раніше.

3. Чи можете Ви вдатися до сили свого голосу, щоб відстояти свою точку зору?

а) Можу, але користуюся цим дуже рідко; б) Ні, хоча стримуватися інколи буває важко; в) Ясна річ, можу. Час від часу такий окрик допомагає людині скинути всю нагромаджену в неї злість.

4. Ви задоволені своєю фігурою?

а) Ні, раніше вона мені подобалася більше; б) Загалом так, за винятком деяких деталей; в) Так, мені не хотілося б нічого змінювати.

5. Якщо Ви самотні на цей час, чи був би у Вас вибір серед кандидатур, якби Ви прагнули до нового партнерства?

а) Ні, мені потрібен досить тривалий час, щоб познайомитися з потрібною мені людиною; б) Є деякі знайомства, але вони мене не влаштовують; в) Величезний вибір.

6. Як часто Вам сняться страшенні сни?

а) Майже ніколи; б) Іноді; в) Не менше одного разу на місяць.

7. У вас є надійне коло добрих друзів?

а) Так, безумовно; б) В основному приятелі; в) Ні, я прагну покладатися тільки на самого себе.

Відповіді опитаних виглядають наступним чином (рис. 9-11):

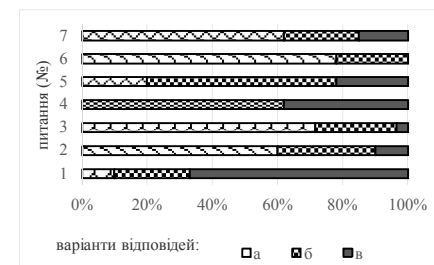


Рис. 9. Тест на визначення духовної рівноваги (студенти-валеологи)

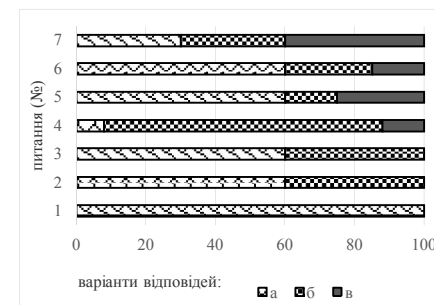


Рис. 10. Тест на визначення духовної рівноваги (студенти-реабілітологи)

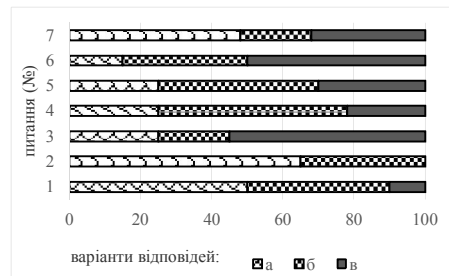


Рис. 11. Тест на визначення духовної рівноваги (студенти-економісти)

Серед значної кількості результатів особливо цікавими є наступні. Так, відповідаючи на перше запитання всі 100% студентів-реабілітологів вказали, що досить часто у них викликають злість якісь дурниці чи незграбності іншої людини. Серед валеологів більшість (67%) відповіла «ні». Серед економістів 50% відповіли «так», 40% мали проміжний результат і лише 10% відповіли «ні». Поряд з цим, терпимість до інших та вміння приймати людей такими, якими вони є – це не тільки показник високого рівня духовного здоров'я, а й важливий компонент психологічної компетентності майбутніх фахівців у сфері оздоровлення та викладання «Основ здоров'я».

Слід зазначити, що більшість студентів у всіх групах відповіли, що жодного разу вони не прокидалися серед ночі із сильним серцебиттям, що свідчить про високі показники фізичного та у певному аспекті – духовного здоров'я.

Цікавими є відповіді і на запитання «Як часто Вам сняться страшні сни?». 78% студентів-валеологів відповіли, що такі сни їм майже ніколи не сняться, у той же час 50% студентів-економістів вони сняться не рідше одного разу на місяць. Більш високі показники духовного здоров'я були продемонстровані студентами-валеологами і при відповіді на усі інші запитання цієї частини тесту.

Наостанок слід зазначити, що мотивацію та здоровий спосіб життя людини, тобто особисте переконання і потребу в ньому, можна сформулювати за умови вивчення духовності, моралі, загальної культури, інтелекту та психофізіологічних особливостей конкретної особистості та системного валеовиховання.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Узагальнюючи результати опитування, можна зазначити, що студенти, які пройшли спеціальну підготовку на філософському факультеті Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна за спеціальністю «Здоров'я

людини», вирізняються значно вищими показниками рівня духовного здоров'я та духовної рівноваги, а отже, у значно вищій мірі є готовими до викладання відповідних навчальних дисциплін та впровадження ідеології здорового способу життя у суспільну свідомість. Зокрема, студенти-валеологи, які вивчали ряд спеціальних дисциплін, спрямованих на підвищення рівня духовності та морально-психологічного зростання, значно рідше опановують гнів, їм в цілому притаманна більш гуманістична спрямованість – більш чітко виражена любов до людства, їм подобається ділитися тим, що в них є і в меншій мірі вони хочуть мати ті речі, які є в інших. В цілому, їх професійна діяльність спрямовується на розвиток всіх живих істот, а не тільки задоволення власних інтересів.

Організація формування здоров'язбережувального світогляду повинна базуватися на загальних принципах виховання і навчання, на узгодженому та цілеспрямованому комплексі заходів і конкретних навчальних програмах, на сучасних досягненнях педагогіки, психології, дидактики та освітніх інформаційних технологій, що забезпечують високу якість здійснюваної роботи. Поширення здоров'язберігаючих курсів – валеології, основ здоров'я тощо, які включають не тільки вчення про фізичне, а й про духовне здоров'я, і будуть викладатися фахівцями, які пройшли спеціальну підготовку у закладах вищої освіти, є одним із найважливіших факторів та механізмів запровадження ідеології формування здорового способу життя серед населення України.

Література

1. Энциклопедия афоризмов : Россыпи мыслей / под ред. Э. Борохова. Москва : ООО «Издательство АСТ», 2003. 716 с.
2. Живілова О. Державна політика України в галузі охорони здоров'я: стан і перспективи розвитку. *Державне управління та місцеве самоврядування*. 2011. №1. С. 122-131.
3. Петренко О. Система охорони здоров'я України: реалії та перспективи. *Друга сесія Школи професійної журналістики "Нова Україна" 14-18 вересня 2011 року*, м. Київ. URL : <http://www.mediaschool.org.ua/uploads/content/Alumni/8a.-Petrenko.pdf>. (дата звернення: 28.09.2018).
4. Трикоз І. В. Оцінка соціально-економічного стану сфери охорони здоров'я. *Вісник Бердянського університету менеджменту і бізнесу*. 2011. № 4(16). С. 93-97.
5. Никифоров Г. С., Августова Л. И. Самооценка физического, психического и социального здоровья. *Практикум по психологии здоровья*. Москва, 2005. С. 35-42.
6. Гончаренко М. С., Карачинська Е. Т., Новікова В. Є. Діагностичні підходи до визначення стану духовного і морального здоров'я особистості : навчальний посібник для проведення практичних занять. Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2006. 157 с.

7. Гончаренко М. С. Научные основы современного мировоззрения. Валеологический аспект : учебно-метод. пособие. Харьков : ХНУ имени В. Н. Каразина, 2012. 256 с.

References

1. Borokhova, E. (Ed.). (2000). *Entsyklopediya aforyzmov: Rossypi mysley [Encyclopedia of aphorisms: Thought Placer]*. Moscow: ООО "Izdatelstvo AST" (rus).
2. Zhyvilova, O. (2011). Derzhavna polityka Ukrainy v haluzi okhorony zdorovya: stan i perspektyvy rozvytku [State policy of Ukraine in the field of health care: state and prospects of development]. *Derzhavne upravlinnya ta misceve samovryaduvannya, #1*, 122-131 (ukr).
3. Petrenko, O. (2011). Systema okhorony zdorovya Ukrainy: realii ta perspektyvy [Ukrainian Healthcare System: Realities and Prospects]. *Druha sesiya Shkoly profesynoi zhurnalistyky "Nova Ukraina"* September, 14-18, 2011, Kyiv. Retrieved from <http://www.mediaschool.org.ua/uploads/content/Alumni/8a.-Petrenko.pdf>. (date of appeal: 28.09.2018) (ukr).
4. Trykoz, I. V. (2011). Otsinka sotsialno-ekonomichnoho stanu sfery okhorony zdorovya [Assessment of the socio-economic state of health care]. *Visnyk Berydianskoho universytetu menedzhmentu i biznesu, # 4(16)*, 93-97 (ukr).
5. Nikiforov, G. S., & Avgustova, L. Y. (2005). Samootsenka fizicheskogo, psikhicheskogo i sotsialnogo zdorovya [Self-evaluation of physical, mental, and social health]. *Praktikum po psikhologii zdorovya*. Moscow (rus).
6. Goncharenko, M. S., Karachynska, E. T., & Novikova, V. Ye. (2006). *Diagnostychni pidkhody do vyznachennya stanu dukhovnogo i moralnogo zdorovya osobystosti: navchalnyi posibnyk dlya provedennya praktychnykh zanyat [Diagnostic approaches to determining the state of spiritual and moral health of the individual: study guide for practical works]*. V. N. Karazin Kharkiv National University (ukr).
7. Goncharenko, M. S. (2012). *Nauchnye osnovy sovremennogo mirovozzreniya. Valeologicheskii aspekt: uchebno-metod. posobie [The scientific foundations of the modern world view. Valeological aspect: teaching aid]*. Kharkiv: V. N. Karazin Kharkiv National University (rus).

УРОВЕНЬ ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ КАК ФАКТОР ГОТОВНОСТИ К ПРЕПОДАВАНИЮ ДИСЦИПЛИН ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

М. С. Гончаренко, Т. М. Чикало, А. А. Лавриненко

Статья посвящена исследованию уровня духовного здоровья и духовного равновесия студентов-магистров, прошедших несколько лет образовательной подготовки, а как результат – их готовность к возможности преподавания основ здоровья в школах и в учреждениях высшего образования.

Мотивацию и здоровый образ жизни человека, то есть личное убеждение и потребность в нем, можно сформировать при изучении духовности, морали, общей культуры, интеллекта и психофизиологических особенностей конкретной личности и системного валеовоспитания. Будущий педагог в первую очередь сам должен в полной мере иметь духовно-нравственный потенциал, который мог бы стать решающим фактором создания соответствующей атмосферы образовательного процесса, эффективного влияния духовно-нравственного воспитания на дальнейшее развитие молодежи. Духовно-нравственное воспитание студентов является одной из первоочередных задач высшего учебного заведения.

Исследования, проводимые на кафедре валеологии по анкете «Определение уровня духовного здоровья» показали, что студенты, которые изучали ряд специальных дисциплин, направленных на повышение уровня духовности и морально-психологического роста, имеют высокие показатели уровня духовного здоровья и духовного равновесия. В качестве показателей духовного здоровья были использованы: наличие цели и смысла жизни человека, его убеждений, черт характера, способности к творчеству. Человек, обладающий такими качествами в значительно более высокой степени готов к преподаванию учебных дисциплин валеологической направленности и внедрению идеологии здорового образа жизни в общественное сознание.

Ключевые слова: здоровье, сознание, здоровый образ жизни, студенты.

THE LEVEL OF SPIRITUAL HEALTH OF STUDENTS AS FACTOR OF PREPARATION TO THE TEACHING OF DISCIPLINES OF VALEOLOGICAL INTEGRITY

M. Goncharenko, T. Chikalo, O. Lavrinenko

The article is devoted to the study of the level of spiritual health and spiritual balance of masters students who have undergone several years of educational training, and as a result, their readiness to teach the basics of health in schools and higher education institutions.

The motivation and healthy way of life of a person, that is, personal conviction and the need for it, can be formed on the condition of studying spirituality, morality, general culture, intelligence and psycho-physiological characteristics of a particular person and system education. The future teacher, in the first place, should have the spiritual and moral potential that could become the decisive factor in creating the appropriate atmosphere of the educational process, the effective influence of spiritual and moral education on the further development of youth. Spiritual and moral upbringing of students is one of the top-priority tasks of a higher educational institution.

Studies conducted at the valeology department on the questionnaire "Definition of the level of spiritual health" (G. S. Nikiforov) showed that students who studied a number of special disciplines aimed at raising the level of spirituality and moral and psychological growth have high levels of level spiritual health and spiritual balance. The existence of the purpose and meaning of human life, beliefs, traits of character, ability to

creativity were used as indicators of spiritual health. A person possessing such qualities is, to a much higher degree, ready to teach valeological orientations and to introduce the ideology of a healthy lifestyle into public consciousness.

Key words: *Spiritual health, consciousness, healthy way of life of students.*

Гончаренко Марія Степанівна – д. біол. наук, професор, професор кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (м. Харків, Україна). E-mail: m.goncharenko@karazin.ua

Goncharenko Mariya Stepanivna – Sc.D., Professor, Professor of V. N. Karazin Kharkiv National University (Kharkiv, Ukraine). E-mail: m.goncharenko@karazin.ua

Чикало Тамара Михайлівна – молодший науковий співробітник кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (м. Харків, Україна). E-mail: valeolog@karazin.ua

Chykalo Tamara Mykhailivna – Junior Researcher of V. N. Karazin Kharkiv National University Kharkov (Kharkiv, Ukraine). E-mail: valeolog@karazin.ua

Лавриненко Олексій Олександрович – магістр кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (м. Харків, Україна). E-mail: valeolog@karazin.ua

Lavrynenko Oleksii Oleksandrovych – master V. N. Karazin Kharkiv National University (Kharkiv, Ukraine). E-mail: valeolog@karazin.ua