

більше часу не торгівлі та перебуванню за екраном монітора, а приємному спілкуванню з родиною, друзями й однодумцями, подорожам тощо.

Утім, будь-яке негативне фізичне (нездоровий спосіб життя) або інформаційне (негативна інформація) проникнення в систему може призвести до стійкого негативного стану нашої системи (негативного замкнутого кола), позбутися якого буває доволі складно, особливо якщо він набув хронічної форми. Результати торгово-інвестиційної діяльності будуть відповідними.

Таким чином, перспективним є подальше вивчення психології інвестування для глибшого розуміння поточних настроїв і очікувань учасників фінансових ринків. Адже формування у фахівців з фінансових інвестицій важливих психологічних якостей має забезпечити їм стабільний інвестиційний успіх на цих ринках.

#### Список літератури

1. Твид Л. Психология финансов / Л. Твид. — М. : «ИК «Аналитика», 2002. — 376 с.
2. Стинбарджер Б. Психология трейдинга: Инструменты и методы принятия решений / Б. Стинбарджер ; пер. с англ. — М. : Альпина Паблишер, 2013. — 368 с.
3. Lessons from the Pros: Уроки Онлайн Академии трейдеров [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://lessons.tradingacademy.com>. — Загл. с экрана.
4. Торговые системы (стратегии) основанные на Price action [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.priceactionfx.ru>. — Загл. с экрана.
5. Лубенець С. В. Аналіз часових рядів у прогнозуванні фінансових інвестицій / С. В. Лубенець // Вісн. Харків. нац. ун-ту ім. В. Н. Каразіна. Серія «Економічна». — Харків: ХНУ ім. В. Н. Каразіна. — 2013. — №1068. Вип. №86. — С. 124–128.

*Надійшла до редколегії 17.09.2014 р.*

УДК 613

Н. Ф. РОМАНОВА

### СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТОК ПОЛІТИКИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

*Досліджено процес становлення і розвитку політики здорового способу життя. Визначено ключові принципи сучасної політики здорового способу життя й умови її впровадження в Україні.*

**Ключові слова:** *здоровий спосіб життя, сучасні стратегії, міжнародні підходи, етапи становлення та розвитку політики здорового способу життя.*

*Исследовано процесс становления и развития политики здорового образа жизни. Определены ключевые принципы современной политики здорового образа жизни и условия ее внедрения в Украине.*

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, современные стратегии, международные подходы, этапы становления и развития политики здорового образа жизни.

*The article is devoted to analysis of the healthy lifestyle policy development. The author also describes key principles of modern healthy lifestyle policy and conditions of its implementation in Ukraine.*

**Key words:** healthy lifestyle, modern strategies, international approaches, stages of healthy lifestyle policy development.

Політика здорового способу життя почала формуватися в середині минулого століття, коли дедалі більше фахівців доходило до думки, що посилення сфери охорони здоров'я не надає бажаного результату та суттєво не впливає на загальний стан здоров'я населення. Щоб виявити причини такої ситуації, в Канаді здійснювалися кількарічні дослідження основних чинників, які найбільше впливають на здоров'я людини. Їхнє публічне обговорення відбулося в 1974 р., коли Марк Лалонд, тодішній міністр охорони здоров'я та добробуту, виголосив звіт під назвою «Новий підхід до охорони здоров'я канадців». Отримані результати аргументовано довели, що традиційна система охорони здоров'я лише на 10% впливає на здоров'я людини, а найсуттєвішим чинником є спосіб життя (50%), ще 20% пов'язано зі спадковістю та екологією (20%). Це співвідношення дістало назву «формули здоров'я людини» [8].

З цього періоду почалося становлення політики здорового способу життя завдяки впливу на життя людини та зміни ставлення до його збереження. Визнавалося значення індивідуального й громадського здоров'я та їхній взаємовплив, необхідність взаємодії держави та громади у сфері охорони здоров'я. Основні концепти стосувалися передумов й ресурсів для збереження здоров'я (мир, освіта, їжа, прибуток, необхідні ресурси, суспільна справедливість, рівність) і комплексу практичних дій для його успішної реалізації.

Пізніше, в 1986 р., відбулася I міжнародна конференція «Сприяння розвитку здоров'я», де прийнято основний програмний документ — Оттавську Хартію формування здорового способу життя (17–21 листопада, 1986 р.). Програмні дії, визначені в цьому документі, дістали назву «Health promotion» та інтенсивно поширювалися в багатьох країнах світу. Наразі існують нормативні документи, де викладені концептуальні засади політики здорового способу життя. Серед них Алма-Атинська Декларація, Аделаїдські рекомендації, Сундсвальська заява, Джакартська Декларація, Всесвітня Декларація з охорони здоров'я «Здоров'я для всіх у ХХІ столітті», Бангкокська Хартія, Європейська стратегія «Здоров'я і розвиток дітей та підлітків» тощо [1; 2].

Україна долучилася до політики здорового способу життя ще на початку розбудови власної незалежності. Першими спробами стали розробка й впровадження соціальних проектів відповідної тематики.

Найзначнішими стали два етапи українсько-канадського проекту «Молодь за здоров'я» (МЗЗ-1 та МЗЗ-2), які були реалізовані в 1998–2005 р. Серед основних його результатів — розробка багаторівневої міжгалузєвої моделі формування здорового способу життя в молодіжному середовищі. Саме в межах цього проекту деякі українські дослідники (О. Балакірева, Н. Комарова, Р. Левін, О. Яременко) запропонували поняття «Health promotion» визначати як «формування здорового способу життя» [9].

Слід зазначити, що дослідженню способу життя людини та його впливу на здоров'я присвячено праці зарубіжних та вітчизняних учених, зокрема А. Антоновського, Г. Апанасенка, О. Васильєвої, В. Вернадського, І. Гурвич, Л. Куликова, Ю. Лисицина, М. Мюррей, Г. Никифорова, М. Селігман, Б. Райн, Ф. Філатова та ін.

Досвід реалізації державної молодіжної політики стосовно збереження здоров'я та умови впровадження практичної моделі «Молодь за здоров'я» в Україні описано в Щорічній державній доповіді про стан молоді [3, с. 33–37]. Практичну складову формування здорового способу життя українські дослідники розглядали у сфері протидії поширенню соціально-небезпечних хвороб серед дітей і молоді та профілактики негативних явищ у молодіжному середовищі [4, с. 39–48]. Про сучасні аспекти формування здорового способу життя в молодіжному середовищі, тенденції й перспективи подальшого розвитку йдеться в дослідженнях Н. Романової [5, 6, 7].

Слід зазначити, що за останні роки в українському суспільстві посилюється інтерес до розробки й упровадження різних стратегій здорового способу життя для дітей та молоді. У навчальних закладах ґрунтуються на Концепції здоров'язбережувального виховання, а молодіжні громадські організації переважно працюють за програмами профілактики негативних явищ, що свідчить про брак координації між державним та громадським секторами. Інший негативний чинник — відсутність державної моделі формування здорового способу життя серед усіх категорій населення, оскільки практична діяльність в одному сегменті (діти та молодь) унеможлиблює здійснення комплексної роботи із залученням усіх зацікавлених громадян. Крім цього, існує немало прогалин щодо визначення теоретичного підґрунтя політики здорового способу життя в межах міжнародних підходів. Достатньо часто береться за основу тільки Оттавська хартія, хоча сучасне розуміння політики потребує новітніх підходів з урахуванням уже напрацьованого досвіду міжнародної спільноти в новому тисячолітті.

Загалом в Україні спостерігається радше спонтанне впровадження здорового способу життя, ніж системне та послідовне, з виробленням відповідної державної підтримки й громадського контролю. Такі тенденції актуалізують необхідність осмислення визначеної

проблематики як категорії наукового знання та предмета актуального соціального дискурсу.

**Мета** статті — аналітично оглянути процес становлення і розвитку політики здорового способу життя, окреслити сучасні стратегії, які успішно працюють на міжнародному рівні та можуть використовуватися для впровадження в Україні.

Аналіз концептуальних підходів політики здорового способу життя в межах міжнародних підходів свідчить про те, що вони стосуються всіх чотирьох складових здоров'я: соціального, фізичного, психічного та духовного, тобто охоплюють усі необхідні детермінанти людського розвитку. Особливе місце посідають концепти щодо необхідності обстоювання прав людини на здоров'я на засадах партнерства й солідарності; інвестування кожної держави в стабільну політику, дії та розвиток інфраструктури здорового способу життя; активізації громади з підготовки необхідних лідерів і волонтерів; передачі знань й результатів досліджень з метою активної пропаганди здорового способу життя серед населення. Необхідно акцентувати на важливій ролі державних органів щодо своєчасних дій з формування необхідних стратегій та державних програм здорового способу життя; підтримці партнерства і розбудові співпраці із суспільними, приватними, неурядовими організаціями та громадянським суспільством загалом. Усі вищезазначені концепти висвітлені в багатьох міжнародних документах, які ухвалені на установчих конференціях за цією проблематикою протягом тривалого періоду часу. Їх умовно можна об'єднати і згрупувати за етапами відповідно до процесу становлення та розвитку політики здорового способу життя (див. рис. 1):

Необхідно зазначити, що всі міжнародні документи є важливим підґрунтям для розробки нормативно-правової бази здорового способу життя, але, залежно від регіону, національних особливостей, соціально-економічного стану, рівня розвитку громадянського суспільства, державна політика здорового способу життя серед населення має свої особливості.

Наприклад, у Канаді урядові органи і служби надання послуг у сфері охорони здоров'я на федеральному рівні не здійснюють. Основна діяльність щодо впровадження політики збереження здоров'я, надання відповідних послуг, забезпечення діяльності відповідних установ проводиться безпосередньо в провінціях, що вможливає не тільки державний, але й громадський контроль за станом здоров'я громадян.

Основна роль Федерального уряду Канади полягає в наданні фінансової допомоги провінціям через адміністрування відповідно до чинного законодавства, зокрема Акта з охорони здоров'я Канади (1984 р.) як основного правового документа, який визначає головну мету політики охорони здоров'я Канади: захист, підтримку, відновлення фізичного й психічного стану здоров'я постійних мешканців

Канади, сприяння доступу до служб охорони здоров'я без фінансових та інших перешкод. Лише за умови дотримання загальнонаціональних правових актів та основних принципів провінції можуть отримати необхідне фінансування із федерального (державного) бюджету.

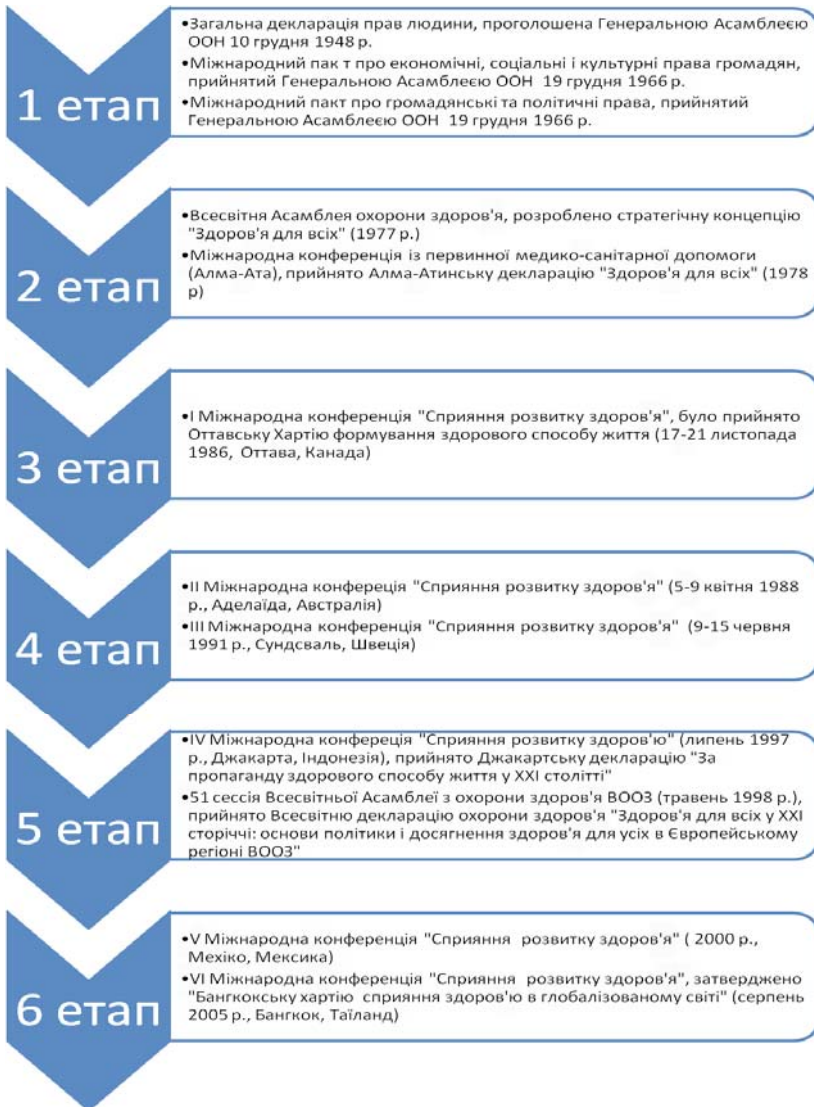


Рис. 1. Етапи становлення та розвитку політики здорового способу життя

Одним із головних принципів канадського законодавства щодо збереження здоров'я є принцип універсальності, згідно з яким кожний громадянин провінції, незалежно від віку, стану здоров'я, наявності роботи і доходу, має бути застрахованим провінційним закладом охорони здоров'я й отримувати всі необхідні послуги за принципом доступності, тобто без обмеження фінансовими можливостями.

Для реалізації діяльності з формування здорового способу життя медичні працівники з підтримки громадського здоров'я базуються на «Акті сприяння та захисту здоров'я», який приймається на рівні кожної провінції та чітко окреслює коло завдань для кожного провінційного департаменту здоров'я з урахуванням існуючої ситуації. Такі програми реалізуються в кількох сферах: а) санітарно-епідеміологічна: уникнення й усунення чинників, що шкодять здоров'ю; контролювання інфекційних хвороб, забезпечення захисту імунної системи для дітей і дорослих; б) профілактична стоматологія: здійснення масових заходів та освітніх програм щодо профілактики хвороб зубів і гігієни ротової порожнини для учнів шкіл; в) здоров'я сім'ї: надання консультативних послуг; заснування центрів з планування сім'ї; проведення програм для визначення вагітних жінок з високим ризиком для здоров'я, оздоровчих програм для дітей, вагітних жінок та людей похилого віку й медична допомога вдома; г) гігієна харчування: проблеми здорового харчування та проведення відповідних освітніх програм; г) здоровий спосіб життя: просвітницька робота в галузі громадського здоров'я, навчальні програми з профілактики хвороб, які безпосередньо пов'язані з вибором способу життя; д) проведення заходів щодо зменшення шкідливого впливу навколишнього середовища на здоров'я людей.

Ще у 2005 р. федеральний, провінційний та територіальний уряди Канади (окрім провінції Квебек) прийняли «Інтегровану загальнонаціональну стратегію поширення здорового способу життя» (табл. 1):

Таблиця 1

*Зміст «Інтегрованої загальнонаціональної стратегії поширення здорового способу життя» в Канаді*

Очікувані результати	Здорова нація, в якій всі канадцям створено умови, що забезпечують підтримку міцного здоров'я
Цілі	1) Знизити невідповідності в стратегії охорони здоров'я 2) Поліпшити загальний рівень здоров'я
Стратегічний підхід	Прийняття заходів щодо створення умов для забезпечення всіх складових здоров'я

Очікувані результати	Здорова нація, в якій всі канадцям створено умови, що забезпечують підтримку міцного здоров'я
Основні принципи	1) Інтеграція (вертикальна і горизонтальна) 2) Формування знань та обмін досвідом 3) Розвиток інфраструктури на рівні громади 4) Інформування суспільства й місцевих громад 5) Контроль за діяльністю зі сторони громад
Сфери впливу:	Нові: здорове харчування, фізична активність та її зв'язок із подоланням проблеми надмірної ваги Існуючі: тютюнопаління, цукровий діабет, профілактика хронічних захворювань Можливі в майбутньому: психічне здоров'я, уникнення травмів
Цільова група	Родина; школа; працівники на робочому місці; громада; заклади охорони здоров'я

У контексті реалізації цієї Стратегії створено Національний Центр здорового способу життя з відповідними структурами: фонд здорового способу життя з метою забезпечення фінансування національних проєктів та підтримки громадської ініціативи; міжгалузевий центр з координації мережі закладів, які опікуються здоровим способом життя; ресурсний центр для накопичення та поширення необхідної інформації й обміну досвідом.

Цікавим зразком державної політики здорового способу життя на європейському континенті є Велика Британія, де ще на початку 1998 р. прийнято Хартію пропагування здорового способу життя серед населення. У документі виокремлено чотири основні напрями.

1. Запровадження принципу соціальної справедливості, коли незалежно від соціального й економічного стану всі громадяни країни мають однаковий доступ до заходів щодо підтримки здоров'я та здорового способу життя.

2. Активізація ресурсів громади, які дозволять сформуванню сприятливих умов для саморозвитку та самореалізації членів громади завдяки навчанню, набуттю практичних навичок здорового способу життя й активізації громадської участі.

3. Розвиток «третього сектора» та волонтерського руху як потужного джерела соціального капіталу щодо популяризації здорового способу життя.

4. Розвиток громадянського суспільства, збільшення інвестицій у практичну освіту (наприклад, в освітні технології), підтримка ініціативи місцевої громади (наприклад, програм розвитку молодіжних

НУО) та забезпечення доступу до інформаційних ресурсів (завдяки створенню ресурсних центрів).

Система роботи побудована таким чином: 1) на місцевому рівні працюють Центри здорового способу життя, які в партнерстві з місцевим бізнесом, урядовими, релігійним та освітніми секторами відповідають за адміністративну й технічну підтримку представників громади. Вони також надають можливості користування мережею Інтернет та проводять навчально-просвітницьку діяльність; 2) уряд країни підтримує й заохочує успішну практику роботи щодо формування здорового способу життя на місцевому рівні та сприяє розбудові інших локальних інфраструктур, які реалізують програми поліпшення здоров'я для всіх категорій громадян.

Отже, з огляду на міжнародний досвід, ключовими принципами сучасної політики здорового способу життя є: відповідальність держави за стан індивідуального і громадського здоров'я; багатосторонність підходів, урахування різнопланових детермінант здоров'я; доступність та універсальність послуг, що формують основи здоров'я людини; оперативність і гнучкість у реагуванні на потреби та виклики політики здорового способу життя; активізація участі населення в програмах здорового способу життя та наявність громадського контролю.

Утілення означених принципів в Україні потребує активізації громадянської участі в прийнятті рішень та формуванні політики здорового способу життя.

Перспективи досліджень полягають у необхідності розробки механізму активізації територіальних громад та громадських організацій з формування політики здорового способу життя й підготовки практичних рекомендацій для молодіжних лідерів й волонтерів з метою просвітницької діяльності в молодіжному середовищі.

#### Список літератури

1. Всемирная организация здравоохранения [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://www.who.int/en>. — Загл. с экрана.
2. Здоровье–21. Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ: Введение // Европейская серия по достижению здоровья для всех. — 1998. — № 5. — Копенгаген : ВОЗ (ЕРБ).
3. Молодь за здоровий спосіб життя: щоріч. доп. Президенту України, Верхов. Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. ін-т розв. сім'ї та молоді ; [редкол.: Н. Ф. Романова (голова) та ін.]. — Київ : СПД Крячун Ю.В., 2010. — С. 33–37.
4. Формування здорового способу життя як сучасна стратегія протидії соціально небезпечним хворобам серед дітей та молоді // Протидія соціально небезпечним хворобам: вивчення українського досвіду : колект. моногр. / за ред. Т. В. Семигіної. — Київ: Пульсари, 2010. — С. 39–48.
5. Романова Н. Ф. Сучасні аспекти здорового способу життя молоді як основа розвитку українського суспільства / Н. Ф. Романова // Соціальна



- робота та управління: соціологія, психологія, педагогіка, соціальна робота, філософія освіти : Міжнар. зб. наук. пр. НПУ імені М. П. Драгоманова — Випуск 2 / За заг. ред. В.П. Андрущенко, А.О. Ярошенко, І. М. Ковчиної. — Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2011. — С. 268–275
6. Романова Н. Ф. Формування здорового способу життя молоді: сучасні тенденції та шляхи реалізації / Н. Ф. Романова // *Здорова молодь — щаслива Україна : матеріали наукової студентської конференції, 01 листоп. 2012 р.* — Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. — С.48–53
  7. Романова Н.Ф. Сучасна політика формування здорового способу життя / Н. Ф. Романова // *Освіта регіону. Політологія. Психологія. Комунікації* // *Український наук. журнал.* — № 2., 2012. — С. 308–310
  8. Оттавская Хартия укрепления здоровья [Электронный ресурс] // *Первая междунар. конф. по укреплению здоровья (Оттава, 21 ноября 1986 г.)*. — Режим доступа : <http://www.hesp.ru/medical/ottawa.htm>. — Загл. с экрана.
  9. Формування здорового способу життя молоді: стратегія розвитку українського суспільства. Частина 1. / О. О. Яременко (кер. авт. кол.), О. В. Вакуленко, Ю. М. Галустян та ін. — Київ : Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді, 2004. — 164 с.

*Надійшла до редколегії 25.08.2014 р.*