

DOI: 10.21802/artm.2021.3.19.115
УДК 371.2+304.2**АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ В СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я**

О.М. Куса

*Івано-Франківський національний медичний університет, кафедра акушерства та гінекології
ім. І. Д. Ланового, м. Івано-Франківськ, Україна,
ORCID ID: 0000-0002-8881-3756, e-mail: kusalena@ukr.net*

Резюме. Проблема збереження здоров'я медичних працівників на сьогоднішній день є надзвичайно актуальною. Особливо тепер, у період коронавірусної пандемії, сучасна галузь охорони здоров'я вимагає суттєвих затрат психофізичного ресурсу медичних працівників, враховуючи необхідність виконання своїх професійних обов'язків у різний час доби та з різним ступенем розумових та фізичних навантажень. Тому, починаючи з студентських років, є важливо зорганізувати навчально-виховний процес із звертанням уваги на власний психічний, фізичний та соціальний стан кожного студента зокрема.

Зміст освітньо-професійних програм медичних спеціальностей цілеспрямовано й опосередковано впливає на формування індивідуальних і професійних цінностей, провідне місце серед яких правомірно посідає турбота про здоров'я. Від рівня освіченості студентів-майбутніх лікарів, який здобувається шляхом опанування інтегральними, загальними та фаховими компетентностями, суттєво залежить їх особистий вибір способу життя та звичок, які впливають на збереження власного психічного і фізичного здоров'я.

Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я є важливою складовою освітнього процесу медичних закладів вищої освіти, що особливо хотілося підкреслити в даній статті. Проблемі ціннісного ставлення до здоров'я відводиться важливе значення в сучасних наукових дослідженнях та практиці організації навчально-виховної діяльності студентської молоді. Саме глибока обізнаність студентів медичних закладів вищої освіти зі специфікою психічного і фізичного здоров'я людини, факторами патогенного впливу на їх стан виступає дієвим чинником формування ціннісного ставлення до свого здоров'я та робить істотний вплив на його повсякденну поведінку, вибудовуючи траєкторію збереження власного здоров'я в майбутній професійній діяльності.

Ключові слова: навчально-виховний процес, освітньо-професійна програма, студент, здоров'я.

Вступ. Професійна діяльність сучасного фахівця в галузі охорони здоров'я потребує не тільки досконалого володіння спеціальними знання та вміннями надання якісної медичної допомоги, але й вимагає суттєвих затрат психофізичного ресурсу особистості. Динамічні, напружені, а зачасти й екстремальні умови праці медиків зумовлюють необхідність стійкої психоемоційної сфери, здатності протистояти стресовим ситуаціям, а також міцного фізичного здоров'я, необхідного для виконання професійних обов'язків у різний час доби з ненормованим ступенем розумових і фізичних навантажень. У зв'язку з цим актуалізується проблема збереження здоров'я медичних працівників, важливою складовою якої є формування ціннісного ставлення до власного психічного, фізичного та соціального стану, починаючи зі студентських років.

Основні напрями організації навчально-виховного процесу в сучасних медичних ЗВО розкриваються в працях О. Волосовця, І. Булах, С. Белан, В. Лазорищенця, М. Мруги. Наукові дослідження І. С. Вітенка, О. В. Денисової, Б. І. Ороховського, Б. А. Ясько присвячені науковому аналізу структурних компонентів особистісно-професійного становлення лікаря. Шляхи модернізації професійної підготовки медиків та чинники формування їх готовності до ефективного виконання професійних обов'язків стали предметом окремих наукових досліджень. Так, у працях М. Дьоміної проаналізовано визначено цінні-

сне ставлення до професіоналізму; Р. В. Іваненко та Ю. Є. Кьюшиної – формування професійної спрямованості учнівської молоді на професійну діяльність медика; М. Римарчук – розвиток професійної готовності майбутніх лікарів у контексті впровадження студентоцентрованого підходу [4].

Ціннісне ставлення особистості стало предметом численних наукових досліджень у галузі філософії, соціології, психології та педагогіки. Основоположні аспекти формування ставлення особистості до себе та інших людей знайшли відображення у філософських працях Р. Декарта, І. Канта, А. Камю, Е. Муньє, І. Фіхте та ін. Психологами Б. Ананьєвим, Л. Божович, Л. Виготським, О. Леонтьєвим, С. Рубінштейном, В. Століним, Н. Чесноковою, О. Шороховою та ін.. Зарубіжні автори Р. Бернс, У. Джемс, Х. Каплан, І. Кон, С. Пантелєєв, К. Роджерс, М. Розенберг, В. Столін, Р. Уайлі та ін. зосередили увагу на сутності та механізмі функціонування самосвідомості.

У психолого-педагогічних працях ціннісне ставлення індивіда до себе, у тому числі й власного здоров'я, розглядається в якості важливого компонента формування самосвідомості й своєрідним критерієм визначення особистісної зрілості. У наукових дослідженнях І. Бежа, О. Кононко, В. Мясіщева, В. Сластеніна, В. Століна, В. Сухомлинського, Л. Рувинського визначено форми, компоненти та показники цього процесу. Вчені доводять, що формування

ціннісного ставлення до власного здоров'я має починатися з дитинства і поступово продовжуватися в шкільні та студентські роки. І. Бех, О. Кононко, М. Корепанова, І. Мезеря, В. Непомнящая, С. Тищенко та ін. розкривають різноманітні засоби педагогічного впливу на розвиток цієї важливої складової особистісно-зорієнтованого виховання [2].

Дослідження проблеми ставлення до здоров'я в науковій літературі започатковано авторським колективом на чолі з Д. Лоранським у 80-х рр. ХХ ст. Результати їх наукових розробок довели, що турбота людини про власне здоров'я зумовлюється не стільки її об'єктивним станом, скільки її ставленням. У сучасній науці існують різні судження щодо визначення сутності поняття «ставлення до здоров'я». Головною причиною його багатозначного трактування є широкий спектр його використання в різних галузях науки – філософії, соціології, педагогіці, психології, медицині. Водночас, у кожній із цих сфер наукового знання ставлення до здоров'я має своє визначення [1].

У праці І. Журавльової виокремлено чотири групи показників, які визначають характер ставлення індивіда до здоров'я. До них входять: самооцінка здоров'я; цінність здоров'я (фундаментальна та інструментальна); рівень задоволеності станом свого здоров'я; діяльність з метою його збереження. На основі цього вченою зроблено висновок, що ставлення до здоров'я може відзначатися такими характеристиками як: цілісність, усвідомленість, активність, стійкість, вираженість (інтенсивність), значимість та вибірковість.

На думку Р. Березовської, найперспективнішим науковим підходом у дослідженні проблеми ставлення до здоров'я є аксіологічний, оскільки здоров'я правомірно вважається цінністю, яка визначає цілі та дії як окремої людини, так і соціуму загалом. Поруч із цим, ціннісне ставлення до здоров'я виступає в ролі внутрішнього механізму регуляції поведінки, який базується на високому суб'єктивному значенні здоров'я та його впливу на реалізацію власних життєвих завдань. Це, у свою чергу, супроводжується активним прагненням людини турбуватися про свій психофізичний стан [1].

У сучасній науці існують різноманітні підходи до визначення сутності дефініції «цінності» та їх класифікації. У дослідженні С. Матеж та А. Березянська акцентується, що в різних галузях науки відповідно ідентифікуються релігійні, етичні, естетичні, логічні, економічні та професійні цінності [8]. Із психологічної точки зору цінності диференціюються на основі предмету чи змісту об'єктів, на які вони спрямовуються, зокрема соціально-політичні, моральні, економічні тощо. У свою чергу, за суб'єктом ставлення в психології визначаються індивідуальні, групові, суспільні цінності [5].

Найпоширенішою класифікацією серед сучасних вчених є виокремлення абсолютних, національних, громадянських, сімейно-родинних та особистих цінностей [8, 9].

Із педагогічної точки зору сутність поняття «цінностей», як правило, розглядається в контексті аналізу особистісних потреб та інтересів в полівекторних суспільних взаєминах. Цінності – це вже сфор-

мовані життєвоважливі уявлення для конкретної людини, соціальної групи чи суспільства загалом, які здатні впливати на їх переконання та правила поведінки. Їх доцільність не викликає жодних сумнівів і вважається еталоном для всіх людей.

Результати численних досліджень доводять, що цінності можуть сприйматися і усвідомлюватися людиною в різних аспектах. Передусім, вони трактуються як система ідеалів, по-друге – комплекс правил і норм, а по-третє, вважаються набутими якісними показниками поведінки людини в конкретній діяльності [3].

На думку дослідників, основними структурними компонентами ціннісного ставлення до здоров'я є: емоційний, когнітивний та вольовий компоненти. Емоційний компонент ціннісного ставлення до здоров'я базується на системі почуттів, які в людини пов'язуються з певною подією чи об'єктом. Відображаючи переживання і почуття людини, пов'язані зі станом власного здоров'я, цей компонент характеризує особливості її емоційного стану за умови погіршення її фізичного або психічного самопочуття.

У свою чергу когнітивний компонент ціннісного ставлення до здоров'я включає знання про об'єкт та його оцінювання. Рівень сформованості цього компоненту безпосередньо залежить від компетентності особистості. Завдяки когнітивному компоненту визначається рівень знань людини про власне здоров'я, розуміння його життєвоважливого значення та основних факторів, що позитивно чи негативно можуть впливати на стан її самопочуття.

Поведінковий компонент, як важлива складова ціннісного ставлення людини до свого здоров'я, базується на когнітивному та емоційному компонентах. Цей компонент ціннісного ставлення до здоров'я відображає ступінь готовності діяти певним чином. Він означає місце здоров'я в особистій ієрархії цінностей; характеризує мотивацію людини вести здоровий спосіб життя та її поведінку у сфері охорони здоров'я. Важливою його складовою є характеристика прихильності людини до здорового способу життя та керівництво у повсякденному житті його принципами, а також специфіки поведінки у випадку погіршення самопочуття та захворювання [11].

Для аналізу проблеми формування в студентів медичних закладів вищої освіти ціннісного ставлення до власного здоров'я важливе значення має авторська класифікація цінностей М. Рокіча. У ній виокремлено дві основні категорії цінностей: цінності-мети (термінальні) та цінності-засоби (інструментальні). Термінальні цінності, виконуючи роль пріоритетної ціннісної орієнтації, є структурним компонентом загальнолюдських цінностей, здатних визначати мотивацію індивіда. Основними термінальними цінностями дослідники визначають життя і здоров'я людини, її свободу в самореалізації, сім'ю, спілкування з іншими тощо. Як стверджує дослідник, саме термінальні цінності впливають на формування особистісних переконань [12].

У свою чергу, інструментальні цінності є способом поведінки чи конкретних дій людини. До цієї категорії цінностей, передусім, належать ініціативність та здатність індивіда до самореалізації. Та-

кож під інструментальними цінностями вважається особистісна незалежність, яка проявляється в здатності людини бути самодостатньою особистістю та вміти жити за власними правилами. Серед інструментальних цінностей фахівці виокремлюють самопожертву та готовність надавати допомогу іншим, навіть коли це завдає особистої шкоди. У комплексі цих цінностей також визначено авторитетність особи, її здатність впливати на думку та вчинки інших [12].

Аналізуючи особливості формування в студентів медичних ЗВО ціннісного ставлення до власного здоров'я, передусім, доцільно врахувати такі основоположні фактори, як: вікові закономірності розвитку та соціальний статус. Студентська молодь не належить до тієї вікової групи, яка найбільше турбується за своє здоров'я, на відміну від представників середнього та старшого покоління. Як правило, у молодих людей відсутні проблеми зі здоров'ям, у той час як для інших вікових категорій властиве погіршення самопочуття, наявність хронічних захворювань, що й зумовлює активізацію турботи про свій психофізичний стан та усвідомлення його цінності [7].

У період студентської молодості людина зазвичай усвідомлює важливість свого здоров'я. Водночас вона сприймає його значення абстрактно як таке, що не має до неї безпосереднього відношення. Навіть якщо студенти дбають про своє здоров'я, то увагу приділяють його фізичній складовій, а психологічному й соціальному здоров'ю не відводиться належного місця в системі їх ціннісних орієнтирів [1].

У дослідженні Д. Супрун встановлено взаємозалежність між віком людини та ступенем її відповідальності за своє здоров'я. Автор зазначає, що з віком суттєво зростає турбота людини про своє здоров'я. Водночас виникають певні суперечності, оскільки із дорослішанням знижується поведінкова активність, яка забезпечує його підтримку й зміцнення. Поруч із цим, період зниження рівня активності є результатом дії психологічних механізмів самозахисту, зокрема, для маскування особистих переживань, пов'язаних зі станом здоров'я [11].

Соціальний статус молодих людей в студентські роки визначає навчання провідним видом їх діяльності. З огляду на це, їх особисте ставлення до здоров'я перебуває в тісному взаємозв'язку із знанням і дотриманням правил гігієни розумової праці. Під гігієною розумової праці розуміють чинники збереження і підвищення розумової працездатності. Рівень працездатності студентів залежить від комплексу різних чинників. Відповідно до того, наскільки вони дотримуються режиму дня чи мають сприятливі умови для розумової праці і відпочинку. Приміром, перебування молодих людей під час навчального заняття в не провітреній аудиторії знижує ефективність їх розумової праці на 5-7 %, а недоспана відносно фізіологічної норми одна година – на 20 %.

Режим дня передбачає необхідність чіткого дотримання розкладу роботи, харчування, відпочинку, сну відповідно до вікових особливостей. Працездатність студентів, передусім, залежить від правильно організації харчування як джерела нормального росту, розвитку організму, здоров'я та якості життє-

діяльності. Саме від систематичного і якісного харчування залежить зниження ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань, зокрема серцево-судинних, онкологічних, цукрового діабету, остеопору тощо [6].

Для харчування студентської молоді, як і більшої частини населення України, характерне надмірне споживання тваринних жирів, цукру, вживання алкогольних напоїв у контексті різкого зниження споживання овочів і фруктів. Відсутність раціонального харчування в значній кількості студентів зумовлюється не тільки економічною складовою, але й низьким рівнем культури харчування, шкідливими звичками харчування та порушення його режиму. Фахівці рекомендують трьох-чотирьохразове харчування упродовж дня. Гарячі сніданки, обіди і вечері, зі зменшенням кількості спожитого у вечірній час є запорукою здоров'я, працездатності та творчої активності молодих людей. Проте, на жаль, у реальному житті доводиться спостерігати, як студенти нищать власне здоров'я, практично щоденно не дотримуючись правил та розпорядку раціонального харчування, обідаючи продуктами сучасного виробництва, які насичені емульгаторами, канцерогенами та іншими шкідливими речовинами [6].

У світлі впровадження новітніх інформаційно-освітніх технологій особливої ваги у формуванні ціннісного ставлення до здоров'я студентів набуває ознайомлення молодих людей із ймовірними загрозами безпеці їх життєдіяльності надмірного використання комп'ютерів та іншої побутової техніки з різними видами електромагнітного випромінювання. Впливи електромагнітного випромінювання (ЕМВ) на організм людини стали предметом дослідження учених України, Росії, США, Японії та країн ЄС. Результати доводять негативний біологічний ефект ЕМВ, який має властивість накопичуватися і, як наслідок, спричинювати дегеративні процеси ЦНС, пухлини мозку, гормональні захворювання тощо.

Загально визнано, що застосування інформаційних технологій в освіті значно сприяє підвищенню ефективності навчального процесу, оптимізує засвоєння навчального матеріалу. Поруч з цим, учені застерігають, що на сучасному етапі з метою збереження належного духовного стану особистості користувача новітніх інформаційних засобів необхідно виробити систему скоординованих дій. Автори численних досліджень наголошують на необхідності створення специфічної системи безпеки в освіті задля прогнозування та контролю за впливом інформаційно-освітніх технологій на здоров'я учнів і студентів [13].

Загалом науковці прийшли до висновку, що впровадження інформаційно-освітніх технологій в освітніх інституціях має чітко узгоджуватися зі створенням відповідних педагогіко-ергономічних умов безпечного й ефективного використання інформаційних технологій. Пріоритетним завданням розв'язання означеної проблеми передусім є створення дієвої психолого-педагогічної підтримки молоді з метою формування необхідних валеологічних знань, навичок самодисципліни в процесі їх реалізації та утвердження стійких ціннісних орієнтацій [14].

Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я студентської молоді передбачає ознайомлення їх із правилами культури розумової праці. Для підвищення працездатності студентам необхідно знати, що їй рівень підтримується регулярним відпочинком, короткочасними перервами в роботі. У тому випадку, коли студенти можуть самостійно планувати свій навчальний час, наприклад, виконуючи домашні завдання чи самостійну роботу, вони повинні знати, що через кожну годину розумової праці необхідно робити п'яти-семихвилинну перерву. Більше часу на відпочинок рекомендується відводити під час зміни видів роботи. Водночас, акцентується на користі для здоров'я активного відпочинку на свіжому повітрі.

Важлива роль у формуванні ціннісного ставлення до здоров'я відводиться опануванню майбутніми лікарями технікою розумової праці. Вона включає знання, вміння та навички використання прийомів розумової діяльності задля оптимізації навчальної діяльності. Завдяки використанню техніки розумової праці людина за мінімально відведеного часу, затраті фізичних та психічних зусиль може досягнути максимального освітнього результату.

Основною складовою техніки розумової праці є вміння правильно читати, оскільки це правомірно вважається провідним засобом одержання інформації як в умовах спеціально організованого освітнього процесу, так і під час самоосвіти. Експериментально підтверджено, що цілеспрямоване свідоме навчання дозволяє підвищити швидкість читання в 3-15 разів. Існують відповідні методики, які суттєво підвищують швидкість читання, покращують опрацювання й запам'ятовування прочитаного, зокрема шляхом подолання малого кута зору, внутрішньої артикуляції та регресії в читанні, ознайомлення з якими суттєво оптимізує навчальну діяльність студентів. Другою складовою техніки розумової праці є вміння самостійно знаходити необхідні інформаційні джерела, їх попередньо переглядати та визначати техніку читання відповідно до особливостей конкретного джерела. Важливо, щоб студенти засвоїли правила користування бібліотечним фондом, зокрема навчилися знаходити літературу з мінімальною затратою часу і зусиль завдяки каталогам. Доцільно звертати їх увагу на правила роботи з літературними джерелами тощо.

Якщо вікові закономірності розвитку та соціальний статус є уніфікованими чинниками формування ціннісного ставлення до власного здоров'я й характерними для всіх без винятку студентів, то рівень освіченості (обізнаності із нормою і патологією здоров'я, внутрішньою картиною хвороб, правилами гігієни тощо) із об'єктивних причин у майбутніх лікарів суттєво вищий, аніж у їх однолітків, які навчаються в педагогічних, технічних, мистецьких та ін. ЗВО. Зміст освітньо-професійних програм медичних спеціальностей цілеспрямовано і опосередковано впливає на формування індивідуальних і професійних цінностей, провідне місце серед яких правомірно посідає турбота про здоров'я. Від рівня освіченості студентів-майбутніх лікарів, який здобувається шляхом опанування інтегральними, загальними та фаховими компетентностями, суттєво залежить їх особистий вибір способу життя та звичок, які впливають на

збереження власного психічного і фізичного здоров'я.

У переліку загальних компетентностей, якими опановують здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти галузі знань 22 Охорона здоров'я Спеціальності 222 Медицина, зазначається, що вони мають опанувати здатністю «зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя» самоконтролю [10].

До переліку фахових компетентностей включено всі напрями покращення здоров'я при лікуванні та профілактики захворювань, зокрема здатність до: визначення необхідного режиму праці та відпочинку при лікуванні захворювань; проведення санітарно-гігієнічних та профілактичних заходів; планування і проведення профілактичних та протиепідемічних заходів щодо інфекційних хвороб; оцінювання впливу навколишнього середовища, соціально-економічних та біологічних детермінант на стан здоров'я індивідуума, сім'ї, популяції. Важливе значення у формуванні ціннісного ставлення до власного здоров'я студентів-майбутніх лікарів мають такі програмні результати навчання, як: визначати цілі та структуру особистої діяльності на підставі результату аналізу певних суспільних та особистих потреб та здатність дотримуватися здорового способу життя, користуватися прийомами саморегуляції та самоконтролю [10].

Висновки. Таким чином, формування ціннісного ставлення до власного здоров'я є важливою складовою освітнього процесу медичних ЗВО. Проблемі ціннісного ставлення до здоров'я відводиться важливе значення в сучасних наукових дослідженнях та практиці організації навчально-виховної діяльності студентської молоді. Ставлення молоді до свого здоров'я залежить від комплексу чинників, серед яких вікові особливості, соціальний статус та рівень освіченості. Саме глибока обізнаність студентів медичних ЗВО із специфікою психічного і фізичного здоров'я людини, факторами патогенного впливу на їх стан виступає дієвим чинником формування ціннісного ставлення до свого здоров'я та робить істотний вплив на його повсякденну поведінку, вибудовуючи траєкторію збереження власного здоров'я в майбутній професійній діяльності.

References:

1. Batsylieva OV, Puz IV, Hresko IM. Problema stavlennia do zdorovia u psykhologichnii nautsi: teoretyko-metodolohichniy aspekt. Suchasni zdorov'iazberezhuvalni tekhnolohii [monohrafiia]. Kharkiv: Oryhinal. 2018. P.724.
2. Bashmakova OV. Emotsiini ta psykhosotsialni chynnyky stavlennia do zdorovia [avtoreferat]. Kyiv: Kyiv. med. in-t im. O. O.Bohomoltsia. 2007. P.20.

3. Bezpalko OV. Sotsialna pedahohika v skhemakh i tablytsiakh: navch. posib. Kyiv: Tsentр navchalnoi literatury. 2003. P.134.
4. Haluziak VM. Rozvytok profesiinoi spriamovanosti studentiv vyshchykh medychnykh navchalnykh zakladiv [monohrafiia]. Vinnytsia: TOV "Nilan-LTD". 2016. P.228.
5. Dolynska LV. Psykholohiia tsinnisnykh oriiientatsii maibutnoho vchytelia: navch. posib. Kam'ianets-Podilskyi: FOP Sysyn OV. 2008. P.124.
6. Karpenko PO, Melnychuk NO, Peshuk LV. Osoblyvosti kharchuvannia ta zdorovia. Zhurnal praktychnoho likaria. 2004; 5-6:12-14.
7. Ketova NV. Aktualni problemy formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia studentskoi molodi. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. 2021; 1(129):41-44.
8. Matezh SV. Klasyfikatsiia tsinnosti ta tsinnisnykh oriiientatsii osobystosti. Naukovi pratsi: nauk.-metod. zhurnal. Mykolaiv: Vyd-vo ChDU im. Petra Mohyly. 2013; 225:27-30.
9. Nosenko EL. Transformatsiia tsennostnykh oriyentatsii molodezhy na sroemennom etape razvytyia obshchestva (Psykhologhycheskyi aspekt). Dnepropetrovsk: Navchalna knyha. 2019. P.168.
10. Osvitno - profesiina prohrama «Medytsyna» druho (mahisterskoho) rivnia vyshchoi osvity. Haluz znan 22 Okhrona zdorovia. Spetsialnist 22 Medytsyna. Osvitnia kvalifikatsiia: Mahistr medytsyny Profesiina kvalifikatsiia: Likar. IFNMU. Ivano-Frankivsk-2020. URL: https://ifnm.edu.ua/images/diyalnist_universitetu/publicna_informaciya/osvitni_programi/opp/magister/med/OPP_Medicina_proekt.pdf
11. Suprun DM. Kohnityvna, emotsiina ta povedinkova skladova u determinatsii poniattia «stavlennia do zdorovia». Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova. Seriia 19: Korektsiina pedahohika ta spetsialna psykhologhiia. 2010; 16:315-318.
12. Donii VM, Nesen HM. Teoriia i tekhnologhiia zhyttietvorchosti osobystosti. Mystetstvo zhyttietvorchosti osobystosti: nauk.-metod. posib. Kyiv: 2007; 1:392.
13. Tkachuk V. Kompiuteryzatsiia shkilnoi osvity: perevahy ta sfery ryzyku. Vyshcha osvita Ukrainy. 2004; 4:77-81.
14. Trubchaninova NS, Trubchaninov FM. Kompiuter ta mobilnyi telefon: blaho tsyvilizatsii chy nebezpeka dlia zhyttiedialnosti liudyny? Dovkillia ta zdorovia. 2007; 3(42):43-44.

УДК 371.2+304.2

АКТУАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ В СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К СОБСТВЕННОМУ ЗДОРОВЬЮ

Е.М. Куца

Ивано-Франковский национальный медицинский университет, кафедра акушерства и гинекологии

им. И.Д. Ланового,
г. Ивано-Франковск, Украина,
ORCID ID: 0000-0002-8881-3756,
e-mail: kusalena@ukr.net

Резюме. Проблема сохранения здоровья медицинских работников на сегодняшний день является очень актуальной. Особенно сейчас, в период коронавирусной пандемии, современная отрасль здравоохранения требует существенных затрат психофизического ресурса медицинских работников, учитывая необходимость выполнения своих профессиональных обязательств в разное время суток и с разной степенью умственных и физических нагрузок. Поэтому, начиная со студенческих лет, очень важным является организовать учебно-воспитательный процесс из акцентированием внимания на собственное психическое, физическое и социальное состояние каждого студента.

Содержание образовательно – профессиональных программ медицинских специальностей целенаправленно и непосредственно влияет на формирование индивидуальных и профессиональных ценностей, ведущая роль среди которых закономерно отводится заботе о здоровье. От уровня обозначенности будущих студентов – медиков существенно зависит их личный выбор способа жизни и привычек, которые влияют на сохранение собственного психического и физического здоровья.

Формирование ценностного отношения к собственному здоровью является важной составляющей образовательного процесса медицинских учреждений высшего образования, что особенно хотелось подчеркнуть в данной статье. Проблема ценностного отношения к здоровью принадлежит важное значение в современных научных исследованиях и практике организации учебно-воспитательной деятельности студенческой молодежи. Именно глубокая обозначенность студентов медицинских учреждений высшего образования из спецификой психического и физического здоровья человека, факторами патологического влияния на их состояние выступает действенным фактором формирования ценностного становления к своему здоровью и существенно влияет на его ежедневное поведение, выстраивая траекторию сохранения собственного здоровья в будущей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: учебно-воспитательный процесс, образовательно-профессиональная программа, студент, здоровье.

UDC 371.2+304.2

CURRENT ASPECTS OF FORMATION OF VALUE ATTITUDE TO OWN HEALTH IN MEDICAL STUDENTS

O.M. Kusa

Ivano-Frankivsk National Medical University,
Department of Obstetrics and Gynecology,
Ivano-Frankivsk, Ukraine,

ORCID ID: 0000-0002-8881-3756,
e-mail: kusalena@ukr.net

Adstract. The issue of health-care personnel's preservation of health is extremely urgent today. Especially now, during the coronavirus pandemic, the modern health care sector requires significant expenditure of psychophysical resources of medical professionals, given the need to perform their professional duties at different times of the day and with different degrees of mental and physical exertion. Therefore, starting from the student years, it is important to organize the educational process with special attention to mental, physical and social well-being of each student in particular.

During university years, students begin to realize the importance of their own health. Even if students care about their health, they pay attention to its physical component, but psychological and social health is not given a proper place in the system of their values. With age, a personal concern for own health increases significantly. At the same time some contradictions arise, as with growing up the behavioral activity, which provides its support, and strengthening, decreases. In addition, the period of reduced activity is the result of psychological mechanisms of self-defense, in particular, to mask personal experiences related to health.

The content of educational and professional programs of medical specialties purposefully and indirectly influences the formation of individual and professional values, the leading place among which is rightly occupied by health concerns. The level of education of medical students, which is obtained by mastering integrated, general and professional competencies, significantly depends on their personal lifestyle choices and habits that affect the preservation of their own mental and physical health.

The level of working capacity of students depends on a set of different factors: daily routine, nutrition, rest, sleep, the presence of unfavorable conditions for mental work, the level of compliance with the rules of culture of mental behavior, according to age. Emphasizes the health benefits of outdoor activities.

The use of information technology in education, of course, significantly increases the efficiency of the educational process, optimizing the assimilation of educational material. However, with each passing day, there is a growing need to create a specific security system in education to predict and monitor the impact of information technology on the health of students as there is a probable threat to health due to excessive use of computers and other household appliances with different types of electromagnetic radiation.

The formation of a value attitude to own health is an important component of the educational process in higher medical educational institutions, which was emphasized in this article. The problem of value attitude to own health is of great importance in modern research and practice of organizing the educational activities of student youth. A young person's attitude to own health depends on a number of factors, including age, social status and level of education. It is the medical students' deep awareness of the specifics of mental and physical health, factors of pathogenic influence on their condition is an effective feature in formation of the value attitude to their own health and has a significant impact on their daily behavior, building a trajectory of maintaining their own health in future professional activities.

Keywords: educational process, educational and professional program, student, health.

Стаття надійшла в редакцію 27.08.2021 р.