

ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ГУМАНІТАРНИЙ ІНСТИТУТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ, СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ ТА ПЕДАГОГІКИ



МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ

**«СУЧАСНА ПЕДАГОГІКА ТА ПСИХОЛОГІЯ:
МЕТОДОЛОГІЯ, ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА»**

4–5 грудня 2020 р.



Видавничий дім
«Гельветика»
2020

НАПРЯМ 5. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

Бацилєва О. В., Гресько І. М., Пузь І. В.

Дослідження особливостей відповідального ставлення молоді до здоров'я..... 75

Височинська О. С.

Передумови розвитку емоційного інтелекту та емоційної компетентності особистості 79

Загороднюк О. О.

Історія розвитку вчення про психосоматику 82

Петрушенко О. Ф., Мельник В. М.

Психоісторична концепція Клода Леві-Стросса..... 86

Садчікова О. Г.

Теоретичний аналіз вивчення копінг-ресурсів..... 90

НАПРЯМ 6. ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Біла І. М.

Шляхи розвитку позитивного мислення 94

Біла О. С.

Ресурси життєстійкості майбутніх психологів..... 96

Бортун Б. О.

Сучасні тренди конфліктної взаємодії у студентському середовищі 100

Виноградова В. Є., Тесленко І. В.

Психологічні особливості розвитку екологічної свідомості студентів .. 104

Воляннюк Н. Ю., Ложкин Г. В.

Доверие и его роль в психологической безопасности личности..... 108

Гецман Д. І.

Теоретико-методологічні засади дослідження психологічного самозахисту студентів..... 112

Дмитрієва О. Ю.

Психологічні особливості самореалізації сучасної жінки 115

Зварич Х. І.

Психологічні особливості впливу реклами на сприйняття особистої привабливості у жінок 118

НАПРЯМ 5. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

Бацилєва О. В.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології*

Донецького національного університету імені Василя Стуса

Гресько І. М.

аспірант кафедри психології

Донецького національного університету імені Василя Стуса

Пузь І. В.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології*

Донецького національного університету імені Василя Стуса

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО ЗДОРОВ'Я

Загальновідомо, що здоров'я виступає основою для повноцінного життя кожної людини, її нормальної життєдіяльності та досягнення загального благополуччя. Відповідно, одним із важливих напрямів виховного та навчального процесів молодого покоління є передача знань про способи збереження та зміцнення здоров'я, засвоєння відповідних навичок і паттернів поведінки. Сучасна молодь зростає в умовах різких соціально-економічних перетворень та політичних змін, які, в своїй сукупності, часто відволікають увагу населення від однієї з головних цінностей – здоров'я. За останні десятиліття здоров'я молоді значно погіршилося, що викликає серйозне занепокоєння, оскільки саме ця вікова категорія виступає потенціалом розвитку країни. У зв'язку з цим політика держави в галузі охорони здоров'я спрямована на розробку та впровадження різного роду здоров'язбережувальних програм та організацією заходів, які спрямовані на підтримання здоров'я молоді. Але, варто розуміти, що для отримання позитивних результатів важливим є усвідомлення молодим поколінням своєї відповідальності по відношенню власного здоров'я. Саме формування відповідального ставлення

до здоров'я у молоді є одним із ключових завдань сьогодення, адже від цього залежить добробут та якість життя населення у майбутньому.

У психологічній науці проблему ставлення особистості до здоров'я досліджували С. Д. Дерябо, І. В. Журавльова, В. М. Кабаєва, Л. В. Куликов, Г. С. Никифоров, В. А. Ясвін та інші. Поняття «відповідальне ставлення до здоров'я» в науковому обігу з'явилося досить недавно, а розглядали дане поняття у своїх працях наступні українські вчені: О. В. Бацилева, П. М. Гусак, О. О. Єжова, Н. В. Зимівець, З. І. Крупник, В. С. Петрович, І. В. Пузь та інші.

Мета роботи – дослідження особливостей відповідального ставлення до здоров'я у студентської молоді.

Відповідальне ставлення до здоров'я передбачає розуміння особистістю своєї відповідальності за стан власного організму, знання факторів здоров'я, дотримання певної культури здоров'я та ведення здорового способу життя (ЗСЖ). Проявляти відповідальність щодо власного здоров'я людина здатна за умови розвитку у неї такої риси як відповідальність, яку можна означити як інтегральну особистісну характеристику, здатність до самостійного формування зобов'язань, їх виконання і здійснення самооцінки й самоконтролю [1, с. 167–168].

Ставлення до здоров'я прийнято розуміти як систему індивідуальних і вибіркового зв'язків людини з різними явищами навколишнього середовища, які можуть сприяти чи загрожувати здоров'ю людини, а також оцінку свого фізичного та психічного стану [3, с. 202].

Відповідальне ставлення до здоров'я прийнято розглядати як позицію особистості, що обумовлює регуляцію реакцій і вольове здійснення діяльності щодо факторів здоров'я для оптимального поєднання індивідуальних можливостей і можливостей навколишнього середовища задля досягнення людиною благополуччя. Також даний феномен забезпечує здатність людини орієнтуватися у мінливих умовах життя та робити вибір на користь здоров'ятворчої діяльності [2, с. 41–42].

Досліджуючи проблему ставлення молоді здоров'я, нами було проведено опитування, метою якого було визначення суб'єктивної думки студентів щодо власної відповідальності, особливостей ставлення до здоров'я, визначення поведінки молоді у критичних ситуаціях, що загрожують здоров'ю. Вибірку досліджуваних склали 98 студентів різних спеціальностей Донецького національного університету імені Василя Стуса; вік досліджуваних $20,7 \pm 1,8$ років.

Оскільки відповідальність як риса особистості відіграє першочергову роль у становленні відповідального ставлення до здоров'я, то одне із питань було спрямоване на визначення думки студентів про наявність даної характеристики у них самих. Згідно отриманих даних більше половини досліджуваних (69,4%) вважають себе відповідаль-

ною людиною, тобто, на їх думку, вони здатні проявляти дану рису в звичних ситуаціях життя та брати відповідальність за власні рішення та дії. Незначна кількість студентів (12,2%) на питання «Чи вважаєте Ви себе відповідальною людиною?» відповіли «Ні», що може означати їх нездатність чи небажання відповідати за власні вчинки у повсякденному житті. Інша частина опитуваних (18,4%) на дане питання відповіли «Не знаю», що може свідчити або про їх неготовність брати відповідальність у свої руки, адже у студентському віці дана якість ще завершує своє становлення, або про їх не розуміння себе та своєї поведінки.

Наступним кроком було визначення ставлення респондентів до здоров'я. Зокрема, на питання «Ваше ставлення до здоров'я можна охарактеризувати як:...» студенти мали змогу вибрати один із запропонованих варіантів: «відповідальне ставлення», що означає ведення ними здорового способу життя в цілому; «ситуативне ставлення», тобто часткове дотримання принципів ЗСЖ; «байдуже ставлення», яке характеризується недотриманням принципів ЗСЖ. Позитивним явищем було те, що жодний із досліджуваних не обрав відповідь про байдуже ставлення до здоров'я, а саме 76,5% опитуваних визначили своє ставлення як відповідальне, а інша частина (23,5%) засвідчили про часткове дотримання принципів здорового способу життя, що залежить від ситуації.

Поведінковий аспект відповідального ставлення до здоров'я включає дії людини для підтримання власного здоров'я. Серед учасників дослідження 67,3% відмітили, що дотримуються здорового способу життя, який включає відсутність шкідливих звичок, раціональне харчування, фізичну активність, режим дня тощо. Незначна частина студентів (28,6%) систематично проходять профілактичний медичний огляд. Крім того, 16,4% респондентів вказують на інші способи підтримки власного здоров'я, що може виражатися у контролі ваги, дотриманням певних оздоровчих систем чи відвідуванні спортивних секцій.

У формуванні відповідального ставлення до здоров'я важливу роль відіграють уявлення та знання людини про даний феномен, які впливають на поведінку людини, тому значимими у даному питанні є джерела інформації про здоров'я. Під час опитування ми спробували визначити, яким джерелам інформації у питаннях здоров'я довіряють студенти, зокрема і в ситуації пандемії COVID-19. Відповіді молоді розташувалися у наступному порядку: офіційні інтернет ресурси (84%); соціальні мережі (33,7%); сімейний лікар (27,6%); телебачення, радіо (13,3%); судження оточуючих людей (8,2%); друковані ЗМІ (3,1%). Тож найбільш популярними джерелами інформації, яким довіряє молодь у сфері здоров'я, є офіційні інтернет ресурси та соціальні мережі, а найменше друковані ЗМІ (журнали, газети).

Отримуючи інформацію щодо здоров'я, молодь обирає власний варіант поведінки в критичних ситуаціях, пов'язаних з небезпекою для здоров'я (наприклад, пандемія COVID-19). Зокрема, 34,7% повністю дотримуються порад ВООЗ, або інших офіційних структур по охороні здоров'я. Найбільша частина досліджуваних (50%) частково дотримуються порад, а 11,2% в критичних ситуаціях ситуативно дотримуються порад ВООЗ чи інших офіційних структур по охороні здоров'я. Незначна частина студентів (4,1%) зазначила, що нікому не довіряє у питаннях власного здоров'я, спирається виключно на власні уявлення та міркування щодо його збереження, спрямована на самостійність і незалежність у прийнятті рішень стосовно здоров'я.

Таким чином, під час дослідження вдалося з'ясувати, що більша частина сучасної студентської молоді вважають себе відповідальними людьми та проявляють відповідальне ставлення до здоров'я. Нами було означено способи, якими студенти підтримують власне здоров'я, зокрема переважна більшість в цілому дотримуються здорового способу життя, або ж у них відсутні шкідливі звички, хоча іншими принципами ЗСЖ вони можуть нехтувати. У питаннях здоров'я молодь найбільше довіряє таким джерелам інформації як офіційні інтернет-ресурси та соціальні мережі, що варто взяти до уваги при роботі з молоддю. Однак, якщо питання стосується дотримання порад від ВООЗ чи інших офіційних структур по охороні здоров'я у критичних ситуаціях, що пов'язані із загрозою для здоров'я, то значна частина ситуативно дотримується таких порад, а також частина досліджуваних у критичній ситуації взагалі не довіряють нікому у питаннях здоров'я.

Перспективи подальших наукових досліджень полягають у всебічному дослідженні впливу Я-концепції на формування відповідального ставлення до здоров'я у молодому віці, а також у розробці програми соціально-психологічних тренінгів, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я молоді.

Список використаних джерел:

1. Бацилева О. В., Пузь І. В., Гресько І. М. Особливості ставлення до здоров'я молоді з різним рівнем психоемоційного напруження. *Психологічний журнал*. 2018. № 6(16). С. 167–183. DOI (Issue): <https://doi.org/10.31108/1.2018.6.16>

2. Гусак П. М., Зимівець Н. В., Петрович В. С. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: Монографія [за ред. д-ра педагог. наук, проф. П. М. Гусака]. Луцьк: ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2009. 219 с.

3. Психологія здоров'я: Учебник для вузів / Под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Питер, 2003. 607 с.