

ПРИНЦИПИ І ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ У ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Павлов Юрій Олексійович,
*кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник
лабораторії професійної
орієнтації і виховання Інституту
професійно-технічної освіти
НАПН України*

КЛЮЧОВІ СЛОВА: учнівська молодь, здоровий спосіб життя, професійне здоров'я, професійно-технічний навчальний заклад, навчально-виховний процес, мотивація, ціннісні установки, професійне оточення.

Реферат

У статті розглянуто теоретичні й практичні аспекти формування здорового способу життя учнівської молоді як складової професійного здоров'я. Наголошується на тому, що, починаючи з раннього віку, потрібно виховувати активне ставлення особистості до власного здоров'я, розуміння того, що здоров'я – найважливіша цінність, дарована людині природою. У сучасних умовах особливу загрозу життю людини становить ВІЛ-інфекція, що викликає не тільки тяжкі демографічні наслідки, серйозні соціально-економічні втрати – скорочення трудових ресурсів і, як наслідок, зниження продуктивності праці й темпів економічного розвитку. Першорядна роль в збереженні і формуванні професійного здоров'я належить самій людині, способу її життя, системі цінностей, установок, рівню гармонізації внутрішнього світу і відносин із соціальним та професійним оточенням. У ПТНЗ одним із основних навчально-виховних завдань є ведення відповідної профілактичної роботи. Акцентовано увагу на тому, що у ПТНЗ має місце певне відставання освітньої системи від об'єктивних потреб суспільства і особистості. Відсутня стійка мотивація до здорового способу життя, переважна частина молоді страждає серйозними порушеннями в здоров'ї та фізичному розвитку, недостатньо здійснюється системний контроль за станом фізичного й психічного розвитку і здоров'я учнів, має місце низький рівень проінформованості молоді щодо причин і наслідків ВІЛ/СНІДу, наркоманії й алкоголізму, немає комплексної цілеспрямованої системи підготовки щодо формування професійного здоров'я учнівської молоді. До несприятливих педагогічних чинників належить, насамперед, наступне: мета збереження здоров'я учнівської молоді не стала поки що домінуючою в системі професійної освіти; відсутня відповідна цілеспрямована підготовка викладачів і керівників навчальних закладів щодо застосування у педагогічному процесі здоров'язберігаючих технологій; недостатня кількість

наукових та методичних розробок щодо формування професійного здоров'я учнівської молоді як майбутніх фахівців того чи іншого виду професійної діяльності. Встановлено, що формування професійного здоров'я учнівської молоді – це навчально-виховний процес, який передбачає дотримання таких принципів: аксіологічного, гносеологічного, здоров'язберігаючого, емоційно-вольового, екологічного та фізкультурно-оздоровчого.

Вступ

У сучасних соціально-економічних умовах охорона та зміцнення здоров'я молоді є пріоритетним напрямом діяльності професійної освіти. Істотною загрозою для життя сучасної молоді є ВІЛ-інфекція, а також інші шкідливі звички й залежності. Тут варто зауважити, що в учнівської молоді нині змінилися мотиваційно-ціннісні орієнтири щодо власного здоров'я як важливого фактора професійного здоров'я, без якого неможливий успішний професійний розвиток особистості. Водночас у тих, хто веде здоровий спосіб життя, змінюється світогляд, пріоритетними стають духовні цінності, визначається певний сенс життя; зникає можливість фізіологічної і психологічної залежності від алкоголю, тютюну, наркотиків. Істотним у цьому є організація відповідних форм профілактичної роботи.

Поки що не склалася загальна думка щодо суті поняття «професійне здоров'я». Деякі фахівці розглядають професійне здоров'я як властивість організму зберігати необхідні компенсаторні й захисні механізми, що забезпечують професійну надійність і працездатність у всіх умовах професійної діяльності. У нашому дослідженні ми розглядаємо професійне здоров'я як певний стан здоров'я працівника, який відповідає вимогам професійної діяльності і забезпечує її високу ефективність. Причому, професійне здоров'я – це інтегральна характеристика працівника щодо відповідності вимогам певного виду професійної діяльності, володіння необхідними компенсаторними і захисними механізмами, які забезпечують високу ефективність праці, конкурентоспроможність фахівця на всіх етапах професійного саморозвитку.

Очевидно, що лише здорова молодь у змозі належним чином засвоювати отримані знання, включатися в продуктивну суспільно-корисну працю. Це й зумовлює актуальність обраного дослідження і необхідність розгляду теоретичних аспектів проблеми.

Мета статті

Обґрунтувати принципи й підходи до формування професійного здоров'я учнівської молоді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Згідно з визначенням Всесвітньої Організації Охорони здоров'я, здоров'я – це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних дефектів. При визначенні поняття «здоров'я» часто виникає питання про його норму. При цьому саме поняття норми є дискусійним. Даний феномен розглядається вченими як умовна рівновага організму людини, окремих його органів і функцій із зовнішнім середовищем. Тоді здоров'я визначається як рівновага

організму і його середовища, а хвороба – як порушення цієї рівноваги.

М. Амосов вважав, що здоров'я організму може оцінюватися максимальною тривалістю роботи органів при збереженні якісних меж їхніх функцій [2]. Академік В. Казначеев трактує здоров'я як процес збереження і розвитку біологічних, фізіологічних та психічних функцій оптимальної працездатності, соціальної активності при максимальній тривалості життя [7]. Академік Ю. Лисицин вважає, що здоров'я людини не може зводитися лише до констатації відсутності хвороб, нездужання, дискомфорту, це стан, який дає змогу людині виконувати властиві їй функції, передусім трудові, вести здоровий спосіб життя, тобто відчувати душевне, фізичне й соціальне благополуччя [9]. І. Брехман, засновник науки про здоров'я – валеології, визначає здоров'я як здатність людини зберігати відповідну віковій стійкість в умовах різких змін кількісних і якісних параметрів триединого потоку сенсорної, вербальної та структурної інформації [3]. А. Іванюшкін пропонує 3 рівні для опису цінності здоров'я: 1) біологічний – початкове здоров'я передбачає досконалість саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і, як наслідок, мінімум адаптації; 2) соціальний – здоров'я є мірою соціальної активності, діяльнісного ставлення людини до світу; 3) особистісний, психологічний – здоров'я – це не відсутність хвороб, а, швидше, заперечення їх, в сенсі подолання. Здоров'я в цьому разі виступає не тільки як стан організму, а й як певна стратегія життя людини [6]. Один із засновників валеології Т. Акбашев називає здоров'я характеристикою запасу життєвих сил людини, яка задається природою і реалізовується або не реалізується людиною [1].

Отже, з огляду на зазначене, можна стверджувати, що здоров'я відображає якість пристосування організму до зовнішнього середовища і є результатом позитивної взаємодії людини та довкілля; сам стан здоров'я формується у процесі взаємодії зовнішніх (природних і соціальних) та внутрішніх (спадковість, стать, вік) чинників. Причому, здоров'я розглядається як інтегративна характеристика особистості, що охоплює її внутрішній світ та всі своєрідні взаємини з оточенням і включає в себе фізичний, психічний, соціальний та духовний аспекти; як стан рівноваги, балансу між адаптаційними можливостями людини і постійно мінливими умовами середовища. Здоров'я сприймають не як самоціль, а як засіб найбільш повної реалізації життєвого потенціалу людини.

Виклад основного матеріалу

Відомо, що рівень здоров'я людини залежить від багатьох чинників: спадкових, соціально-економічних, екологічних, діяльності системи охорони здоров'я. Принагідно зазначимо, що стан здоров'я за даними ВООЗ, лише на 10–15% пов'язаний з останнім фактором, на 15–20% зумовлений генетичними чинниками, на 25% його визначають екологічні умови та на 50–55% – умови і спосіб життя людини.

Отже, першочергова роль у збереженні й формуванні здоров'я належить самій людині, її способіві життя, системі цінностей, установок, ступеню гармонізації внутрішнього світу і відносин із навколишнім

оточенням. Однак сучасна людина здебільшого перекладає відповідальність за своє здоров'я на лікарів. Вона досить часто не відповідає за сили й здоров'я власного організму і поряд з цим не намагається дослідити й осягнути фізичні резерви та можливості власного організму. Насправді сучасна особистість зайнята не турботою про власне здоров'я, а лікуванням уже набутих хвороб, що виразно спостерігається нині на тлі значних успіхів сучасної медицини. Системне зміцнення здоров'я повинно стати потребою і обов'язком кожної людини.

Не виправдане й бачення причин нездоров'я сучасної особистості лише в поганому харчуванні, забрудненні довкілля та відсутності належного медичного обслуговування. Набагато більший вплив на нездоров'я людства справляє прогрес цивілізації, що сприяв «звільненню» людини від зусиль над собою, що призвело до руйнування захисних сил її організму. Першочерговим завданням для підвищення рівня здоров'я має стати не розвиток медицини, а свідома, цілеспрямована робота самої людини по відновленню й розвитку життєвих ресурсів, по прийняттю на себе відповідальності за власне здоров'я, коли здоровий спосіб життя стає потребою. Причому, спосіб життя розглядається як тип життєдіяльності людей, що зумовлений особливостями суспільно-економічної формації.

Основними параметрами способу життя є праця, навчання, побут, суспільно-політична і культурна діяльність людей, а також різні поведінкові звички й прояви. Якщо все це сприяє зміцненню здоров'я, то є підстава говорити про реалізацію здорового способу життя, який можна розглядати як поєднання різних видів діяльності, що забезпечує оптимальну взаємодію індивіда з навколишнім середовищем.

Цікавими є наукові роздуми Е. Климова щодо суті й значення здоров'я у професійній діяльності майбутніх фахівців. Учений зазначає, що здоров'я людини можна розглядати як інтегральну характеристику, котра відображає фізичний, психічний, соціальний і духовний аспекти її діяльності; стан рівноваги й балансу між адаптаційними можливостями людини і постійно мінливими умовами оточення. Причому, здоров'я людини є засобом повної реалізації особистісного потенціалу людини, в тому числі й у певній галузі діяльності. Істотним тут є формування відповідної системи ціннісних орієнтирів особистості. Розглядається при цьому також і поняття професійного здоров'я, яке певною мірою інтегрує складні взаємини людини з професійним середовищем і є чинником узгодженості соціальних потреб суспільства та можливостей людини в умовах фаховій діяльності [8].

Розглядаючи здоровий спосіб життя як систему форм і способів повсякденної життєдіяльності особистості, які зміцнюють й удосконалюють резервні можливості її організму, можна стверджувати, що здоровий спосіб життя забезпечує успішне формування професійного здоров'я.

Звідси зрозуміло, наскільки важливо, починаючи з раннього віку, виховувати активне ставлення особистості до власного здоров'я, розуміння того, що здоров'я – найважливіша цінність, дарована людині природою. Вважаємо за необхідне наголосити, що в сучасних умовах життєдіяльності

особливу загрозу життю людини становить ВІЛ-інфекція, яка призводить не тільки до тяжких демографічних наслідків, але й серйозних соціально-економічних витрат – скорочення трудових ресурсів, і як наслідок, зниження продуктивності праці й темпів економічного розвитку. Нерідко це відбувається через відсутність знань щодо шляхів передачі ВІЛ і методів захисту, шкідливості вживання ін'єкційних наркотиків як основного шляху інфікування ВІЛ-інфекцією в Україні. Вживання алкоголю у поєднанні з іншими ПАВ посилює тяжкість наркотичного сп'яніння й провокує різні форми ризикованої і асоціальної поведінки щодо ВІЛ-інфекцій. Недолік інформації і неправильне сприйняття проблеми ВІЛ/СНІДу – основні чинники стрімкого розвитку епідемії [4, 5]. Проблема організації профілактичної роботи щодо здорового способу життя, упередження ВІЛ/СНІДу із суто медичної переростає в педагогічну й потребує розробки відповідних наукових досліджень. Щойно означене стосується, насамперед, учнівської молоді, особливо у контексті упередження ВІЛ/СНІДу, а тому нами було здійснене дослідження, спрямоване на виявлення проблем та суперечностей, визначення принципів і підходів до забезпечення здорового способу життя майбутніх фахівців у сучасному соціальному і професійному середовищі. Результати наших досліджень засвідчили, що в умовах навчальних закладів форми навчально-виховної діяльності не повною мірою враховують зміни в системі мотивів молоді щодо вибору сфери дозвілля, визначення відповідних форм виховної роботи у забезпеченні здорового способу життя, зокрема профілактики ВІЛ/СНІДу [11].

Нами встановлено, що проблема формування здорового способу життя учнівської молоді визначається наявністю низки суперечностей між:

- соціально значущим завданням формування здорового способу життя молоді і відсутністю цілеспрямованої науково-організованої системи, що спрямовує цей процес на формування, в тому числі професійного здоров'я;
- декларованими завданнями щодо формування здорового способу життя молоді й недостатньою проінформованістю молоді щодо відповідної нормативної і правової бази, яка координує дію правоохоронних, лікувально-профілактичних й освітніх структур;
- існуючими потребами формування професійного здоров'я як фактора успішної професійної діяльності і реальними засадами навчання й виховання, що характеризуються обмеженим набором форм засобів і методів відповідної навчально-виховної та профілактичної роботи.

До несприятливих педагогічних чинників можна зарахувати, насамперед, наступне: мета збереження здоров'я учнівської молоді не стала поки що домінуючою в системі професійної освіти; має місце відсутність відповідної цілеспрямованої підготовки викладачів і керівників навчальних закладів щодо застосування у педагогічному процесі здоров'язберігаючих технологій; недостатня кількість наукових та методичних розробок щодо формування професійного здоров'я учнівської молоді як майбутніх фахівців того чи іншого виду професійної діяльності.

У ПТНЗ відсутнє відставання освітньої системи від об'єктивних потреб

суспільства і особистості. Навіть при вивченні соціально-гуманітарних та природничо-наукових дисциплін не реалізуються достатньою мірою завдання щодо формування принципів здорового способу життя особистості, її толерантного ставлення до соціальних і професійних проблем. При цьому спостерігається низький рівень навчально-виховної та профілактичної роботи щодо здорового способу життя сучасної учнівської молоді саме як передумови формування професійного здоров'я:

- відсутня стійка мотивація до здорового способу життя й формування на цій основі професійного здоров'я майбутніх фахівців, оскільки в навчальних планах і програмах пріоритетом не є збереження здоров'я;
- переважна частина молоді страждає серйозними порушеннями здоров'я і фізичного розвитку;
- недостатньо контролюється стан фізичного і психічного розвитку та здоров'я учнівської молоді, організація і зміст освітнього процесу щодо погляду впливу на здоров'я;
- має місце низький рівень поінформованості молоді про причини й наслідки ВІЛ/СНІДу, наркоманії та алкоголізму;
- не ведеться комплексна цілеспрямована системна підготовка щодо формування професійного здоров'я учнівської молоді на всіх етапах підготовки майбутніх фахівців.

Отже, на нашу думку, навчально-виховний процес у ПТНЗ має передбачати на всіх рівнях професійного зростання учнів формування у них здоров'я як основного чинника успішної професійної діяльності в сучасних умовах праці.

Висновок

Таким чином, аналізуючи зазначене, можна дійти висновку, що формування професійного здоров'я учнівської молоді – це найважливіший складник цілісного навчально-виховного процесу, який передбачає дотримання таких принципів:

- **аксіологічного**, що виявляється в усвідомленому сприйнятті свого здоров'я як важливої цінності, переконаності в необхідності вести здоровий спосіб життя як основи професійного здоров'я;
- **гносеологічного**, пов'язаного з набуттям необхідних для процесу здоров'язбереження знань і вмінь щодо реалізації особистісних потенційних здібностей і можливостей, інтересу до власного здоров'я та відповідних методик формування професійного здоров'я;
- **здоров'язберігаючого**, що включає систему цінностей і установок, які формують систему гігієнічних навиків та вмінь, необхідних для формування професійного здоров'я;
- **емоційно-вольового**, який включає прояв емоційних і вольових механізмів у формуванні професійного здоров'я;
- **екологічного**, який враховує те, що людина як біологічний вигляд існує в природному середовищі, яке забезпечує відповідні умови формування фізичного здоров'я і духовного розвитку особистості;
- **фізкультурно-оздоровчого компонента**, який передбачає

оволодіння способами діяльності, спрямованими на формування особистісно-важливих життєвих якостей, що підвищують загальну працездатність і включають навички особистісної і соціальної гігієни.

Література

1. *Акбашев Т. Ф.* Третий путь.– М., 1996.– С. 58.
2. *Амосов Н. М.* Раздумья о здоровье.– М., 1987 – С. 44.
3. *Брехман И. И.* Валеология – наука о здоровье.– 2-е изд.– М.: Физкультура и спорт, 1990. С. 37.
4. *Беляева В. У., Ручкина Е. В.* Консультування в системі реабілітації при Віл-інфекції // Епідеміологія і інфекційні хвороби.– 2001. – № 1.– С. 53–56.
5. Доповідь про глобальну епідемію СНІДУ (2004 р.) / 4-а Глобальна доповідь.– ЮНЭЙДС, 2004.
6. *Иванюшкин А. Я.* «Здоровье» и «болезнь» в системе ценностных ориентаций человека // Вестник АМН СССР.– 1982.– Т.45.– № 1.– С. 49–58, № 4.– С. 29– 33.
7. *Казначеев В. П.* Основание формирования программы общей и частной валеологии // Валеология. –1996/ – № 4/ – С. 75–82.
8. *Климов Е. А.* Психология профессионального самоопределения.– Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 2000.– 512 с.
9. *Лисицын Ю. П., Полунина И. В.* Здоровый образ жизни ребенка.– М., 1984.– С. 46–58.
10. С глазу-на-глаз со СПИДОМ: Программный доклад Всемирного банка: пер. с англ.– М.: Весь мир, 1998.
11. *Павлов Ю. О.* Теоретико-методологічний аспект виховної роботи з упередження ВІЛ/СНІДУ/ Зб. наук. праць. К.; Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2009,– С. 117–123.
12. Принципы профилактики Вил-инфекции среди осиб, які застосовують наркотики / Копенгаген: Європ. регіон. бюро Всесвітньої організації охорони здоров'я, 1998.
13. Профилактика ВИЛ/СПИДа в детско-молодежной среде: науч. пособие для студентов пед. вузов / под ред. Р. Гуревича, Л. Шипицыной.– М., 2006.– 80 с.

Реферат

ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ УЧЕНИЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В ПТУЗ

Павлов Юрий Алексеевич,

кандидат психологических наук, старший научный сот рудник лаборатории профессиональной ориентации и воспитания Института профессионально-технического образования НАПН Украины

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:

учащаяся молодежь, здоровый образ жизни, профессиональное здоровье, профессионально-техническое учебное заведение, учебно-

воспитательный процесс, мотивация, ценностные установки, профессиональное окружение.

В статье рассмотрены теоретические и практические аспекты формирования здорового образа жизни учащейся молодежи как составляющей в формировании профессионального здоровья. Подчеркивается, что начиная с самого раннего возраста, нужно воспитывать активное отношение личности к собственному здоровью, понимание того, что здоровье – важнейшая ценность, дарованная человеку природой. В современных условиях особую угрозу жизни человека составляет ВИЧ-инфекция, которая вызывает не только тяжелые демографические последствия, но и серьезные социально-экономические потери – сокращение трудовых ресурсов, и, как следствие, снижение производительности труда и темпов экономического развития. Первостепенная роль в сохранении и формировании профессионального здоровья принадлежит самому человеку, его образу жизни и системе ценностей, установок, его уровню гармонизации внутреннего мира и отношений с социальным и профессиональным окружением. В ПТУ одним из основных учебно-воспитательных задач является создание соответствующей профилактической работы. Акцентируется внимание на том, что в профессионально-технических учебных заведениях имеет место определенное отставание образовательной системы от объективных потребностей общества и личности. Отсутствует устойчивая мотивация к здоровому образу жизни, большая часть молодежи страдает серьезными нарушениями в здоровье и физическом развитии, не в достаточной степени осуществляется системный контроль за состоянием физического и психического развития и здоровья учащихся, имеет место низкий уровень осведомленности молодежи о причинах и последствиях ВИЧ / СПИДа, наркомании и алкоголизма, не существует комплексной целенаправленной системы подготовки по формированию профессионального здоровья учащейся молодежи. К неблагоприятным педагогическим факторам можно отнести, прежде всего, следующие: цель сохранения здоровья учащейся молодежи пока не стала доминирующей в системе профессионального образования; имеет место отсутствие соответствующей целенаправленной подготовки преподавателей и руководителей учебных заведений по применению в педагогическом процессе здоровьесохраняющих технологий; недостаточное количество научных и методических разработок по формированию профессионального здоровья учащейся молодежи как будущих специалистов того или иного вида профессиональной деятельности. Установлено, что формирование профессионального здоровья учащейся молодежи – это целостный учебно-воспитательный процесс, который предусматривает соблюдение следующих принципов: аксиологического, гносеологического, здоровьесохраняющего, эмоционально-волевого, экологического и физкультурно-оздоровительного.

Abstract

PRINCIPLES AND APPROACHES TO FORMATION OF STUDENTS' OCCUPATIONAL HEALTH AT VOCATIONAL SCHOOLS

Pavlov Yuriy Oleksiiovych,

Ph.D. in psychology. Senior research fellow of the Laboratory for vocational guidance and education. Institute of Vocational Education under National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

KEY WORDS: learning youth, healthy life style, occupational health, vocational school, educational process, motivation, evaluation guidelines, professional environment.

The article reveals theoretical and practical aspects concerning formation of students' healthy life style as a constituent for occupational health formation. It is emphasized that beginning from the earliest age there is necessity for vivid person's attitude to the own health, understanding that health is the most important value given by nature to a human. In current conditions of one's life activity there is a threat of HIV-infection resulting in both dramatic demographic consequence and serious socio-economic losses – decrease of manpower resources hence reducing the productivity of work and economic development rates. The primary role of formation and saving the occupational health belongs to a human through life style, system of values, guidelines, level of harmonization of inner world and relations with social and professional environment. At vocational schools one of the principal training objectives is organizing the proper preventive work. The author puts stress upon the following facts: at vocational schools educational system remains behind real society's and person's demands; there is lack of steady healthy life style motivation; major part of youth suffers from serious health and physical development disorder; there is insufficient systematic control as to student's physical, mental, and health development; low level of informing the youth in regard to origin and consequence of HIV/AIDS, drug addiction, and alcoholism takes place; there is no complex purposeful training system as to formation of students' occupational health. The following factors can be considered as unfavourable: the goal to save students' health is not yet dominating one in a system of vocational education; there is lack of proper purposeful training for teachers and heads of educational institutions regarding use of health-saving technologies in pedagogical process; there is insufficient number of scientific and methodological works concerning formation of students' occupational health for future professional activity. It is indicated that formation of student's occupational health is an integral educational process that anticipates the next principles: axiological, gnoseological, health-saving, emotional, volitional, ecological, and physical.