

УДК 159

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

Танчин Христина

Цюприк А.Я., канд. пед. наук, доцент

Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

Сучасні умови праці пов'язані з інтенсивним розвитком техніки і технології, інтеграцією та інформатизацією процесу праці, що, в свою чергу, передбачає посилені вимоги ринку щодо витривалості, працездатності стресостійкості, готовності до ефективної праці й системного професійного вдосконалення. Першочергова роль у збереженні і формуванні здоров'я належить самій людині, її способу життя, системі цінностей, установок, ступеня гармонізації внутрішнього світу й відносин із зовнішнім середовищем. Проблема збереження й зміцнення здоров'я населення за всіх часів була однією із ключових у суспільстві. Здоров'я нації – це показник цивілізованості держави, що відображає рівень її соціально-економічного розвитку, головний критерій доцільності та ефективності всіх сфер діяльності людини. Наразі в Україні тенденція погіршення здоров'я населення набула загрозливого рівня. Це зумовлено збідненням значної частини населення, погіршенням екологічної ситуації, розповсюдженням здоров'я руйнівних стереотипів поведінки, зниженням доступності до якісних медичних послуг, здоров'я витратністю сучасної системи освіти.

Особливу занепокоєність викликає стан здоров'я дітей, шкільної та студентської молоді. Аналіз статистичних даних свідчить, що всього лише 5 % випускників шкіл є практично здоровими, 40 % школярів хронічно хворі, 50 % мають морфо-функціональні відхилення, до 80 % страждають на різні нервово-психічні розлади. Тільки 5 % юнаків допризовного віку не мають медичних протипоказань до проходження військової служби. У зв'язку з цим проблема вивчення механізмів здоров'я та шляхів його збереження є надзвичайно актуальною. [7]

Звертаючись до проблеми культури здоров'я, дослідник А. Маджуга виділяє такі її види, що становлять інтерес для нашого дослідження: культура фізична, показник якої – здатність індивіда впродовж усього свого свідомого життя керувати природо відповідними рухами свого тіла, тобто фізичними рухами, що забезпечують гнучкість хребта й еластичність м'язів; культура психологічна, фундамент якої – здатність людини керувати своїми почуттями й емоціями й на основі цього, а також на основі знань побудови безконфліктних стосунків, вступати в контакт з навколишніми людьми. А. Маджуга звертає увагу та те, що необхідно додати до цього переліку ще один вид культури – культуру сексуальну, розуміючи її, як здатність люди-

ни керувати своєю сексуальною енергією з позицій вищих морально-духовних законів, вироблених людством упродовж усієї історії свого розвитку, регулюючи системи морально-духовних взаємин між статями й зумовлюючи тим самим здоровий характер цих взаємин. [7]

А. Міт'яєва акцентує увагу на тому, що культуру здоров'я необхідно визначати не тільки як суму знань про здоров'я, але й як активно-зацікавлену поведінку, засновану на духовних началах ставлення людини до потенціалу свого розвитку. Дуже важливо, на думку вченої людина розглядається як суб'єкт власного розвитку й одночасно як головний результат своєї діяльності зі зміни самої себе. Культуру здоров'я з цієї точки зору, можна визначити як самосвідомість, самовідтворення людини в конкретних умовах її суспільно-перетворювальної (матеріальної і духовної) діяльності. [7]

Крім визначення формулювання поняття здоров'я, завжди актуальним є питання можливостей його вимірювання, тобто отримання прямих характеристик, що відображають позитивну сторону діалектичної єдності «здоров'я-хвороба». У свій час академік М. Амосов запропонував поняття «кількість здоров'я» визначати кількістю резервів організму. Але такий підхід є суто медико-біологічним і не враховує соціальних аспектів здоров'я. [7]

Відтак професійне здоров'я фахівців можна визначити як цілісний багатовимірний динамічний стан особистості, який дає змогу максимально реалізувати свій потенціал у професійній діяльності.

Література

1. Брушлинский А. В. О взаимосвязи природного и социального в психическом развитии человека // Проблемы генетической психофизиологии: Сб. статей. – М.: Наука, 1978. – 123 с.
2. Зайцева І. В. Мотивація учіння студентів / За ред. Лузана П. Г. – Ірпінь, 2000. – 191 с.
3. Занюк С. С. Психологія мотивації: Навчальний посібник. – К.: Либідь, 2002. – 304 с.
4. Подоляк Л. Г., Юрченко В. І. Психологія вищої школи: Навчальний посібник для магістрантів і аспірантів. К.: ТОВ «Філ-студія», 2006. – 320 с.
5. Якобсон П. М. Психология чувств и мотивации / П. М. Якобсон. – Воронеж : МОДЭК ; Москва : Институт практической психологии, 1998. – 304 с.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 1998. – 705 с.
7. http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/Zagalna_teorija_zdorovia_i_zdorviazberegennja.pdf.