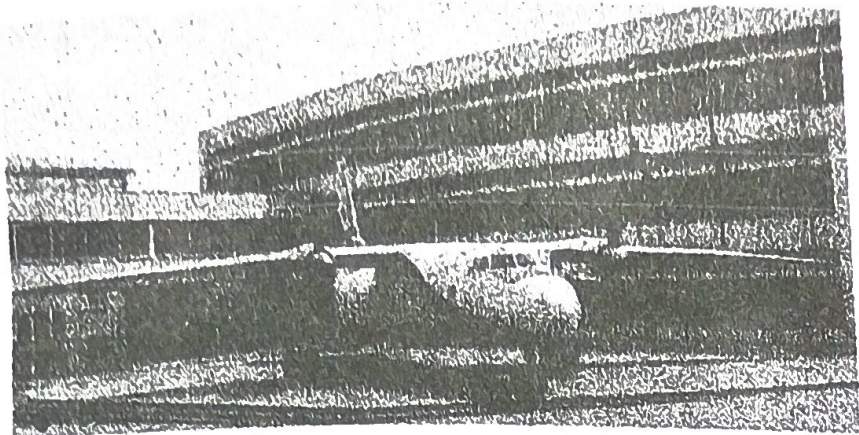


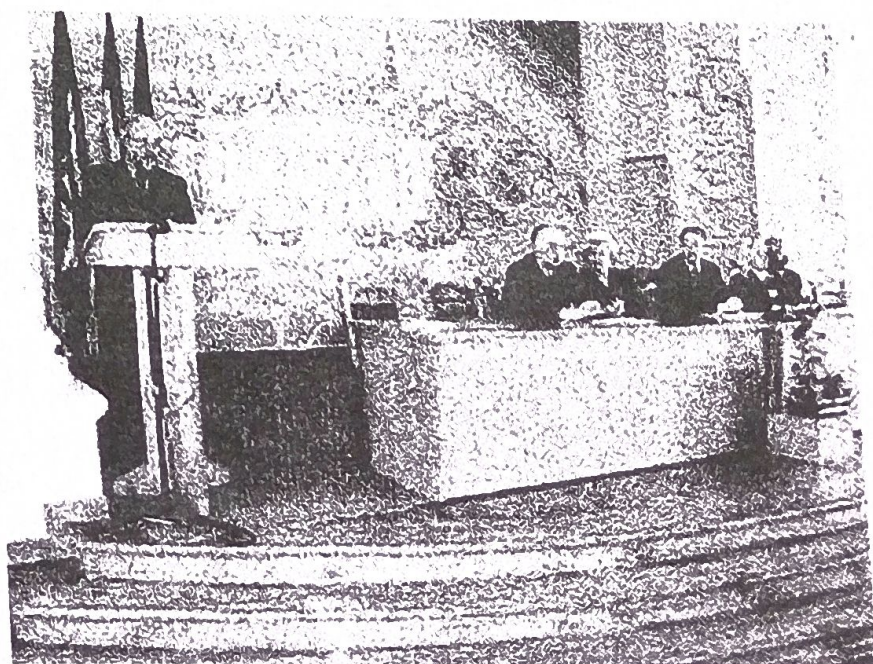
**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**



**ГУМАНІТАРНА ОСВІТА
В ПРОФІЛЬНИХ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ:
ПРОБЛЕМИ І ПЕРСПЕКТИВИ**

**Матеріали VI Всеукраїнської науково-практичної конференції
16-18 березня 2005 р.**

Том 1



Київ 2005

УДК: 009 (082)

Гуманітарна освіта в профільних вищих навчальних закладах: проблеми і перспективи: Матеріали VI Всеукраїнської науково-практичної конференції 16-18 березня 2005 р.: В 2 т. – Т. 1 / За заг. ред. А.Г.Гудманяна, О.В.Петренка. – К.: НАУ, 2005. – 256 с.

Містить матеріали щорічної науково-практичної конференції з проблем гуманітарної освіти у вищих навчальних закладах галузевого спрямування. У том 1 увійшли матеріали доповідей за науково-практичними напрямками „Гармонізація науки і вищої освіти в інформаційному суспільстві”, „Інноваційні технології навчання в профільному ВНЗ”, „Психологічна компетентність фахівця та проблематика психологічного супроводу професійної діяльності”, „Соціологія”, „Історія”, „Політологія”.

Організаційний комітет

Голова оргкомітету:

проф. А.Г. Гудманян, директор Гуманітарного інституту
Національного авіаційного університету

Заступник голови оргкомітету:

доц. О.В. Петренко, заступник директора Гуманітарного інституту
НАУ

Члени оргкомітету:

проф. О.М. Акмалдінова

доц. О.В. Бугайчук

доц. Т.О. Вакуленко

проф. Л.Г. Дротянко

доц. О.М. Захарчук

проф. С.С. Кіраль

проф. Е.В. Лузік

проф. М.В. Луцюк

проф. О.П. Полисаєв

доц. Є.В. Сірий

доц. О.Г. Шостак

*Рекомендовано до друку вченою радою Гуманітарного інституту
(Протокол №6 від 31 березня 2005 р.)*

Олексій Корнісико

к. психол. н., доцент

Київський Національний університет ім.
Т.Г.Шевченка

Психосоматичне здоров'я молоді та умови його підтримання в системі безпеки життєдіяльності особистості

За зневажливого та нерозумного ставлення людей до самих себе та навколишнього середовища, жахливого демографічного становища, кризових явищ у багатьох сферах суспільного життя, підвищується як індивідуальна, так і суспільна значущість питань розвитку, формування, оптимального підтримання психосоматичного здоров'я дітей, підлітків, студентської молоді України, вчасної профілактики, лікування захворювань на початкових стадіях та корекції можливих відхилень у функціонуванні організму.

Навчання сучасної студентської молоді закономірно охоплює три важливі вікові групи: дитинство, підлітковий вік та юнацький вік, коли відбувається формування психофізичних якостей, а саме: інтелектуальних, емоційних, фізичних, психологічних. Слід зазначити той факт, що водночас з розвитком пізнавальної діяльності у підростаючого покоління відбувається формування особливостей психосоматичного здоров'я майбутньої особистості. Загальновідомим фактом є орієнтація на перевагу інтелектуалізації навчально-виховного процесу за рахунок завищених, а досить часто і не відповідних віку, психофізичних можливостей, інтересів, мотивів, здібностей учнів, студентів. У результаті цього випускники шкіл, вищих навчальних закладів за станом психосоматичного здоров'я не в змозі повноцінно виконувати професійні обов'язки (швидко втомлюються, досить часто перебувають у депресивному, неврозподібному стані, важко переживають адаптацію до нових колективів, вступають у конфлікт у міжособистісних стосунках тощо).

Аналіз стану здоров'я випускників шкіл, що вступають до вищих навчальних закладів освіти, свідчить про те, що мало хто з них починає студентське життя абсолютно здоровим. Як підкреслював міністр освіти В.Кремінь, „майже 90% дітей, учнів, студентів мають відхилення у здоров'ї, понад 50% - незадовільну фізичну підготовку” (*Освіта України, 2000*). Такий рівень здоров'я молоді багато в чому обумовлений відсутністю у студентів інтересу до своєї особистості і, зокрема, до культури здоров'я. Погіршення стану здоров'я молоді відбувається на фоні вкрай напруженої санітарно-епідеміологічної ситуації в нашій країні, Зростає кількість хворих на туберкульоз, СНІД (синдром набутого імунodefіциту), захворювання, що передаються статевим шляхом; незадовільними є швидкість і якість реєстрування осередків небезпечних інфекцій. Такий стан є характерним для всіх регіонів України. Але статистика свідчить, що проблема формування культури здоров'я студентів є особливо актуальною для Донецько-Придніпровського регіону, бо найзначніший об'єм викидів шкідливих речовин (81% загального по Україні) припадає на міста Дніпропетровськ, Донецьк, Горлівку, Єнакієве, Запоріжжя, Макіївку, Маріуполь та ін.

Культура здоров'я молоді, зокрема студентської, - це складова духовної культури, одна з головних умов активного повноцінного життя не тільки в роки навчання, але й у майбутній професійній діяльності. Можна зауважити, що формування культури здоров'я студентів не розпочинається тільки у вищих навчальних закладах, як, власне, й не закінчується в них. Проте саме в ці роки воно набуває особливого значення. Це пов'язано з тим, що для особистості вік 18-22 роки є періодом духовно-культурної чутливості, найбільш активного розвитку фізичних кондицій, інтелектуальної, моральної та естетичної сфери, становлення її стабілізації волі та характеру, оволодіння молоддю

людиною повним комплексом соціальних ролей дорослого. У цей період продовжується формуватися та стабілізуватися самосвідомість, яка виражається в задоволеності собою, в самооцінці; установлюється певний „студентський” спосіб життя, що, як відомо, є одним з найважливіших, найвпливовіших чинників здоров'я (Валеологічна освіта..., 1999; Валеологічна освіта та виховання..., 1999; Лісичин, 1995).

Слід урахувати ще й те, що більша частина студентської молоді вже мають певні захворювання, які розвинулися під час навчання у школі. „...Стрімке погіршення здоров'я дітей та учнівської молоді становить реальну загрозу виродження та вимирання народу України (Актуальні проблеми..., 1995; Шкільний курс..., 1994). Погане володіння навичками самостійної роботи, невміння правильно розподілити власний час для навчання – усе це збільшує ймовірність прогресування існуючих хвороб і прояви нових. На жаль, як вказував В.Кремінь, ми не ведемо ефективної роботи щодо захисту здоров'я.

Одним із пріоритетних напрямків формування освіти є „забезпечення у кожному навчальному закладі відповідних умов для навчання та виховання фізично та психічно здорової особи” (Актуальные проблемы гигиены..., 1995; Державна національна програма..., 1994) та в першу чергу у вищих навчальних закладах, покликаних формувати валеологічний світогляд, культуру здоров'я, забезпечувати засвоєння основ безпеки життєдіяльності, спонукати молодих людей до постійного пошуку методів підтримання власного психосоматичного здоров'я.

Зростання складності програм навчання вимагає від студента не тільки раціональної організації праці і відпочинку, але й уміння використовувати конкретні заходи для відновлення загального стану працездатності, а також ліквідації локальних відхилень у самопочутті. Із цією метою вивчаються найбільш ефективні нетрадиційні засоби поліпшення загального стану здоров'я: шіацу (японська терапія надавлювання пальцями), йога, китайська цигун-терапія. Студенти ознайомляться з комплексними системами оздоровлення організму П.Брега, Г. Малахова та ін. Нетрадиційні системи оздоровлення в більшості своїй розглядають людину інтегральною – як єдине ціле, як частину природи. В усіх нетрадиційних методиках оздоровлення організму підкреслюється головна роль самосвідомості особистості, її активності у ставленні до власного здоров'я.

Відомо, що здатність особистості поводити себе адекватно в умовах реальності, яка хаотично постає перед нею, і бути готовою до її зміни у майбутньому визначає здоров'я – психосоматичну стійкість особистості, унікальне поєднання тілесної й духовної організації (Чесноков, 1998; Kelly et al., 1991).

Формування власної концепції вивчення предмету „Безпека життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я” протягом останніх 10 років (1994-2004 рр.) у науково-педагогічній діяльності автора проходило декілька етапів. У опублікованій монографії „Безпека життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я молоді” (2004) певною мірою викладений основний зміст публікацій, що розкривають суть проблеми. Протягом 1998-2004 років на факультеті соціології та психології Київського Національного університету імені Тараса Шевченка продовжувалася подальше викладання та розробка інтегративного курсу „Безпека життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я молоді” для студентів першого курсу (психологів, соціологів, соціальних працівників). Формою контролю є написання самостійних творчих робіт, та захист реферату. На третьому курсі студенти-психологи продовжують поглиблене вивчення даної теми у межах спецкурсу „Методи підтримання психосоматичного здоров'я”. З детальним описанням етапів становлення концепції та перспективи викладання інтегративного курсу „Безпека життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я молоді” можливо познайомитись у рекомендованій монографії.