

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Т.Г.ШЕВЧЕНКА

ВІСНИК

Чернігівського державного педагогічного
університету

Випуск 31

Серія: ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

том II



Чернігів 2005

Література:

1. Ващенко Г. Виховний ідеал. Підручник для педагогів, вихователів, молоді і батьків. – Полтава: Полтавський вісник, 1994. – 192 с.
2. Коркішко О.Г. Патріотичне виховання молодших школярів: Методичні рекомендації вчителям початкових класів, вихователям груп подовженого дня, організаторам виховної роботи/ За заг. ред. проф. Силченка В.І. – Слов'янськ: Видавничий центр СДПУ, 2002. – 38 с.
3. Літвін-Кіндратюк Б. Народнознавство та організація здорового способу життя школярів: Монографія. – Івано-Франківськ, 1997. – 279 с.
4. Подласый И. П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2001. – 368 с. – (Внимание, экзамен!).
5. Ступарик Б.Н. Національна школа: витоки, становлення: Навчально-методичний посібник: – К.: ІЗМН, 1998. – 336 с.
6. Шишова Т. Поколение без героев // Воспитание школьников. – 1999. – №4. – С.45-47.

Корнієнко О.В., Науменко А.Ю. (Київ)

УДК 613.86

ПСИХОСОМАТИЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ ТА ЙОГО ПІДТРИМАННЯ В СИСТЕМІ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ (ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ АНТИЧНИХ І СУЧАСНИХ КОНЦЕПЦІЙ)

Автори розглядають питання психосоматичного здоров'я молоді, його корекції, підтримання в системі безпеки життєдіяльності. Порівнюються погляди на психосоматичне здоров'я в античний період з сучасними підходами, зокрема основними принципами валеології.

Актуальність проблеми. Важливість запропонованої статті обумовлена тим, що накопичений людством потенціал знань, умінь, навичок починаючи з античних часів до сьогодишнього дня стосовно біологічного, психологічного, соціального, енергетичного та духовного потенціалу сучасної людини, потребує на серйозну систематизацію, уточнення, виділення проблемних ланок у різних сферах безпеки життєдіяльності людини та прикладних питань підтримання психосоматичного здоров'я учнівської та студентської молоді. Тому, вважаємо за доцільне ставити питання про психосоматичне здоров'я молоді як фактор національної безпеки України та інших держав світу (Амосов М.М., 1987; Брехман І.І., 1990; Войтенко В.П., 1991; Колеснікова Т.І., 2001; Корнієнко О.В., 2004).

Метою статті є висвітлення питань з пропедевтики науки про психосоматичне здоров'я молоді, методів його ранньої діагностики, корекції, підтримання в системі безпеки життєдіяльності та розгляду даних питань в працях античних і сучасних фахівців.

Завданнями роботи є поетапне розкриття та порівняльний аналіз відомих праць вчених різних періодів розвитку суспільства.

Перше, актуальний стан розробки та спрямованості сучасних міждисциплінарних досліджень в працях провідних вітчизняних та зарубіжних вчених: захворюваності студентів, медико-валеологічної грамотності, санітарної освіти, розповсюдження адиктивної поведінки молоді, проблеми ВІЛ, СНІД, питання поновлення психофізіологічної працездатності, стану здоров'я студентської молоді, дефіциту рухової активності.

Друге, виділення найбільш відомих праць періоду античності, середньовіччя, епохи Відродження, Просвітництва з питань збереження здоров'я на різних етапах людської цивілізації.

Третє, наукові досягнення вчених Росії XIX-XX століть про фізичні, психічні, духовні, аспекти розвитку підростаючого покоління.

Четверте, сучасні тенденції висвітлення проблеми психосоматичного здоров'я молоді у структурі безпеки життєдіяльності в роботах відомих вітчизняних фахівців та шляхи її реалізації.

Велика увага в науковій літературі приділяється такому важливому критерію культури здоров'я, як медико-валеологічна грамотність, санітарна освіта (Акбашев, 1995; Гасанов, 1989; Тазетдинова і др., 1995). У цих публікаціях підкреслюється, що озброєння студента знаннями й уміннями служить валеологічною підтримкою, бо зміцнює віру у свої сили в боротьбі за власне здоров'я. В.Спрянський (1997) вважає, що валеологічна підтримка передбачає формування в особистості гуманістичних позицій у взаєминах з іншими людьми, що сприяє захисту власного здоров'я й здоров'я близьких.

Економічна і культурна криза призвела до зuboжіння більшості населення України, до знецінення загальнолюдських цінностей. Останнє виявилось причиною зростання проституції, наркоманії, алкоголізму – незмінних супутників соціально-зумовлених інфекцій, зокрема венеричних і СНІДу. Рівень захворюваності венеричними хворобами є найбільшим за останні 30 років. І це при тому, що офіційна статистика є далекою від реальності. Так, "...у країні дев'ять з кожних 10 хворих на гонорею не звертаються по допомогу у шкірно-венерологічні диспансери", як зазначила головний санітарний лікар України Л.Некрасова (1997). З 1995 р. в Україні спостерігається вибухоподібне поширення ВІЧ-інфекції. Як стверджують спеціалісти Національного комітету з профілактики наркоманії й захворювання на СНІД, країна не має можливості забезпечити профілактичне лікування хворих на СНІД. (Лікування на той час коштувало 1,5-2 тис. доларів США на рік). Одна тільки ВІЧ-інфекція спричинює світові збитки в розмірі 90 млрд. доларів на рік, з яких 10 млрд. – це прямі витрати, а 80 – непрямі.

Знання особливостей санологічного діагнозу, прогнозу, використовуваних методик дозволяє визначити рівень здоров'я людини. Предметом уваги санологічної діагностики є здоров'я як хворої, так і здорової людини. Сучасна медицина не має ще великого досвіду роботи із здоровими людьми. Медицині ще важко відповісти на запитання, що треба робити здоровій людині, щоб залишатися здоровою (Алфімов і др., 1993).

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).

Медико-гігієнічна підготовка має стати одним з головних завдань навчання майбутніх педагогів у педагогічних інститутах та університетах (Бондарев, 1996; Програма і методичні вказівки..., 1995). Як вважає американський дослідник R.Grainger (1993), фізичне та психічне здоров'я людини становить єдине ціле. Він визначає "психічне здоров'я" (mental health) як адаптивний контроль способу мислення, почування й поведінки. Майбутнім педагогам досить часто не вистачає знань про особливості психофізіологічного розвитку дітей, підлітків, юнаків. Відомий психолог І.Кон (1989) зазначає, що до 19 років образ "Я" в людини стабілізується. Тому дуже важливо, щоб у студентів (учорашніх учнів) до цього часу сформувалася позитивна "Я-концепція" – саме вона пов'язана із значимим переважанням позитивних емоцій.

На думку дослідників (Брехман, 1987; Голобородько, 1997), проблема дефіциту рухової активності студентів усе більше загострюється. Починаючи з третього курсу, заняття з фізичної культури не проводяться; студенти неохоче відвідують спортивні

секцій, гуртки, басейн. Інтенсивне навчання і відсутність чергування розумової праці з фізичною призводять до гіподинамії. Унаслідок цього у студентів знижується увага, погіршуються процеси запам'ятовування і відтворення, швидше відчувається втома, з'являються неврологічні скарги. "...Без певного обсягу постійної рухової активності людина не може бути здоровою й щасливою". Багато хто з людей нерозумно довго і вперто випробовують стійкість свого організму неправильним способом життя, алкоголем, нікотиним, і нерідко тільки через десятиліття стають очевидними неминучі глибокі наслідки. Повільність і довга неочевидність зворотних зв'язків – одна з головних причин негігієнічної поведінки людей, нехтування здоровим способом життя" (Войченко, 1991).

Отже, проміжним висновком першого питання статті є комплексність постановки проблеми психосоматичного здоров'я молоді як одного з факторів національної безпеки держави в працях сучасних фахівців.

Історія вітчизняної та зарубіжної освіти свідчить, що проблема здоров'я підрастаючого покоління набула актуальності з перших кроків становлення людського суспільства. Завдання збереження здоров'я на різних етапах розвитку людської цивілізації визначалися умовами життя. Так, у первіснообщинному суспільстві при вихованні молоді головним було підготувати її до життя, навчити переносити негоду, біду, бути хоробрим і витривалим. Це наочно демонструє обряд "посвячення", коли юнаки у змаганнях виявляли свої фізичні здібності.

На думку Г.Журавовського (1982), у рабовласницькій Давній Греції існували спартанська й афінська системи виховання: в умовах суворого майже військового життя земельної аристократії, виховання у Спарті носило яскраво виражений військово-фізичний характер. Ідеалом був витривалий і мужній воїн. Яскраву картину спартанського виховання намалював Плутарх у біографії спартанського законодавця Лікурга. Виховання ж в Афінах передбачало інтелектуальний розвиток і розвиток культури тіла. Сократ і Арістотель у своїх працях вказують на необхідність формування фізичної культури тіла.

Ідеал людини періоду середньовічного християнства пише дослідник (Кун, 1982) можна порівняти з ідеалом тіла розп'ятого Христа, замученого стражданнями в ім'я "спасіння людського роду", тобто ідеалом став образ людини-аскета, яка втілювала в собі презирство до фізичної сили, особистого щастя і віру тільки у потойбічне царство Боже. Теологічне вчення християнської церкви про переважання сили духу над фізичною силою було визначальним у педагогічній теорії та практиці того часу. І через це в усіх навчальних закладах, які функціонували під опікою церкви, було скасовано заняття фізичною культурою, спортом, гігієною, навіть дитячими іграми, які необхідні для здоров'я і нормального фізичного розвитку дитини.

Середньовічний учений-педагог Я.-А. Коменський (Коменський, 1982) рекомендував розпочинати піклування про здоров'я дитини ще до її народження, ще в утробі матері: "Жінки мають піклуватися про себе, щоб якимось не зашкодити своїй дитині. Тому вони повинні бути стриманими і поміркованими, щоб об'їданням і сп'янінням або несвоєчасним постом, очищенням кровопусканням, простудами тощо не виснажувати себе і не підривати своїх сил або щоб не губити і не ослаблювати своїй дитини. Отже, жінкам треба уникати будь-яких надмірностей, поки вони вагітні... Найперше піклування батьків про свою дитину – це "обережати здоров'я".

Філософи-педагоги епохи Відродження Т. Кампанелла, Ф. Рабле, Т. Мор, М.Монтень та інші аналогічно до античного ідеалу людини виявляли турботу про здоров'я дітей, розробляли методики фізичного виховання.

У педагогічній теорії XVII ст. керівним принципом виховання вважався принцип корисності. Педагоги того часу приділяли велику увагу турботі про зміцнення здоров'я дітей. Дж. Локк у своїй головній праці "Думки про виховання" пропонує ретельно розроблену систему фізичного виховання джентльмена, проголошуючи його основне правило: "Здоровий дух у здоровому тілі – ось короткий, але повний опис щасливого стану в цьому світі..." Локк детально описує прийоми загартування, обґрунтовує

значення суворого режиму в житті дитини, дає поради щодо її одягу, їжі, режиму, занять спортом.

Уперше в історії російської педагогічної думки освітянини Єпіфаній Славинецький (XVII ст.) у творі "Громадянство звичаїв дитячих" спробував дати зведення правил, якими мають керуватися діти у своїй поведінці, а саме, як ставитися до власної зовнішності, одягу, як дотримуватися правил гігієни (Кононович С.С., 1970).

Французькі просвітники XVIII ст. Ж.-Ж. Руссо і К.А. Гельвецій в очікуванні нової ери, царства розуму на Землі розглядали у своїх працях питання виховання нової людини. Руссо у праці "Еміль, або про виховання" біологізує процес виховання. Він детально зупиняється на прийомах загартування свого героя, зміцнення його фізичних сил. Відмічаючи важливу роль природних факторів, вказує: "Внутрішній розвиток наших здібностей і наших органів є вихованням від природи" (Хрестоматія по історії..., 1981). Гельвецій у книзі "Про людину, її розумові здібності та виховання" вбачає завдання фізичного виховання в тому, "...щоб зробити людину більш сильною, більш міцною, більш здоровою, отже, більш щасливою, що часто приносить користь своїй вітчизні..."

Руссо в "Роздумах про науки та мистецтва" стверджував, що держава, уряди і закони мають обережати суспільну безпеку й безпеку та благополуччя всіх громадян. Кожна людина, на його думку, має й сама турбуватися про власне життя, адже основним законом людської природи є турбота про самозбереження, і цим законом має керуватися кожна людина, яка досягає "розумного" віку і сама стає "господарем" вибору тих засобів, які придатні для самозбереження.

У період французької буржуазної революції виникли проекти реорганізації народної освіти. Л.М.Лепелетє пропонував виховувати нову людину в "будинках національного виховання" (інтернатах) за державний кошт. Ідеї фізичного розвитку дитини через працю, вправи, військові ігри, походи висували швейцарець І.Г.Песталоцці та німець А.Дістервег.

З плином часу з урахуванням колишніх епох: античності, середньовіччя, епохи Відродження, Просвітництва відбувалася постановка проблеми людини у різних аспектах: взаємозв'язку та взаємовпливу тілесного, психічного, душевного та духовного здоров'я, як окремо взятої людини, так суспільства у цілому. Зберігається значний резерв недостатньо досліджених розробок філософів, медиків, педагогів минулих епох для подальшого вирішення складних проблем виживання людства, у тому числі прикладних аспектів підтримання психосоматичного здоров'я молоді.

На межі XIX й XX ст. у Росії зростає суспільне значення народної освіти. У цей час працює П.Лезгафт – великий вчений, автор ідеї фізичного виховання у школах та дитячих установах. У своїй праці "Керівництво до фізичного виховання дітей шкільного віку" Лезгафт пропонує оригінальну систему фізичного виховання на основі закону поступовості й послідовності розвитку та закону гармонії.

На початку нового XX ст. провідними вченими було науково обґрунтовано роль школи у створенні умов для формування здорового способу життя дитини і як результат – бадьорості її духу. В.Фамаковський у книзі "Шкільна дістетика" підкреслює, що саме школа повинна мати приємний, естетичний вигляд, нагадувати "біблійний едем", щоб впливати на добру вдачу та смаки дітей. У цей час зростає інтерес до екзистенціальних проблем гармонії людини із собою і навколишнім світом (Костантинов, 1982).

У процесі розвитку вітчизняної педагогіки (Монозон, 1987) основна увага приділялася трудовому вихованню підрастаючого покоління в органічному зв'язку з розумовим, фізичним і естетичним вихованням. Здоров'я дитини розглядалося через її участь у системі фізичної праці. Було створено широку мережу дитячих установ нового типу, обладнано оздоровчі майданчики, проводилися заняття на відкритому повітрі – лісові, степові, приморські, санаторні школи. У школах існував стабільний розпорядок дня.

У 20-ті роки XX ст. зріс інтерес до вивчення адаптаційних механізмів людського організму у зв'язку зі змінами біосфери (В. Екорд, П. Саркізов-Серазін, П. Мезеринський). Розроблялися та впроваджувалися у практику питання сімейного виховання та його впливу на формування потреби у здоровому способі життя.

У цей самий період з'явилися роботи (І. Назаров, Е. Андріанова та ін.), в яких розглядалася залежність формування здорового способу життя школярів від рівня розвитку їхньої свідомості, вольових факторів і вольової домінанти. І. Назаров у праці "Культура волі, система виховання здорової особистості" особливу роль у вихованні волі дитини відводить учителю, що, на думку автора, є умовою формування позитивних цільових установок особистості у сфері здорового образу життя, а також для вдосконалення адаптаційних можливостей організму.

Внесок вчених XIX-XX століття заслуговує також особливої оцінки та подальшої поглибленої оцінки вченими-сучасниками. Залишаються актуальними глибокі думки російських педагогів демократів: В.Белінського, Н.Чернишевського, Н.Добролюбова, К.Ушинського, саме сьогодні коли виникають багато запитань про пошуки нових шляхів подальшого розвитку освіти, науки на Україні та інших держав світу.

У 1981-1983 рр. І. Березін і Ю. Дергачов створили "Школу наукових основ здоров'я", де випробували цілісну систему індивідуальної профілактики, спрямовану на мобілізацію внутрішніх резервів організму людини і боротьбу із чинниками ризику.

З'являються й абсолютно нові напрями в науці – діанетика (Р.Хабард), інформаційно-енергетична медицина (К.Макаров, Д.Дубровін, Д.Момот та ін.).

У 1982 р. І.Брехман запропонував термін "валеологія", який визначив напрям у науці, пов'язаний з вивченням проблем здоров'я, розробкою методів активного впливу на нього з метою його збереження та підтримання.

На стику наук про людину розвивається й новий напрям у педагогічній науці – "педагогічна валеологія" як наука про включення людини у процес формування власного здоров'я (Г.Зайцев, В.Колбанов, Л.Татарникова та ін.). Цікавою є концепція Л.Татарникової (1995) щодо нового шкільного предмета "валеологія", завданням якого є забезпечення не тільки фізичного та психічного здоров'я школярів, але й здобуття ними філософської, гуманістичної освіти, покликаної допомогти кожній людині осмислити її життя в загальній системі світобудови.

У книзі В.Дубровського (1999) розглянуто основні питання валеології: причини виникнення хвороб, патологічних симптомів та методи профілактики немедикаментозними засобами (харчування, різні види фізкультури і спорту, масаж, загартування, водні процедури, фізіо- та гідропроцедури тощо). Особливу увагу приділено факторам ризику, що призводять до тих чи інших патологічних відхилень у стані здоров'я. Основна ідея даного видання – здоров'я людини, її гарне самопочуття та висока працездатність – у її власних руках. Описано нетрадиційні методи профілактики багатьох хвороб, що розроблені та впроваджені у практику автором.

К.Сергєєвим (2000) у роботі "Валеологія – здоров'я, довголіття", на відміну від попередньої роботи, сформульовано основні тези з акцентом на вислів: "Життя та здоров'я – головні цінності людини", оскільки тільки за цих умов стає можливим усе інше. У людини є друга спадковість, що змінює першу – її власний досвід, поведінка, спосіб життя, психічна регуляція та рівень духовності. Найбільшою мірою життя та здоров'я обумовлені духом людини. Тому справедливою є формула "Здоровий дух – здорове тіло". Нова наука про здоров'я – валеологія – ґрунтується на природних механізмах здоров'я та довголіття, їх удосконаленні, вихованні, стимуляції.

Автор методичних рекомендацій Н.Куїнжи (2001) спирається на статистичні дані про те, що здорові школярі становлять не більше 10% від загальної кількості школярів в Російській Федерації, й у зв'язку із цим зазначає актуальність введення посади педагога-валеолога та організації відповідних умов для навчання у всіх загальноосвітніх школах.

Він наводить інструкції та тести, що дозволяють визначити готовність дітей до школи, методи оцінки навчальної діяльності, рекомендації щодо планування рухової активності, профілактики "шкільних" хвороб і шкідливих звичок та багато інших цінних матеріалів.

Аналіз стану здоров'я випускників шкіл України, що вступають до вищих закладів освіти, свідчить про те, що мало хто з них починає студентське життя абсолютно здоровим. Як підкреслював 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.

У навчальному посібнику "Валеологія" Б.Чумакова (1999) розглянуто численні теоретичні та практичні нетрадиційні фактори, що впливають на стан здоров'я людини, детально проаналізовано дані із соціальних аспектів медицини, а також фізіології рухової активності, харчування, психогігієни. Висвітлено питання інтимних стосунків, культури спілкування в побуті, навчання та праці.

Автор наголошує на тому, що азбука здоров'я й довголіття має засвоюватися за допомогою інтелекту та науково обґрунтованої інформації. Тому посібник у першу чергу розраховано на викладачів та студентів педагогічних та гуманітарних вищих навчальних закладів, учнів педагогічних коледжів, медичних училищ, а також на широкий загал фахівців, що займаються вихованням, профілактикою, лікуванням і психофізіологічною реабілітацією підростаючого покоління.

В.Манжосов (2001) наводить дані про діагностичні експрес-тести для населення з метою визначення стану здоров'я в домашніх умовах. Автор пропонує для ознайомлення загальні відомості про принцип роботи експрес-тестів, про первинну симптоматику деяких захворювань, на виявлення яких орієнтовані тести, а також рекомендації щодо подальших дій у разі, якщо тести підтверджують зміни у стані організму.

У колективній монографії "Валеологія: Діагностика, засоби і практика забезпечення здоров'я" (1993) та збірнику наукових праць з такою самою назвою (2000) було узагальнено результати практичного перетворення теорії валеології у напрямку діагностики, застосування практичних засобів щодо забезпечення здоров'я і запропоновано комплекс заходів, спрямованих на підвищення ефективності профілактики захворювань у дітей і дорослих.

А.Мягченко, О.Гречишина (1999) у монографії "Екологія та валеологія" розглядають актуальні питання залежності стану здоров'я людини від багатьох факторів, у тому числі від позитивного впливу здорового способу життя та від взаємодії людини з довкіллям (біологічним і соціальним). Розкриваючи різні аспекти здорового способу життя, автори звертають увагу на фізіологічні механізми гіподинамії, режим дня, стресові та дистресові стани, на боротьбу із шкідливими звичками, використання засобів традиційної та нетрадиційної медицини.

У книзі зроблено критичний аналіз літератури з проблеми екології та здоров'я людини, а також наведено результати досліджень впливу забруднення довкілля в умовах м.Бердянська Запорізької області на стан здоров'я учнівської та студентської молоді. Велику увагу приділено питанням співробітництва медиків і працівників освіти у сфері зміцнення здоров'я молоді та питанням лікувальної профілактики.

Тому одним з аспектів сучасної освіти є валеологізація навчально-виховного процесу. У зв'язку із цим розробляються концептуальні засади та моделі шкіл здоров'я, напрямки діяльності валеологічних служб і центрів, аналізується потенціал змісту навчальних предметів щодо формування культури здоров'я підростаючого покоління.

На перший план виступає завдання виховання в дітей і підлітків потреби у здоров'ї як життєво важливій цінності, свідомого прагнення до здорового способу

життя, до "самоствереження" та створення навколо себе здорового середовища мешкання – формування валеологічної культури особистості як частини загальної.

На основі вищезазначеного порівняльного аналізу праць філософів, медиків, психологів, педагогів різних часів та епох можливо зробити деякі висновки та розпочати дискусію між представниками різних наукових шкіл:

1. На сьогоднішній день розвиток та стан фізичного, психічного, душевного та духовного здоров'я людей різних вікових категорій та особливо учнівської та студентської молоді 12-13/21-23 років України викликає певну занепокоєність у зв'язку з розповсюдженням адиктивної поведінки (алкоголізація, тютюнопаління, токсикоманія, комп'ютерна (ігрова залежність); неадекватне сексуальне життя; асоціальна поведінка; конфлікти з однолітками, вчителями, батьками; пошуки сенсу життя слід розглядати як критичний стан психосоматичного здоров'я молоді в системі безпеки життєдіяльності.

2. Фахівцям у сфері психічного та фізичного здоров'я – одного із новітніх напрямків клінічної психології у західних країнах світу, валеології, безпеки життєдіяльності на теренах нашої країни слід більше уваги приділяти осмисленню відомих праць вчених різних епох для підвищення ефективності розробки індивідуально-психодіагностичних, корекційних, психотерапевтичних програм підтримання здоров'я „практично здорових осіб”, ще не хворих, але вже і не зовсім здорових людей різних вікових категорій населення України. Праці вчених античності, середньовіччя, епохи Просвітництва, Відродження, сучасності вимагають більш інтегрованого підходу для дослідження напрашовань вчених різних епох для підвищення психосоматичного потенціалу молоді України та підтримання здоров'я на індивідуально-необхідному рівні з урахуванням (віку, статі, потреб, інтересів, ціннісних орієнтацій).

3. Представлений широкий спектр досліджень фахівців у напрямку психосоматичного здоров'я – одного із чинників безпеки життєдіяльності, орієнтується у основному на теоретико-методологічні підходи за рахунок, ще не значної кількості розробок прикладного характеру. Данні запитання, загалом, є предметом дискусій, обговорень у практичній роботі фахівців медицини, освіти, консультативних центрів, тощо. Нажаль, практичні працівники не завжди готові витримувати коректне співвідношення між теорією та практичними заняттями, наприклад, "Як навчити учня, студента швидко оцінювати стан психічного та фізичного здоров'я?", "Яким способом необхідно зняти головний біль на уроках, парках?", "Як навчитись прийомам самонавіювання для підвищення розумової працездатності, тощо?", "Які прийоми класичного, східного масажу слід застосовувати у навчальному процесі?". Відмічається значний інтерес фахівців-суміжників до проблем: "синдрому хронічної втоми", "дисбалансу з навколишнім світом", „хронічного стресу", "порушень сну, харчування, співвідношення режиму праці та відпочинку", "значення біоритмів у житті людини", тобто проблем без очевидних порушень на рівні організму людини та її психіки, проте з можливими деструктивними наслідками в різних аспектах безпеки життєдіяльності сучасної учнівської та студентської молоді.

4. Особистий внесок автора, щодо вищезазначеної науково-прикладної проблеми розробляється протягом останніх одинадцяти років 1994-2005 років. Проблема безпеки життєдіяльності та підтримання психосоматичного здоров'я розглянута автором у монографії Корнієнко О.В. (2004) та інших принципових публікаціях з позицій міждисциплінарних підходів, а саме: медико-психологічного, філософсько-психологічного, соціально-педагогічного, медико-демографічного, теоретико-методологічного й емпіричного аналізу. Наведено історичні довідки про відомих лікарів-філософів, психологів та психіатрів різних часів та народів. Подано власну концепцію автора щодо питань пропедевтики та підтримання психосоматичного здоров'я з урахуванням останніх розробок провідних українських та західних науковців. Проаналізовано психофізичні складові безпеки життєдіяльності та

підтримання психосоматичного здоров'я молоді, а також фактори ризику для здоров'я дітей та молоді, обумовлені способом життя: паління, вживання наркотиків, безладне сексуальне життя, наслідком чого є ВІЛ-інфікування та захворювання на СНІД. Накреслено шляхи підтримання здоров'я українського народу на сучасному етапі, а саме, впровадження ідеології здоров'я як першочергове завдання державної політики.

Література:

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 64 с.
2. Алфимов В.Н., Артемов Н.Е., Тимошенко Г.В. Творческая личность старшеклассника: Модель и развитие. – К.: Донецк, 1993.
3. Акбашев Т. Всеобщая валеогрмотность: Шаг первый// Нар. образование. – 1995. – № 5.
4. Бондарев Л.А. Формування особистості вихователя в умовах університетської освіти. – Донецьк, 1996
5. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. – Л., 1987.
6. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – М., 1990. – С.29-30, 69, 71.
7. Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. – СПб., 1993.
8. Войтенко В.П. Здоровье здоровых: Введение в санологию. – К., 1991. – С.24, 38.
9. Гасанов Э.К. О совершенствовании методологии популяризации медицинских знаний// Гигиена и санитария. – 1989. – №8.
10. Голобородько Г.П. Формування поняття здорового способу життя в учнів основної школи: Автореф. дис.... канд. пед. наук. – Х., 1997.
11. Дубровский В.И. Здоровый образ жизни. – М., 1999.
12. Журавковский Г.Е. Очерки по истории античной педагогики. – М., 1982.
13. Колесникова Т.И. Психологический мир и его безопасность. – М., 2001. – 176с.
14. Кон И.С. Психология ранней юности: Книга для учителя. – М., 1989.
15. Кононович С.С. Епифаний Славинецкий и "Гражданство обычаев детских" [Ученый и педагог XVII в.]/ Сов. Педагогика. – 1970. – №10.
16. Корнієнко О.В. Безпека життєдіяльності і підтримання психосоматичного здоров'я молоді: Монографія. – К., 2004. – 264с.
17. Коменский А.Я. Великая дидактика// Избр. пед. соч.: В 2 т. – М., 1982. – Т.1.
18. Костантинов Н.А. История педагогики. – М., 1982.
19. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта. – М., 1982.
20. Куинджи Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Метод. пособие. – М., 2001.
21. Манжосов В. Диагностика здоровья в домашних условиях. – М., 2001.
22. Монозон Е.И. Становление и развитие отечественной педагогики. – М., 1987.
23. Мягченко А.П., Гречишина О.Д. Экология и валеология человека. – Бердянск, 1999.
24. Некрасова Л.С. Инфекционные болезни – глобальная угроза человечеству // Мед. вести. – 1997. – №2.
25. Програма і методичні вказівки до курсу "Основи медичних знань та охорони здоров'я дітей": для пед. ін-тів та ун-тів. – К., 1995.
26. Сергеев К.К. Валеология – здоровье, долголетие. – Тольятти, 2000.
27. Спрянский В.И. Кому быть здоровым и счастливым в XX веке. – СПб., 1997.
28. Тазетдинова А.Б., Гончаров А.Г., Андреева Т.И. Роль гигиенических знаний, умений и навыков в формировании здорового образа жизни студентов// Казан. мед. журн. – 1995. – №4.
29. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология. – СПб., 1995.
30. Хрестоматия по истории зарубежной педагогики. – М., 1998.
31. Чесноков Я.В. Лекции по исторической этнологии. – М., 1999.
32. Чумаков Б.Н. Валеология: Учеб. пособие. – М., 1999.
33. Grainger R.D. Choosing mental health // Amer. J. of Nursing. – 1993. – Vol.93. – №1.
34. Kelly R.B., Stephen J.Z., Alemagno S. Prediction of motivation and behavioral change following health promotion: Role of health belief, social support and self-efficacy// Soc.Sci.Med. – 1991. – Vol.32. – №3.