

*А.Р. Гринь, О.Р. Гринь*  
*Національний технічний університет України*  
*«Київський політехнічний інститут»,*  
*Національний університет фізичного виховання і спорту України*

## ЗДОРОВ'Я В СТРУКТУРІ ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

*В статті представлені результати досліджень на підставі яких визначено зміст і особливості уявлень студентів стосовно поняття «здоров'я» та проаналізовано місце і взаємозв'язок уявлень про здоров'я в структурі життєвих цінностей студентів, які займаються спортом.*

***Ключові слова:** поняття “здоров'я”, уявлення про здоров'я, структура життєвих цінностей.*

**Актуальність дослідження.** Постійно зростаючий вплив соціальних факторів на детермінацію здоров'я людини є закономірним процесом. Проте, як показав досвід попередніх десятиліть, керування цим процесом не тільки в масштабі всього суспільства, але навіть у застосуванні до кожної окремої особистості зіштовхується з цілим рядом перешкод, про які свідчить медична статистика. Таке послаблення можливостей соціальної регуляції феномену здоров'я відбулося на фоні об'єктивної потреби в якісному покращенні трудового та наукового потенціалу держави - потреба, яка в умовах підвищення ролі людського фактору стає все більш відчутною. Це підтверджується даними численних соціологічних та психологічних досліджень, які фіксують, що здоров'я за значущістю займає найвищі місця в ієрархії когнітивно-ціннісних уявлень особистості.

Аналізуючи причини такої невідповідності між об'єктивною і суб'єктивною потребою в здоров'ї і низькою ефективністю зусиль у цьому напрямку, перш за все треба зупинитися на розгляді моментів психологічного порядку. На цьому рівні найбільш характерною причиною є та, що сам факт розуміння людиною соціальної і особистісної цінності здоров'я ще не обов'язково стає неопосередкованою силою, що стимулює цілеспрямовану

діяльність зі збереження свого оптимального фізичного стану. Цінність набуває спонукального імпульсу за умови перетворення її в потребу, яка сама, будучи усвідомленою, стає мотивом відповідної поведінки особистості.

У цьому сенсі **метою нашого дослідження** стало визначення особливостей уявлень про здоров'я студентської молоді.

Для досягнення поставленої мети були сформульовані наступні завдання: визначити зміст і особливості уявлень студентів стосовно поняття "здоров'я"; проаналізувати місце і взаємозв'язок уявлень про здоров'я в структурі життєвих цінностей студентів, що займаються спортивною діяльністю.

**Методи та організація дослідження:** теоретичний аналіз науково-методичної літератури, психологічне дослідження з використанням анкетних методик, спостереження, бесід, а також прийомів статистичної обробки даних.

Процедура визначення ціннісних орієнтацій відбувалася за допомогою шкали самооцінки, до якої було включено 20 суджень, що охоплювали, окрім прямих індикаторів ціннісного ставлення піддослідних до здоров'я, низку інших, які, з більш-меншою вірогідністю, пов'язуються з оцінкою психофізіологічної організації особистості.

На відміну від поширеного в практиці дослідження ціннісної особистості дуже умовного прийому розподілу цінностей за критерієм інструментальності-термінальності [2], ми вважали за доцільне і достатнє обмежитися такими показниками як місце даної, конкретної цінності в структурі запропонованих умовами дослідження (нав'язане шкалювання). Для визначення характеру, спрямованості, особливостей і специфіки взаємозв'язків ціннісних орієнтацій, відповідно і позиції здоров'я в сукупності зазначених зв'язків, був використаний адекватний поставленій задачі метод кореляційних плеяд. Відповідні матриці інтеркореляцій підраховувалися для групи окремо.

**Результати та їх обговорення.** У процесі дослідження проводилось вивчення уявлень про здоров'я в структурі життєвих цінностей студентів. Залучення групи студентів, які займаються спортом, передбачало з'ясування двох питань. Визначення залежності уявлень про здоров'я від змісту здійснюваної суб'єктом діяльності, у даному випадку, спортивної.

Припускалося, що для цієї групи піддослідних, що мали вже певний досвід діяльності, успішність досягнення якої безпосередньо обумовлювалося їх станом здоров'я, простір актуальних зв'язків здоров'я з іншими сферами життєдіяльності має бути значно ширшим, ніж у тих, для яких самоспостереження за власним функціональним станом було обмеженим.

Зведені дані стосовно ціннісних орієнтацій обстеженої групи студентів наводяться в таблиці 1.

Таблиця 1.

Структура життєвих цінностей студентів

№ з/п	Цінності	Середній бал	Рангове місце
1	Матеріальний достаток	42,6	3
2	Мистецтво	21,8	19
3	Уміння	33,2	12
4	Охорона довкілля	26,0	18
5	Віра в Бога	20,8	20
6	Здоров'я	47,0	1
7	Визнання з боку інших, слава	28,2	17
8	Освіченість	38,2	7
9	Здоров'я батьків	44,5	2
10	Душевний спокій	32,0	14
11	Товариші	39,2	6
12	Спорт	33,0	13
13	Майбутня сім'я	34,5	11
14	Заняття у вузі	30,1	15
15	Кохання	36,9	10
16	Незалежність	38,1	8
17	Творча діяльність	29,4	16
18	Упевненість у собі	42,2	4

19	Життєрадісність	37,7	9
20	Працездатність	40,1	5

Як і передбачалося, цінність здоров'я, як власного, так і батьків, зайняли, відповідно, перше і друге місце. Подальші позиції зайняли - матеріальний достаток (3), упевненість у собі (4) і працездатність (5).

Серед тих цінностей, що отримали найнижчі рангові місця, виявилися - творча діяльність (16), визнання з боку інших (17), охорона довкілля (18), мистецтво (19) і віра в Бога (20). Цікаво відзначити, що така провідна для даних піддослідних діяльність як спорт, отримала лише 13 місце.

Загальна картина актуальних зв'язків феномена здоров'я в сукупності інших цінностей наведена на рис. 1.

У порядку отриманих величин коефіцієнтів кореляції здоров'я пов'язується з навчанням (0,63), життєрадісністю (0,51), творчою діяльністю (0,56), освіченістю (0,37), визнанням з боку інших (0,43). У цілому, напрямок виявлених залежностей свідчить про важливу роль здоров'я в здійсненні широкого кола діяльностей.

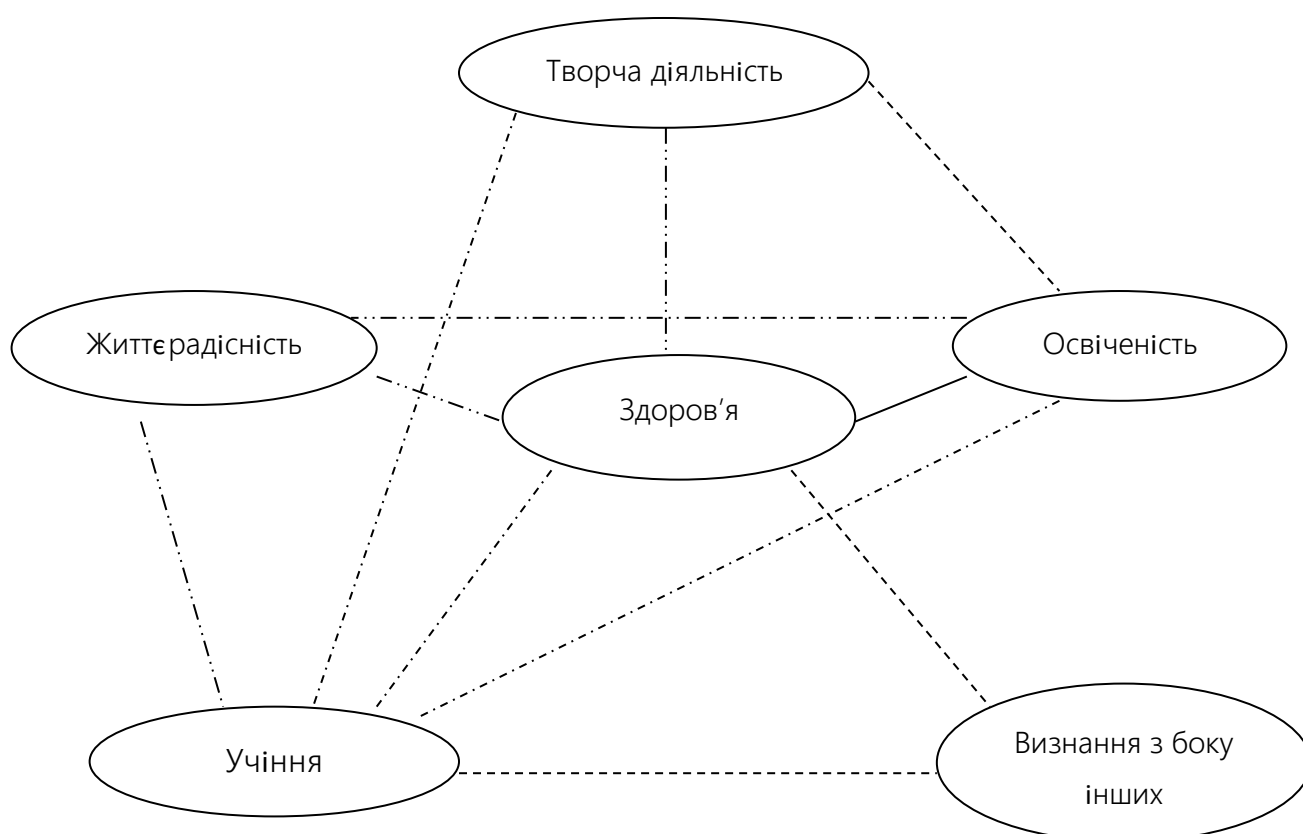


Рис. 1. Взаємозв'язок ціннісних орієнтацій студентів

—————  $p < 0,05$       - - - - -  $p < 0,025$       - · - · - ·  $p < 0,005$       - · - · - ·  $p < 0,001$

Проведений аналіз ціннісних орієнтацій дозволив встановити, що в перебігу виборів об'єктів, яким надається з боку студентської молоді статус найвищої бажаності, цінність здоров'я, займає домінуючу позицію. Та обставина, що аналогічні дані стосовно високого рангового місця цінності здоров'я були отримані і в інших дослідженнях як останнього часу [4], так і значно раніше [3], дає досить вагомі підстави віднести зазначену цінність до тих, що мають загальнолюдський характер.

Поруч з тим, не може не звернути на себе увагу і той факт, що при дотриманні ідентичної процедури і техніки опитування, спостерігаються і досить значні розбіжності у визначенні здоров'я як цінності в загальній структурі життєвих цінностей молоді. Отримані в нашій роботі факти дозволяють вважати непоодинокі твердження (які зустрічаються навіть і в нормативних документах) стосовно катастрофічного знецінення в соціальній свідомості цінності здоров'я передчасними і безпідставними.

Інша річ, коли цінність здоров'я починає розумітися не в якості деякого цінного самого по собі автономного феномена свідомості окремої людини, або суспільства, а в просторі актуальних її зв'язків з конкретними сферами дійсності і реальними життєвими ситуаціями.

Отримані нами в руслі поставленого питання дані підтвердили, з одного боку, обумовленість встановлених зв'язків провідним типом діяльності, а з другого - виявили кількісну і якісну своєрідність безпосередніх зв'язків здоров'я з такими установками (упевненість у собі, життєрадісність, охорона довкілля, кохання, душевний спокій, освіченість, визнання з боку інших, навчання, освіченість, творча діяльність, життєрадісність), змістовна інтерпретація яких вимагає звернення вже не стільки до рівня визначення між встановленими

зв'язками логіки корелятивних відносин, скільки до рівня переосмислення змісту самої вихідної цінності, тобто обсягу і дійсного змісту поняття здоров'я. Додатковою, і не менш серйозною причиною для такої постановки питання, є встановлені в роботі факти незалежного від здоров'я існування в свідомості піддослідних соматичної його компоненти, і ще більш вражаючого факту - відсутності зв'язку між здоров'ям і сферою спортивної діяльності (рангові місце - 13). Як зазначалося вище, жодного зв'язку не було встановлено з будь-якими соматичними (морфофізіологічними) характеристиками тілесної організації індивіда.

Ми схилиємося до думки, що це викликано існуючими розбіжностями між існуючими в літературі дефініціями змісту поняття "здоров'я" і тими уявленнями про здоров'я, якими скеровуються респонденти в регуляції власної життєдіяльності. Перевірці цього припущення був присвячений окремий розділ роботи, який був спрямований на виявлення у піддослідних системи категоризації в індивідуальній свідомості ознак, що приписуються (атрибутуються) поняттям "здоров'я" і "психічне здоров'я".

Головним результатом застосування адекватної поставленій задачі психодіагностичної процедури дослідження (психосемантичний аналіз) і відповідних статистичних прийомів обробки отриманих результатів був встановлений факт використання піддослідними відносно спільної системи суб'єктивного шкалювання об'єктів як таких, що належать до одного класу.

Фактичний матеріал дослідження свідчить, що здоров'я як самостійна (важлива) мета постає перед людиною або в екстремальних, кризових ситуаціях, пов'язаних з збереженням життя як такого [1, 8], або в тих, коли відсутність його пов'язується з загрозою втрати існуючої, чи бажаної соціальної позиції. В усіх випадках рефлексія суб'єктом своєї тілесної компоненти відбувається ймовірніше на віковому етапі так званої «середини життя» [7]. Тому, мабуть, не випадковим можна вважати відсутність поняття здоров'я в переліку функцій і змісту професійного спорту. Позбавленість переважною більшістю піддослідних, що взяли участь у нашому дослідженні, "комплексу здоров'я" має під собою цілком виправдане психологічне підґрунтя, адже

здоров'я заради здоров'я, за слушним поглядом М.М. Амосова, "непотрібне", оскільки "цінність його в тому, що воно забезпечує необхідні умови для ефективної діяльності, завдяки якій досягається щастя".

Отримані в роботі результати не залишають сумніву в нагальності розробки діагностичного інструменту, який відповідав би тим реаліям, що були встановлені в даному дослідженні. Йдеться, передусім, про необхідність конструювання такої самооцінкової шкали, яка охоплювала би ту сукупність суджень респондентів, якою останні користуються в оцінці власного здоров'я. Показано, зокрема, що така оцінка виходить далеко за межі тих ознак, якими традиційно описується рівень соматичного здоров'я людини. Адекватним і психологічно виправданим поняттям для визначення того змісту, що складає уявлення піддослідних відносно оцінки власного актуального стану, було б поняття психологічного комфорту-дискомфорту. Обговорення можливих варіантів конкретизації такого підходу в матеріалі експериментальних досліджень, а також проведення відповідної процедури верифікації і подібного - питання найближчої перспективи.

**Висновки.** Узагальнення результатів проведеного теоретичного та емпіричного дослідження, яке в цілому підтвердило висунуті гіпотези, дало можливість зробити наступні загальні висновки:

1. У структурі актуальних життєвих цінностей студентів здоров'я займає домінуюче місце (рангове місце - 1). Це дає нам вагомі підстави зробити висновок про те, що висловлювана в літературі і нормативних документах теза щодо знецінення в соціальній свідомості здоров'я немає під собою достатніх підстав і є, таким чином, передчасною і необґрунтованою.

2. Нашим дослідженням показано, що "домінантне ядро" в структурі життєвих цінностей студентів складається з власного здоров'я, здоров'я їх батьків, матеріального достатку, упевненості у собі та працездатності (відповідно рангові місця: 1, 2, 3, 4, 5). У той же час інші компоненти ціннісної системи, такі як творча діяльність, душевний спокій, охорона довкілля та мистецтво - займають другорядні місця (а саме: 16, 14, 18, 19).

3. Дослідження змісту та особливостей уявлень студентів про здоров'я дозволили встановити, що в індивідуальній свідомості студентів поняття "здоров'я" і "психічне здоров'я" репрезентуються в такому поєднанні характеристик (загальна кількість 54 ознаки), які виводять уживані в літературі критерії диференціації на рівні соматичного і психічного здоров'я до більш високого їх узагальнення, якому, на наш погляд, відповідало б таке поняття як психологічний статус "Я".

4. Аналіз ролі та взаємозв'язків уявлень про здоров'я студентів з іншими сферами життєдіяльності (упевненість у собі, життєрадісність, охорона довкілля, кохання, душевний спокій, освіченість, визнання з боку інших,

навчання, творча діяльність), дозволив встановити, що, маючи певний досвід діяльності, успішність якої визначається їх станом здоров'я, простір актуальних зв'язків здоров'я з іншими сферами життєдіяльності значно ширший, ніж у тих, для кого досвід самоспостереження за власним функціональним станом був обмежений.

5. Отримані результати обумовлюють нагальність розробки діагностичного інструменту, який відповідав би існуючим реаліям. Йдеться, передусім, про необхідність розробки такої шкали самооцінки, яка охоплювала б ту сукупність суджень, якими користуються в оцінці власного здоров'я.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Амосов М.М. *Роздуми про здоров'я*. - К.: Здоров'я, 1990. - 166 с.
2. Бех І.Д. *Проблема особистісних цінностей: стан і орієнтири дослідження // Українська психологія: сучасний потенціал. Матеріали Четвертих Костюківських читань (25 вересня 1996 р.) Т. 1. - К: ДОК-К, 1996. С. 57-67.*
3. Виленский М.Я. *Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного формирования // Теория и практика физической культуры. -1984. - №10. - С. 39-42.*



4. Глазько Т.А., Купчинов Р.И. Отношение студентов к общечеловеческим ценностям // Проблемы формирования з.о.ж. населения средствами физ. культуры в новых соц.-экономических условиях. - Минск, 1997. С. 86-88.
5. Кузин В.В., Никитюк Б.А. Уровни взаимодействия человека со средой в интегративной экологической антропологии // Экологическая антропология-Ежегодник. -Вып. 2. - Минск-Люблин-Лодзь, 1997. - С. 19-23.
6. Пилоян Р.А. Мотивация спортивной деятельности. - М.: ФиС, 1984. - 104 с.
7. Пирогова Е.А. Совершенствование физического состояния человека. - К: Здоровья, 1989. - 168с.
8. Цибіз Г.Г. Формування здорової людини у сучасному світі // Республ. конф. Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури та спорту в Україні. - Луцьк, 1994. - С. 468-470.