

практиці. Крім того, GAD-7 застосовується в дослідженнях для вивчення психічного здоров'я популяцій.

Переваги тесту включають його швидкість виконання (лише кілька хвилин), універсальність (можливість використання для різних вікових груп і культур), а також високу валідність і надійність (кореляція з діагнозом GAD).

GAD-7 має важливе значення для дослідження психологічної адаптації студентів. Він допомагає визначити рівень стресу та тривоги, спричинених навчанням, екзаменами чи соціальними викликами. Тест також дозволяє виявити студентів, які потребують психологічної підтримки або консультування, та сприяє створенню профілактичних програм для покращення психоемоційного стану молоді.

Таким чином, GAD-7 є ефективним інструментом як для практичних психологів, так і для дослідників у галузі освіти та охорони психічного здоров'я.

РОЛЬ ФАХІВЦЯ З ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ФІЗІОЛОГІЧНОГО ТА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ

Яценко Іван Олександрович

здобувач освіти ОР магістр, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка

Мехед Ольга Борисівна

доктор педагогічних наук, завідувач кафедри біології, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка

Громадське здоров'я набуває все більшої важливості у сучасному світі, де глобалізація та урбанізація створюють нові виклики для здоров'я населення. Зростання захворюваності неінфекційними хворобами, такими як серцево-судинні захворювання, діабет та рак, вимагає комплексного підходу, який виходить за межі індивідуальної медицини [1, 64]. Зміна клімату, екологічні проблеми та соціальна нерівність також впливають на здоров'я людей, підкреслюючи необхідність міждисциплінарних заходів. Крім того, нещодавня пандемія продемонструвала вразливість глобальної системи охорони здоров'я та важливість профілактичних заходів у громадському здоров'ї. Розуміння ролі громадського здоров'я в забезпеченні фізичного та психічного благополуччя є ключовим для розробки ефективних стратегій покращення здоров'я населення [5, 322-323].

Метою даної роботи є аналіз ролі громадського здоров'я у забезпеченні фізіологічного та психічного здоров'я людини, а також визначення основних напрямків діяльності в цій галузі.

Громадське здоров'я – це багатогранна сфера, яка охоплює комплекс заходів, спрямованих на покращення здоров'я населення. Воно виходить за межі індивідуальної медицини і фокусується на профілактиці захворювань, просуванні здорового способу життя та створенні сприятливого середовища для здоров'я. Фізіологічне здоров'я безпосередньо пов'язане з такими аспектами, як харчування, фізична активність, контроль за інфекційними захворюваннями та забезпечення безпечних умов життя [6, 1077]. Громадське здоров'я сприяє формуванню здорових харчових звичок через освітні кампанії, розробку рекомендацій щодо збалансованого харчування та контроль за якістю продуктів харчування. Заохочення до фізичної активності здійснюється шляхом створення умов для занять спортом, розробки програм фізичної реабілітації та пропаганди активного способу життя [3, 84-86].

Психічне здоров'я є невід'ємною частиною загального благополуччя [2]. Громадське здоров'я сприяє його зміцненню через створення соціальної підтримки, доступності психологічної допомоги та просування психічної гігієни. Програми профілактики психічних розладів, такі як антибулінг та просвітницькі кампанії, спрямовані на зменшення соціальної ізоляції та стигми, пов'язаної з психічними захворюваннями.

Громадське здоров'я відіграє ключову роль у формуванні політики в галузі охорони здоров'я, розробці програм профілактики, моніторингу здоров'я населення та реагуванні на епідемії [7, 476]. Заходи громадського здоров'я можуть включати освіту щодо здорового способу життя, створення безпечних громадських просторів та боротьбу з соціальною нерівністю. Важливою складовою громадського здоров'я є міждисциплінарний підхід, який передбачає співпрацю медиків, соціологів, економістів, екологів та інших фахівців. Такий підхід дозволяє враховувати різноманітні фактори, що впливають на здоров'я населення, та розробляти комплексні стратегії його покращення. Окремо слід відзначити роль громадського здоров'я у подоланні наслідків глобальних проблем, таких як зміна клімату та пандемії. Адаптація до зміни клімату, забезпечення доступу до чистої води та санітарії, а також розробка ефективних стратегій реагування на епідемії є важливими завданнями громадського здоров'я.

Таким чином, громадське здоров'я відіграє визначальну роль у забезпеченні фізичного та психічного благополуччя населення [4, 262-264]. Інвестиції в громадське здоров'я є вигідними як з економічної, так і з соціальної точки зору.

Висновки. Громадське здоров'я є фундаментальним для забезпечення фізичного та психічного благополуччя населення. Заходи громадського здоров'я мають широкий спектр впливу на здоров'я людей і можуть значно покращити якість життя. Інвестиції в громадське здоров'я є вигідними як з економічної, так і з соціальної точки зору. Для досягнення оптимальних результатів необхідно тісно співпрацювати з різними секторами суспільства, включаючи уряд, громадські організації та приватний сектор. Подальші дослідження в галузі громадського здоров'я дозволять розробити більш ефективні стратегії для вирішення актуальних проблем здоров'я.

Список використаних джерел:

1. Бурдюг В.С., Сокол К.М. Громадське здоров'я в Україні. Громадське здоров'я в Україні: проблеми та способи їх вирішення. Томілінські читання Харків, Вид-во ХНМУ, 2023. С. 63-65
2. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини / За ред. І. Я. Коцана. Луцьк: РВВ — Вежа ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.
3. Мехед О. Б. Формування здорового способу життя як важлива частина виховання та соціалізації підростаючого покоління. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Вип. 4 (160) : НУЧК, 2019. С. 84-88 с. Мехед О. Б., Рябченко С. В., Жара Г. І. Аналіз факторів, що впливають на формування здорового способу життя молоді. Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Вип. 3 (159) : НУЧК, 2019. С. 260-268 с.
4. Тюпіна Н. В., Мехед О. Б. Стратегії та моделі викладання освітніх компонентів ОПП «Громадське здоров'я». Основні цілі і стратегії сталого розвитку: проблеми та перспективи. Полтава : ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2024. С. 321-323
5. Griban, G., Myroshnychenko, M., Tkachenko, P., Krasnov, V., Karpiuk, R., Mekhed, O., Shyyan, V. Psychological and pedagogical determinants of the students' healthy lifestyle formation by means of health and fitness activities. *Wiadomości Lekarskie*, 2021. 74 (5), 1074-1078. doi: 10.36740/WLek202105105
6. Mekhed O., Mekhed D. The role of modern technologies in forming digital security competences of future healthcare specialists. *Інтеграція українських наукових досліджень в міжнародний простір: регіональний аспект. Дніпро: «Середняк Т.К.»*, 2024. С. 474-478