

## PSYCHOLOGY AND SOCIOLOGY

к. псих. н. Шлімакова І. І., к. псих. н. Гірченко О. Л.

*Україна, Чернігів, Національний педагогічний університет  
імені Т. Г. Шевченка*

### ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОБРАЗ ЗДОРОВ'Я У СВІДОМОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

*The article presents the results of empirical research on students' perceptions of the category "health". The differences between the subjective image of health in the minds of the students of psychological and economical specialties were analysed and comparative analysis of the results by gender was conducted.*

**Постановка проблеми.** Упродовж багатовікової історії людства в системі цінностей, які є значимими для будь-якої цивілізованої нації, особливе місце відводиться проблемі здоров'я. Дослідники різних наукових сфер неодноразово робили спроби визначити змістовну сутність поняття «здоров'я», описати його структуру й складові, зрозуміти механізми, визначити фактори порушення та збереження. Не дивлячись на широку вживаність поняття «здоров'я» у побутовому і науковому обігу, не існує єдиного чіткого визначення, у наукових джерелах зустрічаємо понад 400 його трактувань. На думку вчених, це пояснюється тим, що поняття «здоров'я» не може бути якимось одним певним індикатором, так як воно є досить багатоаспектним та різнофакторним. Також на підґрунті вивчення світового досвіду встановлено динамічний характер здоров'я населення, доведено, що воно залежить від соціокультурного рівня суспільства [3].

Загальноприйнятим у світі є визначення, яке викладене у преамбулі статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (1976 р.). Там дана категорія трактується як стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад [1; 4].

Світова наука розглядає здоров'я як цілісний феномен, що інтегрує чотири основні складові: фізичну, психічну, соціальну й духовну. Усі складові є взаємозумовленими і невід'ємними одна від одної. Проте, у буденній свідомості людей образ здоров'я, зазвичай, проектується у площину фізичної складової, що ускладнює

## *Scientific and Practical Results in 2014. Prospects for Their Development*

формування цілісного уявлення особистості про феномен здоров'я [2]. Таке уявлення про здоров'я блокує утворення у суб'єктивному образі світу особистості цілісного психологічного образу про даний феномен, що у свою чергу негативно впливає на усвідомлення значущості збереження не лише фізичного, а й психічного, соціального та духовного здоров'я.

Викладеними вище положеннями визначається актуальність даної роботи, **метою** якої є дослідження психологічного образу здоров'я у свідомості особистості, зокрема, студентів психологічного та економічного профілів навчання.

**Методика та організація дослідження.** У дослідженні приймали участь студенти психолого-педагогічного факультету Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка та студенти фінансово-економічного факультету Чернігівського національного технологічного університету. Загальна кількість респондентів складає 140 осіб, серед них 70 студентів-психологів та 70 студентів-економістів. За статевою ознакою маємо такий розподіл: 54,3% дівчат (76 осіб) та 45,7% юнаків (64 особи). Обстеження проводилося у вересні 2014 року.

Для дослідження було використано методику В. О. Скребця [2013 р., не опублікована праця] на з'ясування уявлень особистості про феномен здоров'я. Ця методика має на меті виокремити у суб'єктивному образі світу людини її проєкції, пов'язані з категорією «здоров'я». Випробовуваному пропонується 5 тлумачень поняття «здоров'я», з яких потрібно вибрати два, що на думку випробовуваного характеризують «здоров'я пересічної людини», «здоров'я спортсмена» та «власне здоров'я». Відповідь за кожною із трьох вище названих шкал налічує десять варіантів: мобілізаційна готовність; спроможність до подолання перешкод; схильність до завищеної активації; відчуття власної дієспроможності; спроможність до максимальних ресурсних витрат; активність рівня повсякдення; відчуття власного життєвого тону; спроможність до силового суперництва; самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу; усвідомлення своїх можливостей. Модель виборів за трьома шкалами і складає цілісний психологічний образ здоров'я у свідомості особистості.

**Аналіз результатів дослідження.** Узагальнені результати тестування студентів щодо вивчення їх уявлень про здоров'я представлені в табл. 1.

За даними табл. 1, **для загальної вибірки** уявлення про «здоров'я людини» розподілились наступним чином: респонденти ніяк не

пов'язують «здоров'я людини» зі «спроможністю до максимальних ресурсних витрат» – 0%; зовсім незначний відсоток студентів (02,7%) асоціюють «здоров'я людини» зі «спроможністю до силового суперництва», «самовідчуттям в собі ресурсного енергетичного потенціалу» та «усвідомленням своїх можливостей». Невелика кількість опитуваних, а саме 04,0% пов'язують «здоров'я людини» із «спроможністю до подолання перешкод», 05,5% – зі «схильністю до завищеної активації». 15,0% обстежуваних вбачають психологічний образ «здоров'я людини» у «активності рівня повсякдення», 18,0% – в «мобілізаційній готовності», 22,0% респондентів думають, що «здоров'я людини» – це «відчуття власного тону». Поряд із цим, найчастіше «здоров'я людини» молодь спів ставляє «здоров'я людини» з «відчуттям власної дієспроможності» – 27,4%. Як бачимо, у світосприйнятті молоді психологічний образ здоров'я людини проєктується, переважно у площину фізичної складової, хоча, поряд із цим, прослідковується тенденція до співвіднесення здоров'я з психологічними показниками («мобілізаційна готовність», «відчуття власного тону»).

Таблиця 1 - Відсоткове співвідношення уявлень молоді про категорію «здоров'я»

Уявлення про здоров'я										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Загальна вибірка										
Людини	18,0	04,0	5,5	27,4	0	15,0	22,0	02,7	02,7	02,7
Спортс-мена	20,5	28,8	11,0	12,3	11,0	05,5	0	05,5	02,7	02,7
Своє	20,5	02,7	0	37,0	02,7	06,8	13,7	0	02,7	13,7
Психологи										
Людини	16,9	03,4	06,8	23,7	0	15,3	23,7	03,4	03,4	03,4
Спортс-мена	22,0	32,2	13,6	05,1	11,9	05,1	0	06,8	0	03,4
Своє	20,3	03,4	0	30,5	03,4	08,5	15,3	0	03,4	15,3
Економісти										
Людини	21,4	07,1	0	42,9	0	14,3	14,3	0	0	0
Спортс-мена	14,3	14,3	0	42,9	07,1	07,1	0	0	14,3	0
Своє	21,4	0	0	64,3	0	0	07,1	0	0	07,1
Юнаки										
Людини	20,0	06,7	0	20,0	0	13,3	20,0	13,3	0	06,7
Спортс-мена	13,3	26,7	13,3	26,7	06,7	06,7	0	0	06,7	0

## Scientific and Practical Results in 2014. Prospects for Their Development

Продовження таблиці 1

Своє	20,0	0	0	46,7	0	06,7	06,7	0	0	20,0
	Дівчата									
Людини	17,2	03,4	06,9	29,3	0	15,5	22,4	0	03,4	01,7
Спортсмена	22,4	29,3	10,3	08,6	12,1	05,2	0	06,9	01,7	03,4
Своє	20,7	03,4	0	34,5	03,4	06,9	15,5	0	03,4	12,1

Умовні позначення: 1 - мобілізаційна готовність; 2 - спроможність до подолання перешкод; 3 - схильність до завищеної активації; 4 - відчуття власної дієспроможності; 5 - спроможність до максимальних ресурсних витрат; 6 - активність рівня повсякдення; 7 - відчуття власного життєвого тону; 8 - спроможність до силового суперництва; 9 - самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу; 10 - усвідомлення своїх можливостей.

Для загальної вибірки уявлення про «здоров'я спортсмена» мають наступну градацію: жоден з опитуваних не проасоціював цю категорію з «відчуттям власного життєвого тону» – 0%; по 02,7% обстежуваних, відповідно, пов'язують «здоров'я спортсмена» із «самовідчуттям у собі ресурсного енергетичного потенціалу» і «усвідомленням своїх можливостей». 05,5% респондентів співвіднесли «здоров'я спортсмена» з «активністю рівня повсякдення», така ж кількість студентів гадають, що «здоров'я спортсмена» – це «спроможність до силового суперництва». По 11,0% випробовуваних вбачають у «здоров'ї спортсмена» «схильність до завищеної активації» і «спроможність до максимальних ресурсних витрат»; 12,3% опитуваних вважають, що «здоров'я спортсмена» – це «відчуття власної дієспроможності»; 20,5% респондентів асоціюють «здоров'я спортсмена» із «мобілізаційною готовністю». Найбільший відсоток, а саме 28,8% студентів, думають, що «здоров'я спортсмена» – це «спроможність до подолання перешкод».

Як бачимо з таблиці 1, уявлення студентів загальної вибірки про «своє здоров'я» має наступний розподіл: ніхто з респондентів не бачить у «своєму здоров'ї» «схильності до завищеної активації» і «спроможності до силового суперництва» – 0% досліджуваних; незначна кількість опитуваних пов'язує «своє здоров'я» зі «спроможністю до подолання перешкод», «спроможністю до максимальних ресурсних витрат» і «самовідчуттям в собі ресурсного енергетичного потенціалу» – по 02,7% відповідно. 06,8% обстежуваних уявляють «своє здоров'я» як «активність рівня повсякдення»; по 13,7% випробовуваних, відповідно, асоціюють «своє здоров'я» з «відчуттям власного життєвого тону» і «усвідомленням

своїх можливостей». 20,5% респондентів усвідомлюють «своє здоров'я» як «мобілізаційну готовність»; і найбільший відсоток опитуваних, а саме 37,0%, уявляють «своє здоров'я» як «відчуття власної дієспроможності».

Таким чином, у загальній вибірці найбільш поширеним словосполученням, яке розкриває змістовну сутність понять «здоров'я людини» є словосполучення «відчуття власної дієспроможності» (27,4%). Щодо розуміння феномену «своє здоров'я» стало, респонденти найчастіше також вибирали категорію ««відчуття власної дієспроможності» (37,0%). «Здоров'я спортсмена» студенти пов'язують, перш за все, зі «спроможністю до подолання перешкод» (28,8%). Варто відмітити, що усі категорії виборів науковці відносять до фізичної складової здоров'я.

Осмислення результатів майбутніх *психологів* дає змогу виокремити наступні тенденції. Жоден з респондентів не усвідомлює «здоров'я людини» як «спроможність до максимальних ресурсних витрат» (0%); по 03,4% обстежуваних уявляють «здоров'я людини» як, відповідно, «спроможність до подолання перешкод», «спроможність до силового суперництва», «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу» і «усвідомлення своїх можливостей». 06,8% випробовуваних побачили «здоров'я людини» як «схильність до завищеної активації»; 15,3% респондентів пов'язали «здоров'я людини» з «активністю рівня повсякдення»; 16,9% опитуваних усвідомлюють «здоров'я людини» як «мобілізаційну готовність» і найбільша частина майбутніх психологів вважає, що «здоров'я людини» – це або «відчуття власної дієспроможності» (23,7%), або «відчуття власного життєвого тону» (теж 23,7 %).

Стосовно «здоров'я спортсмена» отримано такі результати: ніхто з досліджуваних не уявляє «здоров'я спортсмена» як «відчуття власного життєвого тону» і «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу» – 0%; 03,4% респондентів бачать у «здоров'ї спортсмена» «усвідомлення своїх можливостей»; по 05,1% пов'язують «здоров'я спортсмена» з «відчуттям власної дієспроможності» і «активністю рівня повсякдення». 06,8% обстежуваних асоціюють «здоров'я спортсмена» з «відчуттям власного життєвого тону», 11,9% – зі «спроможністю до максимальних ресурсних витрат» і 13,6% – зі «схильністю до завищеної активації». 22,0% психологів розуміють «здоров'я спортсмена» як «мобілізаційну готовність» і найбільша частина опитуваних (32,2%) уявляють «здоров'я спортсмена» як «спроможність до подолання перешкод».

## Scientific and Practical Results in 2014. Prospects for Their Development

Розподіл тлумачень поняття «*своє здоров'я*» виглядає наступним чином: жоден з респондентів не бачить у «своєму здоров'ї» «схильності до завищеної активації» і «спроможності до силового суперництва» – 0%. Незначна кількість випробовуваних (03,4%) розуміють «своє здоров'я» як «спроможність до подолання перешкод», «спроможність до максимальних ресурсних витрат» і «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу». 08,5% опитуваних уявляють «своє здоров'я» як «активність рівня повсякдення»; по 15,3% психологів усвідомлюють «своє здоров'я» як «відчуття власного життєвого тону» та «усвідомлення своїх можливостей». 20,3% респондентів пов'язують «своє здоров'я» з «мобілізаційною готовністю» і найбільший відсоток студентів-психологів, а саме 30,5%, уявляють «своє здоров'я» як «відчуття власної дієспроможності».

Результати обстеження уявлень про «*здоров'я спортсмена*» серед *економістів* свідчать, що ніхто з респондентів не пов'язав «здоров'я спортсмена» зі «схильністю до завищеної активації», «відчуттям власного життєвого тону», «спроможністю до силового суперництва» і «усвідомленням своїх можливостей» – 0%. По 07,1% випробовуваних побачили «здоров'я спортсмена» як, відповідно, «спроможність до максимальних ресурсних витрат» і «активність рівня повсякдення». 14,3% опитуваних засоціювали «здоров'я спортсмена» з «мобільною готовністю», така ж кількість майбутніх економістів вважають дану категорію здоров'я «спроможністю до подолання перешкод» та «самовідчуттям в собі ресурсного енергетичного потенціалу». Переважна більшість студентів (42,9%) уявили «здоров'я спортсмена» як «відчуття власної дієспроможності».

Аналіз результатів дослідження уявлень студентів-економістів про «*своє здоров'я*» показав, що жоден з них не усвідомлює «своє здоров'я» як «спроможність до подолання перешкод», «схильність до завищеної активації», «спроможність до максимальних ресурсних витрат», «активність рівня повсякдення», «спроможність до силового суперництва» і «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу» – 0%. По 07,1% респондентів пов'язали «своє здоров'я» з «відчуттям власного життєвого тону» і «усвідомленням своїх можливостей»; 21,4% опитуваних засоціювали «своє здоров'я» з «мобілізаційною готовністю». Переважна більшість економістів (64,3%) уявила «своє здоров'я» як «відчуття власної дієспроможності».

На наступному етапі був здійснений аналіз результатів за статевою ознакою. Серед представників *чоловічої статі* ніхто не трактує «здоров'я людини» як «схильність до завищеної активації», «спроможність до максимальних ресурсних витрат» і «самовідчуття в

собі ресурсного енергетичного потенціалу» – 0%. По 06,7% обстежених пов'язали «здоров'я людини», відповідно, зі «спроможністю до подолання перешкод» і «усвідомленням своїх можливостей»; по 13,3% опитуваних співвіднесли «здоров'я людини» з «активністю рівня повсякдення» і «спроможністю до силового суперництва». Найбільша частина юнаків, а саме по 20,0%, уявила «здоров'я людини», як «мобілізаційну готовність» і «відчуття власної дієспроможності».

Психологічний образ «Здоров'я спортсмена» у свідомості відображається наступним чином: жоден з респондентів не пов'язує його з такими факторами, як «відчуття власного життєвого тону», «спроможність до силового суперництва» і «усвідомлення своїх можливостей» – 0%. По 06,7% обстежених побачили «здоров'я спортсмена» як «спроможність до максимальних ресурсних витрат», «активність рівня повсякдення» і «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу». У свідомості 13,3% респондентів образ «здоров'я спортсмена» співставився з «мобілізаційною готовністю» і «схильністю до завищеної активації». Переважна більшість хлопців уявила «здоров'я спортсмена» (26,7%) як «спроможність до подолання перешкод» і «відчуття власної дієспроможності» (26,7%).

У контексті розуміння юнаками «власного здоров'я» можна стверджувати, що ніхто з опитаних не пов'язав «своє здоров'я» зі «спроможністю до подолання перешкод», «схильністю до завищеної активації», «спроможністю до максимальних ресурсних витрат», «спроможністю до силового суперництва» і «самовідчуттям в собі ресурсного енергетичного потенціалу» – 0%. По 06,7% респондентів побачили «своє здоров'я» як, «активність рівня повсякдення» та «відчуття власного життєвого тону»; по 20,0% обстежених розуміють «своє здоров'я» як «мобілізаційну готовність» і «усвідомлення своїх можливостей». Майже половина чоловіків, а саме 46,7%, уявляють «своє здоров'я», як «відчуття власної дієспроможності».

Результати аналізу уявлень про «здоров'я людини» **дівчат** мають такі тенденції: жодна зі студенток не усвідомлює «здоров'я людини» як «спроможність до максимальних ресурсних витрат» і «спроможність до силового суперництва» – 0%; незначна кількість студенток (01,7%) пов'язала «здоров'я людини» з «усвідомленням своїх можливостей»; по 03,4% обстежених побачили «здоров'я людини», як «спроможність до подолання перешкод» та «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу». Як «схильність до завищеної активації» розуміють «здоров'я людини» 06,9% респонденток і 15,5% студенток асоціюють його з «активністю рівня

## Scientific and Practical Results in 2014. Prospects for Their Development

повсякдення». 17,2% дівчат вважають, що «здоров'я людини» – це «мобілізаційна готовність», 22,4% – думають, що це «відчуття власного життєвого тону». Проте, більшість юнок, а саме 29,3%, уявляють «здоров'я людини» як «відчуття власної дієспроможності».

«Здоров'я спортсмена» представниці жіночої статі розуміють дещо по-іншому: жодна з них не пов'язує «здоров'я спортсмена» з «відчуттям власного життєвого тону» – 0%; незначний відсоток опитаних (01,7%) бачать «здоров'я спортсмена» як «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу»; 03,4% думають, що «здоров'я спортсмена» – це «усвідомлення своїх можливостей»; 05,2% співвідносять його з «активністю рівня повсякдення» і 06,9% переконані, що це «спроможність до силового суперництва». Дещо більший відсоток дівчат (08,6%), вважає, що таке здоров'я пов'язане з «відчуттям власної дієспроможності»; 10,3% студенток співставляють його зі «схильністю до завищеної активації» і 12,1% проєктує «здоров'я спортсмена» у площину критерію «спроможність до максимальних ресурсних витрат». 22,4% респонденток усвідомлюють даний феномен, як «мобілізаційну готовність», поряд із цим більшість студенток, а саме 29,3%, уявляють «здоров'я спортсмена» як «спроможність до подолання перешкод».

Дослідження уявлень дівчат про «своє здоров'я» показали такі результати: ніхто з досліджуваних не бачить «своє здоров'я» як «схильність до завищеної активації» та «спроможність до силового суперництва» – 0%. По 03,4% опитаних юнок усвідомлюють «своє здоров'я», як «спроможність до подолання перешкод», «спроможність до максимальних ресурсних витрат» і «самовідчуття в собі ресурсного енергетичного потенціалу»; 06,9% досліджуваних пов'язують «своє здоров'я» з «активністю рівня повсякдення». 12,1% вбачають у власному здоров'ї «усвідомлення своїх можливостей», 15,5% обстежених – «відчуття власного життєвого тону», 20,7% випробовуваних асоціюють «своє здоров'я» з «мобілізаційною готовністю». Найбільшу перевагу щодо уявлень про власне здоров'я студентки віддали категорії «відчуття власної дієспроможності» (34,5%).

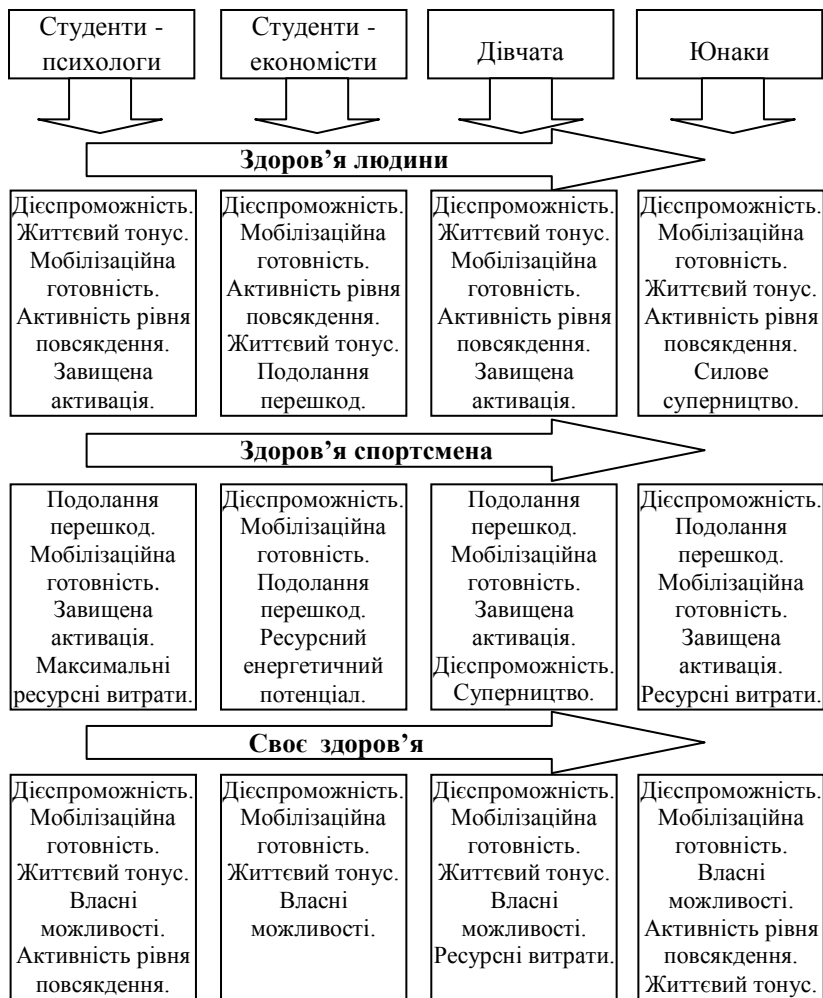
На підставі отриманих результатів створено емпіричну модель особливостей психологічного образу здоров'я у свідомості студентської молоді (рис. 1).

Як бачимо з рис. 1 усі категорії досліджуваних «здоров'я людини» у першу чергу асоціюють з «відчуттям власної дієспроможності». У відсотковому співвідношенні: це 23,7% психологів, 42,9% економістів, за статевою ознакою – 29,3% дівчат та 20,0% юнаків. Наступну позицію у складових емпіричної моделі



посідають категорії «відчуття власного життєвого тону» та «мобілізаційна готовність».

Щодо уявлень про «здоров'я спортсмена», то маємо два домінуючі критерії: «спроможність до подолання перешкод» (32,2% психологів та 29,3% дівчат) і «відчуттям власної дієспроможності» (42,9% економістів; 26,7% юнаків).



*Рис.1 Емпірична модель особливостей психологічного образу здоров'я у свідомості студентської молоді*

## *Scientific and Practical Results in 2014. Prospects for Their Development*

Образ «свого здоров'я» вбачається студентами через проєкцію ««відчуття власної дієспроможності». При цьому таку думку поділяють 30,5% психологів та 64,3% економістів. Щодо розподілу за статтю – маємо 46,7% дівчат і 34,5% хлопців.

Викладені вище результати дають змогу зробити наступні **висновки**:

У студентів домінуючим критерієм таких складових психологічного образу здоров'я, як «здоров'я людини» та «свое здоров'я», є критерій «відчуття власної дієспроможності». «Здоров'я спортсмена» уявляється молоддю теж як ««відчуття власної дієспроможності» та ««спроможність до подолання перешкод». Статистично значущих відмінностей між групами психологів та економістів, хлопців і дівчат – не виявлено.

Таким чином, можна стверджувати, що у світосприйнятті молоді психологічний образ здоров'я людини проєктується, переважно, у площину фізичної складової.

Проведене дослідження не вичерпує всіх його аспектів, у подальшому планується дослідження ставлення молоді до власного здоров'я та розробка тренінгових технологій по збереженню психічного здоров'я.

## **ЛІТЕРАТУРА**

1. Збереження та зміцнення репродуктивного здоров'я підлітків та молоді: потенціал громади : Метод. матеріали до тренінгу / Авт.-упоряд. Н. В. Зимовець; за заг. ред. Г. М. Лактіонової. – К. : Наук, світ, 2004. – С. 92-156.
2. Куликов Л. В. Психология настроения / Л. В. Куликов. – СПб. : Из-во С.-Петербургского ун-та, 1997. – 228 с.
3. Основы социальной работы: Учебник / Отв. ред. П. Д. Павленок. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: ИНФРА-М, 2003. – 395 с.
4. Сучасні підходи у сфері охорони здоров'я та його популяризації / Упоряд.: Н. В. Зимовець, В. В. Крушельницький, Т. І. Мірошніченко; за заг. ред. І. Д. Звереві. – К. : Наук. світ, 2003. – 95 с.