

УДК 37.01

СТАН ФІЗИЧНОГО, ПСИХІЧНОГО, ДУХОВНОГО ТА СОЦІАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В УКРАЇНІ

Поліщук Л. М., Устянська О. В., Радаєва І. М.
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Одеса, Україна

Проаналізовано фізичний, психічний, духовний і соціальний стан здоров'я сучасної молоді в Україні. За даними різних джерел ці показники значно погіршуються. Цей факт повинен зацікавити батьків, викладачів, діячів освіти і науки, які повинні спрямувати всі свої сили на розробку програм фізичного і культурного розвитку молоді.

Ключові слова: здоров'я, розвиток, молодь, обговорення проблем, рухливість, нервові розлади, хронічні захворювання, безробіття, соціальна нестабільність, розчарування.

Проанализировано физическое, психическое, духовное и социальное состояние здоровья современной молодежи в Украине. По данным различных источников эти показатели значительно ухудшаются. Этот факт должен заинтересовать родителей, преподавателей, деятелей образования и науки, которые должны направить все свои силы на разработку программ физического и культурного развития молодежи.

Ключевые слова: здоровье, развитие, молодежь, обсуждение проблем, нервные расстройства, хронические заболевания, безработица, нестабильность, разочарование.

The physical, mental, spiritual and social situation of the health of today's youth in Ukraine. According to various sources, these indicators deteriorate significantly. This fact should be of interest to parents, teachers, workers of education and science, which should direct all their energies on the development of programs for the physical and cultural development of young people.

Keywords: health, development, youth, discussion of problems, mobility, neurological disorders, chronic diseases, unemployment, insecurity, frustration.

Одне з центральних місць у суспільному розвитку посідають проблеми генофонду нації, формування здорового підростаючого покоління, підготовки дітей, підлітків та молоді до повноцінного самостійного життя.

На сучасному етапі розвитку нашого суспільства, в умовах загострення проблем здоров'я населення та демографічної кризи, особливе значення має формування здорового способу життя молоді, в тому числі через заклади системи освіти. Соціальні установки, моделі поведінки та спосіб життя формуються в ранньому віці. Тому дуже важливо знати, які фактори мають визначальний вплив на поведінку щодо збереження та зміцнення здоров'я.

Актуальність даної теми визначається тим, що молодь – це майбутнє кожної країни і кожного народу. У сучасному світі великих змін здоров'я кожної людини відіграє значно важливішу роль, ніж матеріальний здобуток, певні досягнення і, навіть, самореалізація. В Україні ця тема є надзвичайно важливою, оскільки за останні роки ми можемо спостерігати різкі демографічні зміни, велику смертність, деградацію населення.

Для висвітлення цієї теми були поставлені певні цілі:

- Проаналізувати стан фізичного, психічного, духовного й соціального здоров'я сучасної молоді України;

- Ознайомитися з офіційними показниками, що характеризують стан здоров'я молоді.

Для досягнення даних цілей необхідно поставити такі задачі:

- Дослідити фізичний стан здоров'я дітей, підлітків та молоді;
- Охарактеризувати психічний та духовний стан молоді;
- Розкрити сутність соціального здоров'я молоді України.

Світова спільнота вже давно зарахувала проблеми, пов'язані зі станом здоров'я людини, до кола глобальних проблем людства, серед яких також фігурують загроза глобальної війни, екологічні катастрофи, демографічний спад, нестача ресурсів, наслідки науково-технічної революції техногенного й антропогенного походження тощо.

Наразі Всесвітня організація охорони здоров'я визнає, що здоров'я – це «складний феномен глобального значення, який включає комплекс соціальних, економічних, біологічних, медичних аспектів».

Більшість учнівської молоді (70%) задоволена станом свого здоров'я, вважаючи його «чудовим» або «гарним». Кожен третій респондент вважає власне здоров'я посереднім (28%), дівчат у цій групі виявилось удвічі більше, ніж хлопців (37% проти 18%). Найбільше незадоволені станом свого здоров'я учні ПТНЗ (серед них 52% оцінили його як «посереднє» і 6% як «погане») [4].

Однією з важливих детермінант здоров'я є наявність хронічних захворювань, що часто призводять до зниження працездатності та соціальної активності молоді. За самооцінкою, у 78% молоді відсутні хронічні захворювання. Водночас 15,1% мають одне подібне захворювання. 92,9% повідомили, що не мають жодних спадкових хвороб. В середньому, за останні 12 місяців опитані дотримувалися постільного режиму чотири дні, у зв'язку з тією чи іншою хворобою. Привертає увагу той факт, що майже дві третини молоді за останній рік мали застудні захворювання один раз чи двічі, 11,8% потерпали від застуди три і більше разів. Лише менш ніж третина зовсім не стикалися з хворобами. Приблизно третина респондентів проходила обстеження на хвороби, що передаються статевим шляхом, з них трохи більш ніж половина – робила це протягом останнього року або рік тому. Третина вважає, що їй не загрожує ризик інфікування ВІЛ, решта оцінила свій ризик від малоймовірного (51%) до дуже високого (приблизно 2%) [3].

За час навчання у загальноосвітньому навчальному закладі школярі втрачають щонайменш третину свого здоров'я. Зокрема, погіршуються зір (в 3 рази), слух (в 1,3), осанка (в 4,6), зростає кількість випадків захворювань нирок (в 1,5), на хвороби органів травлення (у 2,5), нервової системи (у 2), збільшується частота хвороб ендокринної залози (у 2,5 рази).

У 2009 році показник захворюваності на хвороби системи кровообігу серед дітей старшого шкільного віку становив 163,5 на 10 тис. населення. Більшість захворювань була пов'язана з хворобами органів дихання (6267,3); шкіри та підшкірної клітковини (742,9); травм та отруєнь (639,6); хвороб сечостатевої системи (513,1); кістково-м'язової системи та сполучної тканини (493,2); органів травлення (487,3); очей та їх придаткового апарата (463,7) на 10 тис. відповідної категорії населення.

Що стосується окремих хвороб, то дівчата значно частіше хворіли на патологію сечостатевої системи, крові й кровотворних органів, інфекційні та паразитарні хвороби, ендокринні хвороби, розлади харчування та порушення обміну речовин. Юнаки частіше зверталися по медичну допомогу з приводу розладів психіки та поведінки, хвороб системи кровообігу, кістково-м'язової системи та сполучної тканини, травм, отруєнь та деяких інших наслідків дії зовнішніх чинників [2].

У більш старшій віковій групі молоді, проблеми зростають ще більше. Відхилення у стані здоров'я визначаються медиками у майже 90 % студентів, серед них понад 50 % мають незадовільну фізичну підготовку. Загалом, багато спеціалістів та фахівців б'ють на сполох, вказуючи, що психофізіологічні показники студентів за останні 25 років виражають тенденцію до погіршення: погіршилися параметри пам'яті та уваги, підвищилася

стомлюваність і зменшилася загальна ефективність розв'язання навчальних завдань, знизилися показники мотивації навчальної діяльності.

Таким чином, отримані результати щодо оцінки власного здоров'я можна розглядати і позитивно й негативно водночас. Позитивним є те, що більшість опитаної молоді оцінює власне здоров'я, як «чудове» або «гарне». Негативним є те, що значна кількість підлітків дотримується протилежної думки з приводу свого здоров'я.

Сьогодні доцільно інтегрувати знання та вміння з предметів фізичної культури, основ здоров'я, з метою цілісного формування культури здоров'я учнівської молоді. Необхідно розробити систему соціальної підтримки здорового способу життя, яка б стимулювала підлітків і молодь зберігати і зміцнювати власне здоров'я.

До чинників, що провокують стан емоційного неблагополуччя, зрушення в психічному здоров'ї, слід віднести, насамперед, особливості дисгармонійного спілкування людини з оточуючими, зокрема з найближчими людьми – батьками, рідними, друзями. Найбільш сенситивним для різноманітних змін у психічному здоров'ї і поведінці прийнято вважати підлітковий та юнацький вік, тому що саме цей період найсприятливіший для набуття навичок. Особливе занепокоєння викликає поширення розладів психіки та поведінки. Так, за результатами обстежень, які проводилися фахівцями Академії медичних наук України, рівень психічних порушень у школярів старших класів має місце як в міській, так і в сільській місцевості. У структурі психічних (непсихотичних) розладів у підлітків міської місцевості переважають невротичні розлади (42,4%), емоційно-лабільні розлади органічного генезу та розлади поведінки. У підлітків сільської місцевості домінують емоційно-лабільні розлади органічного генезу (33,4%), невротичні розлади та розлади поведінки. Незалежно від місця проживання у підлітків спостерігається зростання депресивних розладів із затяжним та хронічним типом перебігу [3].

За результатами дослідження, проведеного Українським науково-методичним центром практичної психології та соціальної роботи АПН України, досить високим відсотком учнів (34,5%) вказано на факти насильства в сім'ї. Майже стільки ж (30,4%) пам'ятають випадки, коли насильство в сім'ї над дитиною спричинило порушення її здоров'я. Роль батьків у захисті дитини від насильства була оцінена досить низько (15-16%). Батьки дуже рідко стають посередниками у вирішенні конфліктів, що виникають у дітей під час навчання. У таких випадках на їх допомогу розраховує лише 9,2% опитаних. Всі ці негаразди негативно впливають на психологічний стан підлітків та потребують психологічної підтримки з боку практичних психологів та соціальних педагогів.

Виділено найбільш значущі чинники, що впливають на формування психічного здоров'я підлітків: неповна і деструктивна сім'я, порушення дитяче-батьківських відносин, конфлікти з однолітками, батьками, вчителями, психологічна схильність до алкоголізації, висока загальна агресивність, наявність шкідливих звичок. Серед біологічних чинників найбільше значення має патологія ЦНС, наявність в анамнезі травм черепа і нейроінфекцій. Ці чинники можуть призвести до розвитку різних психічних розладів із порушеннями поведінки [1].

Однією з ознак цивілізованості країни, свідченням залучення суспільства до світового співтовариства є рівень розвитку духовності її громадян, моральні цінності та ідеали, котрі сповідує більшість населення. Згідно із методологією даного дослідження духовне здоров'я визначається сукупністю характеристик духовного світу особистості – освітою, наукою, мистецтвом, релігією, мораллю, етикою. Важливими індикаторами духовного здоров'я є рівень та структура культурних запитів та потреб, а також наявні можливості для їх задоволення. В свою чергу, духовне здоров'я істотно залежить від прийнятих у соціумі способів проведення дозвілля.

У повсякденному спілкуванні люди найчастіше обговорюють саме ті проблеми, що турбують їх найбільше, тому показовим є розподіл відповідей молодих українців на запитання: «Як часто Ви обговорюєте кожне з наведених питань із своїми друзями?». Серед іншого здебільшого порушуються такі теми, як музика (56% опитаних віком 15–22 роки

вказали, що «часто» і «дуже часто» обговорюють музичні питання), спорт (відповідно 41%) та проблеми щодо організації відпочинку (відповідно 59%). За своєю актуальністю для української молоді названі проблеми поступаються лише заробітку грошей («дуже часто» і «часто» їх обговорюють 71% респондентів) та проблемам, що пов'язані з одягом, зовнішністю та модою (відповідно 67%). Слід зауважити, що такі значимі для структурування духовного світу особистості чинники, як національна культура, культура і мистецтво, релігійна віра не посідають високого щаблю у ієрархії актуальних для молоді проблем. «Дуже часто» і «часто» їх обговорюють відповідно 13, 25 та 16% опитаних молодих людей. Питання одягу, зовнішності і моди з віком поступово втрачають свою актуальність. Якщо у віці 15-17 років «часто» та «дуже часто» їх порушують 76%, то у віковій групі 21–22 роки їхня частка зменшується до 54%. Вочевидь, вступ до дорослого життя з його проблемами і турботами у багатьох випадках відсуває проблеми зовнішності і моди на другий план. Жінки обговорюють ці питання значно частіше за чоловіків (відповідно 86 і 51%), що є відображенням соціо-статевих відмінностей в ієрархії життєвих пріоритетів.

Важливою характеристикою духовного світу людини є залученість її до культурного надбання своєї батьківщини, держави, народу, кращих зразків світової і вітчизняної духовної спадщини. Одним з можливих шляхів реалізації такого вибору є відвідування культурно-мистецьких заходів. Залежно від того, яким культурним заходом віддається перевага, визначається рівень сформованої структури культурно-ціннісних пріоритетів молоді людини. З-поміж культурних заходів в українському молодіжному середовищі найбільш популярними є дискотеки. Частіше ніж раз на місяць їх відвідують 37% молодих людей. Популярним є також пасивне спостереження за перебігом подій на спортивних майданчиках (відповідно 40%). Вистави, концерти класичної музики, музеї, мистецькі і технічні виставки перебувають поза увагою молодіжного загалу (частіше ніж раз на місяць їх відвідують відповідно 4, 3, 5, і 3% респондентів).

Отже, наявні можливості щодо задоволення культурних запитів українською молоддю використовуються далеко не в повному обсязі. У переважній більшості молодих людей, котрі заклопотані повсякденними проблемами і негараздами, спостерігається невисокий рівень культурних потреб, що реалізуються, як правило, епізодично і непослідовно. Культурні потреби і запити здебільшого зводяться до найбільш простих та невимогливих проявів, задоволення яких не потребує організаційних, інтелектуальних чи вольових зусиль (відвідування дискотек, клубних вечорів, перегляд телепрограм і т. п.). Водночас відвідування концертів класичної музики, музеїв, виставок, що потребує певного рівня духовної компетенції, не є поширеним способом проведення дозвілля. Відбувається, утиск духовних джерел життя. Матеріальна скрута, нестача коштів негативно позначаються на стані культури, зсуває культурні уподобання у бік спрощених форм дозвілля. На соціальне здоров'я сучасної молоді також впливає локальне оточення дітей та молоді.

За результатами опитування більшість (63%) респондентів із загального масиву опитаних проживають у повних сім'ях, з них 12% – у багатопоколінних сім'ях, де крім батьків та дітей є бабуся і (або) дідусь. За цими показниками не виявлено істотних відмінностей залежно від віку опитаних, лише серед старшої (18–22 роки) молоді дещо більше тих, хто живе один (4%).

До соціальних проблем, які найбільше турбують молодь, респонденти віднесли: безробіття (55%), загальне зниження рівня життя (37%), зростання злочинності (36%), зростання цін (45%), зубожіння населення (31%), наркоманію (25%), низький рівень заробітної плати (42%), СНІД (23%). Проблеми, що стосуються забезпечення здорового способу життя, турбують загалом кожного десятого респондента віком 15–22 роки: зловживання палінням (10%), недостатні можливості для занять фізичною культурою та спортом (9%), низький рівень поінформованості про здоровий спосіб життя (3%), алкоголізм (8%), стан довкілля, екологія (18%), низький рівень медичного обслуговування (18%).

Опитування показало значну роль батьків у формуванні здорового способу життя дітей, 54% респондентів зазначили, що регулярно обговорюють з батьками проблеми свого здоров'я. Майже половина з опитаних обговорює з батьками питання щодо шкідливого впливу алкоголю, наркотиків та тютюну на здоров'я людини. Тобто батьки, за свідченнями респондентів, спричиняють безпосередній вплив на формування способу життя, досить активно обговорюють з дітьми наслідки шкідливих звичок, їх вплив на здоров'я. За даними опитування батьки мають великий «кредит довіри» з боку дітей (61%). Взагалі, респонденти вважають, що від стосунків з батьками, здоров'я кожної людини залежить «значною мірою». Причому, цей вплив респонденти оцінюють значно вище, ніж будь-яких інших чинників.

Слід відзначити, що на сучасному етапі розвитку нашого суспільства існує небезпека розриву між цінностями декларованими і тими, що реально функціонують у суспільстві. Поведінка батьків не завжди відповідає тим «виховним гаслам», які вони проголошують. Так, наприклад, багато батьків (38%) палять у приміщеннях, де проживають разом з дітьми.

Порівняно рідко (на межі статистичної похибки) паління та вживання алкоголю дітьми є причиною непорозумінь між батьками та дітьми. Вочевидь, таку ситуацію можна пояснити і тим, що батьки приділяють досить багато уваги спілкуванню з власними дітьми стосовно здоров'я та здорового способу життя. 70% респондентів зазначили, що батьки не дозволили б їм палити взагалі [5].

Одним із головних чинників соціального здоров'я молоді є середовище підлітків та стосунки з однокласниками та одногрупниками.

Частота контактів з однолітками: третина опитаної учнівської молоді (33%) щодня зустрічається з друзями одразу після закінчення занять у навчальному закладі. Найчастіше це роблять учні 6–8-х класів і студенти ПТНЗ (38–36% та 34% відповідно). А от учні 10–11-х класів і першокурсники ВНЗ III-IV рівнів акредитації трохи рідше зустрічаються з друзями одразу після закінчення занять (28 та 23% відповідно), що може бути свідченням більшого навчального навантаження.

Для 37% опитаних популярними (1 раз на тиждень або частіше) способами проведення дозвілля для хлопців є комп'ютерні ігри й розваги в барі або дискотеці. Частіше за інших грають з друзями в комп'ютерні ігри учні 6-8х класів (44% та 39% відповідно) проти 30–33% серед учнів/студентів. А от розважаються в барах і на дискотеках більш старші респонденти, найбільше серед яких першокурсників ВНЗ III-IV рівнів акредитації – 51% (серед дівчат – 53%, а хлопців – 49%). Третина учнівської молоді (29–39%, 1 раз на тиждень або частіше проводить свій вільний час з друзями вдома (в себе або в гостях).

Майже третина опитаних (28%) не ходять з друзями в кіно, театри або на концерти (31% серед хлопців, 26% дівчат). Дещо частіше відвідують кінотеатри, театри або концерти більш старші підлітки – студенти ВНЗ (про те, що вони 2–3 рази на місяць відвідують ці заходи, повідомили 22–28% студентів ВНЗ проти 17% серед учнів 6–8-х класів і студентів).

Спілкування з друзями за допомогою електронних засобів зв'язку і комп'ютерних технологій – невід'ємна риса нашого часу. Майже половина опитаних підлітків (48%) щодня розмовляють з друзями по телефону, надсилають їм смс-повідомлення. До того ж дівчат, які роблять це щодня, значно більше, ніж хлопців (55% проти 39% серед хлопців). Хлопці частіше, ніж дівчата, спілкуються у свій вільний час з друзями через Інтернет (44% проти 40% серед дівчат). Частіше за інших «чатяться» в Інтернеті студенти ВНЗ III-IV і I-II рівнів акредитації (64% та 50% відповідно). Порівняно з підлітками старшого віку, учні 6–8-х класів рідше відвідують мережу Інтернет. Серед них також більше й тих, хто взагалі не спілкується з друзями через Інтернет (37,5–30% відповідно).

Отже, в підлітковому віці спілкування з однолітками активізується. Для хлопців особливо важлива групова приналежність. Дівчата дружать парами, цінуючи в дружбі можливість ділитися таємницями. Пізніше з'являється потреба в близькому другові протилежної статі, бажання подобатися один одному.

Поглиблене вивчення цієї теми потрібне батькам і педагогам для того, щоб знаходити різні способи розв'язання конфліктних ситуацій. Батькам необхідно аналізувати свої дії і

стосунки з дітьми підліткового віку для того, щоб у сім'ї панувала сприятлива атмосфера. Педагогам це необхідно для того, щоб виховати соціально здорову людину. Труднощі підліткового віку – це переважно труднощі статевого дозрівання і розлучення з дитинством. Ці труднощі відображаються в зовнішніх конфліктах, зокрема з батьками і взагалі зі старшими. Завдання батьків, учителів і викладачів ВНЗ – зрозуміти зміни в дітях і перейти на новий стиль спілкування з підлітком, ставитися до нього як до дорослої людини.

Висновки. Підсумовуючи дані дослідження, можна зробити висновок, що на різних етапах життя людини і в різних обставинах ті або інші цінності висуваються на передній план. Вища соціальна цінність – це людське життя, а здоров'я кожної людини – найбільша цінність в нашому житті.

Стан фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я сучасної молоді в Україні значно погіршується, не дивлячись на самі позитивні погляди опитаних. Фізичний стан погіршується через недостатню рухливість, незацікавленість в займанні спортом, погане харчування. Сучасна глобалізація та достатньо розвинені технології негативно впливають як на фізичний, так і духовний розвиток підлітків. Молодь більшість свого часу проводить, засідаючи в соціальних мережах, граючи в ігри, які приводять до повної деградації. Література, мистецтво, кіно – все це поступово відходить на інший план.

Стосунки в суспільстві впливають на формування особистості. Батьки повинні більше уваги приділяти фізичному і духовному вихованню своїх дітей. Вони повинні створити зв'язок довіри з дітьми, обговорювати різні теми, приймати активну участь в житті свого чада. Як показує дослідження, підліткам необхідно правильно вибирати оточення, більше спілкуватися «вживу», а не через електронні засоби.

Охорона здоров'я – один з пріоритетних напрямів державної діяльності. Держава формує політику охорони здоров'я в Україні та забезпечує її реалізацію. Держава забезпечує нагляд і контроль за створенням сприятливих для здоров'я розумів праці, навчання, побуту і відпочинку, сприяє громадському контролю з цих питань.

В свою чергу, держава, навчально-виховні заклади, освітні заклади повинні робити все можливе, аби залучати молодь до програм, спрямованих на розвиток здорової та культурно-вихованої особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Коренєв М. М. Нагальні проблеми охорони здоров'я підлітків в Україні / М. М. Коренєв // Журн. НАМН України, 2011, т. 17. – № 1. – С. 51
2. Медведовська Н. В. Сучасний стан здоров'я підлітків в Україні / Н. В. Медведовська // Современная педиатрия. – 2010. – № 6. – С.14–16.
3. Молодь за здоровий спосіб життя: щоріч. доп. Президента України, Верхов. Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. ін-т розв. сім'ї та молоді; [редкол.: Н.Ф. Романова та ін.].– К.: ТОВ «Основа», 2010. – 156 с.
4. Стан та чинники здоров'я українських підлітків: моногр. / О. М. Балакірева, Т. В. Бондар, О. Р. Артюх та ін.; наук. ред. О. М. Балакірева. – К.: ЮНІСЕФ, Укр. Ін.-т соц. дослідж. ім. О. Яременка. – К.: «К.І.С.», 2011. – 172 с.
5. Монографія / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко та ін. – К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2000. – 207 с.