

РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ
СЕРЕД ВИХОВАНЦІВ ЦЕНТРІВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ
РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙPROBLEM FORMATION SKILLS OF A HEALTHY LIFESTYLE
AMONG YOUTH IN SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL
REHABILITATION CENTERS OF CHILDREN

Стаття присвячена одній з актуальних проблем формування навичок здорового способу життя серед вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації дітей. У статті розкрито зміст поняття «відповідальне ставлення до здоров'я». Відповідальне ставлення до здоров'я визначено як здатність особистості до свідомого збереження, зміцнення особистого здоров'я та піклування про нього на основі отриманих знань про здоров'я, що реалізується у свідомо обраному способі життя. Розкрито принципи та завдання роботи Центру соціально-психологічної реабілітації. Наведено переваги, недоліки та особливості психолого-педагогічної корекції та медикаментозного лікування як основних підходів з надання допомоги дітям з мінімальною мозковою недостатністю. Висвітлено види захворювань, характерні для дітей, які потрапляють до Центру соціально-психологічної реабілітації.

Проведене дослідження з даної проблеми дозволило наголосити на необхідності організації належних соціально-педагогічних умов із мотивації процесу формування у вихованців Центру соціально-психологічної реабілітації практики здорового способу життя: застосування інноваційних виховних технологій, форм і методів роботи колективів Центру соціально-психологічної реабілітації з профілактики негативного впливу соціального середовища; впровадження в повсякденну діяльність керівництвом і фахівцями Центру соціально-психологічної реабілітації соціальних програм, які спрямовані на формування у вихованців практичних навичок збереження здоров'я; здійснення належної підготовки працівників Центру соціально-психологічної реабілітації та створення усіх можливостей для ефективної реалізації процесу формування і закріплення практики здорового способу життя у дитячих колективах. Актуалізовано необхідність об'єднання зусиль теоретиків і практиків соціальної сфери щодо пошуку інноваційних напрямів, змісту, форм і способів, відповідних умов щодо мотивації процесу формування у вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації навичок здорового способу життя.

Ключові слова: виховання, відповідальне ставлення до здоров'я, навички здорового

способу життя, центр соціально-психологічної реабілітації дітей.

The article explores and argues the facts about modern transformational requirements in which there is a rethinking of the content, forms, methods and technologies of teaching and education of modern personality and the formation of its system of responsible and valuable attitude to their own health. The idea of focusing the attention of the educational community on the recognition of human self-worth as a unity of physical, spiritual and social; regarding the health of the younger generation as an integral indicator of social well-being and, at the same time, an important component of ensuring sustainable development as a desirable perspective and goal for each country and the world community in modern socio-cultural conditions. Health has been found to be a complex, multidimensional phenomenon that has a heterogeneous structure that combines various components and reflects fundamental aspects of human existence; the first condition for the successful development of man, his education, upbringing, family creation and raising children. Therefore, educating the younger generation to maintain and strengthen their health is the highest priority of public policy in the field of education. Theoretical and analytical substantiation of the content of the activity of the centers of social and psychological rehabilitation in the context of the formation of the practice of a healthy lifestyle of their pupils is highlighted. The study of this problem was based on the use of the following methods: theoretical analysis of scientific sources, systematization and comparison of the problem, generalization of sociological, psychological and pedagogical research to specify the essence of the categorical apparatus of the research topic and clarify its content. The need to unite the efforts of all theorists and practitioners of the social sphere to find innovative ways, content, forms and methods to solve this problem and specified recommendations for the organization of appropriate socio-pedagogical conditions to motivate the process of forming centers for socio-psychological rehabilitation of healthy practices, lives that can be used in the practical activities of social workers.

Key words: education, responsible attitude to health, skills of a healthy way of life, the center of social and psychological rehabilitation of children.

УДК 37.013.42 – 364.048.6
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/41/1.25>

Крупник З.І.,
канд. пед. наук,
ст. викладач кафедри психології
та соціальної роботи
Західноукраїнського національного
університету

Постановка проблеми у загальному вигляді. Здоров'я становить найголовнішу цінність у житті людини, від якої залежить подальший розвиток та становлення особистості, шляхи її самореалізації,

можливості створення сім'ї та виховання дітей. Тому вчасна актуалізація питань здоров'я для молодого покоління є вкрай важливою. Саме збереження здоров'я та дбайливе ставлення до нього

є найголовнішим напрямом державної політики в галузі освіти. З огляду на це, одним із державних пріоритетів нашої країни є стан здоров'я дітей і молоді та його збереження.

Слід зазначити, що, незважаючи на актуальність питання здорового способу життя вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації, тривалий час воно не було об'єктом і предметом спеціального дослідження вчених, такі розвідки почали з'являтися лише із другої половини ХХ століття. Відповідно, в сучасних реаліях дослідники намагаються віднайти нові та ефективні способи збереження здоров'я та запровадити інноваційні шляхи, зміст, форми та методи формування практики здорового способу життя у вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації. Ця проблема є надзвичайно актуальною і потребує об'єднання зусиль теоретиків і практиків соціальної сфери задля конструктивного її вирішення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Поняття та проблематику різних аспектів здоров'я, зокрема фізичного, психічного, соціального, вивчали: М. Гончаренко, О. Ващенко, В. Оржеховська, та ін. Теоретичні питання й напрями формування культури здоров'я серед молоді досліджували у своїй праці Г. Калачава, М. Каган, Ю. Лісіцин, Т. Кулікова та ін. Проблеми формування, збереження, зміцнення й відтворення здоров'я присвячені праці М. Амосова, Г. Апанасенко, О. Балакірєвої, І. Брехмана, О. Вакуленко та ін. Соціально-педагогічні умови та технології формування практик здорового способу життя серед молодого покоління розглядаються у роботах О. Безпалько, Н. Заверико, С. Омельченко, В. Шкуркіни, Н. Чернухи та ін. Результати дослідницької діяльності вищезазначених фахівців були основоположними в розробленні концептуальних засад нашого дослідження.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Наявність значного інтересу до проблеми формування навичок здорового способу життя серед вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації дітей та відсутність фундаментальних досліджень вказаного напрямку зумовили необхідність організації дослідницької діяльності.

Мета статті – теоретико-аналітичне обґрунтування проблеми формування у вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації навичок здорового способу життя.

Виклад основного матеріалу. Кризова ситуація, яка все більш стає актуальною по всьому світі, призводить до ізоляції молоді, збільшення девіантної поведінки та суїцидальних спроб, що тягне за собою збільшення антисоціальної та делінквентної поведінки (злочинність, проституція, наркоманія, вживання ПАР). Усе більш крихким стає інститут сім'ї; родина більше не є тим місцем, де

задовольняються потреби дітей, молодь може не відчувати достатньої турботи та виконання батьківських обов'язків, збільшуються конфлікти всередині родини, що не є сприятливим для розвитку та зростання дітей. Вищезазначене дає нам змогу говорити про нестабільність ситуації в соціальній та виховній сферах сучасного суспільства.

Найпершим місцем, де надають допомогу дитині та сприяють її реабілітації, є центр соціально-психологічної реабілітації (далі – ЦСПР). Функціонування та робота даного закладу ґрунтується на таких принципах: гуманності, демократичності, поваги до особистості, що сприяє подальшому поверненню та адаптації дитини до суспільства, та життя за законодавством країни [1].

Центр соціально-психологічної реабілітації – це заклад соціального захисту, спеціально створений для тимчасового перебування дітей, які потрапили у складні життєві обставини, віком від 3 до 18 років. З огляду на це, одним із пріоритетних завдань даного закладу є здійснення соціального захисту дитини, позбавленої сімейного виховання, яка опинилася у складних життєвих, житлово-побутових, соціально-психологічних і педагогічних умовах, що не можуть забезпечити нормальної життєдіяльності дитини, де відсутні можливості для навчання, праці та дозвілля.

Слід зазначити, що обов'язковою умовою під час перебування на території центру соціально-психологічної реабілітації є дотримання усіма вихованцями ряду правил, а саме: не вживати психічно активних речовин на території центру, заборонено палити, використовувати нецензурні слова і вирази, ображати та неповажливо ставитися до інших вихованців чи персоналу центру, залишати територію центру без попереднього дозволу. Саме ці правила функціонування ЦСПР закладають основи для формування у його вихованців навичок здорового способу життя.

Варто наголосити на тому, що становлення у вихованців ЦСПР нового типу поведінки та бережливого ставлення до власного здоров'я потребує інтегрованого соціального підходу, який базується на формуванні здорового способу життя молоді, розумінні ними основних складників здоров'я (психічного, фізичного, соціального) та того, яким чином вони впливають на життя особистості.

Виходячи зі специфіки функціонування ЦСПР та особливостей формування у дітей навичок здорового способу життя, шанобливе та відповідальне ставлення до здоров'я визначається нами як здатність особистості до свідомого збереження, зміцнення особистого здоров'я та піклування про нього на основі отриманих знань про здоров'я, що реалізується у свідомо обраному способі життя. Таке явище є не тільки індивідуальним, а й соціокультурним утворенням, адже

використання механізмів збереження здоров'я та надання інформації про це відбувається не лише на індивідуальному рівні, а й на ширшому – суспільному. Впровадження даної практики та механізмів здорового способу життя є надзвичайно складним у підлітковому віці. Саме підлітковий вік – це етап розвитку, який супроводжується великою кількістю змін: психоемоційних та фізичних; завданням дорослих у даний період є надання інформації та супровід процесу встановлення форм піклування про своє здоров'я. Зазвичай даний віковий період науковці розділяють на три стадії: ранню, середню, пізню. Зміни у кожному із таких періодів відбуваються із різною інтенсивністю й у різний час для кожного підлітка. Цей період є визначальним для формування головних особистісних якостей, світогляду, навичок комунікації та готовності до взаєморозуміння з оточенням, у тому числі й формування практики здорового способу життя. Варто зазначити, що поведінка безпритульної дитини-підлітка, яка спрямована на збереження власного здоров'я, є визначальною ознакою для її подальшого становлення як особистості [4].

За дослідженнями вчених, у більшості дітей, які перебувають у ЦСПР, спостерігається підвищена рухливість, недостатній особистий контроль, дратливість, імпульсивність, що можуть супроводжуватися виникненням труднощів у процесі спілкування з дорослими та під час їхньої адаптації у суспільстві. З огляду на це, дослідниками виокремлено декілька підходів у наданні допомоги дітям з мінімальною мозковою недостатністю: психолого-педагогічна корекція та медикаментозне лікування. Обидва підходи мають свої переваги, недоліки та особливості, які варто враховувати. Найефективнішим виявляється комбонування обидвох підходів. Важливо, аби питання медикаментозного лікування вирішувалось лікарем-спеціалістом у межах його компетенції, а здійснення психолого-педагогічної корекції – спеціалістом-психологом [8].

Сучасні підходи до лікування дітей з мінімальною мозковою недостатністю в основному базуються на тому, що підвищена збудженість і надмірна рухливість викликані слабкістю та недостатньою активністю гальмівних процесів мозку, однак не пов'язані з перезбудженням систем активації особистості. Звідси впливає парадоксальний, на перший погляд, висновок, що для заспокоєння гіперактивних дітей їм слід давати стимулюючі, а не заспокійливі препарати. Справді, під час приймання заспокійливих препаратів, які гальмують процеси збудження, ми бачимо покращення у стані дитини, проте таке покращення – тимчасове. Крім того, заспокійливі препарати не усувають та не впливають на причину гіперактивності – слабкість гальмівних систем. Тоді як невисокі дози психостимулюючих препаратів

підвищують активність гальмівних процесів мозку, одночасно не стимулюючи активаційних систем. Таким чином, вони теж знижують надмірно активну рухомість і збудженість дітей з мінімальною мозковою активністю, але роблять це, нормалізуючи фізіологічний баланс процесів збудження і гальмування в мозку [6, с. 23].

З огляду на вищезазначене, здоров'я дітей, які потрапляють у ЦСПР, є досить слабким, більшість хвороб знаходяться на хронічній стадії. Така ситуація пов'язана з тим, що діти даної соціальної категорії не мають мотивації до збереження власного здоров'я, можуть ігнорувати певні проблеми, займатись самолікуванням тощо. Відповідно, можемо констатувати той факт, що здоров'я дітей, які потрапляють в ЦСПР, перебуває на досить низькому рівні.

Серед дітей, які потрапляють в ЦСПР, найпоширенішими є такі види захворювань [9]:

- захворювання шкіри (14%) – стрептодермія, алергічні дерматити, нейродерматити, псоріаз, педикульоз, короста, лишай як наслідок недотримання норм гігієни, що спричинено перебуванням дітей на вулиці чи в поганих санітарно-гігієнічних умовах, де обмежений доступ до води;

- захворювання верхніх дихальних шляхів (62%) – хронічні бронхіти, тонзиліти, які є основою для захворювань вуха, горла, носа та викликані переохолодженням під час тривалого перебування на вулиці, браком теплої одягу;

- захворювання шлунково-кишкового тракту (26%) – гастрити, які викликані нерегулярним харчуванням, а отже, недостатньою кількістю поживних речовин;

- захворювання зубів (46%) – карієс, пульпіт та ін.;

- затримка фізичного розвитку (7%) – маленький зріст, що не відповідає віковим показникам, який спричинений тим, що діти виснажені, анемічні, не мають повноцінного раціону харчування та знаходяться в пригніченому психо-емоційному стані;

- затримка психічного розвитку (4%) – аномалії розвитку й захворювання системи сечовиділення (енурез), соматичні захворювання, розлади психіки, джерелом яких стають стресогенні обставини життя дітей вдома, де дитина може зазнавати насилля (психологічного чи фізичного), або перебування в асоціальному середовищі чи середовищі, де вживають психічно активні речовини. Серйозний вплив на психоемоційний стан чинить також вживання дітьми ПАВ;

- різноманітні травми (22%), отримані під час конфліктів у середовищі дітей-бродяг під час мандрів по підвалах, горищах, теплотрасах та інших місцях, де легко вдаритися, забитися [5];

- порушення опорно-рухового апарату (42%) – сколіоз, лордоз та захворювання кістково-м'язової системи, які розвиваються внаслідок виконання

фізично важких видів робіт або неблагополучних умов перебування дитини [7, с. 3].

Отримані результати дослідження дали змогу запропонувати такі рекомендації щодо організації належних соціально-педагогічних умов із мотивації процесу формування у вихованців ЦСПР практики здорового способу життя:

1. Застосування інноваційних виховних технологій, форм і методів роботи колективів ЦСПР з профілактики негативного впливу соціального середовища. Пояснення та надання рекомендацій щодо того, які умови перебування є сприятливими для здоров'я.

2. Впровадження в повсякденну діяльність керівництвом і фахівцями ЦСПР соціальних програм, які спрямовані на формування у вихованців практичних навичок збереження здоров'я.

3. Здійснення належної підготовки працівників ЦСПР та створення усіх можливостей для ефективної реалізації процесу формування і закріплення практики здорового способу життя у дитячих колективах [12].

Таким чином, результативність соціально-педагогічної роботи з дітьми саме цієї соціальної категорії потребує часу та висококваліфікованих кадрів. Адже до дітей та молоді, які вже зазнали негативного впливу, необхідно знайти відповідний підхід, встановити довірливі стосунки та певним чином навчати. Робота з дітьми потребує терпіння, поваги до дитини, гнучкості, усвідомлення того, що результати будуть помітні не відразу. Цей процес повинен бути тривалим, поступовим та комфортним для всіх учасників. Тільки через створення безпечного середовища та довірчих відносин можливе навчання, виховання та формування навичок здорового способу життя у дитини.

Висновки. За результатами проведеного дослідження акцентуємо на необхідності формування навичок здорового способу життя у вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації дітей. Досягнення ефективності такої діяльності потребує допомоги висококваліфікованих спеціалістів, поважливого ставлення до всіх учасників процесу, довірливих відносин та відповідного навчально-методичного забезпечення. Саме оволодіння вихованцями ЦСПР навичками здорового способу життя сприятиме їхній позитивній соціалізації та мотивації до ведення здорового способу життя, відповідальному ставленню до власного здоров'я, забезпеченню соціально-психологічної реабілітації та адаптації у суспільстві.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Дементьева И.Ф. Социальное сиротство: генезис и профилактика. Москва: Academia, 2000. 317 с.
2. Ежова О. О. Здоровий спосіб життя : навчальний посібник. Суми : Університетська книга, 2010. 128 с.
3. Зайцев Д. Социальное сиротство: генезис и профилактика. Москва, 2000. 48 с.
4. Корчагина И., Пишняк А., Малкова М. Факторы семейного неблагополучия и механизмы профилактики социального сиротства: результаты анализа и рекомендации. Москва: НИСП, 2010. 192 с.
5. Крупник З. Сутність та структура відповідального ставлення до здоров'я у вихованців центрів соціально-психологічної реабілітації. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи* : збірник наукових праць Уманського державного педагогічного ун-ту імені Павла Тичини. Умань : ФОР Жовтий О.О., 2015. Вип. 54. С. 123–134.
6. Крупник З., Чернуха Н. Інноваційні виховні технології – пріоритетний напрямок ефективного формування бережливого ставлення до здоров'я у дітей притулків для неповнолітніх. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. Луганськ, 2012. № 25. С. 36–41.
7. Оржеховська В. М. Сучасні проблеми дитячої бездоглядності в Україні: аналіз, шляхи подолання. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*: зб. наук. пр. 2009. Вип. 13, кн. 2. С. 3-12.
8. Про забезпечення соціального захисту дітей, які перебувають у складних життєвих обставинах : постанова Кабінету Міністрів України від 01.06.2020 № 585. URL: <http://ovidiodpol.osv.org.ua/news/12-27-58-23-07-2020> (дата звернення: 10.10.2021).
9. Про стан запобігання бездоглядності і правопорушень серед дітей та шляхи їх соціально-правового захисту (інформаційно-аналітичні матеріали). Тернопіль, 2004. 42 с.
10. Gaisina L.M., Bakhtizin R.N., Mikhaylovskaya I.M., Khairullina N.G., Belonozhko M.L. (2015). Social technologies as an instrument for the modernization of social space in the social and labor sphere. *Biosciences Biotechnology Research Asia*, 12(3). P. 2947-2958.
11. Gaisina L.M., Barbakov O.M., Koltunova Yu.I., Shakirova E.V., Kostyleva E.G. (2017). Social management systems' modeling based on the synergetic approach: methods and fundamentals of implementation. *Academy of Strategic Management Journal*, 16(Special Issue 1). P. 83-95.
12. Loseke D. Thinking About Social Problems: An Introduction to Constructionist Perspectives (Social Problems and Social Issues). 2014. P. 120-133.