

Отже, БНС – це синдром різних захворювань, тому лікар повинен встановити нозологічний діагноз, а це допоможе провести правильну адекватну патогенетичну терапію. Зменшення кількості хворих з хронічним перебігом болю буде економічно вигідним.

Незбагненна природа і економічні витрати поперекового болю є важливими причинами зростаючої зацікавленості до нових пошуків в цій галузі медицини.

ЛІТЕРАТУРА

1. Беленький А.Г. Дорсалгии при дегенеративных заболеваниях позвоночника//Русский медицинский журнал.-2002.-т.10.-№22.-С.1003-1005.
2. Беленький А.Г., Насонов Е.Л. Дорсалгии при воспалительных заболеваниях позвоночника//Русский медицинский журнал.-2003.-т.11.-№7.-С.379-381.
3. Вознесенская Т.Г. Люмбоишиалгии// Consilium medicum.-2001.-т.3.-№5.-С.205-208.
4. Gunnae B.J., Anderson A. Epidemiology of low back pain/Acta Orthop. Scand.1998;69 (Suppl.281): 28-31.
5. Н.М.Шуба, В.В.Студнікова. Біль у нижній частині спини – актуальна проблема клінічної медицини// Острые и неотложные состояния в практике врача.-2006.-№1(01).-С.42-46.
6. Річард А.Дейо. Біль у попереку// Світ науки.-2000.-№1(6).-С.47-52.
7. Фарид А.Хабиров//Клиническая неврология позвоночника.-Казань.-2003.-469с.
8. Шостак Н.А., Аксенова А.В., Правдюк Н.Г. и др. Боли в спине при остеохондрозе позвоночника-перспективы лечения. //Новые перспективы лечения остеоартроза.-М.-2002.-С.14-15.
9. Walsh A. Low back pain in 8 areas of Britain.J.Epidemiol.Commim.Hlth.1992;46;227-230.
10. Kyritsky L Comprehensive therapy.-1997.-23(5).-P.332-336.

О. А. МАРУСЕНКО

ДИНАМІКА ІНТЕРЕСІВ ТА ЦІННОСТЕЙ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ: ДОСВІД ВИКОРИСТАННЯ АРТТЕРАПІЇ

В статті розглянуто проблему цінностей та інтересів осіб раннього юнацького віку в умовах сучасного інформаційного простору та корекцію певних ціннісних позицій під впливом тренінгу з використанням елементів арттерапії.

В статье рассмотрена проблема ценностей и интересов лиц раннего юношеского возраста в условиях современного информационного пространства и коррекция определенных ценностных позиций под воздействием тренинга с использованием элементов арттерапии.

In the article the problem of values and interests of persons of early youth age in the conditions of modern informative environment and correction of the certain valued positions is considered under the use of training with the use of elements of arttherapy.

Сьогодні вкрай важливою є проблема формування ціннісних орієнтацій підростаючого покоління, смаків, потреб, моральних настанов молоді, які дозволять не розгубитися підлітку чи молоді у складному, багатополлярному соціокультурному середовищі.

Це стає особливо актуальним в контексті орієнтування молоді в сучасному інформаційному просторі та обрання нею тих зразків наслідування, які здатні вплинути як на інтелектуальний та всебічний розвиток особистості також й на її поведінкові стереотипи.

На думку В. І. Кафарського, інформаційні технології мають істотний вплив на особистість молоді тому, що розширюються можливості доступу до інформації, збільшується обсяг інформаційного масиву тощо, однак, разом з тим, людині загрожує втрата індивідуальності та культурної самобутності, знижується загальний рівень культури особистості, виникає її тенденція до самоізоляції. Інформаційно забарвлений світогляд активно впливає на мораль і психологічний стан особистості [1].

Сьогодні ми є свідками масового розповсюдження зразків «антикультури» (фільми жахів, комп'ютерні ігри, порнографія, «важкий рок»), що деформують ціннісну свідомість підростаючого покоління.

Все це сприяє виникненню явищ так званого антикатарсису, що характеризується виникненням антигуманних відчуттів, розмитістю ціннісних орієнтацій особистості, формуванням негативного світосприйняття і світогляду [2; 3].

На жаль, сьогодні все менша кількість підлітків, юнаків та дівчат цікавляться серйозною – класичною та пізнавальною літературою, віддаючи переваги її сумнівним зразкам, а іноді й заміняючи читання на знаходження у „цікавому” віртуальному кіберпросторі.

Зважаючи на все це ми встановили за мету дослідити коло інтересів осіб раннього юнацького віку, враховуючи їх літературні інтереси та відношення до матеріальних і духовних цінностей. В нашому дослідженні взяли участь 50 респондентів у віці 15-17 років, переважно – учні загальноосвітніх шкіл. Аналізуючи відповіді старшокласників на низку запитань анкети, яка була розроблена нами, ми встановили, що у 65 % випадків дівчата та юнаки цікавляться інформаційними технологіями, а саме – відвідують комп'ютерні клуби, грають в комп'ютерні ігри тощо, причому у 16 % випадків цей інтерес є тим єдиним, що цікавить респондентів (переважно-хлопців).

При аналізі відповідей на питання про літературні переваги старшокласників, було з'ясовано, що 16 % респондентів зовсім не цікавляться літературою; щодо інших старшокласників, то було виділено десять вказаних респондентами літературних жанрів. Нижче ми приводимо таблицю, що відображає літературні переваги респондентів по кожному з класів.

Таблиця 1

Літературні переваги старшокласників

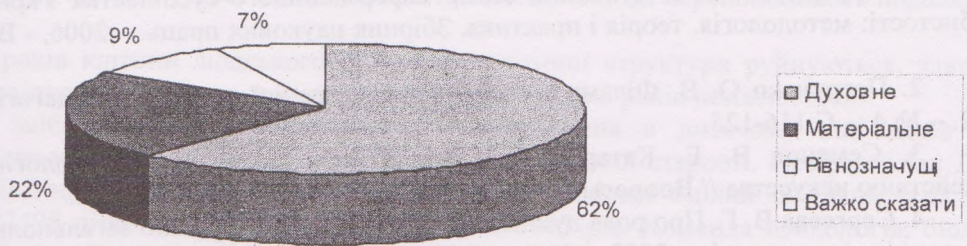
№ п/п	Жанр	9 класи	11 класи	Всього	Ранг
1	Детектив	7	4	11	1,5
2	Фантастика	7	4	11	1,5
3	Пізнавальна, науково-філософська література	4	4	8	3
4	Романи	2	2	4	5
5	Комедії	2	2	4	5
6	«Жахи»	2	2	4	5
7	Містика	-	2	2	7
8	Поезія, мистецтво	-	1	1	9
9	Пригоди	1	-	1	9
10	Класика	1	-	1	9

Перше місце у ряді переваг учнів, як можна бачити з таблиці, займають детектив і фантастика (по 11 виборів, відповідно, ранг - 1,5). Пізнавальна і науково-філософська література зайняла 3 рангове місце. Рівний ранг - 5 (по 4 виборів) отримали такі жанри, як романи, комедії і «жахи». Містика опинилася на 7 ранговому місці. Останній ранг (9) розділили поезія, мистецтво, пригоди і класика.

Ми пропонували респондентам також відповісти на низку запитань, які стосувалися матеріальної та духовної сфер суспільства. Було з'ясовано, що 62 % респондентів віддали перевагу духовному аспекту, для 22 % осіб матеріальний аспект був пріоритетним, у 9 % випадків духовне і матеріальне багатства були рівнозначні, і 7 % респондентів не визначилися з відповіддю (Див. малюнок 1).

Отже, враховуючи отримані результати ми запропонували старшокласникам розроблений нами тренінг розвитку ціннісних орієнтацій з використанням арттерапевтичних елементів, у якому головний акцент було зроблено на загальнолюдських гуманістичних цінностях, цінностях освіти, любові до своєї Батьківщини, шануванні культурних надбань, прагненні особистості до самореалізації та самовдосконалення.

При побудові тренінгу нами було враховано принцип катарсичності, тому що катарсис є могутнім засобом перетворення людської особистості; цей феномен, особливо в його духовному вимірюванні, грає значущу роль у формуванні загальнолюдських цінностей і ціннісної сфери особистості – взагалі [4; 5].



Мал. 1. Пріоритети старшокласників відносно духовного і матеріального аспектів суспільства

Внаслідок проведення тренінгу нами спостерігалася певна динаміка літературних переваг старшокласників. Дані представлені в таблиці 2.

Таблиця 2

Динаміка літературних переваг старшокласників

№ п/п	Жанр	До тренінгу		Жанр	Після тренінгу	
		К-ть виборів	Ранг		К-ть виборів	Ранг
1	Детектив	11	1,5	Фантастика	11	1
2	Фантастика	11	1,5	Детектив	7	2,5
3	Пізнавальна науково-філософська література	8	3	Пізнавальна науково-філософська література	7	2,5
4	Романи	4	5	Романи	4	4,5
5	Комедії	4	5	Психологія	4	4,5
6	«Жахи»	4	5	Поезія, мистецтво	3	6,5
7	Містика	2	7	Класика	3	6,5
8	Поезія, мистецтво	1	9	Пригоди	2	7
9	Пригоди	1	9	Містика	1	8,5
10	Класика	1	9	«Жахи»	1	8,5

Можна побачити, що, хоча такі жанри, як «Фантастика» і «Детектив» продовжували зберігати лідируючі позиції, у учнів з'явилася нова перевага – «Психологія», яке зайняло 4,5 рангові місце, розділивши його з «Романами»; «Поезія і мистецтво» і «Класика» зайняли 6,5 рангові місця. Відмітимо, що до проведення тренінгу «Класика» знаходилася на останньому місці. Після тренінгу розвитку ціннісних орієнтацій старшокласників методами арттерапії на останніх місцях виявилися такі «жанри», як «Містика» і «Жахи», отримавши по одному вибору замість 4 і 2 – відповідно, до тренінгу.

Таким чином, зміни структури відповідей на вищенаведені питання свідчать про те, що старшокласники проявили тенденцію до зміни первинних ціннісних позицій у бік збільшення ваги класичної та пізнавальної літератури. Значущість духовного аспекту, до якого старшокласниками були віднесені такі поняття, як чесність, порядність, мудрість, щирість, доброта, віра, альтруїзм, прощення, краса, творчість, сенс життя тощо, зросла від 62 до 71 %.

Отже, отримані дані свідчать про те, що стан ціннісного континууму сучасної молоді не є достатньо сформованим. Запропонований тренінг розвитку ціннісних орієнтацій з використанням елементів арттерапевтичного впливу, може бути визнаним як ефективний засіб корекції та розвитку певних ціннісних настанов, а цілеспрямована допомога підростаючому поколінню у формуванні цінностей, виробці смаків, потреб, насамперед, духовних, знаходить сприятливий відгук і має позитивний відгук з боку молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кафарський В. І. Духовний вимір інформаційного суспільства України // Духовність особистості: методологія, теорія і практика. Збірник наукових праць. – 2006. – Вип. 4 (17). – С. 22-31.
2. Петрунько О. В. Фільми жахів у житті сучасної дитини // Педагогіка і психологія. – 2002. – № 4. – С.116-125.
3. Семенов В. Е. Катарсис и анитикатарсис: социально-психологический подход к воздействию искусства // Вопросы психологии. – 1994. – № 1. – С. 116-122.
4. Сергеева В. Г. Про роль духовного катарсису у формуванні загальнолюдських цінностей // Педагогіка і психологія. – 2002. – № 4. – С.13-19.
5. Флоренская Т. А. Проблема психологии катарсиса как преобразования личности // Психологические механизмы регуляции социального поведения. – М.: Наука, 1979. – С. 151-175.

Ю.М. ПАНИШКО, А.Л. ВАСИЛЬЧУК,
В.В. ДЖУНЬ, С.Д.БАБЛЯК

ЗДОРОВИЙ СПОЇБ ЖИТТЯ ТА ДОВГОЛІТТЯ (Повідомлення II)

Стаття розглядає вплив різних факторів життя на тривалість життя.

Статья рассматривает влияние различных факторов жизни на ее долголетие.

The article considers influence different factors of a life on its longevity.

Існують у деяких вчених песимістичні думки, що Природа взагалі не зацікавлена в продовженні життя. Надмірно довге життя гальмувало б подальший розвиток людини як біологічного виду, оскільки біологічна функція організму людини завершується в момент появи на світ наступного покоління. Тому після 20-25 років всі відновні, регуляційні механізми організму проявляють все меншу здатність забезпечувати функціональну єдність гігантської кількості клітин. Наступають незворотні зміни в багатьох системах організму аж до повної його руйнації. Чому ж майже ніхто не доживає до біологічної межі людського віку? Це основне питання. І ось тут людство зустрічається з величезною кількістю хвороб, профілактика та радикальне лікування яких є основою боротьби за довготривале життя.

Більшість людей пов'язують старіння з появою різних захворювань: серцево-судинної, центральної нервової, дихальної, ендокринної систем. Багатьом здається, що відсутність хвороб забезпечує довготривалість життя. Гіпотез, які пов'язують тривалість життя з тими чи іншими факторами зовнішнього та внутрішнього середовища, надзвичайно багато.

В останні роки з'явилася здогадка, що в якості хронометра, який відраховує дні, місяці та роки життя, виступає так званий мітотичний годинник. Цей годинник слідкує за мітозом-процесом, в якому одна клітинка поділяється на дві. В людському організмі кількість поділів клітин є величиною сталою і обмеженою. Клітини, які вирощуються в культурі, можуть мати від 60 до 100 мітотичних поділів, після чого процес раптово припиняється. І хоч клітини продовжують жити, але вони вже не діляться.

В штучному середовищі клітини людського організму старіють за декілька місяців. В людському організмі процес старіння сповільнюється. В 1997 р. вчений Седайві заявив, що зміг за рахунок гена p21 заставити людські фібробласти додатково зробити від 20 до 30 “лишніх циклів” поділу. Цей ген кодує синтез білку, який має відношення до теломерів. Відомо, що при кожному поділі клітин від теломерів відщеплюються і втрачаються фрагменти. Так, якщо теломери молодих людських зародків містять від 18000 до 20000 основ, то з появою старості їх довжина скорочується до 6000-8000 основ.

Відомий геронтолог з Великобританії Обрі де Грей зробив на початку 2007 р. сенсаційну заяву: “Сучасна біологія в найближчий час зможе забезпечити тисячолітню тривалість людського життя”. Вже тепер ми володіємо реальною можливістю продовження життя на багато сотен років і такі дослідження вже ведуться на тваринах. Через 5 років їх почнуть проводити на людині, а приблизно до 2030 року старіння організму буде припинено. Поки залишається невирішеною проблема очищення клітин від “сміття”, яке там накопичується.