

7. Панишко Ю.М., Ковцун В.І., Козій Р.С., Тарасов В.В. Здоров'я людини і особливості харчування (огляд літератури) // Здоровий спосіб життя: 36.наук. ст./ Ред. – доц ЮМ. Панишко. – Л., 2008. – Вип. 33. – С. 37-46.

8. Скиталінська О. Нація, або бути хворим – модно? // За вільну Україну. Плюс. – №8, 3 березня 2011 р. – С. 11.

Н.В.ПУКА

РОЛЬ СІМ'Ї У ФОРМУВАННІ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ТА СУСПІЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я

Аналізується індивідуальне та суспільне здоров'я населення України. Окреслюються основні методи збереження та зміцнення здоров'я в умовах сім'ї. Розкривається роль сім'ї у формуванні індивідуального й суспільного здоров'я. Наголошується на необхідності впровадження ефективної сімейної політики та виваженої регіональної сімейної політики в державі з метою зміцнення української родини та її здоров'я.

Ключові слова: сім'я, індивідуальне та суспільне здоров'я, сімейна політика.

Анализируется индивидуальное и общественное здоровье населения Украины. Очерчиваются основные методы сохранения и укрепления здоровья в условиях семьи. Раскрывается роль семьи в формировании индивидуального и общественного здоровья. Отмечается необходимость внедрения эффективной семейной политики и взвешенной региональной семейной политики в государстве с целью укрепления украинской семьи и ее здоровья.

Ключевые слова: семья, индивидуальное и общественное здоровье, семейная политика.

The individual and public health of population of Ukraine is analyzed. The basic methods of maintenance and strengthening of health are outlined in the conditions of family. The role of family opens up in forming of individual and public health. It is marked on the necessity of introduction of effective domestic politician and self-weighted regional domestic policy in the state with the purpose of strengthening of Ukrainian family and its health.

Keywords: family, individual and public health, domestic policy.

Актуальність теми. Сім'я завжди виступає моделлю конкретного історичного періоду розвитку суспільства, відображає його економічні, моральні й духовні суперечності. Саме в сім'ї закладаються основи формування особистості, вона є першоосновою духовного, економічного та соціального розвитку суспільства. Саме вона виступає детермінантом формування індивідуального й суспільного здоров'я. Не випадково економічні перетворення, демографічні проблеми, криза в політиці, культурі відбиваються на життєдіяльності сучасної сім'ї, на індивідуальному і суспільному здоров'ї нації. Сказане засвідчує, що проблематика досліджень, пов'язана з формуванням індивідуального й суспільного здоров'я є перманентно актуальною. У цьому контексті очевидно, що тема цієї статті, яка присвячена висвітленню ролі сім'ї у формуванні індивідуального й суспільного здоров'я, є актуальною, потрібною, своєчасною.

Вивченість теми. Серед вітчизняних вчених, які досліджують окреслену проблематику крізь призму економічних знань, є такі знані вітчизняні науковці, як Борецька Н.П., Бандур С.І., Кравченко І.С., Куценко В.І., Лібанова Е.М., Мандибура В.О., Новіков В.М., Садова У.Я., Шевчук Л.Т. та інші. У цій царині є ряд цікавих наукових наробок. Але, індивідуальне та суспільне здоров'я є дуже чутливим індикатором будь-яких змін у найрізноманітніших підсистемах, а тому з плином часу потрібні нові дослідження.

Виклад основного матеріалу. У Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми "Здорова нація" на 2009-2013 роки, схваленій Розпорядженням Кабінету Міністрів України від 21 травня 2008р. наголошується на тому, що в останні роки в Україні сформувалася стійка тенденція зниження рівня здоров'я населення України [9]. Вважаємо, що така ситуація сформувалася в результаті погіршення становища сім'ї та деформації її ролі у формуванні індивідуального й суспільного здоров'я.

Сім'єю вважаються особи, які законно зареєстровані у шлюбі та особи, які проживають у фактичному шлюбі, не зареєстрованому державою. Основними членами сім'ї є подружжя, батьки і діти. Члени сім'ї ведуть спільний побут, який проявляється у проведенні спільного відпочинку, веденні господарства, вирішенні важливих проблем тощо. Члени сім'ї взаємозв'язані певними особистими та майновими правами та обов'язками. Сім'я наділена моральними та духовними ознаками. Вона є багатограним соціальним явищем, оскільки кожній сім'ї притаманний різний суб'єктний склад, кожен з її членів має певні права та обов'язки в залежності від особистого становища у сім'ї. Кожен член сім'ї самостійно існує як суб'єкт сімейних правовідносин.

Останнім часом в результаті деморалізації суспільства руйнуються усталені віками погляди на сім'ю, сімейні традиції, знижується її роль у вихованні дітей, формуванні індивідуального та суспільного здоров'я. Це позначилося на динаміці створення сімей, яка впродовж 1990-2010 рр. є хаотично-нестабільною на тлі доволі стабільної динаміки розлучень (рис.1)

Зменшення кількості шлюбів веде до зменшення кількості традиційних родин, а в кінцевому рахунку – до зменшення кількості здоров'я - однієї з основних багатограних і багатомірних характеристик людини.

Зазначимо, що дослідники виокремлюють чотири основні взаємозалежні складові здоров'я людини: фізичну, психічну, соціальну і духовну складові здоров'я [4].

Важливою характеристикою фізичної складової здоров'я є ступінь фізичного розвитку індивіда, стан пульсу, температури тіла, частоти дихання, спроможність людини ефективно виконувати певні дії, здатність людини пристосовувати до змін довкілля, ефективно протидіяти хвороботворним чинникам.

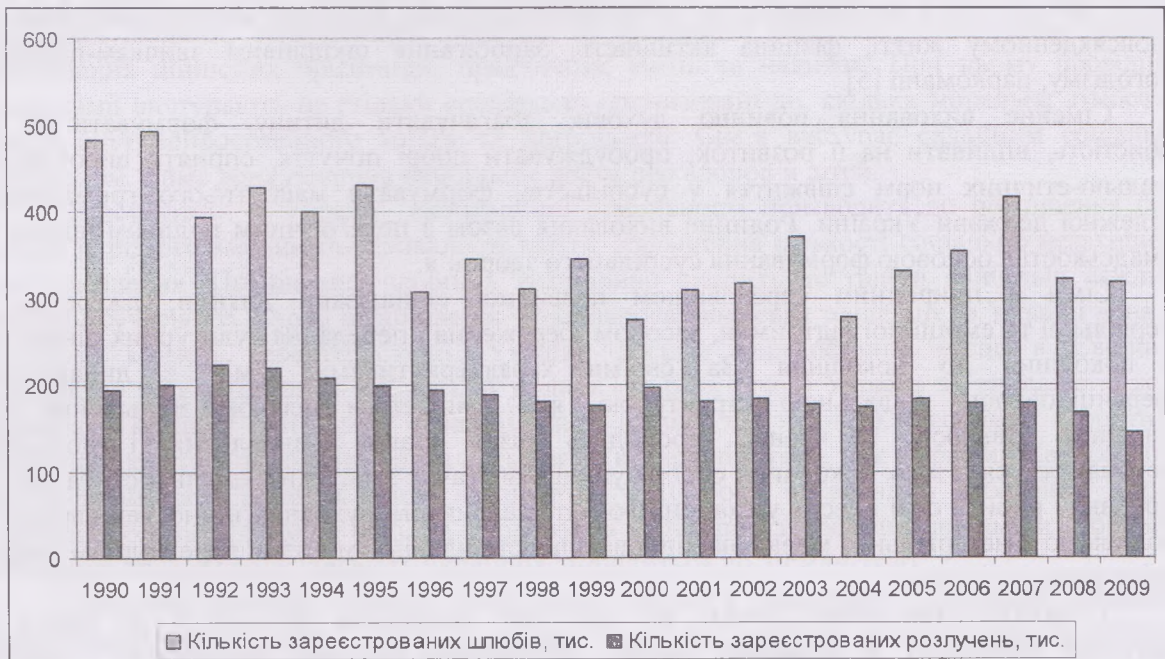


Рис.1. Динаміка зареєстрованих шлюбів та розлучень

Надзвичайно важлива психічна складова здоров'я, яка визначає розвиток людини як особистості, забезпечує її душевне благополуччя і розкривається через розвиток основних функцій психіки людини, відбувається за допомогою відчуттів, сприйняття, уваги, пам'яті, мислення, уяви, мовлення. Бадьоре самопочуття, відсутність захворювань сприяють веселому оптимістичному настрою, прагненню до продуктивного життя.

Соціальна складова здоров'я проявляється через взаємодію людини із соціальним середовищем, через ототожнення особи з певними соціальними групами (сім'я, родина, клас, громада, професійна спільнота тощо). Відповідний соціальний статус людини дозволяє створити оптимальні для формування, збереження і зміцнення здоров'я умови, суттєво позначається на її емоційному благополуччі.

Духовна складова здоров'я є своєрідною вершиною, яка складає все найкраще в людині, завдяки чому людський індивід стає особистістю і розкривається через поєднання вироблення певних правил культури поведінки, спілкування і мовлення у взаємодії з рідними, близькими і незнайомими людьми [4].

Індивідуальне здоров'я особистості формується з раннього дитинства. Вирішальним чинником становлення і розвитку особистості є сім'я. Вона залишається природним середовищем для фізичного, психічного, соціального і духовного розвитку дитини, несе відповідальність для створення належних умов для цього. Сім'я має виступати основним джерелом виховання особистості, матеріальної і емоційної підтримки, психологічного захисту, засобом збереження і передачі національно-культурних цінностей прийдешнім поколінням. Саме родина повинна передусім залучати до освіти, культури і прищеплювати навички хорошого способу життя, загальноприйняті норми суспільства. Причому тільки та сім'я має позитивний вплив, яка допомагає дитині відчувати себе рівноправним членом сімейного колективу, де її люблять; вона має у сім'ї права і обов'язки; до її потреб ставляться з розумінням. Саме в таких сім'ях діти найбільше цінують поради і допомогу батьків, наслідують їх особистий приклад. У нормальній сімейній обстановці дитина виростає доброзичливою, гуманною, спокійною, здатною до співчуття, оптимістичною, добрим товаришем, з почуттям гумору, має тверді етичні правила.

Основними методами збереження та зміцнення здоров'я в умовах сім'ї мають стати формування культу здорового способу життя, повноцінне харчування, дотримання правил гігієни, профілактика захворювань, загартованість організму, культура міжродинних взаємин у повсякденному житті, фізична активність, запобігання шкідливим звичкам-палінню, алкоголізму, наркоманії [5].

Сімейне виховання повинно духовно збагачувати дитину, формувати її як особистість, впливати на її розвиток, пробуджувати добрі почуття, сприяти виробленню морально-етичних норм співжиття у суспільстві, формувати майбутнього громадянина незалежної держави України. Родинне виховання разом з педагогічним впливом школи та громадськості є основою формування суспільного здоров'я.

Сім'я є природним середовищем первинної соціалізації дитини, джерелом її матеріальної та емоційної підтримки, засобом збереження і передання культурних цінностей від покоління до покоління. За своїми характеристиками, сім'я є динамічною диференційованою соціальною структурою, яка змінюється шляхом збільшення або зменшення кількості її членів, проходить різні етапи становлення і розвитку, вдосконалюється в міру виконання своїх функцій, збагачує зміст життєдіяльності та досвід виховання і робить свій внесок у скарбницю матеріальних та духовних цінностей народу. Її особливістю є матеріальна і моральна відповідальність членів сім'ї один перед одним і перед суспільством у цілому.

З перших днів появи дитини на світ сім'я покликана готувати її до життя та практичної діяльності, в домашніх умовах забезпечити розумну організацію її життя, допомогти засвоїти позитивний досвід старших поколінь, набути власного досвіду поведінки й діяльності.

Оскільки мета виховання підростаючого покоління — формування всебічно розвиненої здорової особистості, сім'я, як і школа, здійснює моральне, розумове, трудове, естетичне і фізичне виховання.

На думку М. Стельмаховича «Тіло, душа, розум — ось три кити батьківської педагогіки». Тілесне виховання у сім'ї передбачає зміцнення здоров'я, сил та правильний фізичний розвиток дитини. «Усі наші зусилля, — зазначає він, — спрямовані на тілесне виховання, можуть бути швидко зведені нанівець, коли ми не захистимо наших дітей і підлітків від такого страшного ворога душі та тіла людини, як алкоголізм, паління, наркоманія, токсикоманія, статева розпуста, СНІД. Поширення цих та інших асоціальних явищ набуло такого розмаху, що нависла смертельна небезпека над самим генофондом нації, а значить, і над нашим майбутнім» [9].

Духовно-моральне виховання передбачає формування у дітей високої духовності та моральної чистоти. Складність цього завдання в тому, що воно вирішується, як правило, через добре поставлене в духовно-моральному аспекті життя сім'ї, суспільного ладу, вчинки людей, приклад батьків. Ефективність формування індивідуального і суспільного здоров'я дітей у сім'ї залежить від створення в ній належних умов.

Правильно поставлене розумове виховання в сім'ї розкриває перед дітьми широкий простір для накопичення знань як бази для формування наукового світогляду; оволодіння основними розумовими операціями (аналізом, синтезом, порівнянням); вироблення інтелектуальних умінь (читати, слухати, висловлювати свої думки усно і на письмі, рахувати, працювати з книгою, комп'ютером) готує їх до розумової діяльності[8].

Головна умова формування суспільного здоров'я— міцний фундамент сім'ї, що базується на її непорушному авторитеті, подружній вірності, любові до дітей і відданості обов'язку їх виховання, материнському покликанні жінки, піднесенні ролі батьків у створенні та захисті домашнього вогнища, забезпеченні на їх прикладі моральної підготовки молоді до подружнього життя. Сім'я є одним з вирішальних чинників становлення та розвитку особистості. Так, багато психологів і психотерапевтів розглядають психологічні проблеми чи навіть психічні розлади особистості, соматичні захворювання як функцію внутрішньосімейної взаємодії.

Формування та розвиток особистості починається від моменту народження дитини, і сім'ї у цьому процесі належить пріоритетне місце: саме вона є першим вихователем маленької людини, середовищем передачі їй духовного багатства, культурних традицій, формування ціннісних орієнтацій, практичних умінь та навичок. При цьому провідними чинниками виступають не стільки спеціально організовані дії, скільки моральна атмосфера, спосіб внутрішньосімейного життя та його стиль. Сім'я виступає складним соціальним феноменом. Саме вона повинна найбільше дбати про здоров'я дітей.

Відсутність в Україні економічної стабільності призводить до погіршення стану здоров'я, різкого зменшення тривалості життя, збільшення кількості соціально незахищених груп населення. Погіршення здоров'я традиційно входить до трійки найбільш важливих проблем сучасності. Хоча депопуляція – загальноєвропейська тенденція, в Україні вона має особливо кризові характеристики. Україна посідає передостаннє місце в Європі за тривалістю життя (останнє – Росія). А колись (до 60-х років) Україна за тривалістю життя займала 7 місце у світі (тоді українці жили довше, ніж японці). Особливо скоротилася тривалість життя у чоловіків. Тривалість життя в Україні нижча, ніж в країнах Євросоюзу, на десять-дванадцять років. Станом на початок 2010 року чисельність населення України становила близько 46 млн. осіб. За прогнозами ООН, при збереженні динаміки скорочення населення до 2030 року кількість українців зменшиться до 39 млн. осіб.

Основна причина різкого погіршення здоров'я українців у зниженні соціально-економічного рівня життя. Також у державі відсутня належна інформаційна політика, як наслідок, люди не розуміють, що запобігти хворобі легше, а головне - дешевше, ніж лікувати. У великій мірі здоров'я окремої людини залежить від її власного ставлення до нього, від формування здорового способу життя, основи якого закладаються у сім'ї з

дитинства. Всесвітня організація охорони здоров'я стверджує: лише на 20 відсотків здоров'я людини залежить від рівня медичної допомоги. А на 50 відсотків – від способу життя самої людини. 25 відсотків хвороб в Україні зумовлені вживанням алкоголю та тютюнопалінням, 3 відсотки – вживанням наркотиків, 9 відсотків – неправильним харчуванням, 6 відсотків – недостатньою активністю [7].

Останні соціологічні дослідження свідчать, що в нинішніх умовах більшість українців економлять на харчуванні. За даними Національного інституту стратегічних досліджень, що проводив опитування серед населення у всіх регіонах країни, кожна друга сім'я змушена скоротити свій бюджет на купівлю їжі. Зокрема, 69,3% респондентів заявили, що їм загалом довелося обмежити свої витрати в результаті економічної кризи, 19,8% опитаних сказали, що не зменшили витрат, 10,9% вагаються з відповіддю. Відповідаючи ж на питання, чи доводиться вашій родині економити на харчуванні в результаті економічної кризи, 32,8% громадян відповіли ствердно, 49,6% – негативно, 17,6% – складно відповісти [1].

Населення країни, переважно через фінансові проблеми неповноцінно харчується і переходить на дешеву та шкідливу їжу. Вимушено економлячи на харчуванні, українці шкодять своєму здоров'ю, що неповноцінне харчування призводить до негативних наслідків – зростання кількості хронічних хвороб, а також збільшення онкозахворювань і серцево-судинних порушень, переважно в молоді.

Висновки. Враховуючи величезну роль сім'ї у формуванні індивідуального та суспільного здоров'я, важливо на державному рівні дбати про українську родину шляхом збільшення доходів, українських родин, посилення їх віри у завтрашній день. Для цього доцільно реалізувати ефективну сімейну політику в державі та виважену регіональну сімейну політику. В структурі заходів такої політики має бути допомога сім'ям, які мають на утриманні важко хворих членів родини. Реалізація таких завдань – втілення в життя соціогуманістичної парадигми розвитку цивілізації на планеті Земля.

ЛІТЕРАТУРА

1. Актуальні проблеми досліджень сучасної сім'ї в Україні (Т. М. Яблонська) // Український соціум - 2004. - № 2 (4). - С.80-84.
2. Батьків не обирають : Проблеми відповідального батьківства в сучасній Україні / За ред. Ю.М.Якубової та ін. – К.: АЛД, 1997. – 185с.
3. Бойко А. Григорій Ващенко: альтернатива поглядів і оцінок: Навчальний посібник. – К - ІЗМН, 1999. – 235с.
4. Бондарчук О.І. Сім'я як осередок соціалізації дитини // Проблеми соціальної захищеності дітей в ринкових умовах. – К.: АЛД, 1998. – 95с.
5. Ващенко Г. Виховання пошани до батьків і старших // Вибрані педагогічні твори. – Дрогобич: Видавнича фірма “Відродження”. 1997. – С.128-141.
6. Ващенко Г. За здорову і свідому українську родину // Твори. Том 4. Праці з педагогіки і психології. – К.: “Школяр” – “Фада” ЛТД. 2000. – С.314-325.
7. Виховання дітей в нових соціокультурних умовах української родини (В. Г. Постовий) // Український соціум. - 2004. - № 2 (4). - С.103-108.
8. Історія української педагогіки / За ред. М.Стельмаховича. – К: Інститут змісту і методів навчання. 1998. – 356с.
9. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми “Здорова нація” на 2009-2013роки, схвалена Розпорядженням Кабінету Міністрів України від 21 травня 2008р. №731р. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>