

## THE COMPUTER INTERACTIVE PROGRAM IS AN EXPRESS OF DIAGNOSTICS AND CORRECTION OF THE STATE HEALTH OF YOUNG FAMILY

Iryna DROZDYUK

*Precarpatian University named after Vasyl Stepanyuk  
Institute of Economy and Management "Galytska Academy"*

**Abstract.** The question of development of the computer interactive program is considered in this article express of diagnostics and correction of the state of health of young family.

**Key words:** health, young family, diagnostics, computer program.

## РІВЕНЬ АДАПТИВНОСТІ ТА АДАПТАЦІЇ ШКОЛЯРІВ У МІКРОСОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЯК КОМПОНЕНТ ЗДОРОВ'Я

Оксана МИХАЙЛЮК

*Луцький інститут розвитку людини  
Відкритого міжнародного університету розвитку людини "Україна"*

**Постановка проблеми.** Основним критерієм оцінки стану здоров'я є *адаптивність*, як рівень здатності організму до пристосування в складних умовах та *адаптованість*, як рівень фактичного пристосування організму, рівень його соціального статусу та самоусвідомлення. Адаптивність індивідууму залежить від вроджених та набутих якостей. Чим більше з раннього дитинства людина вдосконалює свої функціональні можливості, тим більше її адаптивність. Тому, адаптивність – це перш за все, фізична та психічна гармонічність особистості. Адаптованість ж визначається по об'єктивному соціальному статусу, так, як це умова здоров'я [5].

За визначенням ВООЗ, психічно здоровою слід вважати людину, у якої нормально розвинуті психічні функції, спостерігається фізичне, духовне і соціальне благополуччя, а також збережена здатність адекватної адаптації до навколишнього природного і соціального середовища, активної виробничої та іншої діяльності [2].

Поряд із основними компонентами народного благополуччя, матеріального та духовного багатства, рівень життя людини залежить від рівня її здоров'я, а також від масштабів використання резервів його психофізичного потенціалу.

Перспективи в розробці проблеми критеріїв здоров'я пов'язані із розумінням тенденцій і закономірностей, що дозволять більш цілеспрямовано і своєчасно здійснювати профілактику здорової поведінки особистості, корекцію небажаних відхилень в її розвитку. Знання в цій галузі відкривають додаткові можливості в пошуку найбільш ефективних шляхів по формуванню належного відношення до здорового способу життя і потреби в ньому, усвідомлення гармонічної ролі фізичного, психічного та соціального аспектів у забезпеченні здоров'я людини [5].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблема психічного здоров'я багатогранно відображена в роботах вітчизняних валеопсихологів; І.Брехман (1990), Г.Нікіфоров (2003), В.Петленко (1998). Його структура має складну порівневу будову. За С.Братусем, найвищий рівень психічного здоров'я – особистісно-смысловий, або рівень особистісного здоров'я, який визначається якістю відносин людини, загальним змістом і призначенням її життя, ставленням до інших людей і до себе. Наступний рівень – рівень індивідуально-психологічного здоров'я, оцінка якого залежить від здібностей людини будувати адекватні способи реалізації розумової спрямованості. Третій рівень – психофізіологічного здоров'я, оцінка якого визначається особливостями внутрішньої, мовної, нейрофізіологічної організації актів психічної діяльності.

Таким чином, психічне здоров'я можна визначити як одну з інтегральних характеристик особистості, пов'язаних із внутрішнім світом, усією різноманітністю взаємовідносин із навколишнім середовищем. Основними показниками наявності психічного здоров'я у особистості є її внутрішня цілісність і узгодженість структурних компонентів, гармонійне залучення до соціуму і прагнення до самоактуалізації [1].

Беручи за аксіому визначення ВООЗ про сутність здоров'я, можна стверджувати, що воно представляє собою стан і поведінку організму в цілому при рівновазі між внутрішнім і зовнішнім світом. Суб'єктивно здоров'я характеризується відсутністю загального благополуччя, радості життя, працездатності, здатності до адаптації та опору [3]. Це природний стан організму, його урівноваженість з навколишнім середовищем. У загальному плані під здоров'ям розуміють можливість людини адаптуватися до змін оточуючого середовища, взаємодіючи з ним вільно, на основі біологічної, психологічної та соціальної сутності [4].

Таким чином, в соціальному розумінні, здоров'я – це процес збереження і розвитку психічних, біологічних, фізіологічних функцій людини, його оптимальної продуктивності й соціальної активності за максимального збереження активної діяльності [1].

Найважливіша умова саморегуляції людини у всіх сферах діяльності – високий рівень її соматичної організації. Всі сторони соціального буття (виробничо-трудова, економічна, політична, сімейно-побутова, духовна, а також отримання освіти і підвищення кваліфікації) в кінцевому результаті визначаються рівнем здоров'я.

Тому, будь-яке визначення здоров'я не може бути повним, якщо у ньому не враховується можливість організму пристосовуватися до умов середовища, що постійно змінюються.

Здатність до адаптації – один із найважливіших показників здоров'я. Під адаптацією слід розуміти не тільки пристосування до природних або виробничих умов, але й до мінливих соціальних ситуацій.

Важливо, так і психічне здоров'я цілеспрямованіше розглядати в динамічному аспекті, як процес, що змінюється протягом життя людини) [2; 3].

Важливо констатується факт високого, середнього і низького рівня адаптації до різних (природних, соціальних) факторів [5].

Метою дослідження є визначення типових способів реагування на конфліктні ситуації, умов і факторів та оцінка ступеня їх адаптації до сумісної діяльності.

Метод та організація дослідження. У дослідженні брали участь учні 7-11 класів ЗОШ №9 міста Луцька. В програму по оцінці психічного здоров'я нами була включена методика по психодіагностиці адаптованості в мікросоціальних відносинах людини. За динамічного методики американського психолога К.Томаса (адаптованої

Н.В.Грішиною) ми визначили ступінь схильності школярів до суперництва та співробітництва в групі чи команді, прагнення до компромісу, уникнення конфлікту або їх загострення.

Згідно методики виділено наступні п'ять способів реагування на конфліктні ситуації: суперництво, пристосування, компроміс, уникання, співробітництво. За допомогою тестового опитувальника респондентам було запропоновано відповісти на 30 запитань із двома варіантами відповідей. По кожному із розділів опитувача підраховували кількість відповідей, що співпадали із ключем.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Отримані кількісні показники порівнювались між собою для визначення найбільш переважаючої форми соціальної поведінки досліджуваного в конфліктній ситуації, тенденції його взаємовідносин у складних умовах. Стан адаптованості школярів у мікросоціальних відносинах подано у таблиці 1.

Таблиця 1

### Стан адаптованості школярів у мікросоціальних відносинах (%)

Класи, стать	7		8		9		10		11	
	Д.	Хл.	Д.	Хл.	Д.	Хл.	Д.	Хл.	Д.	Хл.
Суперництво	10	14	28	23	32	26	15	8	10	26
Співробітництво	9	3	16	19	12	17	16	14	14	12
Компроміс	32	29	28	19	32	35	32	21	36	23
Уникання	21	14	8	23	16	14	16	21	18	20
Пристосування	28	40	20	16	8	8	21	36	22	19

Аналіз результатів досліджень свідчить, що найбільшу кількість відсотків у дівчат та хлопців 7 класів припадає на компроміс. Тобто, нульовий варіант, що означає здатність до адаптації. У дівчат 8 класу виражена форма – суперництво (28%) та компроміс (28%), а хлопців – суперництво (23%) та уникання (23%).

У школярів 9 класу (хлопців і дівчат) також переважає суперництво і компроміс. Це пояснюється значним ступенем самооцінки у цьому віці та рівнем як фізичного, так і психічного розвитку. У дівчат 10 класу найвищий показник припадає на компроміс (32%). Порівнюючи із дівчатами, хлопці цього віку схильні до пристосування (36%). Що означає принесення в жертву власних інтересів на благо іншим (в значній мірі це стосується відносин між особами різної статі). У дівчат 11 класів переважаюча форма – компроміс (36%), а хлопців – суперництво (26%). Це свідчить про прагнення досягти задоволення своїх інтересів всупереч іншим.

### Висновки

Отже, в результаті оцінки ступеня адаптованості школярів у мікросоціальних відносинах було встановлено, що динаміка показників змінюється з віком та пошуковою активністю поведінки в суспільстві, яка є рушійною силою здорової та гармонійно розвинутої особистості.

### Література

1. Васильєв В. Н. *Здоров'я і стресс*. – М.: Медицина, 1991. – 170 с.
2. *Здоров'я, розвиток, людина* / Под ред. Г.Н.Сердюковської, Д.Н.Крылова, У.Кляйнпетер. – М.: Медицина, 1990. – 336 с.

3. *Здоровье: сущность, диагностика и оздоровительные стратегии: Тезисы.* – Крупича Горска, Polska. – 1999. – 278 с.
4. *Освіта і управління.* – К.: Преса України, 1997. – Т.1. – С.113–118.
5. *Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г.С.Никифорова.* – М.: Питер, 2003. – 607 с.

---

## РІВЕНЬ АДАПТИВНОСТІ ТА АДАПТАЦІЇ ШКОЛЯРІВ У МІКРОСОЦІАЛЬНОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЯК КОМПОНЕНТ ЗДОРОВ'Я

Оксана МИХАЙЛЮК

*Національний інститут розвитку людини Відкритого міжнародного університету розвитку  
людини "Україна"*

**Анотація.** У статті подана оцінка ступеня адаптованості школярів у мікросоціальних  
середовищах. Встановлено, що найбільший відсоток школярів припадає у дівчат на  
компроміс, у хлопців – на суперництво. Кількісні показники з віком змінюються.

**Ключові слова:** психічне здоров'я, адаптивність, адаптованість, рівень адаптації.

---

## УРОВЕНЬ АДАПТИВНОСТИ И АДАПТАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ В МИКРОСОЦИАЛЬНОЙ СРЕДЕ КАК КОМПОНЕНТ ЗДОРОВЬЯ

Оксана МИХАЙЛЮК

*Національний інститут розвитку людини Відкритого міжнародного університету  
розвитку людини "Україна"*

**Анотація.** В статье представлена оценка степени адаптированности школьников  
в микросоциальных отношениях. Установлено, что наибольший процент школьников  
приходится у девочек на компромисс, у мальчиков – на соперничество. Количественные  
показатели с возрастом изменяются.

**Ключевые слова:** психическое здоровье, адаптивность, адаптированность,  
уровень адаптации.

---

## ABSTRACT DEGREE OF ADAPTABILITY AND ADAPTATION IN A MICROSOCIAL ENVIRONMENT AS A COMPONENT OF HEALTH

Oksana MICHAILUK

*National Institute of human development of open international university of human develop-  
ment "Ukraine"*

**Abstract.** The article gives the assessment of the rate of schoolchildren's adaptation in  
microsocial conditions. It was stated, that among schoolchildren the biggest percent of compromise falls  
on girls and competition for boys. Quantitative indicators change with the age.

**Keywords:** psychic health, adaptability, adaptation, degree of adaptation.

---