

УДК 37.042.043

## ДЕТЕРМІНАЦІЙНІ ВІДНОСИНИ ПРОЯВІВ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Юрій НОВИЦЬКИЙ

*Національний технічний університет України  
"Київський політехнічний інститут"*

**Анотація.** Розглянуто детермінаційні відносини компонентів соматичного та психічного здоров'я студентів в системних взаємодіях формування культури здоров'я. Проаналізовано детермінаційні залежності гендерних проявів фенотипічних, психомоторних, інтелектуальних та комунікативних ознак, що визначають психосоматичний статус у системних взаємодіях реалізації потреб студентів. Визначено статистично достовірні гендерні відмінності в динаміці проявів психосоматичних ознак за період навчання.

**Ключові слова:** фенотип, індекс маси тіла, психосоматичні прояви, культура здоров'я.

**Постановка проблеми.** Сучасний стан і перспективи розвитку суспільства залежать від вирішення багатьох проблем, серед яких вирішення питань оздоровлення населення та формування здоров'я молодих людей – носіїв потенціалу нації в широкому розумінні цього значення, безумовно ґрунтується на задоволенні біологічних та соціальних потреб людини [1, 7].

Аналіз поняття "здоров'я" та розгляд здоров'я як феномену та потенціалу існування [6] надає можливість розуміння його з погляду об'єктивного та повноцінного задоволення особистих потреб за багатьма складовими – фізіологічними, психологічними, соціальними тощо.

Для підтримки здоров'я на біологічному рівні необхідне задоволення біологічних потреб через харчування та відповідну ритмічність активності й відпочинку. На фізіологічному – повноцінне функціонування організму в системній взаємодії органів. На соціальному – особистісна захищеність суспільством та державними інституціями. Однак всі компоненти індивідуального здоров'я людини інтегруються психічними проявами особистості з виділенням їх в окремі психічний компонент здоров'я.

Таким чином, можна розглядати багатофакторність детермінаційної залежності компонентів здоров'я від реалізації потреб чи фрустрації особистості.

Однак, розглядаючи людину як особистість, що будує своє здоров'я на шляху професійного та суспільного розвитку на основі реалізації особистісних потреб, необхідно брати до уваги деякі аспекти, що вказують на системність взаємодій в такій самореалізації. Розгляд ієрархічної структури потреб людини [1] у зв'язку із системною взаємодією її рівнів надає можливість розглядати біологічний рівень розвитку [3, 6] за допомогою взаємодії його основних підсистем. У контексті значення та ролі фізичної активності у формуванні культури здоров'я особистості це стосується взаємодії органічних (фізіологічних) потреб з потребою в русі. Рухова активність притаманна всім живим істотам, а її прояви (швидкість, витривалість, пластичність) у людини формуються на фенотипічно-адаптивному рівні розвитку [3, 6] і як системоутворювальний чинник формує систему детермінаційних залежностей: прояв рухової активності – реалізація органічних (фізіологічних) потреб – формування системи забезпечення на органічному та системному рівнях організму – вдосконалення системи управління перелічених чинників – формування мотиваційних складових для досягнення визначеної мети.

Рухова активність людини проявляється вже в утробі матері і надалі детермінує активність в реалізації органічних потреб у харчуванні, відпочинку, виділенні продуктів обміну речовин тощо. Спільна їх взаємодія детермінує розвиток фізіологічних та біохімічних систем, що забезпечує відповідну системність у формуванні соматичного здоров'я та фізичної працездатності. Взаємодія перелічених компонентів поєднана управлінською функцією різних відділів центральної нервової системи (ЦНС) за допомогою прямих та зворотних впливів один на одного. Найвищі відділи ЦНС відповідають за адекватність рухових актів в змінах навколишнього середовища та діяльність психічних центрів у задоволенні індивідуальних та соціальних потреб особистості та надалі визначають формування певних цілей у сферах життєдіяльності.

Таким чином, ми узагальнено зрозуміли базову роль фізичної (рухової) активності у формуванні культури здоров'я. Адже не всі фахівці з галузі фізичної культури уявляють первинне визначення терміна "культура", який з латинської мови (*cultura*) означає поліпшення, перетворення, оброблення, виховання, розвитку тощо. Тобто культура здоров'я особистості – процес виховання, розвитку, перетворення та поліпшення в системних відносинах рухової активності та задоволення особистісних потреб на різних рівнях онтогенезу. Культура виражається у формах організації життя і є умовою суспільного буття людини. Логіка побудови викладеної тези вказує на відомий факт, що культура здоров'я відбивається способом життя особистості. Її критеріями переважно можуть бути показники соматичного та психічного здоров'я. Необхідно зазначити, що на різних етапах розвитку особистості детермінаційні відносини між чинниками культури здоров'я змінюють свій вплив. Якщо на фенотипічно-адаптивному переважний вплив мають генетичні чинники та чинники середовища існування, до якого адаптується особистість, на біологічному – шляхи реалізації біологічних та соціальних потреб в реалізації задатків через педагогічно-виховні методи їх розкриття, то на особистісному – ступінь самоусвідомлення своїх потреб та шляхів їх реалізації в досягненні особистісної мети, яка свідчить про сформованість здорового стану особистості [5, 6]. Критерієм відповідності обраних шляхів побудови індивідуального здоров'я в контексті викладеного погляду на проблему можуть бути соматичний та психічний стан індивідуума. Особистісний етап відрізняється індивідуальним характером змін в стані особистості і припадає на віковий діапазон переважно в 17–25 років. Саме в цьому віці завершується розвиток організму, а прояви рухової активності формують системну відповідь на характер фізичних навантажень у вигляді соматичного здоров'я, функціональної готовності. У цей період молоді люди стають відносно вільними від батьківської опіки та впливу освітянських інституцій і потрапляють в стан самостійного пошуку шляхів самореалізації. Настає суттєва перебудова особистості, яка обумовлена змінами соціальної ситуації розвитку [8]. У цьому віці молода людина повинна самостійно приймати та реалізовувати рішення в різноманітних життєвих ситуаціях. Це вимагає відповідної психічної адаптації до тягара відповідальності за них. Критерієм такого пристосування може бути дотримання моральних норм поведінки. На особистісному рівні формування культури здоров'я молодих людей стає актуальним аналіз стану їхнього психічного здоров'я. На жаль, статистичні дані свідчать про негативну тенденцію з приводу відхилень в психічному стані сучасної молоді. Вони відбивають сформованість потреб у досягненні та пошуках оманливих цінностей, намаганні реалізувати потреби, що руйнують особистість в соціальному, біологічному, репродуктивному та працездатному розумінні як членів суспільства. Таким чином, зафіксовано об'єктивне протиріччя особистісного етапу формування, коли на біологічному рівні впевненість у фізичній дієздатності призведе до помилкової впевненості в подальшій психічній незалежності від негативних звичок та психоемоційній стійкості до спокусу соціального середовища.

**Завдання дослідження.** Спираючись на системну взаємодію сфери потреб з фенотипічними та психофізіологічними проявами особистості, були поставлені завдання визначити гендерні особливості в проявах індивідуальних властивостей в реалізації психомоторних, інтелектуальних, комунікативних потреб, а також їх взаємний вплив на психосоматичний статус у системі міжрівневих відносин формування культури здоров'я.

**Організація дослідження та отримані результати.** У дослідженні брали участь 258 студентів 1–2-го та 146 магістрів 6-го курсу Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут" віком від 17 до 23-х років, що скеровані за станом здоров'я до основної медичної групи і не займалися спортом. Дослідження проводилося в 2 етапи: на першому в 2007–2008 навчальному році аналізувалися вказані показники серед 99 юнаків та 159 дівчат різних спеціальностей. На другому в 2012–2013 навчальному році ті самі показники аналізувалися на прикладі осіб, що потрапили до магістерської підготовки після 4–5 років навчання (68 юнаків та 78 дівчат).

Особливості психічного здоров'я визначалися за ступенем прояву властивостей в реалізації потреб та схильностей за допомогою таких ознак: витривалість, швидкість та пластичність в психомоторній, інтелектуальній та комунікативній сферах життєдіяльності. Вони ви-

значалися через анонімне анкетування за методикою В.М. Русалова, яка дозволяє оцінювати їх прояв через особисті уподобання, звички, традиції тощо. Як ознаки соматичного здоров'я були проаналізовані найбільш доступні росто-вагові показники через розрахунок індексу маси тіла (індекс Кетле). Статистичний аналіз отриманих результатів відбувався за допомогою пакета електронних програм STATISTIKA.

Аналіз отриманих даних дав змогу визначити, що період навчання змінив групові показники індексу маси тіла між особами 1–2 та 6 курсів незалежно від статі через незначне зменшення кількості осіб з недостатньою масою тіла ( $t=2,45$ ;  $P<0,05$ ). Це може свідчити про особливості фенотипічного адаптування до студентського середовища існування в способі життя.

Такі зміни за період навчання можна пояснити не тільки біологічним закінченням процесу формування тілобудови молодих людей, але і реагуванням на спосіб життя такого інтегративного показника соматичного здоров'я, як маса тіла зі змінами в накопиченні жирового та м'язового компонентів [4]. Цей факт цілком зрозумілий через зменшення психомоторної активності в період реалізації освітянської парадигми під впливом особистої вмотивованості на обрання фахової підготовленості. Вона відображає особистісний погляд студентів на систему ціннісних орієнтирів в обиранні шляхів реалізації потреб через мотиваційні складові. І протягом навчання відносно активний руховий режим поступово замінюється на вимушену гіподинамію в процесі самоактуалізації майбутнього фахівця та особисте відношення до фізичної активності як запоруки фізичного здоров'я [2].

Визначення статистично достовірних відмінностей в показниках індексу маси тіла у студентів початкових та випускних курсів виявило достовірну різницю у представників як чоловічої, так і жіночої статі ( $P<0,05-0,01$ ). У рамках дослідження залежностей між проявами соматичного та психічного здоров'я ми свідомо проігнорували аналіз функціональних проявів працездатності студентів, які характеризуються достовірним зменшенням відносного МСК та м'язової маси саме серед студентів чоловічої статі [4].

Щодо психічного компонента у формуванні культури здоров'я, застосована методика визначення особливостей активності в психомоторній, інтелектуальній та комунікативній сферах діяльності дозволила охарактеризувати особистісні властивості з визначенням схильності до прояву різних рівнів швидкості, пластичності та працездатності психічних процесів та їх зв'язки з росто-ваговими показниками. Тому студенти були поділені за розрахунками індексу маси тіла на групи вище і нижче від його середнього значення з подальшим визначенням кореляційних зв'язків з ознаками психомоторної, інтелектуальної та комунікативної сфер діяльності. За допомогою розрахунків множинної регресії та частинних коефіцієнтів детермінації 4 порядку визначилися детермінаційні відносини між обраними показниками з їх вкладом в психосоматичний статус осіб з індексом маси тіла вище та нижче від середнього значення (рис. 1, 2).

Розрахунок відмінностей за проявами психомоторної швидкості, пластичності та витривалості через визначення  $t$ -критерію Стьюдента виявив відсутність їх достовірності ( $t = 0,5-1,15$ ;  $P > 0,05$ ) у представників початкових та випускних курсів. Цей факт можна пояснити не стільки низькою ефективністю існуючої системи фізичного виховання скільки відсутністю сформованої вмотивованості до видів рухової активності в побуті студентської молоді.

Цілком зрозумілим є факт, що тривалість та активність збудження в психомоторних центрах дає можливість підтримувати активність м'язової системи в рухових проявах, що формує соматичні ознаки або будову тіла. Порівняння факту відсутності відмінностей в проявах психомоторної активності з фактом достовірності відмінностей в ознаках соматичного здоров'я на прикладі росто-вагових показників між періодом початку навчання та його закінчення, дозволяє дійти висновку про домінуючий вплив способу життя за допомогою реалізації органічних потреб в їжі та формах відпочинку сумісно з комунікативними проявами в студентському середовищі. Комунікативні відносини формують вмотивованість до шляхів реалізації потреб як у фізичній, так і в інтелектуальній активності і відображають індивідуальні, а в контексті проведеного дослідження групові гендерні особливості. Їх аналіз визначив достовірну відмінність на початку навчання не тільки в соматичному компоненті, а також у витрива-

лості моторної, інтелектуальної та комунікативної діяльності, швидкості психомоторної та комунікативної і пластичності комунікативної. За період навчання такі відмінності звузилися лише до сфер витривалості в психомоторній діяльності та соматичного компонента (табл. 1).

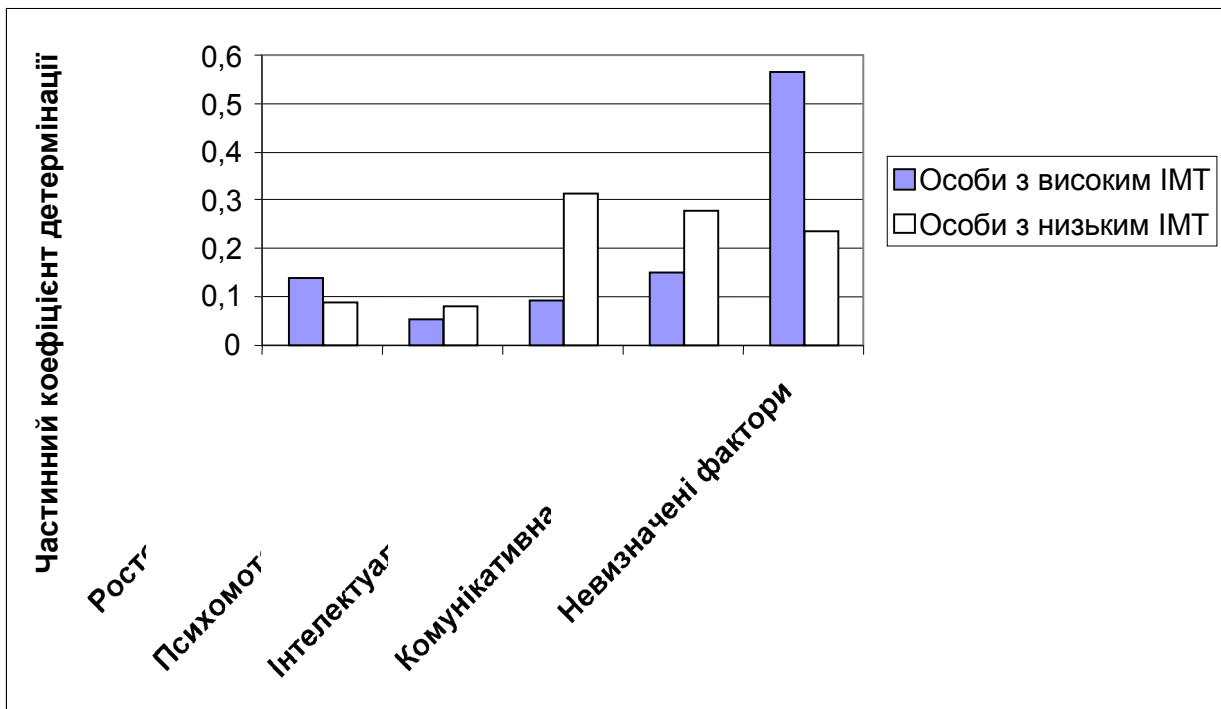


Рис. 1. Вклад особистісних проявів студентів жіночої статі в множинну детермінаційну залежність психосоматичного статусу

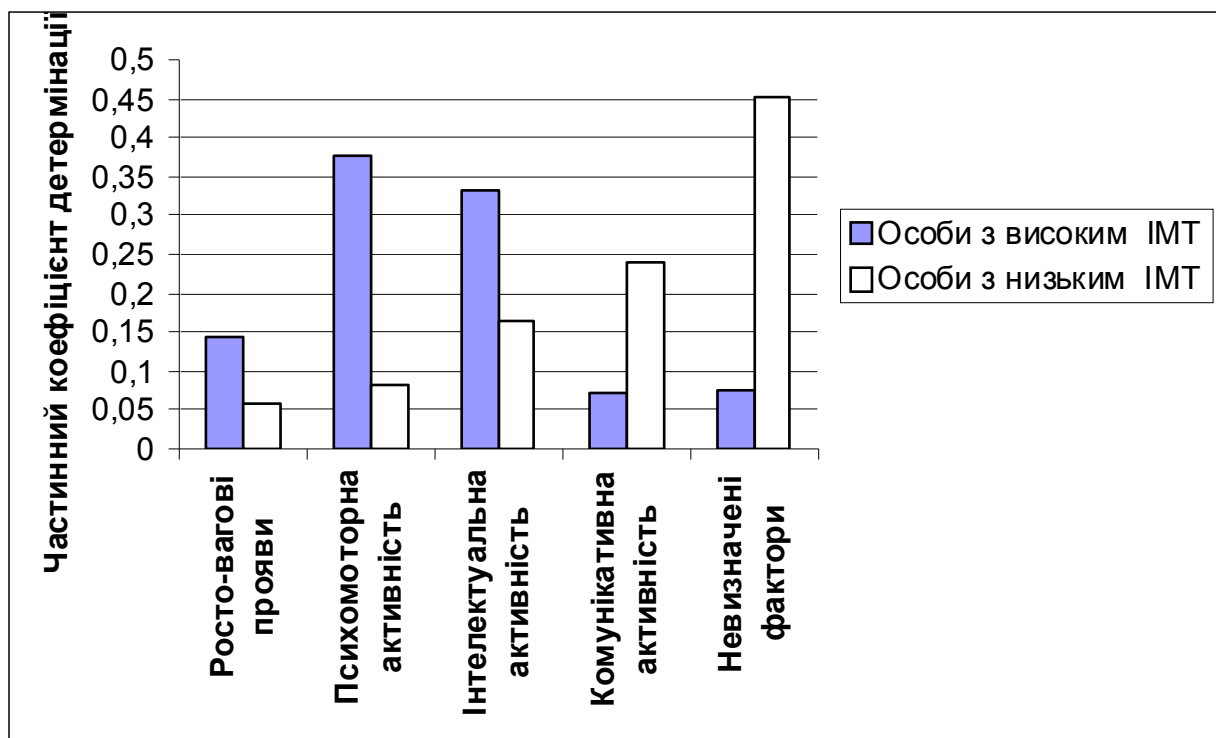


Рис. 2. Вклад особистісних проявів студентів чоловічої статі в множинну детермінаційну залежність психосоматичного статусу

Таблиця 1

**Показники достовірності гендерних відмінностей  
в компонентах психічного та соматичного здоров'я студентів**

	Курс	t-критерій	P	V (%)
Витривалість психомоторна	1–2	4,52	< 0,001	20,22–22,77
	6	2,82	< 0,01	18,07–20,13
Витривалість інтелектуальна	1–2	2,31	< 0,05	15,67–16,11
	6	1,08	> 0,05	16,34–14,12
Витривалість комунікативна	1–2	4,03	< 0,001	22,46–18,67
	6	0,79	> 0,05	23,00–21,22
Швидкість психомоторна	1–2	2,51	< 0,05	18,08–16,87
	6	1,46	> 0,05	17,64–20,42
Швидкість інтелектуальна	1–2	1,65	> 0,05	17,02–15,76
	6	1,91	> 0,05	16,14–16,53
Швидкість комунікативна	1–2	3,30	< 0,001	11,95–9,24
	6	1,20	> 0,05	10,02–8,75
Пластичність психомоторна	1–2	1,45	> 0,05	16,15–14,41
	6	0,85	> 0,05	15,50–16,22
Пластичність інтелектуальна	1–2	0,22	> 0,05	14,40–15,73
	6	0,34	> 0,05	16,66–15,17
Пластичність комунікативна	1–2	2,72	< 0,01	19,14–18,77
	6	0,57	> 0,05	21,31–14,87
Росто-вагові показники (індекс маси тіла)	1–2	2,17	< 0,05	13,29–13,12
	6	5,28	< 0,001	13,16–12,40

**Висновки:**

1. За період навчання умови набуття фахової освіти змінюють свій вплив на обрані компоненти соматичного і психічного здоров'я та психосоматичний статус студентів технічного навчального закладу.

2. Виявлені на початку навчання гендерні відмінності в проявах загальної психомоторної, інтелектуальної, комунікативної активності та росто-вагових показників студентів на період закінчення навчання зберігаються тільки в показниках психомоторної витривалості та індексу маси тіла.

3. Росто-вагові показники студентів як критерію соматичного здоров'я проявляють відповідний вплив на обрані компоненти психічного здоров'я:

- стан психосоматичного здоров'я за обраними критеріями в студентів-чоловіків із відносно збільшеною масою тіла перебуває під переважним впливом психомоторної та інтелектуальної активності; з відносно зменшеною масою – під переважним впливом комунікативної активності та невизначених чинників.

- у студентів-жінок зі збільшеною масою – переважно під впливом невизначених чинників, а серед жінок зі зменшеною масою – інтелектуальної та комунікативної активності.

4. Навчальна парадигма як сукупні освітянські технології та методи набуття професійних компетенцій за період навчання приведе до свого детермінантного впливу на прояви індивідуальності студентів у комунікативній, інтелектуальній, психомоторній сферах та відображається деякими показниками соматичного стану.

Таким чином, запропонований підхід до обрання критеріїв прояву культури здоров'я та методів аналізу і обробки отриманих даних дозволяє використовувати їх в аналізі вікових, фахових та інших групових відмінностей в системі фізичного виховання населення.

### Список літератури

1. *Абрахам Маслоу*. Мотивация и личность / Абрахам Маслоу ; [пер. с англ. А. М. Татлыбаевой]. – СПб. : Евразия, 1999. – 478 с.
2. *Новицький Ю. В.* Мотиваційні чинники системоутворюючого фактора фізичного виховання / Ю. В. Новицький // Теорія і практика фізичного виховання. – 2008. – №1. – С. 331.
3. *Новицький Ю. В.* Акмеологічні чинники спортивного зростання / Ю. В. Новицький // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 10. – С. 159–163.
4. *Новицький Ю. В.* Порівняльна характеристика морфо-функціонального стану студентів за період 1981 – 2009 рр / Ю. В. Новицький // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К., 2010. – Серія 15, вип. 7. – С. 204–207.
5. *Новицький Ю. В.* Формування культури здоров'я в галузі фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / Ю. В. Новицький // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К., 2010. – Серія 15, Вип. 8. – С. 110–113.
6. *Новицький Ю. В.* Формування культури здоров'я як етап побудови особистої успішності / Ю. В. Новицький // Проблеми формування здорового способу життя молоді : матеріали III Всеукр. наук.-практ. конф. – Л. : ЛНУ ім. І. Франка, 2010. – С. 248–254.
7. *Павелків Р. В.* Вікова психологія : підруч. [для студ. вищ. навч. закл.] / Р. В. Павелків. – К. : Кондор, 2011. – 468 с.
8. *Савчин М. В.* Вікова психологія : навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – К. : Академвидав, 2011. – 368 с.

### ДЕТЕРМИНАЦИОННЫЕ ОТНОШЕНИЯ ПРОЯВЛЕНИЙ ЛИЧНОСТИ В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Юрий НОВИЦКИЙ

*Национальный технический университет Украины “Киевский политехнический институт”*

**Аннотация.** Рассмотрено детерминационные отношения компонентов соматического и психического здоровья студентов в системных взаимодействиях формирования культуры здоровья. Проанализировано детерминационные зависимости гендерных проявлений фенотипических, психомоторных, интеллектуальных и коммуникативных признаков, определяющих психосоматический статус в системных взаимодействиях реализации потребностей студентов. Определено статистически достоверные гендерные отличия в динамике проявлений психосоматических признаков за период учёбы.

**Ключевые слова:** фенотип, индекс массы тела, психосоматические проявления, культура здоровья.

### DETERMINATION RELATIONS OF PERSONALITY EXPRESSION IN THE PROCESS OF STUDENTS' HEALTH STANDARDS FORMING

Yurij NOVITSKIJ

*National Technical University of Ukraine “Kyiv Polytechnic Institute”*

**Abstract.** There have been examined relations of somatic and psychical health components of students in systematic interaction with health standards. It has been analysed determination dependency of gender phenotypic, psychomotor, intellectual and communicational characters expressions that identify psychosomatic status in systematic interactions of students needs realization. It was determined statistically reliable gender differences in dynamics of psychosomatic characters expression during studying.

**Keywords:** phenotype, body mass index, psychosomatics expressions, health standards.