

## СТАВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ДО ЗДОРОВ'Я

---

**Харченко А. С.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Полтавського національного педагогічного університету  
імені В. Г. Короленка

**Гончарова Н.О.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Полтавського національного педагогічного університету  
імені В. Г. Короленка

---

**Ключові слова:** ставлення до здоров'я, підлітки, ціннісні орієнтації, спосіб життя, діагностика.

**Keywords:** health attitudes, adolescents, value orientations, lifestyle, diagnostics.

Насьогодні важливим напрямком роботи у школі визначається здоров'язбережна, здоров'ятворча діяльність, проте, її психологічна складова часто недооцінюється. Школярі виявляють знання здебільшого фізичних характеристик здоров'я, а на психологічні не зважають. Тому виявляється важливим забезпечення в загальноосвітніх установах таких умов навчання і виховання, які сприяли б формуванню відповідального, ціннісного ставлення до здоров'я та сприяли його збереженню [1; 3].

Ставлення до здоров'я є системою індивідуальних вибіркових зв'язків особистості з різноманітними явищами навколишньої дійсності, що сприяють або, навпаки, загрожують здоров'ю людей, а також певні оцінки індивідом свого психічного чи фізичного стану [2].

На думку психологів І. А. Аликіна, О. В. Барканової, О. С. Дроботун, Н. Б. Дунаєвської, В. М. Кабаєвої,

Е. А. Малолетко, А. А. Прокопенка, Є. В. Вахрушевої, В. Е. Пахальяна, Т. Л. Ядришнікової та інших, підлітковий вік є важливим для формування відповідального, ціннісного ставлення до здоров'я. Також у їх працях показано, що часто ставлення підлітків до власного здоров'я і особливості сприйняття ними здорового способу життя мають фрагментарний характер, не орієнтовані на необхідність втілення в життя системи дій, спрямованих на підтримку здоров'я та формування усвідомленої потреби в здоровому способі життя. Підлітки усвідомлюють відповідальність за стан власного здоров'я, проте, вони здатні його підтримувати тільки виконанням загальноприйнятих дій і правил, дотриманням гігієнічних норм. Актуальними залишається питання, яке стосується специфіки психологічних особливостей ставлення сучасних молодших і старших підлітків до здоров'я.

У нашому дослідженні взяли участь 60 школярів підліткового віку (по 30 підлітків віком 11 та 15 років), а також 60 батьків підлітків. Були використані такі методики: «Ставлення до здоров'я» (за Р.Березовською), «Ціннісні орієнтації» (за М.Рокічем), «Мій спосіб життя» (за В. Кабаєвою), «Анкета для батьків» (за В. Кабаєвою).

У результаті дослідження було виявлено, що більшість молодших підлітків мають середній рівень усвідомленого ставлення до власного здоров'я, проте, у старших підлітків він вищий. У старших підлітків більш високий рівень обізнаності в сфері здоров'я, розуміння його ролі в забезпеченні активного і тривалого життя. Проте на поведінковому рівні наявна більша невідповідність дій і вчинків вимогам здорового способу життя. Спостерігаються відмінності й на емоційному рівні ставлення до здоров'я; у старших підлітків його показник вище.

Для підлітків здоров'я не є найбільш важливою цінністю; вони не звертають на нього увагу і слабо розуміють його важливість. Молодші підлітки бажають мати щасливе сімейне життя, друзів, добре матеріальне забезпечення, бути здоровими та коханими. Старші підлітки – друзів, добре матеріальне забезпечення, здоров'я, щасливе сімейне життя, кохання. Отже, у старших підлітків показник здоров'я як цінності дещо вище, ніж у молодших підлітків.

Змінити спосіб життя всіх підлітків можуть змусити важка хвороба і незадовільне самопочуття. Тобто підлітки можуть серйозно задуматися про стан власного здоров'я лише під впливом якихось загрозливих обставин.

Батьки відмічають здебільшого середній рівень ставлення підлітків до здоров'я. Вони вказують на найвищу цінність здоров'я для людини, проте, стан здоров'я власних дітей оцінюють як середній або незадовільний. Більшість батьків зазначили, що їх діти знають про проблеми свого здоров'я, проте, самі нічого не роблять для його підтримки; або ж знають про проблеми свого здоров'я і сподіваються на допомогу батьків.

Таким чином, у старших підлітків, порівняно з молодшими підлітками, більше сформоване усвідомлене ставлення до власного здоров'я як життєвої цінності. Перспективу подальших досліджень вбачаємо у вивченні впливу пандемії COVID-19 на ставлення до здоров'я школярів підліткового віку.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Гончарова Н.О. Дослідження рівня готовності майбутніх психологів до опанування професії . Молодий вчений. №5(81) (травень). 2020. С. 51–54.
2. Психологія здоров'я / Под. ред. Г.С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2003. – 607 с.
3. Харченко А.С. Психологічні особливості ціннісного ставлення до здоров'я сучасних підлітків. Психологія і особистість. 2017. № 1 (11). С. 184–172.