

**ЯЦУЛА Тетяна** – доктор педагогічних наук, професор кафедри професійної освіти, Херсонський державний аграрно-економічний університет, 23, вул. Стрітенська, м. Херсон, Україна, індекс 73006 (gubchenko27ann@gmail.com)

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-4686-4122>

**DOI:** <https://doi.org/10.24919/2522-4700.43.19>

**Бібліографічний опис статті:** Яцула, Т. (2021). Розуміння магістрантами смисложиттєвої цінності здоров'я під час викладання курсу «Філософія здоров'я». *Людинознавчі студії: збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. Серія «Філософія»*, 43, 143–146, doi: <https://doi.org/10.24919/2522-4700.43.19>

## РОЗУМІННЯ МАГІСТРАНТАМИ СМИСЛОЖИТТЄВОЇ ЦІННОСТІ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВИКЛАДАННЯ КУРСУ «ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я»

**Анотація.** *Мета статті* – визначити основні характеристики здоров'я людини як смисложиттєвої цінності та запропонувати напрями її осмислення магістрами під час опанування курсу «Філософія здоров'я». **Методологічними засадами дослідження** стали принципи системності та аксіологічного підходу. Автор стверджує, що усвідомлена орієнтація людини на здоровий спосіб життя є важливим показником розуміння смислу свого життя. Здоров'я людини як індивідуальна і соціальна цінність дає їй можливість пройти життєвий шлях на максимальному рівні самоздійснення. Людині необхідно зрозуміти, у чому смисл подій, що відбуваються в її житті, які фактори сприяють успішності в досягненні мети тієї або іншої діяльності, а які можуть стати перешкодою на життєвому шляху. Процес професійного становлення, досягнення професійних здобутків, повноти відчуття самореалізації неможливий без ціннісного ставлення людини до свого здоров'я як смислоутворювальної цінності життя. Визначено доцільність опанування теми «Здоров'я як смисл і цінність життя людини» у процесі здобуття знань із зазначеного курсу для формування відповідних умінь і навичок у студентів. Основними напрямами опанування курсу стали такі: цінність здоров'я як засіб досягнення мети; цінність здоров'я як результат подолання життєвих труднощів та перешкод; захисні механізми організму; гармонія розвитку особистості як умова самореалізації та усвідомлення смислу життя. Автор наводить приклади висловлювань майбутніх фахівців, які демонструють результативність запропонованого напрямку курсу. **Наукова новизна** полягає у практичній спрямованості курсу «Філософія здоров'я». Важливою його темою є «Здоров'я як смисл і цінність життя людини». Саме зазначена тема не тільки розкриває зміст основних категорій, а й мотивує майбутніх фахівців на самовдосконалення, на збереження власного здоров'я як умови самоздійснення в житті. **Висновок.** Спрямованість курсу «Філософія здоров'я» на особистісний розвиток майбутнього фахівця та його успішність у професійній діяльності вимагає не тільки ознайомлення з концептуальними основами філософського тлумачення здоров'я людини, суспільства, а й мотивування на здоровий спосіб життя як смисложиттєву цінність.

**Ключові слова:** здоров'я людини, смисл і цінність життя, самореалізація особистості.

**YATSULA Tetyana** – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor at the Department of Vocational Education, Kherson State Agrarian and Economic University, 23, Stretenska str., Kherson, Ukraine, postal code 73006 (gubchenko27ann@gmail.com)

**ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-4686-4122>

**DOI:** <https://doi.org/10.24919/2522-4700.43.19>

**To cite this article:** Yatsula, T. (2021). Rozuminnia mahistrantamy smyslozhyttievoi tsinnosti zdorovia pid chas vykladannia kursu «Filosofia zdorovia» [Understanding by students of the meaning of life value of health while teaching the course "Philosophy of Health"]. *Liudynoznavchi studii: zbirnyk naukovykh prats Drohobyt'skoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Ivana Franka. Seriiia "Filosofia" – Human Studies. Series of "Philosophy": a collection of scientific articles of the Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University*, 43, 143–146, doi: <https://doi.org/10.24919/2522-4700.43.19>

## UNDERSTANDING BY GRADUATES OF THE MEANINGFUL VALUE OF HEALTH DURING THE COURSE "PHILOSOPHY OF HEALTH"

**Summary.** *The purpose of the article is to determine the main characteristics of human health as a meaningful life value and to suggest directions for its comprehension by masters during the course "Philosophy of Health". The author argues that a person's conscious focus on a healthy lifestyle is an important indicator of understanding the meaning of his life. Human health as an individual and social value enables him to go through life at the maximum level of self-realization. A person needs to understand the meaning of events that occur in his life, what factors contribute to success in achieving the goal of a particular activity, and which can be an obstacle in life. The process of professional development, achievement of professional achievements, fullness of self-realization is impossible without the value attitude of a person to his health as a meaningful value of life. The expediency of mastering the topic "Health as the meaning and value of human life" in the process of acquiring knowledge from this course to form the appropriate skills and abilities of students. The main areas of mastering the course were: the value of health as a means to an end; the value of health as a result of overcoming life's difficulties and obstacles; protective mechanisms of the body; harmony of personality development as a condition of self-realization and awareness of the meaning of life. The author gives examples of statements of future professionals who demonstrate the effectiveness of the proposed course. Scientific novelty lies in the practical orientation of the course "Philosophy of Health". Its important topic is "Health as the meaning and value of human life." This topic not only reveals the content of the main categories, but also motivates future professionals to self-improvement, to preserve their own health as a condition of self-realization in life. Conclusion. The focus of the course "Philosophy of Health" on the personal development of the future specialist and his success in professional activities requires not only acquaintance with the conceptual foundations of philosophical interpretation of human health, society, but also motivation for a healthy lifestyle as a meaningful value.*

**Key words:** *human health, meaning and value of life, self-realization of personality.*

Проблема здоров'я є предметом аналізу представників різних наук: філософії, соціології, валеології, психології тощо. Однак, незважаючи на різноманітність праць, присвячених здоров'ю людини, питання усвідомлення зазначеної категорії як особистої смисложиттєвої цінності залишаються недостатньо проаналізованими. Людині необхідно зрозуміти, у чому смисл подій, що відбуваються в її житті, які фактори сприяють успішності в досягненні мети тієї або іншої діяльності, а які можуть стати перешкодою на життєвому шляху.

Процеси професійного становлення, досягнення професійних здобутків, повноти відчуття самореалізації неможливі без ціннісного ставлення людини до свого здоров'я як смислоутворювальної цінності життя.

Аналіз численних визначень категорії «здоров'я» показує, що вона відбиває якість пристосування організму людини до умов зовнішнього середовища, процес взаємодії з ним. Стан здоров'я – це результат взаємодії зовнішніх (природних, соціальних) і внутрішніх (спадковість, стать, вік) чинників. Водночас найважливішим фактором у здоров'ї людини є сама людина, її усвідомлене ставлення до здоров'я як цінності свого життя; цінності, що створює умови для саморозвитку, самореалізації.

Бойчук (Бойчук, 2017) виділяє такі основні сутнісні елементи у визначенні здоров'я, як: 1) здоров'я як норма функціонування організму на всіх рівнях його організації; 2) здоров'я як динамічна рівновага (гармонія) життєвих функцій

організму; 3) здоров'я як повноцінне виконання основних соціальних функцій, участь у житті суспільства й активна трудова діяльність; 4) здатність організму адаптуватися до умов навколишнього середовища, що весь час змінюється; 5) відсутність патологічних змін і нормальне самопочуття; 6) повне фізичне, духовне, розумове й соціальне благополуччя.

Виходячи з актуальності проблеми, рівня її розробленості, означимо **мету статті** – визначення основних характеристик здоров'я людини як смисложиттєвої цінності – і на цій основі запропонуємо напрями її осмислення магістрами під час опанування курсу «Філософія здоров'я».

Спираючись на те, що структурними елементами здоров'я людини є фізичне, психічне, духовне, моральне, соціальне здоров'я, слід зазначити, що вони не тільки взаємопов'язані та зумовлюють один одного, а й стають основою для розуміння смислу свого життя. Так, наприклад, порушення психічного здоров'я, депресивний стан людини відбивається на стані інших елементів здоров'я (морального, соціального тощо) і спонукає людину не лише до пошуку смислу професійної діяльності, а й загалом до пошуку нових життєвих орієнтирів. Особистісні цінності розуміються (Братусь, 1988) як усвідомлені смислові утворення.

Цілісні системи смислових утворень задають не самі по собі конкретні мотиви, а площину відносин між ними, тобто саме той первісний план, ескіз майбутнього, що повинний передувати реальному втіленню (Братусь, 1988, с. 31).

Таким чином, можна стверджувати що усвідомлена орієнтація людини на здоровий спосіб життя є важливим показником розуміння смислу свого життя.

Здоров'я людини як індивідуальна та соціальна цінність дає їй можливість пройти життєвий шлях на максимальному рівні самоздійснення.

За Ларіоновою (2004), здоров'я – це не просто відсутність хвороб, а потенційна й реальна сукупність можливостей людини, які реалізуються в конкретних умовах без втрат в адаптації до життєвого середовища. Це гармонійна сукупність фізичного, духовного і соціального стану людини, у якій втрати в адаптації до середовища у фізичному відношенні можуть бути компенсовані духовним та соціальним складниками (Ларіонова 2004).

Важливим для нашого дослідження стало визначення здоров'я Розіним (2001). Науковець стверджує, що здоров'я – це можливість не тільки і не стільки ефективно діяти в соціальному плані, скільки повноцінно реалізувати себе. Йдеться про ідеал здоров'я. Це стан людини, до якого вона прагне і який, у чому вона впевнена, дає їй змогу відчувати себе людиною, бути в злагоді із собою (Розін, 2001, с. 48). Отже, можна дійти висновку, що ставлення людини до свого здоров'я має ціннісно-смислове значення і тому є оптимальною умовою не тільки для існування, але й для подальшого росту, самореалізації.

Здоров'я людини, гармонія з навколишнім світом вимагають активного творчого ставлення людини до власного життя. Відсутність мотивації до самопізнання, саморозвитку може стати причиною деструктивного способу життя, що виявляється в різних елементах неблагополуччя. А це і є виявом психічної нестабільності, яка позначається на результативності діяльності людини і втраті нею сенсу життя, стійкості. Окрім цього, потім це призводить до хвороб як наслідку зазначеного стилю життя. У людини повинна бути потреба знаходити сенс свого існування, проживати етапи особистісного зростання, вершини професійних досягнень. Фактор здоров'я дає відчуття повноти здійснення цілей і можливість планувати подальші звершення.

Розглядаючи здоров'я людини у викладачських аспектах, є підстави стверджувати, що воно є цінністю, яка розвивається завдяки актуалізації смисложиттєвих орієнтирів особистості і дає змогу розкрити внутрішній потенціал особистості, який зумовлює ефективну професійно-особистісну діяльність її у соціокультурному просторі сьогодення.

Результатом нашого аналізу стало проектування навчального курсу «Філософія здоров'я» для здобувачів магістерського рівня освіти.

Головною метою зазначеного курсу нами визначено доведення до свідомості значення здоров'я людини як важливого фактора її успішності у професійному та особистому житті. Основні завдання курсу – ознайомити студентів з основними поняттями філософії здоров'я; показати зв'язок здоров'я зі способом життя й смислами діяльності; ознайомити студентів з основними підходами і методами діагностики стану здоров'я; продемонструвати значення фізичних, психологічних та соціальних факторів, що впливають на формування здорового способу життя; підготувати студентів до самостійного прогнозування свого здоров'я, до оцінки впливу різних чинників на здоров'я особистості.

Однією з найважливіших тем курсу ми вважаємо «Здоров'я як смисл і цінність життя людини». Основними напрямками опанування зазначеного курсу є: цінність здоров'я як засіб досягнення мети; цінність здоров'я як результат подолання життєвих труднощів і перешкод; захисні механізми організму; гармонія розвитку особистості як умова самореалізації та усвідомлення смислу життя.

Для самостійної роботи здобувачів розроблені і запропоновані відповідно до тематики форми, методи самостійної роботи. До основних змістовних компонентів самостійної роботи зараховуємо: «Життєвий шлях людини та її здоров'я» (форма есе із прикладами із життя відомих діячів культури); «Буття і сенс життя людини» (презентація з використанням фрагментів фільмів); «Надійність професійної діяльності та особистого життя: фактори, що впливають» (питання для подальшого обговорення під час дискусії).

Апробація курсу дала можливість констатувати, що в майбутніх фахівців сформувалося не тільки усвідомлене ставлення до здоров'я як смисложиттєвої цінності, а і мотивація щодо його збереження та вдосконалення. Про це свідчать письмові опитування студентів. Наприклад, відповідь Олега М.: «Раніше я не замислювався про стан здоров'я людини і про те, як він пов'язується з успіхами в житті. Зараз розумію, що від здоров'я людини (а я проєктую на собі) залежать і стосунки з навколишніми (психічний стан), і спроможність виконувати обсяг роботи (фізичний стан), і прагнення до саморозвитку, планування майбутнього (духовний стан)». Або приведемо приклад Олі В. «Курс «Філософія здоров'я» мав для мене особисту цінність. Скажу відверто, моє ставлення до здоров'я не було усвідомленим. Хвороби, порушення здорового способу життя – це те, що було характерним для мене із часів шкільного життя. І тільки зараз я розумію, як багато залежить від стану твого здоров'я і здоров'я

навколишніх. Здається, що здоров'я – це повітря, яке не відчуваєш, коли воно є (усе здійснюється в житті за бажанням). Скільки же повинно бути зусиль, щоб досягти мети, коли твого «повітря» не вистачає».

**Висновок.** Спрямованість курсу «Філософія здоров'я» на особистісний розвиток майбутнього фахівця, його успішність у професійній діяльності вимагає не тільки ознайомлення з концептуальними основами філософського тлумачення здоров'я людини, суспільства,

а і мотивування на здоровий спосіб життя як смисложиттєву цінність.

Викладений у статті матеріал дає можливість визначити такі проблеми: яким чином здоров'я людини як смисложиттєва цінність пов'язано з особистістю, яка самоактуалізується; яку роль виконує викладач дисципліни «Філософія здоров'я» як мотиватор здорового способу життя; які бар'єри у здобутті сенсу життя можливі на життєвому шляху людини, що пов'язані з його здоров'ям, і які є шляхи подолання цих бар'єрів.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бойчук Ю.Д. Сучасні підходи до розуміння сутності здоров'я людини та суміжних з ним понять. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. – Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. – 488 с. С. 5–16
2. Братусь Б.С. Аномалии личности. – Москва : Мысль, 1988. – 301 с.
3. Ларионова И. С. Здоровье как социальная ценность : Дис. ... д-ра филос. наук : 09.00.11 : Москва, 2004. 265 с.
4. Розин В.М. Мировоззренческо-методологические проблемы здоровья в современной культурной традиции. Философия здоровья. – Москва, 2001. – 242 с., С. 34–60.

#### REFERENCES

1. Boichuk Yu.D. (2017). Suchasni pidkhody do rozuminnia sutnosti zdorovia liudyny ta sumizhnykh z nym poniat [Modern approaches to understanding the essence of human health and related concepts]. Zahalna teoriia zdorovia ta zdoroviazberezhennia : kolektyvna monohrafiia / za zah. red. prof. Yu.D. Boichuka. – Kharkiv: Vyd. Rozhko S. H. – 488 s. S. 5–16 [in Ukrainian].
2. Bratus B.S. (1988). Anomalii lichnosti. [Personality anomalies] – Moskva: Myisl, 1988. – 301 s. [in Russian].
3. Larionova I.S. (2004). Zdorove kak sotsialnaya tsennost [Health as a social value]: (Extended abstract of Doctors thesis): Moskva, 265 s. [in Russian].
4. Rozin V.M. (2001). Mirovozzrenchesko-metodologicheskie problemyi zdorovyia v sovremennoy kulturnoy traditsii [Worldview and methodological problems of health in the modern cultural tradition]. Filosofiia zdorovyia. – Moskva – 242 s., S. 34–60 [in Russian].