

Юлія Бойко

### СУТНІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФОРМУВАННЯ АКСІОЛОГІЧНИХ УСТАНОВОК ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТСЬКІЙ МОЛОДІ

*В статті проводиться аналіз психолого-педагогічної літератури та досліджень науковців, які вивчали системний підхід до формування ціннісних установок до здоров'я та здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів. Визначена актуальність досліджуваної проблеми, розкриваються сутнісні характеристики досліджуваного поняття, виявлена орієнтація психолого-педагогічної науки на користь аксіологічного підходу та пошуку нових шляхів організації процесу навчання та виховання молоді згідно основ здорового способу життя. В кінці статті робляться висновки та окреслюються перспективи подальшого розвитку даної проблеми.*

**Ключові слова:** здоров'я, здоровий спосіб життя, цінність, ціннісне ставлення, ціннісні орієнтації, мотивація, ціннісні установки.

Залучення майбутнього педагога до здорового способу життя – одне з найголовніших завдань реформування й удосконалення системи освіти, і поліпшення підготовки педагогічних кадрів. Вчитель з послабленим станом здоров'я навіть при достатньо високій дидактичній підготовці не може виконувати свій професійний обов'язок на належному рівні. Розробка аксіологічного напрямку у дослідженні здорового способу життя майбутнього вчителя особливо актуальна в умовах кризи освіти і суспільства, яка склалася в сучасній Україні.

Здоровий спосіб життя студенту не можна нав'язати ззовні. Він має можливість вибору значущих для себе форм життєдіяльності і типу поведінки. Маючи своє ставлення до цінності «здоровий спосіб життя», кожний студент формує свій взірець дій і мислення.

Постає необхідність розкрити сутність та застосування понять «цінність», «ціннісне ставлення», «ціннісні орієнтації» та їх взаємозв'язок з поняттями «установка», «аксіологічна установка».

У дослідженнях психологів Л. Божович, В. Водзинської, О. Леонтьєва, В. Мясіщева, С. Рубінштейна, Д. Узнадзе розглянуто психофізіологічні механізми формування ціннісних орієнтацій через систему установок як ефективного способу дати навколишньому світу оцінку, тобто установка може визначити нашу відповідну реакцію.

Важливим для нашого дослідження представляється визначення сутнісних характеристик установки до здорового способу життя, як до

професійної цінності, що і стало метою написання даної статті.

Цінність за своєю психологічною сутністю ототожнюють з категоріями «значущість» (Н. Добринін), «установка» (Д. Узнадзе), «ставлення» (В. Мясищев), «особистісний сенс» (О. Леонтьєв).

Цінність як аксіологічна категорія має багаторівневу структуру. Загальним, об'єднуючим є той факт, що цінності відображають світ людини, її культуру. Вони можуть існувати як суб'єктивні утворення, що відображаються у свідомості людини. Діалектика даної аксіологічної категорії показує, що в історії розвитку суспільства вищою цінністю стає людина як особистість, як самоціль суспільного розвитку.

Розглядаючи здоровий спосіб життя як категорію, що належить до людських цінностей, ми наповнюємо його власним змістом, опираючись при цьому на аксіологічний підхід. Сутність аксіологічного підходу до досліджуваної нами проблеми, полягає в його спрямованості на розумінні значень і на розвитку здатності студентів до осмислення феномена здорового способу життя та наділенню його певним змістом.

Отже, у світлі аксіологічного підходу здоровий спосіб життя – це історично сформована індивідуалізована цінність, що вимагає усвідомленого відношення до себе, як до мети й засобу збереження й зміцнення здоров'я, досягнення довголіття.

Роль та вплив цінностей та ціннісних орієнтацій на становлення особистості висвітлено у працях Є. Барбіної, І. Беха, А. Богущ, М. Боришевського, В. Бутенка, І. Зязюна, Л. Крицької, Л. Ломако, Л. Савченко, Р. Скульського, В. Струманського, І. Тараненко, Л. Хомич та ін. Проблема формування, розвитку ціннісних орієнтацій в науково-педагогічних дослідженнях розглядається та аналізується за різними напрямками: аксіологічним (О. Булінін, В. Гриньова, М. Нікандров, В. Повзун, А. Серий та ін.), діяльнісним (В. Анненков, Т. Брайченко, О. Вершловський, В. Воронцова, Н. Нікітіна, С. Новікова та ін.), особистісним (В. Дзюба, О. Медведенко та ін.), системним (Є. Андрієнко, І. Лушников, М. Ситникова, О. Ярмоленко та ін.).

Розв'язання проблеми нашого дослідження потребувало аналізу сутності поняття «ціннісна орієнтація на здоровий спосіб життя» через категорію «ціннісні орієнтації». Під ціннісною орієнтацією особистості на здоровий спосіб життя О. Ігнат'єв розуміє таку установку особистості, яка визначає, спонукає і направляє її подальшу поведінку і діяльність на збереження і зміцнення свого здоров'я і здоров'я інших людей, надає цій діяльності особистісного сенсу [9, с. 10].

Окремі дослідники визначають ціннісні орієнтації через ідеали, спрямування, цілі (Б. Анан'єв, В. Анненков, В. Ольшевський, Е. Соколов). Інші вчені визначають ціннісні орієнтації, як систему установок (І. Кон, Д. Узнадзе). «Орієнтації, спрямовані на будь-які соціальні цінності, називаються ціннісними орієнтаціями», – зазначає І. Кон [10, с. 26]. На думку С. Новикової, ціннісні орієнтації виступають як соціальна властивість

особистості, яка орієнтує індивіда на досягнення основних цілей життєдіяльності, на активну участь у процесі засвоєння та відтворення матеріальних і духовних цінностей, в яких задовольняються вищі потреби людини. Нерідко ціннісні орієнтації визначаються як важливий елемент структури особистості, закріплений життєвим досвідом індивіда, всією сукупністю переживань, який дозволяє розрізняти значуще, суттєве для даної людини і незначуще, несуттєве [13, с. 291–292].

Отже, особливо значущим регулятором життєдіяльності й поведінки людини є цінності та ціннісні орієнтації. Вони виконують подвійну функцію: з одного боку, вони є елементами когнітивної структури особистості, з іншого боку – елементами її мотиваційно-потребової сфери, що спричинено двоїстим характером системи цінностей, які зумовлюються одночасно індивідуальним і соціальним досвідом.

Так, Л. Божович, Б. Донов, М. Дьомін розглядають ціннісні орієнтації, як систему установок особистості, що забезпечують її діяльність і включають оцінку значущості предметів або явищ. У дослідженнях А. Здравомислова, В. Ядова дається визначення поняття ціннісних орієнтацій, як системи установок, становлення яких зумовлюється життєвим досвідом особи, в яку включено рівні саморегуляції соціальної поведінки особистості, що є етапами усвідомлення особистістю системи цінностей, яка існує в суспільстві [10, с. 63].

В. Дряпіка в своїй роботі зазначає, що ціннісна орієнтація спирається на певну систему установок, що є зв'язуючою ланкою між потребами особи та її мотивами. Вона стає перехідною властивістю цілісного суб'єкта, тому що потреба може втілюватись у різних мотивах. Якщо ж установка виступає як готовність до певних дій у відповідності до бажаних моделей про довершеність, то така установка набуває форми ідеалу [6].

Однак між ними існують і відмінності: якщо установка конкретно-предметна, спрямована на визначений об'єкт, то система ціннісних орієнтацій виявляє загальне ставлення особистості до всього кола об'єктів, з якими вона стикається в процесі життя; якщо ціннісні орієнтації сформувались у процесі взаємодії з тими чи іншими сторонами дійсності, із системою знань, інформації, норм і спрямовані на вироблення поведінки, то установки – це лише більш стійка, відносно вужча частина системи ціннісних переваг, спрямована на об'єкт у визначеній ситуації, а орієнтація – загальне спрямування суб'єкта на види соціальних цінностей. Отже, ціннісні орієнтації особистості – особистісні вибори ідеалів, особистісна спрямованість на світ цінностей, побудова їхньої індивідуальної ієрархії, включення їх у цілі і мотиви життєдіяльності. Ціннісні установки особистості – це цілеспрямований вплив соціуму на формування освітньої орієнтації особистості.

Теоретичний аналіз наукової літератури свідчить про те, що цінності й ціннісні орієнтації, впливаючи на ситуативні мотиви особистості, її

свідомість та підсвідомість, є базисом для формування життєвої позиції. Ціннісні орієнтації здатні визначати спрямованість діяльності, інтелекту, що зумовлює важливість формування стійких ціннісних орієнтацій для професійного становлення майбутніх педагогів [3, с. 10].

Як і категорія «цінності», поняття «ціннісні орієнтації» також не має єдиного визначення. Звернемо увагу на те, що розробка концепту «ціннісні орієнтації» пов'язана з діяльнісним аспектом цінностей. Так, в «Українському педагогічному словникові» С. Гончаренка ціннісні орієнтації трактуються як «вибіркова, відносно стійка система спрямованості інтересів і потреб особистості, зорієнтована на певний аспект соціальних цінностей. Ціннісні орієнтації форсуються в процесі соціального розвитку індивіда, його участі в трудовому житті. Виховання людини можна розглядати як керування становленням або зміною ціннісних орієнтацій» [5, с. 357].

Відповідно ціннісні орієнтації педагога визначено як систему стійких відношень особистості до педагогічної праці, що формуються на основі усвідомлених педагогічних цінностей і втілюються в професійній діяльності, визначаючи її змістове наповнення і шляхи досягнення професійних цілей.

В результаті теоретичного дослідження проблеми Л. Києлевійнен вдалося сформулювати визначення ціннісного ставлення до здорового способу життя, яке передбачає усвідомлення людиною здоров'я як цінності життя, осмислення власних дій, внутрішніх станів, почуттів і вироблення на цій основі здоров'язберігаючих переконань, установок, способів поведінки, орієнтованих на активну фізкультурно-оздоровчу діяльність [11, с. 14].

Ціннісне ставлення студента до здорового способу життя представляє єдність об'єктивного і суб'єктивного змісту. Об'єктивний стан особистості студента і майбутнього педагога є основою його продуманої вибіркової спрямованості на цінності здорового способу життя, в якій виявляються усвідомленість, емоційність і інтелектуально-вольова активність особистості, стимулюючі соціальну та професійно-педагогічну активність. Суб'єктивний компонент в формуванні ціннісного ставлення О. Плаксина вбачає в трансформації структурних складових здорового способу життя, переході суспільно значущих цінностей в особистісні, реалізацію їх в діяльності студента. Ставши особистісно значущими, цінності виступають в якості внутрішніх регуляторів діяльності студента [12].

Ціннісне ставлення до здоров'я є складним психічним новоутворенням особистості, що характеризується сформованістю знань і уявлень про здоров'я як про цінність, позитивною валеологічною активністю, усвідомленим ставленням до здоров'я, термінальним характером цінності здоров'я, сформованістю умінь і навичок збереження та зміцнення здоров'я.

Опираючись на основні положення філософської теорії цінності, ми пропонуємо вважати здоровий спосіб життя однією з людських цінностей

на таких підставах:

по-перше, здоровий спосіб життя є орієнтиром, ідеалом, до якого має прагнути людина, що бажає зберегти й зміцнити своє здоров'я; по-друге, він служить засобом формування, зміцнення й збереження здоров'я; по-третє, здоровий спосіб життя – це мета, здійснення якої дозволяє людині відмовитися від шкідливих звичок, підвищити соціальну активність і соціальний статус, реалізувати потреби в самоактуалізації, досягти високої працездатності й раціональної організації всієї життєдіяльності; по-четверте, здоровий спосіб життя наділений змістом, завдяки чому наповнюється змістом і життя людини, що максимально наближається до реалізації його принципів.

Докладно розглянувши категорії цінності, ціннісних орієнтацій та ціннісного ставлення, що склалися в науці на основі філософської теорії цінності й психологічної концепції суб'єктивного відношення, ми звертаємося до поняття аксіологічних установок.

Термін «установка» введено до наукового обігу в соціології завдяки спільній праці американських соціологів У. Томаса і Ф. Знанецького. Загальнопсихологічна теорія установки на основі чисельних експериментальних досліджень розроблена Д. Узнадзе, який розглядав установку як особливий стан єдності внутрішнього (потреба суб'єкта) і зовнішнього (ситуації задоволення (потреби)) [15].

Сутність ціннісної установки можна інтерпретувати з позиції теорії функціональних систем П. Анохіна. Функціональні системи виступають, як складні одиниці інтегративної діяльності організму. Динамічно і системно організована активність різних елементів забезпечує досягнення необхідного результату. Ціннісну установку можна назвати динамічною функціональною системою, що регулює поведінку особистості по відношенню до об'єкта. Регулююча функція ціннісної установки – це її зв'язок з «власним» для даної установки об'єктом (явища, інтереси, процеси, захоплення) [1].

Аналіз змістових характеристик ґрунтується на уявленні про ієрархічність рівневої природі установки (А. Асмолов). Відповідно до цієї концепції, в залежності від співвідношення різних форм установок з об'єктивними факторами та структурними моментами діяльності слід виділяти різні рівні установки: смислова, яка виявляється в діяльності ставленні особистості до об'єктів, що мають для неї особистісний сенс; цільова як стабілізатор дії, викликаного конкретною метою; операційна як готовність до здійснення дій, заснованих на минулому досвіді та поведінці в подібних ситуаціях. Установка – це готовність людини до певної дії або до певного сприйняття навколишньої дійсності. Установка формується на основі мотивації під безпосередньою корекцією системи цінностей, тому одні й ті ж мотиви у різних людей можуть дати початок різним установкам, залежних від системи цінностей індивідуума.

В. Буторін розводить поняття «установка» і «ставлення», так як під установкою він розумів готовність до дії, а ставлення як вибірковість, тяжіння або відштовхування [4, с. 83].

Аналіз наукових праць вищезазначених авторів дав можливість сформулювати поняття «установка», під якою розуміємо цілісний динамічний стан суб'єкта у вигляді схильності до сприйняття майбутніх подій, яке обумовлюється двома факторами: потребою суб'єкта і відповідною об'єктивною ситуацією».

Виступаючи як готовність до дії, установка забезпечує стійкий цілеспрямований характер перебігу відповідної діяльності, служить основою доцільної виборчої активності людини.

Традиція вивчення ціннісної установки склалася також й у західній соціальній психології й соціології, де для її позначення використався термін «аттитюд» [7, с. 54].

Уперше це поняття було уведено в соціально-психологічну термінологію американськими вченими У. Томасом і Ф. Знанецким у 1918 році, які визначили аттитюд як «психологічне переживання індивідом цінності, значення, змісту соціального об'єкта» або як «стан свідомості індивіда щодо деякої соціальної цінності» [14].

Основні ознаки установки або аттитюда: соціальний характер об'єктів, з якими пов'язані ставлення та поведінка людини, усвідомленість і емоційний компонент цих відносин, регулятивна роль ціннісної установки. Соціальні об'єкти розуміються, в даному випадку, в самому широкому сенсі: інститути суспільства, держави, явища, події, процеси, норми особистості.

Згідно Адлеру, стиль життя особистості найбільш чітко проявляється в її установках і поведінці, направлених на вирішення трьох основних життєвих завдань: робота, дружба і любов. Спираючись на оцінку ступеня вираженості соціального інтересу і ступеня активності по відношенню до цих трьох задач, Адлер розрізняв чотири основні типи установок, супутніх стилю життя: керуючий, який одержує, уникаючий і соціально-корисний типи [16].

У наступні роки вживали численні спроби подальшого опису властивостей і структури ціннісної установки. Зокрема, М. Рокич висловлював ідею одночасного існування двох аттитюдів: на об'єкт і на ситуацію, які можуть «включатися» поперемінно.

Таким чином, існують два взаємопов'язаних види суб'єктивного ставлення до здоров'я: усвідомлене (свідоме) і неусвідомлене (установка).

З точки зору значущості для суспільства і особистості окремі ціннісні установки займають нерівноправне становище, утворюють ієрархію. Цей факт відбитий в диспозиційній концепції регуляції поведінки особистості В. Ядова, який запропонував об'єднати різні регулятори, які діють у різних соціальних сферах. Ієрархія диспозицій, тобто психоло-

гічних станів готовності до певних поведінкових дій, в свою чергу визначається ієрархією потреб і ієрархією ситуацій, в яких ці потреби реалізуються, ступенем включеності в систему соціальних відносин. В. Отрут виділяє чотири рівні диспозицій. Перший рівень диспозицій складають елементарні фіксовані установки. Вони формуються на основі елементарних потреб в самих найпростіших «предметних» ситуаціях. Другий рівень – визначає складнішу диспозицію, при якій соціально фіксовані установки формуються в малих групах на основі потреби в спілкуванні і висловлюють певне відношення особистості до соціальних об'єктів на цьому рівні. Третій рівень визначається такими диспозиціями, в яких фіксується загальна спрямованість інтересів особистості (базові соціальні установки), стосовно конкретної сфери соціальної активності (робота, область інтересів, дозвілля). Четвертий рівень диспозицій утворюється системою ціннісних орієнтацій особистості, виражає її ставлення до цілей життєдіяльності, до засобів досягнення цих цілей, що визначаються загальними соціальними, економічними, політичними, ідеологічними умовами існування суспільства.

Для кожного індивіда існує суб'єктивне підпорядкування ціннісних установок, яке не завжди збігається з суспільно прийнятою ієрархією. Зустріч потреби і ситуації (умови) формують установку або диспозицію. Набір диспозицій утворюють ієрархію [2 с. 297].

Визначення рівнів регуляції соціального поведіння особистості здійснюється на підставі схеми Д. Узнадзе, де установка виникає при наявності певної потреби з одного боку, і ситуації задоволення цієї потреби – з іншого [2, с. 295].

Описуючи ціннісні установки, ми використовуємо одну з трьох характеристик, які варто вивчити як абетку установок: афект (почуття), поведінка (намір) і пізнання (думки).

На силу зв'язку «установка – поведінка» впливають численні чинники. Це й аспекти ситуації, наприклад, функціонування соціальних норм і тиск часу; аспекти самих установок, наприклад, їхня сила, важливість і доступність; особистісні аспекти, наприклад, самоконтроль.

Сильні установки не тільки впливають на поведінку, вони також більш стійкі до змін, більш стабільні в часі і впливають на різні аспекти соціального пізнання. При цьому, чим важливішою є та чи інша установка, тим більше людина використовує її для обробки інформації, прийняття рішень і в процесі здійснення певних дій.

Для того, щоб вести здоровий спосіб життя, необхідно створити установку на здоровий спосіб життя та знати механізми формування аксіологічних установок студентів.

Аналіз праць науковців дозволив обґрунтувати термін «аксіологічна установка на здоровий спосіб життя», під якою розумітимемо сукупність компонентів, що відбивають спосіб життя особистості відповідно до її

знань, інтересів, мотивів, потреб, прагнень в забезпеченні позитивної валеологічної активності, усвідомленого ставлення до здоров'я, термінальним характером цінності здоров'я, сформованістю умінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я, що сприяють тривалим позитивним змінам поведінки.

Осмилення двох родинних понять – суб'єктивного ставлення й ціннісної установки, дозволяє зробити висновок про те, що дані категорії дійсно є однопорядковими по наступних підставах: по-перше, в основі обох лежать потреби; по-друге, обидва виступають спонукальною силою, що направляє й організовує активність людини. Однак, ці поняття невірно було б розглядати як ідентичні, тому що вони мають ряд відмінностей: по-перше, у психологічних стосунках ведучим є емоційно-вольовий компонент, а в структурі аксіологічної установки більше вагома роль когнітивного й поведінкового компонентів; по-друге, аксіологічні установки запозичаються й некритично засвоюються під впливом інших людей, засобів масової комунікації, культури, тоді як психологічне ставлення формується як значиме, особисто пережите, глибоко емоційне явище, що виникає з індивідуальних станів людини; по-третє, аксіологічні установки формуються тільки стосовно до соціально значимих об'єктів, сфера ж дій особистості на основі відносин практично безмежна. Перспективу подальших досліджень вбачаємо у розробці та впровадженні ефективної технології формування аксіологічних установок у майбутніх вчителів.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Анохин Л. В. Образ жизни и здоровье / Анохин Л. В., Климов Г. Я., Чернов В. И. – Воронеж, 1984. – 32 с.
2. Андреева Г. Н. Социальная психология : учебник для высших учебных заведений. – М. : Аспект Пресс, 2000. – 376 с.
3. Акусок А. М. Теоретичні засади формування змісту загально педагогічної підготовки майбутнього вчителя : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки»/ А. М. Акусок. – Київ, 2009. – 24 с.
4. Буторин В. В. Формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровому стилю жизни у студентов педвуза : дис. ... кандидата пед. наук : 13.00.08 / Буторин Владимир Владимирович. – М., 2008. – 209 с.
5. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник / С. У. Гончаренко. – К. : Либідь, 1997. – 376 с.
6. Дряпіка В. І. Орієнтації студентської молоді на цінності музичної культури (соціально-педагогічний аспект) : дис. ... кандидата пед. наук : 13.00.04 / І. Я. Дряпіка. – Київ, 1996. – 215 с.
7. Дэвис Дж. Соціальна установка. Американська соціологія. Перспективи. Проблеми. Методи / Дэвис Дж. [пер. с англ.]. – М., 1972. – 54 с.
8. Здравомислов А. Г. Потребности. Интересы. Ценности / А. Г. Здравомислов.



- мыслов. – М., 1986. – 198 с.
9. Игнатъев А. М. Формирование ценностной ориентации на здоровый образ жизни у учащихся кадетской школы на основе спортивно-оздоровительного туризма : автореф. дис. на соиск. ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / А. М. Игнатъев. – Чебоксары, 2012. – 23 с.
  10. Кон И. С. Как построить своё «Я» / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1991. – 115 с.
  11. Киэлевяйнен Л. М. Формирование у студентов ценностно-смыслового отношения к здоровому образу жизни в образовательном процессе педагогического вуза : автореф. дис. на соиск. ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / Л. М. Киэлевяйнен. – Тверь, 2012. – 26 с.
  12. Плаксина О. А. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни у студентов педагогических специальностей университета : автореф. дис. на соиск. ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» / О. А. Плаксина. – Рязань, 2008. – 22 с.
  13. Тугаринов В. П. О ценностях жизни и культуры / В. П. Тугаринов. – Л. : ЛГУ, 1960. – 150 с.
  14. Справочное пособие по истории немарксистской западной социологии. – М., 1988. – 187 с.
  15. Узнадзе Д. Н. Экспериментальные основы психологии установки / Д. Н. Узнадзе. – Тбилиси : Изд-во АН Грузинской ССР, 1961. – 280 с.
  16. Allport G. W. Attitudes. In C. Murchison (ed.) // Handbook of social Psychology. – Worcester : Clark university Press, 1935. – 844 p.