

УДК 378.17

DOI <https://doi.org/10.32838/TNU-2663-6468/2021.4/15>**Яковенко Є.С.**

Національна академія Національної гвардії України

Головань О.М.

Національна академія Національної гвардії України

ПИТАННЯ ВПЛИВУ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ НА ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВО-БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ

У статті вказано, що шлях України до вступу в НАТО вимагає від сучасної системи військової освіти переходу до європейських стандартів під час підготовки військового фахівця, спроможного до професійного зростання. Також зазначено, що стан професійного здоров'я офіцера позначається на результатах виконання ним службових (бойових) завдань (СБЗ) під час виконання завдань за призначенням, має вплив на результати служби, сприяє підвищенню рівня професіоналізму. Наголошено на тому, що стан професійного здоров'я офіцера впливає на стан здоров'я підлеглих, їхній психологічний стан і задоволеність службою загалом. Офіцер із низьким рівнем професійного здоров'я не здатен створити в підпорядкованому підрозділі безпечно середовище та умови для проходження служби. Він не може формувати культуру здоров'я підлеглих, оскільки для цього необхідний особистий приклад. Висвітлено, що 45 % офіцерів із залучених почувалися відносно здоровими, що добре позначається на їхній працездатності та стресостійкості. У 55 % опитаних офіцерів констатується нестабільність в емоційній сфері (різка зміна настрою, дратівливість, прояви гніву), результатом чого є швидке виснаження організму. Резерви їхнього організму близькі до виснаження. Висвітлено найприйнятніші нам дефініції поняття «професійне здоров'я». Наголошено, що результати великої кількості наукових досліджень свідчать про зниження якості психічного, фізичного й соціального здоров'я як нації, так і її окремих соціальних груп. Експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) зазначають недостатню компетентність більшої частини населення різних країн у питаннях збереження та зміцнення здоров'я, що проявляється в несприятливому для людини повсякденному стилі життя і поведінки на робочих місцях.

Зазначено, що під час визначення змісту професійного здоров'я виникає проблема неоднозначності його співвіднесення зі змістом самого здоров'я взагалі. Так, з одного боку, практично здорова людина може виявитися професійно нездоровою (наприклад, водій, що вжив під час робочого дня навіть невелику дозу алкоголю чи певні ліки, що сповільнюють реакції), з іншого боку, у професійно здоровій людині, що успішно працює (наприклад, на шкідливому виробництві) і добре почувалася під час роботи, можуть бути латентні хворобливі зміни.

Ключові слова: здоров'я, професійне здоров'я, професійне зростання, здоров'ятворча діяльність, офіцер, службово-бойові завдання, стресостійкість.

Постановка проблеми. Шлях України до вступу в НАТО вимагає від сучасної системи військової освіти переходу до європейських стандартів під час підготовки військового фахівця, спроможного до професійного зростання. Серед факторів, від яких залежить зростання військового як фахівця, провідне місце посідає професійне здоров'я (ПЗ).

Стан професійного здоров'я офіцера позначається на результатах виконання ним службових (бойових) завдань (СБЗ) під час виконання завдань за призначенням, має вплив на результати служби, сприяє підвищенню рівня професіоналізму. Також

професійне здоров'я командира впливає на стан здоров'я підлеглих, їхній психологічний стан і задоволеність службою загалом. Командиру з опосередкованим станом професійного здоров'я важко створити в підрозділі сприятливі умови для проходження служби, оскільки для формування культури здоров'я підлеглих необхідний особистий приклад.

Службова діяльність офіцерів супроводжується постійною високою психоемоційною напруженістю, що зумовлено високим рівнем ризику для життя та здоров'я. Проведене опитування показало, що 45 % офіцерів із залучених почувалися

ваються відносно здоровими, що добре позначається на їхній працездатності та стресостійкості. У 55 % опитаних офіцерів констатується нестабільність в емоційній сфері (різка зміна настрою, дратівливість, прояви гніву), результатом чого є швидке виснаження організму.

Як відомо, професія офіцера належить до професій із підвищеним ризиком виникнення психоемоційних навантажень. Факторами ризику для ПЗ офіцера є висока стресовість професійної діяльності, відсутність у підрозділах можливості для психологічного розвантаження, необізнаність у питаннях збереження і зміцнення ПЗ. Більшість опитаних нами курсантів – майбутніх офіцерів зазначили, що не володіють методиками протистояння стресу, не повною мірою обізнані зі способами формування стресостійкості та технологією збереження і зміцнення ПЗ.

Отже, збереження і зміцнення професійного здоров'я під час підготовки майбутніх офіцерів до виконання службово-бойових завдань має бути серед найбільш пріоритетних напрямів у вищих військових навчальних закладах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття здоров'я досліджується в багатьох науках і знаходить зображення в таких аспектах: медико-біологічному, психологічному, філософському, соціально-педагогічному. Дослідженням проблеми здоров'я займалися багато вчених, таких як: загалом й до окремих його складників зверталось багато дослідників: Л. Мітіна, О. Яременко, С. Болтівець, В. Крайнюк, Н. Шевченко, Ю. Лісіцин, О. Хлівна, В. Пономаренко, Л. Татарнікова, Д. Сієрс, Б. Братусь, О. Коган, Г. Абрамова, Б. Карвасарський, Г. Апанасенко, О. Балакірева, Ш. Бюлер, О. Вакуленко, В. Казначеев та інші.

З огляду на наявність значної кількості досліджень у галузі здоров'я варто зазначити, що питанню вивчення саме професійного здоров'я приділено мало уваги. Проблема збереження та зміцнення здоров'я офіцерів тривалий час досліджували не окремо, а в контексті здоров'я людини та здорового способу життя загалом.

Аналіз сучасних наукових джерел із проблематики здоров'я офіцерів (правоохоронців) надає можливість окреслити такі групи досліджень. До першої групи необхідно віднести дослідження в аспекті теоретико-методологічних основ педагогіки здоров'я (А. Щедрина, В. Казначеев, І. Брехман, М. Лук'янченко, Т. Паніна, М. Віленський та інші). Проблемам здоров'я в освітньому середовищі вищої школи приділено увагу в дослідженнях, які треба віднести до другої групи (Ю. Бой-

чук, Г. Кривошеєва, А. Царенко, С. Омельченко, С. Страшко, Н. Абаскалова, Н. Гончарова, Г. Зайцев, Л. Романишина, С. Болтівець, М. Смірнов, В. Бобрицька та інші).

Значна кількість науковців розглядає питання, пов'язані з професійним здоров'ям (Л. Сущенко, Е. Зеєр, Г. Нікіфоров, В. Карвасарський та інші). З'являється дедалі більше наукових праць, у яких розкриваються шляхи профілактики синдрому «емоційного вигорання», запобігання виникненню професійних деформацій і професійного стресу (В. Шахов, Т. Жалагіна, В. Третьяченко, О. Баранов, О. Марковець, І. Холоднова та інші). Водночас треба зосередити увагу на дослідженнях, пов'язаних із розробленням шляхів збереження і зміцнення професійного здоров'я офіцерів, формування здоров'язберезувальних компетентностей майбутніх офіцерів. Отже, нині у психолого-педагогічній літературі не досить висвітлено проблему підготовки майбутніх офіцерів до збереження і зміцнення професійного здоров'я.

Постановка завдання. Мета статті полягає в ретроспективному аналізі дефініцій поняття «професійне здоров'я», стану системи підготовки майбутніх офіцерів до виконання службово-бойових завдань у розрізі збереження і зміцнення професійного здоров'я під час вивчення спеціальних дисциплін.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблема здоров'я – одна з найважливіших і найскладніших у сучасній науці. Вона не поступається перед такими питаннями, як охорона природи і навколишнього середовища. Актуальність проблеми збереження здоров'я постійно зростає. Зумовлюється це глобальною екологічною кризою, різким зниженням працездатності, постійним зростанням захворюваності, підвищенням рівня наркотизації та алкоголізації населення [1, с. 72]. Особливо яскраво зазначається прояв зазначених негативних тенденцій у молодого покоління.

Згідно із сучасними уявленнями, здоров'я – це не медична, а комплексна проблема і складний феномен глобального значення. Здоров'я визначається як філософська, соціальна, економічна, біологічна категорії, як об'єкт споживання, вкладання капіталу, індивідуальна і суспільна цінність, динамічне, що постійно взаємодіє з довкіллям, явище системного характеру [2, с. 82].

Сьогодні нараховується більш як сто визначень поняття «здоров'я» (дехто називає цифру 200, хтось – 300). Багато дослідників намагається класифікувати наявні визначення поняття «здоров'я».

На найвищому рівні узагальнення можна виділити два підходи до розуміння здоров'я. Перший підхід: здоров'я розглядається як стан, функція організму, відсутність хвороби, стан благополуччя (Г. Сигерист, Т. Михайлова, М. Попов). Хвороба водночас розуміється як перевищення норми, порушення рівноваги із зовнішнім середовищем. Найбільш популярним є визначення здоров'я, сформульоване експертами ВООЗ: «Здоров'я – це стан цілковитого фізичного, душевного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороби чи фізичних вад» [3, с. 325]. Тобто здоров'я – це природний стан організму, який характеризується його врівноваженістю із середовищем і відсутністю будь-яких хворобливих змін, де врівноваженість організму із зовнішнім середовищем є ступенем його пристосованості, адаптованості до умов біологічного та соціального середовища, дієздатності [3, с. 325].

Деякі вчені вважають, що визначення здоров'я як стану благополуччя хибне і навіть шкідливе. В. Ліщук і О. Мосткова [4] критикують воозвиське положення про здоров'я в тому значенні, що благополуччя залежить не тільки від самої людини, а багато в чому є характеристикою суспільства, у якому певний індивід проживає та функціонує. У сприятливих умовах і не дуже здорова людина може почуватися цілком благополучно. І навіть дуже здоровий індивід не буде благополучним, якщо його оточення надто агресивне і стресогенне.

За другого підходу здоров'я розглядається з позиції активності людини, що забезпечує безперешкодну реалізацію її особистісного потенціалу (А. Адлер, М. Амосов, Ж. Енгельгардт, Л. Кащенко, В. Марков, А. Маслоу, К. Роджерс та ін.). У визначенні здоров'я з позиції активності особистості наголошується на значимості виконання основних соціальних функцій: здоров'я – стан оптимальної життєдіяльності суб'єкта, наявність передумов і умов його всебічної та довготривалої активності у сферах соціальної практики. Варто зазначити, що за другого підходу поняття норми дуже розмите.

Треба зауважити, що абсолютна більшість визначень поняття здоров'я охоплює від трьох до восьми ознак, і тільки деякі визначення є багатотрибутичними. М. Хижняк і А. Нагорна наводять ознаки, суттєві елементи визначення здоров'я, які дуже часто трапляються в науковій літературі:

1. Нормальна функція організму на всіх рівнях його організації: організму, органів, гістологічних, клітинних і генетичних структур – нормальна поточність типових фізіологічних і біохімічних

процесів, які сприяють вираженню та відтворенню. До того ж функції належать до біологічної категорії, а нормальність – до статистичної.

2. Динамічна рівновага організму і його функцій та чинників навколишнього середовища.

3. Здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій, участь у соціальній діяльності та суспільно корисній праці.

4. Здатність організму пристосовуватись до умов існування в навколишньому середовищі, що постійно змінюється (адаптація), здатність підтримувати постійність внутрішнього середовища організму, забезпечуючи нормальну й різнобічну життєдіяльність і зберігання живої основи в організмі.

5. Відсутність хвороби, хворобливого стану або хворобливих змін, тобто оптимальне функціонування організму за відсутності ознак захворювання або будь-якого порушення.

6. Повне фізичне, духовне, розумове й соціальне благополуччя, гармонійний розвиток фізичних і духовних сил організму, принцип його єдності, саморегулювання та гармонійної взаємодії всіх органів [5].

Ці шість основних ознак здоров'я, які дуже часто трапляються в наведених визначеннях, не вичерпують усієї різноманітності ознак, які використали різні автори для характеристики сутності поняття «здоров'я».

Ми вважаємо, що всі вищезазнані моделі здоров'я і підходи до його вивчення варто доповнити: філософською моделлю здоров'я, акмеологічним підходом до вивчення здоров'я, а також психоенергетичною моделлю здоров'я.

Поділ здоров'я людини на види є умовним. Науковці цілком справедливо стверджують, що основними є фізичне та психічне здоров'я. Фізичне здоров'я створює фундамент здоров'я особистості, а від психічного здоров'я залежить моральне (духовне) та соціальне здоров'я. Виокремлюючи соціальне здоров'я, учені переважно наголошують на проблемі взаємовідносин особистості із соціумом, самореалізації особистісних домагань у соціальному середовищі, реалізації соціальних потреб і залежності соціального здоров'я від стану фізичного, психічного й духовного здоров'я. А моральне здоров'я більшість авторів визначають як вагомий складник духовного здоров'я людини.

Визначені складники здоров'я тісно взаємопов'язані між собою і діють у сукупності. Крім того, вони дають змогу комплексно підходити до визначення стану здоров'я людини. Схематично

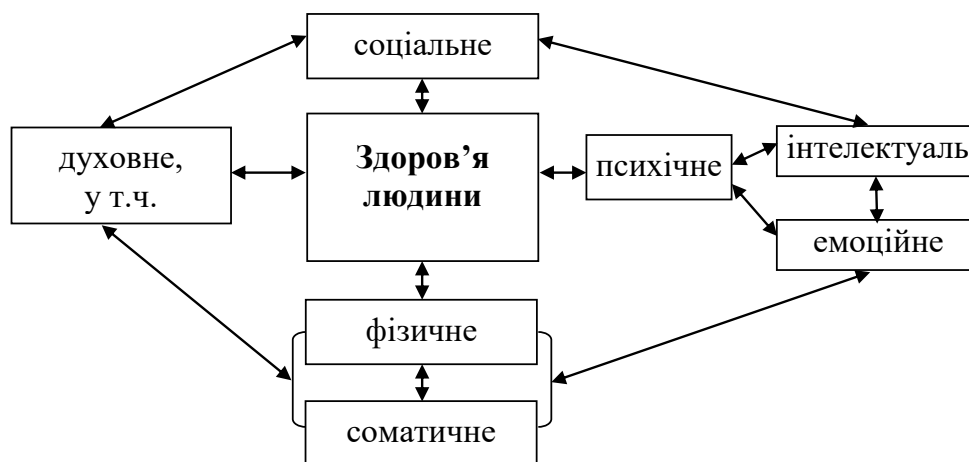


Рис. 1. Види здоров'я людини та їхній взаємозв'язок

види здоров'я та їхній взаємозв'язок можна зобразити так – дивіться рисунок 1:

Результати великої кількості наукових досліджень свідчать про зниження якості психічного, фізичного і соціального здоров'я як нації, так і її окремих соціальних груп. Експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) зазначають недостатню компетентність більшої частини населення різних країн у питаннях збереження і зміцнення здоров'я, що проявляється в несприятливому для людини повсякденному стилі життя і поведінки на робочих місцях.

Нині немає єдиного трактування поняття «професійне здоров'я». Наприклад, А. Маклаков професійне здоров'я розглядає як певний рівень характеристик здоров'я фахівця, що відповідає вимогам професійної діяльності та забезпечує її високу ефективність [6]. У визначенні, запропонованому В. Пономаренко, професійне здоров'я розглядається як властивість організму зберігати необхідні компенсаторні й захисні механізми, що забезпечують професійну надійність і працездатність в усіх умовах професійної діяльності [7, с. 68]. Центральним пунктом у цьому трактуванні є питання про функціональні стани і, відповідно, про оцінку функціональних резервів.

В. Подляшаник, спираючись на позиції суб'єктного підходу, розглядає професійне здоров'я особистості як процес збереження й розвитку регуляторних властивостей організму,

його фізичного, психічного й соціального благополуччя, який забезпечує високу надійність професійної діяльності, професійне довголіття і максимальну тривалість життя [8, с. 74].

Термін «професійне здоров'я» пов'язаний із сукупністю питань, що стосуються розумового, емоційного і фізичного благополуччя фахівців у процесі їхньої професійної діяльності. Із психологічного погляду професійне здоров'я охоплює взаємодію між трудовими і нетрудовими сферами [9, с. 372].

Під час визначення змісту професійного здоров'я виникає проблема неоднозначності його співвіднесення зі змістом самого здоров'я взагалі. Так, з одного боку, практично здорова людина може виявитися професійно нездоровою (наприклад, водій, що вжив під час робочого дня навіть невелику дозу алкоголю чи певні ліки, що сповільнюють реакції), з іншого боку, у професійно здоровій людини, яка успішно працює (наприклад, на шкідливому виробництві) і добре почувається під час роботи, можуть бути латентні хворобливі зміни.

Висновки. Отже, професійне здоров'я є одним з основних показників і важливою умовою ефективного виконання службово-бойових завдань майбутніми офіцерами. Це як складовий елемент професійної придатності. Професійне здоров'я виступає показником «якості» професійного життя. Належний стан професійного здоров'я забезпечує професійне довголіття з високим рівнем працездатності й душевного комфорту.

Список літератури:

1. Максименко С.Д. Психологічні засади пропагування психогігієнічного виховання і здорового способу життя молоді. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 6. С. 72–74.
2. Що таке «здоровий спосіб життя?» *Шкільний світ. ІнфОсвіт*. 2003. № 45 (221). С. 2–8.
3. Гнатюк О.В. Теоретичні основи дослідження категорії здоров'я у сучасній науці. *Актуальні проблеми соціології, психології та педагогіки : матеріали Всеукр. наук.-практ. конференції «Тенденції розвитку психології в Україні: історія та сучасність»*. Київ : Либідь, 2006. С. 323–329.

4. Лищук В.А., Мосткова Е.В. Девять ступеней к здоровью. *Восточная книжная компания*. Москва, 1997. 320 с.
5. Хижняк М.І. Здоров'я людини та екологія : навч. посібник для студентів вищих та середніх навчальних закладів немедичного профілю. Київ : Здоров'я, 1995. 232 с.
6. Маклаков А.Г. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих : автореф. дисс. ... д-ра психол. наук : 19.00.03. Санкт-Петербург, 1996. 42 с.
7. Беленька Г.В., Богініч О.Л., Машовець М.А., Богданова А.М. Здоров'я дитини – від родини. Київ, 2006. 220 с.
8. Подляшаник В.В. Адаптаційний потенціал та професійне здоров'я особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 2. С. 71–74.
9. Мучински П. Психология, профессия, карьера. 7-е изд. Санкт-Петербург : Питер. 2004. 539 с.

Yakovenko E.S., Holovan O.M. THE ISSUE OF THE IMPACT OF PROFESSIONAL HEALTH OF FUTURE OFFICERS OF THE NATIONAL GUARD OF UKRAINE ON THE PERFORMANCE OF SERVICE AND COMBAT TASKS

The article states that the reorientation of modern higher military education to European standards involves the training of a competent specialist capable of personal and professional growth. It is noted that the state of health of an officer affects the results of all service and combat activities, affects the stability of service results, provides a high level of professionalism, determines the self-efficacy of his personality.

It is also emphasized that the state of health of subordinate servicemen, their social and psychological well-being, and "viability" largely depend on the professional health of the commanding officer. An officer with a low level of professional health is not able to create a safe environment and conditions for service in the subordinate unit. He cannot form a culture of the health of his subordinates, because this requires personal example. It was found that according to the survey, only 45 % of officers feel relatively healthy, have a high level of efficiency and high stress resistance is predicted.

55 % of officers were found with disturbances in the emotional sphere (they often experience a bad mood, irritability, tension, anxiety, anger, difficulty managing their emotions). Their body's reserves are close to depletion. The most acceptable definitions of "occupational health" are covered. It is emphasized that the results of a large number of scientific studies indicate a decrease in the quality of mental, physical and social health of both the whole nation and its individual social groups.

Experts from the World Health Organization (WHO) note the lack of competence of the majority of the population in different countries in maintaining and promoting health, which is manifested in unfavorable daily lifestyles and behavior in the workplace.

It is noted that in determining the content of occupational health there is a problem of ambiguity in its correlation with the content of health in general. Thus, on the one hand, a practically healthy person may be occupational unhealthy (for example, a driver who consumed even a small dose of alcohol or certain drugs that slow down reactions during the working day), on the other hand, a professionally healthy person who works successfully (for example, in hazardous industries) and feels good while working, there may be latent painful changes.

Key words: *health, professional health, professional growth, health, creative activity, officer, service and combat tasks, stress resistance.*