

Ольга Карпусь

Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка
ORCID ID 0000-0003-0176-5681
DOI 10.24139/2312-5993/2020.01/012-019

ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У ФІНЛЯНДІЇ

Стаття присвячена огляду термінологічної бази дослідження здоров'язбереження у Фінляндії й обґрунтуванню сутності понять, які найчастіше використовуються у вивченні питання здоров'язбережувального виховання учнів у фінських загальноосвітніх школах. Крім того, у статті окреслено та проаналізовано основні наукові джерела із зазначеної проблематики. Постійний розвиток системи здоров'язбереження у Фінляндії та інших країнах світу позитивно впливає на підрастаюче покоління, що дає змогу глибше дослідити сучасні процеси у сфері здоров'язбереження у Фінляндії.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язбереження, здоровий спосіб життя, культура здоров'я, здоров'язбережувальне виховання, профілактика захворювань, учні.

Постановка проблеми. Останнє десятиріччя відзначилося підвищенням уваги до феномену «здоров'я». Вся світова спільнота займається розробкою технологій і різних методик для підвищення якості людського життя і зміцнення здоров'я. Особлива увага звертається на молодше покоління: дітей та підлітків.

Розвиток здоров'язбереження у світі підтверджується багатьма законодавчими документами, що були підписані під час проведення регулярних міжнародних конференцій щодо проблеми пропаганди здорового способу життя та здоров'язбережувальних підходів до шкільної освіти.

Досвід економічно розвинених країн свідчить, що профілактика захворювань і здоров'язбереження є дуже перспективними в умовах розвитку держави й нації. Для Фінляндії здоров'язбережувальне виховання і орієнтування молоді на здоровий спосіб життя став новим курсом, якого дотримується країна на різних рівнях.

Аналіз актуальних досліджень. Проблему оздоровлення учнів вивчали багато дослідників. Серед українських сучасних учених питання здорового способу життя і здоров'язбережувального виховання досліджували Т. Бойко, Т. Бойченко, Ю. Бойчук, А. Бесєдіна, В. Горащук, В. Гузь, Н. Гуріненко, Л. Духовний, О. Єжова, Н. Зимівець, Н. Калька, О. Ландо, І. Мордвінова, Ю. Носко, В. Оржеховська, О. Отравенко, Н. Поліщук, О. Свиридчук та інші. Серед фінських дослідників здоров'язбережувальну роботу в школі вивчали Л. Пааккарі (L. Paakkari), О. Пааккарі (O. Paakkari), Р. Валііма (R. Välimaa), Л. Каннас (L. Kannas) та інші.

Мета статті: здійснити огляд наукових напрацювань із питання здоров'язбереження у Фінляндії, а також проаналізувати термінологічний апарат з даного питання.

Методи дослідження. Для реалізації поставленої мети у статті були використані такі загальнонаукові методи дослідження, як аналіз, синтез, порівняння та узагальнення.

Виклад основного матеріалу. Більшість сучасних країн світу значну увагу приділяють здоров'язбереженню свого населення, адже процвітання нації залежить від стану здоров'я жителів країни, їх налаштування на здоровий спосіб життя й особисту відповідальність за власне здоров'я та здоров'я оточуючих.

Для окреслення термінологічного інструментарію здоров'язбереження у Фінляндії доцільно розкрити сутність основних понять, які використовуються в дослідженні. Пропонуємо розглянути такі поняття, як «здоров'я», «здоров'язбереження», «культура здоров'я», «здоровий спосіб життя», «сприяння здоров'ю», «здоров'язбережувальне виховання».

Феномен «здоров'я» в сучасному дослідницькому просторі вважається фундаментальною проблемою сучасної науки, що підтверджується великою кількістю міждисциплінарних досліджень з даної теми. Здоров'ям називають нормальний стан організму, який має цілковиту узгодженість під час функціонування внутрішніх органів, саморегуляцію та рівновагу між організмом й зовнішнім середовищем.

Однозначного визначення терміну «здоров'я» не існує через багатопрофільність даного поняття. Термін активно використовується в медицині, валеології, психології, спорті, соціології і педагогічних науках, що підтверджується багатьма науковими роботами. У таблиці 1 нами представлено найпоширеніші визначення поняття «здоров'я».

Таблиця 1

Визначення поняття «здоров'я»

Автор, джерело	Тлумачення
Словник-довідник з екології за редакцією О. Г. Лановенко та О. О. Остапішина (<i>Словник-довідник з екології</i>)	Об'єктивний стан і суб'єктивне відчуття повного фізичного, психічного та соціального комфорту; один із показників успішності збереження оточуючого людину середовища (природного та соціального)
М. Амосов (Амосов, 1990); Енциклопедія сучасної України (<i>Енциклопедія сучасної України</i>)	Стан, для якого характерні не лише відсутність хвороби або фізичних дефектів, а й повне фізичне, духовне та соціальне благополуччя
Н. Поліщук (Поліщук, 2012)	Стан повного фізичного, духовного й соціального благополуччя
І. Брехман (Брехман, 1990)	Фізична, соціальна, психологічна гармонія людини з оточуючими

Поняття «здоров'я» охоплює багато функцій організму, його фізичні та психічні можливості тощо. У преамбулі Статуту ВООЗ пропонується таке визначення: «здоров'я – це не тільки відсутність хвороб або фізичних вад, а й стан повного фізичного, духовного й соціального благополуччя» (*World Health Day 2018*). На нашу думку це поняття найкраще ілюструє поняття «здоров'я».

Переходячи до розгляду наступного ключового поняття нашої наукової розвідки – «здоров'язбереження», наведемо твердження фінських учених Л. Паакарі та О. Паакарі (Paakkari & Paakkari, 2012), які вважають, що «здоров'язбереження» у XXI столітті охоплює необхідні навички здоров'язбережувальної роботи, що мають стати невід'ємною частиною життя дітей, підлітків та молоді. На думку згаданих дослідників, це завдання може вирішитися завдяки розширенню можливостей здоров'язбережувального виховання в закладах освіти (Paakkari & Paakkari, 2012).

У Фінляндії дуже відповідально ставляться до здоров'язбереження всього населення. Це підтверджують нормативні документи, що регулюють це питання:

- Конституція Фінляндії;
- Закон про первинну медичну допомогу;
- Закон про алкоголь;
- Закон про заходи щодо зменшення куріння тютюну;
- Указ про зменшення тютюнокуріння;
- Закон про помірність праці;
- Закон про охорону здоров'я;
- Програма Прем'єр-міністра Фінляндії та інші (Карпусь, 2019).

На сайті Інституту здоров'я та соціального забезпечення Фінляндії зазначено: «здоров'язбереження – це діяльність, яка сприяє благополуччю мешканців муніципалітету й підтримує населення в його шансах зберегти і поліпшити власне здоров'я» (Finnish institute for health and welfare).

Погляди вітчизняних науковців дають можливість розглядати здоров'язбереження не тільки як уявлення про зміцнення соматичного здоров'я, але й створення психічного і соціального благополуччя (Поліщук, 2012).

Поняття «здоров'язбереження» та «здоров'я» тісно пов'язані з поняттям «культура здоров'я». Вважаємо за доцільне детальніше розглянути цей термін. Термін «культура» є багатограним феноменом, який широко використовується в різних галузях. Історичні, філософські, педагогічні, етнографічні, соціологічні, філологічні та інші дослідження представляють різноманітні уявлення про культуру. У кожній дисципліні є особливий підхід до тлумачення поняття з власними завданнями й вимогами. На сьогодні існує понад 500 різних визначень поняття культури. Проте теоретична складність проблеми не вичерпується різноманітністю визначень (Горащук, 2004).

Культура здоров'я – це величезна складова загальної людської культури, яка відповідає за формування, зміцнення та збереження здоров'я особистості. По-справжньому культурна людина є відповідальною за формування власного здоров'я. Високий рівень культури здоров'я людини передбачає її гармонійне спілкування з іншими людьми, тваринами й природою. Крім того, важливим елементом культури здоров'я є уважне і правильне ставлення до себе, прагнення до самопізнання й самовдосконалення.

Культурою здоров'я є також здоровий спосіб життя, а не тільки сума знань, умінь і навичок про нього. Резервні потужності організму (духовні, психічні та фізичні) і вміння їх використовувати свідчать про високий рівень культури здоров'я людини. Для повного розуміння важливості поняття культури здоров'я для школярів, на нашу думку, слід визначити його компоненти, які відіграють суттєву роль у навчанні:

- фізична складова;
- соціальна складова;
- духовна складова (Горащук, 2004).

У фінських школах вдало поєднують усі вищезгадані складові для досягнення максимального здоров'язбережувального ефекту. Фізичне середовище існування, соціальні стосунки з оточуючими, психологічна атмосфера мають величезний вплив на здоров'я особистості. Саме тому компоненти зміцнення здоров'я інтегруються в повсякденне шкільне життя. Підвищення культури здоров'я у школах Фінляндії має на меті:

- внесок школи у здоров'я учнів;
- внесок школи у здоров'я батьків;
- внесок школи у здоров'я персоналу (*World Health Day 2018*).

Такий підхід спрямований на підвищення соціального благополуччя, забезпечення міцної основи для формування і зміцнення здоров'я у школі, профілактику проблемних ситуацій у сфері життя, праці й відпочинку.

Культура здоров'я і підвищення її рівня є надзвичайно важливими для кожного фінського учня, адже від цього залежить успіх усієї країни. Оскільки фінські школярі виховуються патріотичними громадянами, то про необхідність дбати про власне здоров'я й підвищувати рівень культури їм не потрібно нагадувати. Крім освітнього процесу фіни можуть показати високий рівень санітарної допомоги, якісний догляд за дітьми і школярами.

Формування злагоджених ціннісних соціальних стосунків між школою та сім'єю учня має важливе значення й потребує активної роботи з обох сторін, що теж є частиною культури здоров'я у Фінляндії. Це явище має назву «освітнє партнерство».

Згідно з вітчизняними та фінськими науковими розвідками, важливим у вивченні питання здоров'язбереження є поняття «здоровий спосіб життя». В. Горащук дає таку характеристику окресленого поняття:

«Здоровий спосіб життя – це сукупність ціннісно-змістових установок та практична діяльність школяра, які перебувають у постійній трансформації і спрямовуються на збереження й розвиток здоров'я в умовах адаптації до постійних змін умов життя» (Горащук, 2004).

Фінські дослідники розглядають промоцію здорового способу життя як один із обов'язкових підходів до здоров'язбереження в закладах освіти і не тільки. Здоровий спосіб життя в цій країні є важливою частиною здоров'язбережувальної роботи, адже людина сама відповідає за цей аспект здоров'язбереження (*Review of national Finnish health promotion policies*).

Дослідниця В. Оржеховська розглядає здоровий спосіб життя як певні форми звичного повсякденного життя, що допомагають розвинути в людському організмі адаптивні можливості, сприяють повноцінному використанню соціально-психологічних функцій, відповідають гігієнічним нормам тощо (Оржеховська, 2001). У своїх наукових працях Ю. Лісіцин пропонує таке визначення: «Здоровий спосіб життя – це спосіб життєдіяльності людини, спрямований на покращення та зміцнення здоров'я» (Лісіцин, 1992).

Наступне поняття, яке вважаємо за доцільне розглянути в контексті даного дослідження, – це «сприяння здоров'ю». У науковій статті Н. Зимівця «Основи системної діяльності зі сприяння здоров'я дітей і молоді» поняття «сприяння здоров'ю» тлумачиться як спеціально організований, системний процес; надання людям можливостей підсилити контроль над власним здоров'ям та його компонентами і цим самим покращувати його стан» (Зимівець, 2010).

У глосарії термінів із питань зміцнення здоров'я (1998, ВООЗ) «сприяння здоров'ю» пояснюється як процес, що дозволяє людям посилити контроль за детермінантами здоров'я й через цю процедуру поліпшити власне здоров'я (*Глосарій термінів з питань зміцнення здоров'я*).

Поняття «здоров'язбережувальне виховання» займає особливе місце в даній розвідці, адже воно є частиною ширшого дослідження «Організаційно-педагогічні засади здоров'язбережувального виховання учнів у загальноосвітніх школах Фінляндії».

Український дослідник С. Цьома тлумачить «здоров'язбережувальне виховання» як цілеспрямовану динамічну діяльність, спрямовану на розвиток і вдосконалення фізичного та психічного стану здоров'я людини (Цьома, 2014).

Трактування В. Козлової відрізняється і виглядає так: «здоров'язбережувальне виховання – це змінна характеристика процесу життєдіяльності людини, що характеризується наявністю необхідних для здійснення здоров'язбережувальної діяльності та встановлення в освітньому просторі пріоритетів здорової особистості (Козлова, 2011).

Здоров'язбережувальне виховання у Фінляндії має велике місце в загальній практиці здоров'язбереження. У фінських школах

здоров'язберезувальне виховання являє собою взаємодію педагога й вихованця в освітньому процесі, що забезпечує психічне, фізичне та соціальне благополуччя кожного учасника процесу, як зазначається в нормативних та інших документах (*World Health Day 2018*).

Висновки. На основі викладеного вище можна зробити висновок, що фінське здоров'язбереження досить розвинене й до нього ставляться з великою відповідальністю на державному рівні, про що свідчить великий перелік законів, положень та програм. Переглянувши термінологічний інструментарій, ми визначили, що здоров'язбереження в Україні та Фінляндії має свою специфічну термінологію. Завдяки аналізу літературних напрацювань бачимо, що дослідження питання здоров'язбереження не втрачає своєї актуальності до сьогодні.

Використання загальнонаукових методів дослідження (аналіз, синтез, порівняння та узагальнення) дозволило систематизувати поняття й виділити найбільш схожі погляди фінської та вітчизняної науки на процес здоров'язбереження. Можемо констатувати, що здоров'язбереження у Фінляндії має практико-орієнтовану спрямованість.

Перспективи подальших наукових розвідок. У зв'язку зі зростанням інтересу світової наукової спільноти до проблеми здоров'язбереження, вбачаємо актуальність подальшого дослідження фінського досвіду, адже Фінляндія вважається однією з найбільш здорових країн світу. Вивчення термінологічної бази може бути актуальним через постійне її збагачення у зв'язку із стрімким розвитком процесу здоров'язбереження.

ЛІТЕРАТУРА

- Амосов, М. (1990). *Роздуми про здоров'я*. К.: Здоров'я (Amosov, M. (1990). *Reflections on health*. K.: Health).
- Брехман, И. (1990). *Валеология – наука о здоровье*. М.: Физкультура и спорт (Brekhman, I. (1990). *Valueology – a science of health*. M.: Physical education and sport).
- Глосарій термінів з питань зміцнення здоров'я* (1998). Женева: ВООЗ. Режим доступу: http://whqlibdoc.who.int/hq/1998/WHO_HPR_HEP_98.1_rus.pdf (*Glossary of Terms on Health Promotion* (1998). Geneva: WHO. Retrieved from: http://whqlibdoc.who.int/hq/1998/WHO_HPR_HEP_98.1_eng.pdf).
- Горащук, В. П. (2004). *Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів* (дис. ... докт. пед. наук: 13.00.01). Харків (Horashchuk, V. P. (2004). *Theoretical and methodological foundations of forming students' culture of health* (DSc thesis). Kharkiv).
- Зимівець, Н. (2010). Основи системної діяльності зі сприяння здоров'я дітей і молоді. *Педагогічні науки*, 1, 168-172. Режим доступу: http://elibrary.kubg.edu.ua/1573/1/N_ZIMOVETS_OSDZSZDIM_KSP%26KO_IPSP.pdf (Zymivets, N. (2010). Fundamentals of systematic activities aimed at promotion of health of children and young people. *Pedagogical Sciences*, 1, 168-172. Retrieved from: http://elibrary.kubg.edu.ua/1573/1/N_ZIMOVETS_OSDZSZDIM_KSP%26KO_IPSP.pdf).
- Енциклопедія сучасної України*. Здоров'я. Режим доступу: http://esu.com.ua/search_articles.php?id=16749 (*Encyclopedia of modern Ukraine*. Health. Retrieved from: http://esu.com.se/search_articles.php?id=16749).

- Здоров'я (2013). У О. Г. Лановенко, О. О. Остапішина (Ред.), *Словник-довідник з екології*, (сс. 96-97). Херсон. Режим доступу: <https://web.archive.org/web/20180619190047/http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/123456789/1563/1/%D0%A1%D0%9B%D0%9E%D0%92%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%E2%80%93%D0%94%D0%9E%D0%92%D0%86%D0%94%D0%9D%D0%98%D0%9A.pdf> (Health (2013). In O. H. Lanovenko, O. O. Ostapishyna (Eds.), *Dictionary-Handbook of Ecology*, (pp. 96-97). Kherson. Retrieved from: <https://web.archive.org/web/20180619190047/http://ekhsuir.kspu.edu/bitstream/123456789/1563/1/%D0%A1%D0%9B%D0%9E%D0%92%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%E2%80%93%D0%94%D0%9E%D0%92%D0%86%D0%94%D0%9D%D0%98%D0%9A.pdf>).
- Карпусь, О. (2019). Нормативно-правові засади здоров'язбережувального виховання школярів у Фінляндії. *Вісник Глухівського національного університету імені О. Довженка*, 2 (40), 117-124 (Karpus, O. (2019). Legal foundations for health education in Finland. *Bulletin of the Hlukhiv National University named after O. Dovzhenko*, 2 (40), 117-124).
- Козлова В. (2011). Проблеми мотивації студентів на здоров'язбереження. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 4, 84-87 (Kozlova, V. (2011). Problems of motivating students to health. *Pedagogy, Psychology and Biomedical Problems of Physical Education and Sport*, 4, 84-87).
- Лісіцин, Ю. (1992). *Соціальна гігієна і організація охорони здоров'я. Проблемні лекції*. М.: Медицина (Lisitsin, Yu. (1992). *Social Hygiene and Health Organization. Problem Lectures*. M.: Medicine).
- Оржеховська, В. (2001). Культура здоров'я та здоровий спосіб життя. *Педагогічний пошук*, 1, 17-19 (Orzhekhovska, V. (2001). Health culture and healthy lifestyles. *Pedagogical Search*, 1, 17-19).
- Поліщук, Н. (2012). Характеристика змісту поняття «здоров'я людини» в сучасних дослідженнях. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 1 (3), 124-132 (Polishchuk, N. (2012). Characteristics of the content of the concept of "human health" in current research. *Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*, 1 (3), 124-132).
- Цьома, С. (2014). Формування основ здоров'язбереження учнів у системі початкової освіти Болгарії. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*, 48, 223-228 (Tsioma, S. (2014). Forming the basics of student health protection in elementary education system of Bulgaria. *Psychological and pedagogical problems of the rural school*, 48, 223-228).
- Finnish institute for health and welfare*. Retrieved from: <https://thl.fi/en/web/thlfi-en/search-results?q=health+is>.
- Paakkari, L., Paakkari, O. (2012). *Health literacy as a learning outcome in schools*. Health Education. *Review of national Finnish health promotion policies and recommendations for the future*. Retrieved from: http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0007/74743/E78092.pdf. ДАТА: 10.01.20.
- World Health Day 2018 in the WHO European Region – making health about the people, for the people* (2018). Retrieved from: <http://www.euro.who.int/en/media-centre/events/events/2018/04/world-health-day-2018-health-for-all/news/news/2018/05/world-health-day-2018-in-the-who-european-region-making-health-about-the-people,-for-the-people>. ДАТА: 10.01.20

РЕЗЮМЕ

Карпусь Ольга. Терминологический инструментарий исследования проблемы здоровьесбережения в Финляндии.

Статья посвящена обзору терминологической базы исследования здоровьесбережения в Финляндии и обоснованию сущности понятий, которые чаще всего используются в изучении вопроса здоровьесберегающего воспитания учащихся в финских общеобразовательных школах. Кроме того, в статье обозначены и проанализированы основные научные источники по данной проблематике. Постоянное развитие системы здоровьесбережения в Финляндии и других странах мира положительно влияет на подрастающее поколение, что позволяет более глубоко исследовать современные процессы в сфере здоровьесбережения в Финляндии.

Ключевые слова: *здоровье, здоровьесбережение, здоровый образ жизни, культура здоровья, здоровьесберегающее воспитания, профилактика заболеваний, ученики.*

SUMMARY

Karpus Olha. Terminological toolkit of the health care research in Finland.

The article deals with the terminological base of the study of health care in Finland and substantiation of the concepts most commonly used in the study of health education of students in Finnish general schools. In addition, the article outlines and analyzes the main scientific sources on these issues. The continued development of the health care system in Finland and other countries in the world has a positive impact on the younger generation, enabling them to explore in more depth modern health care processes in Finland.

The last decade has been marked by increasing attention to the phenomenon of health. The whole world community is developing technologies and techniques to improve the quality of human life and promote health. Particular attention is paid to the younger generation: children and adolescents.

The experience of economically developed countries shows that disease prevention and health care are very promising in the context of state and nation development. For Finland, the health education and orientation of young people to a healthy lifestyle has become a new course, followed by the country at various levels.

Purpose of the article: to review the studies in the field of health care in Finland, as well as to analyze the terminological apparatus on the subject. In the article the following general scientific research methods were used for realization of this goal: analysis, synthesis, comparison and generalization, with the help of which we were able to systematize the concepts and highlight the most similar views of Finnish and national scientists on the process of health care.

Based on the material presented above, we can conclude that Finnish health care is well advanced and has a high level of responsibility at the state level, as evidenced by the large list of laws, regulations and programs. Having reviewed the terminological toolkit, we have identified that health care in Ukraine and Finland has its own specific terminology. Analyzing the literature, we can see that research of the issue of health care has not lost its relevance today.

Key words: *health, health care, healthy lifestyle, health culture, healthy parenting, disease prevention, students.*