

УДК 613:316.614.4(477)

НЕОБХІДНІСТЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Жаліло Л. І.

Національна академія державного управління при Президентові України
Київ, Україна

Наведений аналіз сучасних умов формування здоров'я населення України. Показане превалювання впливу соціально-економічних детермінант здоров'я. Доведена значущість наукового обґрунтування соціально-психологічної адаптації до змін навколишнього соціального середовища для збереження здоров'я населення. Показана роль в цьому процесі валеології – інтегральної науки про здоров'я.

Ключові слова: валеологія, здоров'я, населення України.

Приведен анализ современных условий формирования здоровья населения Украины. Показано превалирование влияния социально-экономических детерминант здоровья. Доказана значимость научного обоснования социально-психологической адаптации к изменениям окружающей социальной среды для сохранения здоровья населения. Показана роль в этом процессе валеологии – интегральной науки о здоровье.

Ключовые слова: валеология, здоровья, население Украины.

The analysis of modern conditions of formation of health of the population of Ukraine. Shows the prevalence of the influence of socio-economic determinants of health. Proven the importance of scientific study of socio-psychological adaptation to changes in the social environment to maintain the health of the population. Shown role in this process valeology – integrated health Sciences.

Keywords: valeology, health, the population of Ukraine

Постановка проблеми. Провідними факторами формування здоров'я в сучасних умовах вважають інформаційне та емоційне навантаження, яке викликане такими соціальними детермінантами, як економічна і політична кризи, турбулентні соціальні трансформації, що в Україні обтяжені агресією та військовими діями. За прогнозами цей комплекс загроз для здоров'я людини матиме тривалий характер [5].

Актуальність означеної теми зумовлена ще й тією обставиною, що сьогодні Україна переживає важкий і затяжний період трансформації в демократичне суспільство. За всі роки її незалежності так і не було розроблено науково обґрунтованого плану реформування суспільства на демократичних засадах, переходу до громадянського суспільства. Головна проблема сьогодення полягає в тому, що переважна більшість українського населення, яке зазнає величезної матеріальної скрути, не бачить близького виходу з кризи. Криміналізація економіки, тіньове нагромадження капіталу, зростання антидемократичних, бюрократичних тенденцій, різке падіння життєвого рівня населення – всі ці та інші негативні явища, які сьогодні притаманні українському суспільству, потребують виправлення заходами державного управління.

Разом з тим, для збереження здоров'я людини, суспільні детермінанти здоров'я, що формують умови існування, потребують соціально-психологічної адаптації, яка означає не тільки пристосування, але й активну взаємодію з умовами існування і відповідну їхню зміну за потребами людини.

Ступінь адаптованості можна вважати індикатором стабілізації нової системи соціально-економічних відносин. Отже, успішність процесів особистісної адаптації є невід'ємним складником подолання суспільної кризи. Складність ситуації посилюється ще й тим, що в умовах тотальної кризи блокується традиційний вид адаптації, що базується на комфортності соціальних норм.

Сьогодні ситуація в країні характеризується симптомами адаптаційного неврозу, ознаками якого є страх, невпевненість у завтрашньому дні, відсутність віри в майбутнє.

Домінування упродовж багатьох років таких психологічних характеристик, як психічна напруженість, дискомфорт, пригніченість, соціальний песимізм, розчарування в системі державної влади та її керівниках підтверджується самим життям і численними соціологічними дослідженнями [1, 4].

Найбільшим потрясінням для людини є війна, оскільки людина потрапляє у ненормальні для психіки умови. Програмний документ «Цілі тисячоліття» визначив першим фактором здоров'я – мир. Наслідки війни для здоров'я тривають понад 10 років. Американська кампанія у В'єтнамі показала, що кількість тих, хто гине в перші 10 років після закінчення воєнної кампанії, перевищує кількість загиблих впродовж бойових дій. Дослідження виявили, що набагато масштабнішими за суто фізичні ураження є відстрочені наслідки війни, що впливають не тільки на психічне здоров'я військовослужбовців. Підлягають деформації також психологічна рівноваженість та світогляд учасників бойових дій, як і вся їхня подальша доля.

Таким чином, Україна стоїть на порозі формування власного «ветеранського синдрому» – донецького, який бере свій початок ще у подіях на Майдані.

Для багатьох людей характерними є розгубленість і неспроможність до індивідуальної адаптації, також спостерігається стратегія втечі.

Більшість пристосовується до сучасних умов життя, які набули форми виживання. Найнебезпечнішим є те, що затяжна системна криза породжує та закріплює певний психологічний стереотип, зумовлений негативним упередженням ставленням індивіда до себе, до інших людей, до своєї країни.

Адаптація як така включає фізіологічний, біологічний, психологічний і соціальний рівні. На власне соціальному рівні адаптація, в першу чергу, визначається діяльністю активною природою суб'єктів. У процесі соціально-психологічної адаптації відбувається взаємодія особи або соціальної групи із соціокультурним середовищем. Звідси адаптивна і, водночас, адаптуюча активність особи або групи. Таким чином, необхідною умовою успішної соціально-психологічної адаптації є оптимальне поєднання адаптивної і адаптуючої діяльності.

Досліджуючи процес соціально-психологічної адаптації в умовах суспільства, що трансформується, необхідно виділити такі аспекти:

- соціальна адаптація до умов життєдіяльності індивіда і соціуму, що змінюються, зокрема в період проведення АТО;
- необхідність працездатної частини населення до адаптації в умовах змінної соціально-економічної складової життя;
- проблеми адаптації населення в умовах соціальної мобільності як наслідки соціокультурних і соціально-економічних змін;
- прояви неадаптованості певних прошарків суспільства;
- особливості соціальної адаптації окремих груп трудового населення з урахуванням демографічних, міграційних, деформаційних поведінкових процесів;
- роль державних та соціальних інститутів в визначенні економічної складової життєдіяльності в контексті соціально-психологічної адаптації населення.

Доцільно зазначити, що адаптаційний процес відбувається на двох рівнях: індивідуальному і груповому. Перша форма адаптації – сукупність індивідуальних засобів, адекватних соціальним цілям. До індивідуальних засобів можна віднести статус, освіту, професіональний рівень, стиль життя, вольові та психологічні риси індивіда, ступінь комфортності та інші фактори стратифікації. У традиційному суспільстві ця сукупність має усталені стандарти, що відповідають кардинальному завданню адаптації – входженню індивіда до відповідного соціального кола чи групи.

Деадаптація перехідного періоду зумовлюється двома обставинами: по-перше, певні соціальні групи втрачають звичне для них місце в суспільстві, і відповідні соціальні статуси стають невизначеними, їх ранги знижуються, престиж падає.

Індивід вимушений коригувати життєву стратегію: з одного боку, робити принциповий вибір між соціальними групами, з іншого – шукати нові засоби адаптації. Найбільш радикальний вибір – еміграція, пошук адекватного соціального середовища за межами країни, нації. Людина інтуїтивно шукає групи, які органічно поєднуються з новою економікою та відповідним способом життя, стає на шлях пристосування до інших цінностей.

Метою даної роботи є окреслити завдання і визначити шляхи і методи, необхідні для формування стратегії соціально-психологічної адаптації населення України до сучасних реалій.

Виклад основного матеріалу. Пошук шляхів соціально-психологічної адаптації особистості до постійно змінних умов життя вимагає від учених практичної орієнтації їх досліджень і розробок у сфері життєвої орієнтації. До пошуку методів соціально-психологічної адаптації залучилися вчені і практики різних напрямів: державного управління; медицини; освіти; оборони; соціальної політики; психології; соціології. Виділяють різні профілі соціально-реабілітаційної діяльності: медично-соціальний, професійно-трудова, соціально-психологічний, соціально-побутовий. Етапність, диференційованість, комплексність, послідовність та безперервність в проведенні реабілітаційних заходів – головні принципи соціально-психологічної реабілітації.

Слід враховувати, що успішна адаптація до соціально-економічних умов можлива лише тоді, коли ідеологія, концепція реформ збігається з ціннісними орієнтаціями, уявленнями, психологічними настановами людини.

На нашу думку, при створенні моделі соціальної адаптації громадян, які брали участь у бойових діях, необхідно зважати передусім на відновлювальний характер адаптаційного періоду для означеної категорії населення. По-перше, підхід залежить від контингенту населення, що потребує допомоги.

Колишні військовослужбовці при переході до мирних умов передусім переборюють наслідки обставин бойових дій та поновлюють втрачені соціальні зв'язки. Тому слід більше зважати на розробку соціальної реабілітації, якої потребують військовослужбовці. Соціальна реабілітація – це низка заходів, спрямованих на відновлення людини в правах, соціальному статусі, здоров'ї та дієздатності. Мета соціальної реабілітації – забезпечення соціалізації особистості та відновлення її до попереднього рівня, при цьому мова йде про відновлення не тільки здоров'я, але і соціального статусу особистості, правового стану, морально-психологічної рівноваги, впевненості в собі.

Головним психотравмуючим впливом бойових дій є достатньо тривале перебування військовослужбовців в умовах специфічного бойового стресу, який накладає свій негативний відбиток. Безпосередньо, в період бойових дій стрес виконує певну позитивну функцію для людини, але вже після закінчення війни стрес стає негативним, руйнуючим фактором. Люди, у яких відзначають реакції дезадаптації, потребують медично-психологічну допомогу, особливих заходів психокорекції та психотерапії.

Але більшість населення потребує соціально-психологічної допомоги в межах валеологічних дій – комплексної підтримки здоров'я.

Психологічна допомога військовослужбовцям, учасникам бойових дій, повинна включати декілька напрямків: навчання навичкам саморегуляції; соціально-психологічні тренінги з метою підвищення адаптивності та його особистісного розвитку; допомога в професійному самовизначенні, профорієнтації з метою перекваліфікації та подальшого працевлаштування.

У першу чергу, слід відзначити, що наша країна, маючи намір асоціації з ЄС, повинна орієнтуватись на так звану Європейську соціальну модель, в забезпечення якої ЄС вкладає близько 50% валового продукту, а відтак, перед нашою державою стоять значні соціально-економічні виклики. З іншого боку, кризовий стан економіки країни, обтяжений агресією сусідньої держави, бойовими діями і руйнуванням економіки Сходу України, утворює

значний виклик щодо сталого розвитку держави і впевненості у завтрашньому дні населення [3].

Успішність процесів суспільної трансформації, які відбуваються у складних умовах економічної, соціальної кризи і військових дій на сході України, залежить від ефективної скерованості суспільних змін та врахування викликів і вимог, що сформувався на даний час в Україні, зокрема, щодо адекватної соціально-психологічної адаптації населення до нових умов, що є також актуальним як для збереження здоров'я населення країни, так і для формування нового здорового суспільства.

В цих складних умовах, в першу чергу, необхідним є формування нової системи державного управління, а саме, впровадження зазначеного в Угоді про асоціацію України до ЄС принципу – «здоров'я населення в усіх політиках держави» [2].

При цьому слід враховувати інтереси всіх секторів. За пропозицією ЮНІСЕФ, для досягнення порозуміння, домовленостей і спільної мови слід застосовувати підхід «Круглих столів». З питань формування соціально-психологічної адаптації впродовж півроку було проведено не менше десяти Круглих столів на рівні бізнесу і громадських організацій, з включенням представників міжнародних організацій тощо. Учасники одностайно визнали необхідність соціально-психологічної адаптації, якої потребує не менше 2 млн чоловік [5, 6]. Учасники Круглого столу, що відбувся в Національній академії державного управління при Президентові України (5.12.2014 р.), – провідні фахівці з державного управління та керівники науково-освітніх закладів, які визначили актуальні завдання для державного управління щодо соціально-психологічних проблем в Україні. Зокрема, К. М. Кукушкін, заступник начальника управління Державної служби з соціальної, професійної адаптації та психологічної реабілітації ветеранів війни та учасників АТО при Кабінеті Міністрів України, підкреслив актуальність проблеми і привернув увагу до необхідності прийняття відповідного закону та координації поки що розрізнених дій фахівців і волонтерів. І. Я. Пінчук, директор Українського науково-дослідного інституту соціальної і судової психіатрії та наркології МОЗ України та інші учасники наводили обґрунтовані дані щодо кількості населення (близько 5 млн), яке потребує соціально-психологічної допомоги. Обговорили заходи з формування державної стратегії соціально-психологічної адаптації населення, відновлення його здоров'я та розробки технологій державного управління і місцевого самоврядування для їх реалізації. Було визначено, що такий підхід сприяє інвестиціям у відновлення здоров'я населення і надасть можливість забезпечити суспільні трансформаційні процеси щодо утвердження громадянського суспільства, спрямування цих процесів на інтеграцію до Європейського Союзу, а також закладає основи розвитку національної економіки, забезпечує як відновлювальне економічне зростання після тривалої рецесії національного господарства, так і його сталий розвиток, націлений на досягнення конкурентоспроможності національної економіки в умовах глобальних викликів і реалізації стратегічного курсу входження України в Євросоюз.

Об'єктивною причиною необхідності наукового осмислення соціально-психологічних ризиків в нашому суспільстві є накопичення упродовж багатьох років негативних доміант та потреба у забезпеченні виходу держави на траєкторію сталого розвитку, розбудови демократичних засад державотворення.

Перед українським суспільством стоїть чітке завдання: знайти підходи і методи, які б утворили ідеологічні і практичні стрижні перетворень та позитивних змін у суспільстві і державі. При цьому слід враховувати, що з огляду на численні суперечності в суспільному житті та непередбачувані обставини реалізація державної стратегії соціально-психологічної адаптації населення не буде легкою, відбуватиметься протягом тривалого періоду і потребуватиме об'єднаних зусиль декількох галузей управління. Для узгодження цих дій необхідні зусилля органів державного управління і місцевого самоврядування. В процесі формування стратегії соціально-психологічної адаптації населення провідну роль має відігравати державне управління різного рівня організації, що базується на:

- науковому обґрунтуванні відповідальності і участі системи органів державної влади і органів місцевого самоврядування в цих процесах;
- обґрунтованому впровадженні в практику державного управління і місцевого самоврядування ефективних сучасних технологій і методів соціально-психологічної адаптації населення, апробованих світовою практикою;
- налагодженні підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації наукових та науково-педагогічних кадрів компетентних щодо реалізації стратегії соціально-психологічної адаптації та реабілітації населення.

Проблеми утворення державної стратегії соціально-психологічної адаптації населення в контексті суспільно-політичних реформ потребують таких дій різних зазначених вище галузей науки і управління:

- організації моніторингу рівня соціально-психологічної адаптованості різних верств і категорій населення України, військовослужбовців і їхніх сімей до умов, пов'язаних із суспільними змінами та зовнішньою військовою агресією;
- налагодження чіткої координації зусиль держави, приватного сектору та громадськості щодо прискореної підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації достатньої кількості фахівців, здатних надавати населенню та учасникам бойових дій належну соціально-психологічну допомогу;
- впровадження ефективних інноваційних технологій та методів соціально-психологічної адаптації та реабілітації населення;
- створення розгалуженої мережі територіальних центрів надання соціально-психологічної допомоги особам, які постраждали в ході АТО.

Валеологія як інтегральна наука про закономірності індивідуального здоров'я та генетичних і фізіологічних резервах організму, що забезпечує знання та методологічні основи формування і збереження здоров'я людини в умовах впливу на нього перманентних змін факторів зовнішнього і внутрішнього середовища.

Завданнями валеології може бути методологічне обґрунтування підходів і методів соціально-психологічної адаптації як шляху збереження здоров'я населення в сучасних умовах, показуючи взаємозв'язок всіх складових здоров'я.

Разом з профілактичною медициною, валеологія вирішує одну з глобальних проблем сучасності – збереження і зміцнення здоров'я людини, використовуючи в тому числі методи соціально-психологічної адаптації.

Висновки. Представлені науково обґрунтовані погляди науковців і представників державного управління, які надають можливість констатувати, що в Україні назріла необхідність державної координації розрізних зусиль представників сфери освіти, охорони здоров'я, соціальної сфери та громадських організацій щодо соціально-психологічної адаптації населення до сучасних складних умов. З цією метою було запропоновано залучити до розпочатої роботи всі зацікавлені організації в здійсненні соціально-психологічної адаптації населення та учасників бойових дій, як-то – соціальні служби, заклади медичної допомоги та освіти, релігійні організації та ін.

Нагальною необхідністю є об'єднання зусиль різних секторів та утворення національної стратегії соціально-психологічної реабілітації населення.

ЛІТЕРАТУРА

1. A Charter of European Identity [Електронний ресурс] – Режим доступу : http://kms1.isn.ethz.ch/serviceengine/Files/ISN/116368/ipriadoc_doc/3a764545-4a3e-4de6-98d0-56bbe89bac79/en/5060_Charta+of+European+Identity.pdf. – Назва з екрана. World Health Organization (2013) Health 2020.
2. A European policy framework and strategy for the 21st century, Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/health-2020.-a-european-policy-framework-and-strategy-for-the-21st-century> (Accessed 14 Jan 2014).
3. The Changing National Role in Health System Governance. A case-based study of 11 European countries and Australia / Edited by Elke Jakubowski Richard B. Saltman. – 2013. – 91 p.

4. SAG_Strategy_Ukr [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://healthsag.org.ua/wp-content/uploads/2014/11/Proekt-Strategiyi>.
5. Князевич В. М. Необхідність державної соціально-психологічної адаптації населення України в сучасних умовах / В. М. Князевич, Л. І. Жаліло // Інвестиції та інновації. – 2015. – № 2. – С. 32–35.
6. Указ Президента України № 40 від 30.01.2015.

УДК 796.323:612:616-001

ХАРАКТЕР ТРАВМ У БАСКЕТБОЛІСТОК У ЗВ'ЯЗКУ З ОСОБЛИВОСТЯМИ ЇХ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ

Козій Т. П.

Херсонський державний університет
Херсон, Україна

У статті проаналізовано зв'язки між показниками морфологічних параметрів баскетболісток та характером і локалізацією виявлених травм. Показано, що травматизації нижніх кінцівок сприяють більші вагозростові показники і середня міцність тілобудови. Травми верхніх кінцівок і комплексні травми обумовлені меншими вагозростовими показниками та слабкістю міцності тілобудови, порівняно з показниками нетравмованих спортсменок.

Ключові слова: травматизм, баскетбол, фізичний розвиток.

В статье проанализированы связи между показателями морфологических параметров баскетболисток и характером и локализацией выявленных травм. Показано, что травматизации нижних конечностей способствуют большие весоростовые показатели и средняя плотность телосложения. Травмы верхних конечностей и комплексные травмы обусловлены меньшими весоростовыми показателями и низкой плотностью телосложения, по сравнению с показателями нетравмированных спортсменок.

Ключевые слова: травматизм, баскетбол, физическое развитие.

The article analyzes the connection between indicators of morphological parameters of basketball players and the nature and localization of the identified injuries. It is shown that the trauma of the lower limbs contribute large indicators of weights and height and the average density of the physique. Injuries of the upper limbs and complex trauma caused by lower growth rates and weight indicators and low density body, as compared with the indicators of athletes without injury.

Keywords: injuries, basketball, physical development.

Актуальність роботи. Сучасний баскетбол – найпопулярніший вид спорту в світі, але один з найбільш травмонебезпечних ігрових видів спорту, незалежно від рівня спортивної кваліфікації гравців як університетських команд гравців аматорів, так і професіональних гравців команд вищої ліги. Це, по-перше, пов'язано з тим, що баскетбольний майданчик – відносно невеликий простір для пересувань на максимальній швидкості десяти спортсменів (гравців двох команд), вагозростові дані яких істотно перевищують середні значення. У результаті гри часто відбуваються зіткнення при боротьбі за м'яч, ривках і проходах під кільце, гри в захисті та швидких проривах. По-друге, зростання обсягу й інтенсивності навантажень, які застосовуються в навчально-тренувальному процесі баскетболістів, відсутність індивідуального підходу до контролю навантажень і навчання техніці та тактиці є причинами перевтоми і перенапруги, що також призводить до травматизму та захворювань. Тому особливо актуальним питанням є глибоке розуміння комплексу причин спортивних травм баскетболістів задля їх профілактики [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Баскетбол належить до категорії контактних командних ігор, які характеризуються поліструктурною формою вправ, великими обсягами бігового, стрибкового, спеціально-технічного навантаження, що вимагає