

ФІЛОСОФІЯ ОСВІТИ. СОЦІАЛЬНА ФІЛОСОФІЯ ТА ФІЛОСОФІЯ ІСТОРІЇ

УДК 130.122: 37.013

Взаємодетермінація здоров'я та здорового способу життя як філософська проблема

INTERDETERMINATION OF HEALTH AND HEALTHY LIFESTYLE AS A PHILOSOPHICAL PROBLEM

БРАТАНІЧ Борис – доктор філософських наук, професор, професор кафедри виховання та культури здоров'я, Комунальний заклад вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради, вул. Володимира Антоновича, 70, м. Дніпро, 49006, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7175-924X>

ЛАВРОВА Лариса – кандидат філософських наук, доцент, завідувач кафедри виховання та культури здоров'я, Комунальний заклад вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради, вул. Володимира Антоновича, 70, м. Дніпро, 49006, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8027-3364>

САВЧЕНКО Вікторія – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри виховання та культури здоров'я, Комунальний заклад вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти» Дніпропетровської обласної ради, вул. Володимира Антоновича, 70, м. Дніпро, 49006, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2551-7164>

DOI:

BRATANICH Borys – Doctor of Philosophy, Professor, Professor of the Department of Education and Culture of Health, Communal Institution of Higher Education «Dnipro Academy of Continuing Education» of Dnipropetrovsk Regional Council, 70 Volodymyr Antonovych Str., Dnipro, 49006, Ukraine

LAVROVA Larysa – Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Education and Culture of Health, Communal Institution of Higher Education «Dnipro Academy of Continuing Education» of Dnipropetrovsk Regional Council, 70 Volodymyr Antonovych Str., Dnipro, 49006, Ukraine

SAVCHENKO Victoria – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Education and Culture of Health, Communal Institution of Higher Education «Dnipro Academy of Continuing Education» of Dnipropetrovsk Regional Council, 70 Volodymyr Antonovych Str., Dnipro, 49006, Ukraine

Анотація. У статті схарактеризовано взаємодію здоров'я та здорового способу життя в якості складової проблемного поля соціальної філософії, філософської антропології, філософії освіти та філософії здоров'я, у ширшому сенсі – як одного з напрямів розвитку сучасної екзистенціальної філософії, що орієнтує на дослідження особистості та її буттєвого простору. Найбільш важливим при цьому є філософський аналіз взаємодетермінації здоров'я і здорового способу життя у контексті проблематики самоактуалізації особистості, що нині знаходиться на периферії наукових розвідок. Виходячи з цього, метою нашого дослідження є визначення специфіки і значення для розвитку особистості взаємодетермінації здоров'я та здорового способу життя у контексті соціалізуюче-освітніх процесів. Теоретико-методологічну основу дослідження взаємодетермінації здоров'я та здорового способу життя складають насамперед настанови екзистенціалізму, філософської антропології, філософсько-освітні знання, а також окремі складові комунікативістики, теоретичної психології, філософсько-педагогічної методології. Під здоровим способом життя необхідно розуміти репрезентацію взаємодії способу життя та здоров'я з позитивним впливом на останнє, що визначає аксіологічний характер цієї проблеми. Здоровий спосіб життя має бути розглянутий як складова взаємодії способу життя та здоров'я. Пріоритетну роль у визначенні змісту і спрямованості такої взаємодії відіграють сформовані на основі соціальних культурних норм індивідуальні ціннісні орієнтації стосовно власного психофізичного стану. Здоров'я відображає певний стан організму людини на всіх рівнях, насамперед на психосоматичному й духовно-мотиваційному рівнях особистості. Здоровий спосіб життя відображає не стан здоров'я, а способи й інструментарій його забезпечення та підтримання, концентруючись на визначенні способів життєдіяльності, які дозволяють досягнути означених цілей у повсякденному житті. І здоров'я, і здоровий спосіб життя є чинниками забезпечення ефективної життєдіяльності людини та її самоактуалізації, що й дає підстави визначати філософсько-освітній вимір досліджуваної проблеми.

Ключові слова: філософія освіти, здоровий спосіб життя, здоров'я, соціалізація, особистість, цінності, самоактуалізація.

Summary. *The urgency of the problem. It is appropriate to characterize the interaction of health and a healthy lifestyle as a component of the problem field of social philosophy, philosophical anthropology, philosophy of education and philosophy of health, in a broader sense – as one of the directions of development of modern existential philosophy, which focuses on the study of the individual and its material space. The most important thing is the philosophical analysis of the mutual determination of health and a healthy lifestyle in the context of the problem of self-actualization of the individual, which is currently on the periphery of scientific research. Based on this, the goal of our research is to determine the specificity and significance for the development of the personality of the mutual determination of health and a healthy lifestyle in the context of socialization and education processes. The theoretical and methodological basis of the study of the mutual determination of health and a healthy lifestyle consists primarily of the guidelines of existentialism, philosophical anthropology, philosophical and educational knowledge, as well as individual components of communicative studies, theoretical psychology, and philosophical and pedagogical methodology. Research results. A healthy lifestyle should be understood as a representation of the interaction of lifestyle and health with a positive effect on the latter, which determines the axiological nature of this problem. A healthy lifestyle should be considered as a component of the interaction between lifestyle and health. A priority role in determining the content and direction of such interaction is played by individual value orientations formed on the basis of social and cultural norms in relation to one's own psychophysical state. Health reflects a certain state of the human body at all levels, primarily at the psychosomatic and spiritual-motivational levels of the individual. A healthy lifestyle does not reflect the state of health, but the methods and tools for its provision and maintenance, focusing on determining the ways of life that allow you to achieve certain goals in everyday life. Both health and a healthy way of life are factors in ensuring the effective life activity of a person and his self-actualization, which gives reason to talk about the philosophical and educational dimension of the researched problem.*

Key words: philosophy of education, healthy lifestyle, health, socialization, personality, values, self-actualization.

Вступ. Аналіз способу життя як предмета філософського дослідження постає з розуміння його як складової людського буття загалом та його репрезентації у різноманітних формах життєдіяльності. Відповідно до цієї тези, спосіб життя слід інтерпретувати в якості історично визначеного способу самореалізації людини у різноманітних сферах життєдіяльності. І людина, і соціальні групи, і соціуми загалом мають визначені способи життєдіяльності, що інтегрується у межах цілісності способу життя. Виокремлення окремих складових цієї життєдіяльності дає нам структуру способу життя й уможливорює акцентування значущості на тих чи інших його складових. Сьогодні одним із найбільш актуальних є той компонент способу життя, який відноситься до забезпечення людиною і суспільством власного здоров'я. Відповідно до цього, актуалізується завдання визначення взаємодетермінації здоров'я та здорового способу життя у межах філософського аналізу проблеми.

Аналіз останніх досліджень. Філософські проблеми дослідження феномену здоров'я розкриваються у роботах таких вітчизняних фахівців, як М. Іщенко, Д. Котко, О. Подгорна, С. Путров, Я. Радиш, Р. Слухенська, О. Шукатка та інші. У межах визнання міждисциплінарності таких досліджень обґрунтовується потреба їхніх філософських узагальнень на основі визнання здоров'я системотворюючим чинником буття та діяльності людини. Разом із тим філософський аналіз здоров'я та інструментарію його забезпечення у вигляді формування здорового способу життя залишається на периферії наукових розвідок.

Метою дослідження є визначення специфіки і значення взаємодетермінації здоров'я та здорового способу життя для розвитку особистості у контексті соціалізуючих освітніх процесів.

Виклад основного матеріалу. Ми концентруємося на особистості як основному суб'єкті здорового способу життя. Разом із тим приймаємо до уваги, що спосіб життя як філософська категорія є відображенням соціально-типового на рівні життєдіяльності конкретної людини, і тому має значення трансформації загальносоціального в індивідуальні характеристики людини, які визначають специфіку її особистого буття.

Відповідно, у здоровому способі життя слід виділити соціальну складову, яка відображає характеристику людини як соціальної істоти, та індивідуально-біологічну складову, яка опирається на індивідуальні цінності й картину світу і репрезентується індивідуальною поведінкою людини. Проте наявність і значущість індивідуально-біологічного фактору у будь-якому випадку слід розглядати серед системотворчих чинників стосовно здорового способу життя. На індивідуальному рівні біологічні складові здорового способу життя проявляються насамперед у поведінкових феноменах, а також у психічних установках людини, які системно пов'язані з її станом здоров'я, і відтак слугують механізмом опосередкування взаємозв'язку індивідуального й соціального у здоровому способі життя.

Варто також зазначити, що здоровий спосіб життя має також екологічно-природний вимір, оскільки на здоров'я людини, як справедливо вказує вітчизняний фахівець С. Путров, визначальний вплив має не тільки соціальне, а й природне середовище її буття [8, с. 344]. Сьогодні природньо-енвіронментальні чинники забезпечення здоров'я людини виходять на передній план, насамперед у вигляді екологічних характеристик середовища буття. При цьому саме екологія людини та її життєдіяльності найбільш повно репрезентує єдність біологічного та соціального у здоровому способі життя й феномені здоров'я загалом. Відтак потрібно

констатувати, що спосіб життя має розглядатися в якості інтегруючого поняття стосовно людини та її індивідуального здоров'я у контексті впливу соціальних чинників. Тому сьогодні здоровий спосіб життя вже не можна розглядати лише у межах дихотомії біологічного та соціального, оскільки важливими також є культурні, екологічні, сенсожиттєві та інші фактори [1, с. 45].

У межах діалектики загального та індивідуального, слід визначити спосіб життя як загальне поняття, що відображає різні форми індивідуальної і соціальної активності, а поняття «здорового способу життя» визначити як характеристику діяльності на індивідуальному і соціальному рівнях щодо забезпечення індивідуального здоров'я та здоров'я соціуму. Звідси випливає, що здоровий спосіб життя має бути розглянутий як складова взаємодії способу життя та здоров'я. Життєдіяльність, яка формує здоровий спосіб життя, визначається такими способами активності людей, що спрямовані на максимальне зміцнення індивідуального та суспільного здоров'я у контексті формування й розвитку сприятливих для цього соціально-економічних, екологічних і культурних умов. Відтак під здоровим способом життя необхідно розуміти репрезентацію взаємодії способу життя та здоров'я з позитивним впливом на останнє, що визначає аксіологічний характер цієї проблеми. Разом із тим потрібно констатувати наявність суб'єктного її виміру, оскільки належність до соціокультурного середовища дає можливість людині свідомо й у вольовому порядку керувати своєю життєдіяльністю таким чином, щоб забезпечувати своє здоров'я. Таким чином, людина, на що вказує вітчизняна дослідниця Ю. Степанюк, як соціальний суб'єкт робить свою здоров'язберігаючу життєдіяльність предметом власного вольового впливу та сферою самоорганізації у власному бутті [11, с. 112].

Загалом взаємодія здоров'я і способу життя має об'єктивний характер, є результатом соціальних процесів, які мають місце у конкретному соціумі, і впливає на діяльність як окремих людей, так і цілих соціальних груп. Здоровий спосіб життя, як справедливо зазначають автори монографії «Здоровий спосіб життя – якість життя», насамперед є однією з репрезентацій якості життя у суспільстві, й відповідно визначається соціально-економічними процесами, що створюють передумови для характеру життєдіяльності людей [3, с. 29]. Важливу роль відіграють й інші складові соціального середовища людини, такі як стан природного середовища, розвиток культури та домінуючі у суспільстві цінності, які формують цілепокладальну і мотиваційну основи до здорового способу життя та зумовлюють можливості для його здійснення. Тому загалом соціокультурне і природне середовища буття людини, формуючи суспільно-об'єктивну заданість форм її життєдіяльності, одночасно визначають діалектику загального й індивідуального стосовно здорового способу життя та складності процесу його взаємодії зі здоров'ям.

Характеризуючи соціокультурну детермінованість такої взаємодії, слід також вказати на значущість цивілізаційного чинника, тобто специфічної інтегрованої специфіки впливу соціуму на певному етапі свого розвитку на характер і можливості формування здорового

способу життя. Саме ця специфіка визначає кількісні та якісні характеристики типових форм життєдіяльності, зокрема, за рахунок домінуючих у суспільстві норм і цінностей. Цим, зокрема, пояснюється неоднозначність і різноспрямованість взаємодії здоров'я та здорового способу життя у різні періоди цивілізаційного розвитку і навіть на різних історичних етапах розвитку тієї чи іншої країни. Здоровий спосіб життя, таким чином, має цілком певні історичні форми, обумовлені конкретно-історичним впливом матеріальних основ і ціннісних орієнтирів щодо можливостей взаємодії зі здоров'ям в якості чинника його забезпечення.

Отже здоровий спосіб життя, що виникає на основі взаємодії з соціально-природним змістом феномену здоров'я, суттєво відрізняється від здорового способу життя як функції певної системи цінностей у суспільстві [2, с. 97]. В останньому випадку здоровий спосіб життя максимально визначається психофізіологічним змістом і духовними сенсами життя людини чи соціальних груп, оскільки репрезентує синтез впливів основних взаємозалежних рівнів життєдіяльності – соціального, духовного, психічного та біологічного. Ситуація ускладнюється й тим, що здоровий спосіб життя відображає життєдіяльність людей як на рівні соціальних відносин, так і на рівні їхнього індивідуального соціального середовища, що визначає значущість і навіть домінування особистісного аспекту досліджуваного феномена.

Увесь цей комплекс чинників формує систему взаємозв'язку здорового способу життя та здоров'я у системі людської життєдіяльності на основі спільності загальної біопсихосоціальної основи, яка визначає специфіку їх взаємодії в єдиній системі відносин відповідно до змістовних ліній «людина – соціальне середовище», а також «людина – природне середовище» та «людина – ціннісно-культурне середовище». Таким чином, пріоритетну роль у визначенні змісту та спрямованості такої взаємодії відіграють сформовані на основі соціальних культурних норм індивідуальні ціннісні орієнтації стосовно власного психофізичного стану, спрямованості власних прагнень до самореалізації з використанням свого психофізичного потенціалу, ціннісних імперативів та сенсожиттєвих пріоритетів в обраних сферах життєдіяльності [12, с. 77]. Виходячи з інтегрованості соціальних чинників здоров'я та здорового способу життя, їх слід вважати специфічною цілісністю, яка визначає здатність якісно та кількісно забезпечувати власне здоров'я в усіх його вимірах як на індивідуальному, так і на соціальному рівнях. Таким чином, слід погодитися з вітчизняною дослідницею Р. Слухенською, що досліджувана проблема має розглядатися не лише як соціально-діяльнісна, а і як ціннісно-гуманістична в силу впливу на можливості особистості до саморозвитку, а суспільства – до поступальних змін [10, с. 156].

Для розуміння природи взаємодії здоров'я та здорового способу життя необхідно також відзначити і наявність суттєвих відмінностей цих понять за змістом і специфікою застосування. Здоров'я відображає певний стан організму людини на всіх рівнях, насамперед на психосоматичному та духовно-мотиваційному рівнях особистості. Здоровий спосіб життя відображає не

стан здоров'я, а способи та інструментарій його забезпечення і підтримання, концентруючись на визначенні способів життєдіяльності, які дозволяють досягнути означених цілей у повсякденному житті.

І здоров'я, і здоровий спосіб життя є чинниками забезпечення ефективної життєдіяльності людини та її самоактуалізації, що і дає підстави визначати філософсько-освітній вимір досліджуваної проблеми [9, с. 22]. У межах цього виміру взаємодія здоров'я та здорового способу життя мають розглядатися як обов'язкова умова повноцінної участі людини як суб'єкта життєдіяльності у різних сферах буття. Проте слід сказати, що забезпечення здоров'я може здійснюватися і без свідомої орієнтації на цінності здорового способу життя за рахунок стохастично-пасивної, але цілком адекватної для підтримки здоров'я життєдіяльності людини.

Взаємозв'язок здоров'я та здорового способу життя не є відображенням понять одного рівня, оскільки перше загалом визначає друге. Враховуючи, що саме здоров'я розуміється по-різному у різних соціокультурних контекстах та у межах різних наукових підходів, здоровий спосіб життя також може розумітися по-різному. Для аналізу проблеми нашого дослідження найбільш адекватним є розуміння здоров'я як цілісної біосоціодуховної основи життєдіяльності його суб'єкта в єдності з середовищем його буття. Найбільш загальними репрезентаціями здоров'я слід вважати здатності, які внаслідок репрезентації суб'єкт має на психосоматичному та діяльнісно-ціннісному рівнях. Також потрібно розуміти здоров'я не як абстрактну сталість, а як динамічну рівновагу суб'єкта з середовищем, яке забезпечує здатність до найбільш повної та гармонічної реалізації усіх потенцій саморозвитку людини [7, с. 88].

У межах означеного розуміння здоров'я здоровий спосіб життя характеризується такими рисами як цілісність особистісної життєдіяльності у контексті прояву особистісних характеристик та особливостей; оптимальна відповідність особистісних рис і характеристик на засадах компліментарності фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я; взаємообумовленість здорового способу життя та ставлення людини до свого середовища буття як репрезентація ефективності адаптованості людини [6, с. 197]. З переліку характеристик випливає очевидний висновок про те, що концепт здорового способу життя та основана на ньому теорія мають комплексний і міждисциплінарний характер, як і загалом наука, що вивчає проблематику здоров'я. А відтак адекватне розуміння здорового способу життя можливе лише на основі використання принципів системного аналізу, комплексного підходу, міждисциплінарного понятійно-концептуального апарату та з урахуванням контексту розвитку постнекласичної науки.

Необхідність урахування вказаних методологічних настанов дає підстави визначити здоровий спосіб життя у достатньо абстрактно-інтегрованому вигляді, а саме як репрезентації біосоціальної природи людини в єдності з соціо-природними умовами її буття, що забезпечує оптимальне здоров'язбереження та здатність до ефективної життєдіяльності у різних

сферах [4, с. 57]. Таке визначення є евристично плідним насамперед з погляду філософсько-освітнього аналізу проблеми взаємодії здоров'я та здорового способу життя, оскільки дає можливість її розглянути через призму соціалізації особистості. У той же час йдеться про використання потенціалу філософської антропології, оскільки механізми соціалізації особистості через ті чи інші способи життєдіяльності неможливо досліджувати без врахування феноменів інкультурації, ідентифікації, індивідуалізації тощо. Безумовно, ці феномени можна описувати і як механізми адаптації людини до зовнішнього середовища, які виникають під впливом зовнішніх соціальних чинників. Однак лише акцентування внутрішніх інтенцій щодо саморозкриття індивідуальних потенційних якостей людини для забезпечення власного здоров'я дає можливість оцінити її як активно-творчого суб'єкта і відповідно перевести вивчення проблеми означених взаємодій на особистісний рівень.

Взагалі, слід констатувати, що проблема взаємодії феноменів здоров'я та здорового способу життя є найбільш важливою змістовною основою для формування методологічного фундаменту філософсько-освітніх наукових розвідок у царині здорового способу життя. Визначення специфіки власне філософсько-освітньої проблематики взаємодії феноменів здоров'я та здорового способу життя, на нашу думку, має здійснюватися через обґрунтування методології освітньої діяльності, яка орієнтована на трансформацію загальних ціннісних засад здоров'язбереження у конкретні сенсожиттєві пріоритети, які, у свою чергу, мають розглядатися в якості безпосередніх чинників здорового способу життя конкретних людей.

Основним засобом освітнього впливу на особистість та суспільство для мотивації до здорового способу життя має бути створення спеціалізованого та ціннісне орієнтованого здоров'язабезпечуючого освітнього і соціального простору, який би об'єднав усі соціальні інститути нашого суспільства для генерування освітньо-виховних впливів з метою формування соціалізуючих, освітніх, а також буттєво-практичних чинників формування цінностей та мотивації до здорового способу життя [5, с. 111]. Такий здоров'язабезпечуючий інтегрований соціально-освітній простір має бути наповнений цілеспрямованими видами діяльності ціннісного та пізнавального характеру, які спрямовані як на формування у молодого покоління мотивації до здорового способу життя, так і на практичне впровадження цих ідей з використанням різноманітних програм оздоровлення. В організаційній діяльності необхідним є поєднання форм взаємодії всіх соціально-освітніх інститутів для формування мережі психолого-розвиваючих, спортивних, корекційних, оздоровчо-реабілітаційних та інших впливів на процес становлення особистості у контексті забезпечення її здоров'я та мотивації до здорового способу життя.

Висновки. Таким чином, проблема взаємодії здоров'я та здорового способу життя має філософський вимір, оскільки стосується буттєвого, діяльнісного, соціалізаційного аспектів вивчення людини. Здоров'я виступає в якості аспекту субстанціонального базису

людської життєдіяльності, у той час як здоровий спосіб життя визначає інструментарій його забезпечення. Інтегруюча роль освітньої діяльності у процесі формування здорового способу життя проявляється у диверсифікації впливів на суб'єктів здоров'я, спрямованої на забезпечення сформованості його основних компонентів: мотиваційно-потребнісного, аксіологічного,

практиологічного, афективного, когнітивного тощо. Всі ці складові здорового способу життя прямо пов'язані з тими чи іншими аспектами освітньої діяльності і на рівні концептуалізації сформульованих у статті методологічних положень мають бути реалізованими у конкретних освітніх методиках і технологіях як логічне продовження нашого дослідження.

Список використаних джерел

1. Братаніч Б. В., Хоменко Ю. С. Здоров'я як цінність людини та складова культури: філософсько-освітні аспекти. *Філософія і політологія в контексті сучасної культури*. 2011. Вип. 2. С. 43–50.
2. Голянич М. Ю., Сініцина А. В. Філософське обґрунтування прогностичної концепції здоров'я людини і «здорового суспільства». *Art of medicine*. 2017. № 1. С. 94–100.
3. Здоровий спосіб життя – якість життя : монографія / Д. М. Котко та ін. Київ : Знання України, 2021. 256 с.
4. Іщенко М. В. Здоров'я людини : фізична культура та здоровий спосіб життя. Одеса : Букаєв Вадим Вікторович, 2013. 132 с.
5. Лаврова Л. В., Братаніч Б. В. Культура здоров'я як предмет філософського розгляду. *Перспективи. Соціально-політичний журнал*. 2021. № 2. С. 108–113.
6. Лаврова Л. В. Філософсько-освітні засади формування здорового способу життя у практичному освітньому процесі. *Філософія. Культура. Життя*. 2013. Вип. 39. С. 195–201.
7. Погорелова О., Подгорна О. Філософія здоров'я як розділ загально-філософського знання : досвід компаративного дослідження. *Перспективи. Соціально-політичний журнал*. 2015. № 1. С. 85–91.
8. Путров С. Здоров'я людини як предмет соціально-філософського аналізу. *Гілея : науковий вісник*. 2013. № 75. С. 343–345.
9. Радіш Я. Ф. Здоров'я людини як філософський феномен і важлива складова національної безпеки. *Науково-інформаційний вісник Академії національної безпеки*. 2016. № 1–2. С. 20–27.
10. Служенська Р. Світоглядно-філософські та методологічні засади наукової парадигми здоров'я людини. *Науковий вісник Чернівецького університету. Філософія*. 2014. Вип. 706–707. С. 153–158.
11. Степанюк Ю. Філософія здоров'я людини як основа здорового способу життя. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2008. Т. 1. С. 111–114.
12. Шукатка О. Філософсько-педагогічні витоки сучасних ідей здоров'ятворення в педагогічній теорії та практиці. *Педагогіка безпеки*. 2018. Т. 3. № 1. С. 75–82.

References

1. Bratanich, B. V., & Khomenko, Yu. S. (2011). Zdorovia yak tsinnist liudyny ta skladova kultury : filosofsko-osvitni aspekty [Health as a human value and a component of culture : philosophical and educational aspects]. *Filosofia i politologia v konteksti suchasnoi kultury*, 2, 43–50 [in Ukrainian].
2. Holianych, M. Yu., & Sinitsyna, A. V. (2017). Filososfske obhruntuvannia pro-hnostychnoi kontseptsii zdorovia liudyny i «zdorovoho suspilstva» [Philosophical justification of the pro-gnostic concept of human health and «healthy society»]. *Art of medicine*, 1, 94–100 [in Ukrainian].
3. Kotko, D. M. (2021). *Zdorovyi sposib zhyttia – yakist zhyttia* [Healthy lifestyle – quality of life] : monohrafiia. Kyiv : Znannia Ukrainy [in Ukrainian].
4. Ishchenko, M. V. (2013). *Zdorovia liudyny : fizychna kultura ta zdorovyi sposib zhyttia* [Human health : physical culture and a healthy lifestyle]. Odesa : Bukaiev Vadym Viktorovych [in Ukrainian].
5. Lavrova, L. V., & Bratanich, B. V. (2021). Kultura zdorovia yak predmet filosofskoho rozghliadu [Health culture as a subject of philosophical consideration]. *Perspektyvy. Sotsialno-politychnyi zhurnal*, 2, 108–113 [in Ukrainian].
6. Lavrova, L. V. (2013). Filosofsko-osvitni zasady formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia u praktychnomu osvitnomu protsesi [Philosophical and educational principles of the formation of a healthy lifestyle in the practical educational process]. *Filosofia. Kultura. Zhyttia*, 39, 195–201 [in Ukrainian].
7. Pohorelova, O., & Podhorna, O. (2015). Filosofia zdorovia yak rozdil zahalno filosofskoho znannia : dosvid komparatyvnoho doslidzhennia [Philosophy of health as a section of general philosophical knowledge : experience of comparative research]. *Perspektyvy. Sotsialno-politychnyi zhurnal*, 1, 85–91 [in Ukrainian].
8. Putrov, S. (2013). Zdorovia liudyny yak predmet sotsialno-filosofskoho analizu [Human health as a subject of socio-philosophical analysis]. *Hileia : naukovyi visnyk*, 75, 343–345 [in Ukrainian].
9. Radysh, Ya. F. (2016). Zdorovia liudyny yak filosofskyi fenomen i vazhlyva skladova natsionalnoi bezpeky [Human health as a philosophical phenomenon and an important component of national security]. *Naukovo-informatsiyni visnyk Akademii natsionalnoi bezpeky*, 1–2, 20–27 [in Ukrainian].
10. Slukhenska, R. (2014). Svitohliadno-filosofski ta metodolohichni zasady naukovoii paradyhmy zdorovia liudyny [Worldview, philosophical and methodological foundations of the scientific paradigm of human health]. *Naukovyi visnyk Chernivetskoho universytetu. Filosofia*, 706–707, 153–158 [in Ukrainian].
11. Stepaniuk, Yu. (2008). Filosofia zdorovia liudyny yak osnova zdorovoho sposobu zhyttia [The philosophy of human health as the basis of a healthy lifestyle]. *Fizyчне vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi*, 1, 111–114 [in Ukrainian].
12. Shukatka, O. (2018). Filosofsko-pedahohichni vytoky suchasnykh idei zdoroviatvorennia v pedahohichnii teorii ta praktytsi [Philosophical and pedagogical origins of modern ideas of health care in pedagogical theory and practice]. *Pedahohika bezpeky*, 3/1, 75–82 [in Ukrainian].