

УДК 159.9.075

DOI <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.5-2.16>**Л. М. Леженіна**кандидат психологічних наук, доцент,
Інститут підготовки юридичних кадрів для Служби безпеки України
Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТАВЛЕННЯ ДО НАВЧАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я КУРСАНТІВ ПЕРШОГО Й ВИПУСКНОГО КУРСІВ

У статті представлено результати емпіричного дослідження взаємозв'язку ставлення до навчання курсантів першого та випускного курсів і їхнього ставлення до здоров'я. Як показники ставлення до навчання в дослідженні представлено мотиви навчання в закладі вищої освіти (методика Т. Ільїної) і ставлення до навчальної діяльності (методика Л. Міщенко). Ставлення до здоров'я вивчалось за допомогою методики «Індекс ставлення до здоров'я» С. Дерябо, В. Ясвіна й методики «Опитувальник життєвого стилю та рівня здоров'я» Р. Страуба в адаптації Г. Залевського. Визначено загальні й специфічні для груп курсантів першого й випускного курсів особливості взаємозв'язків ставлення до навчання і ставлення до здоров'я. Загальними для курсантів першого та випускного курсів виявилися позитивні зв'язки мотивації набуття знань із психологічним здоров'ям, емоційним, пізнавальним і вчинковим компонентами ставлення до здоров'я; мотивації отримання диплому з оцінкою фізичного здоров'я; негативні зв'язки мотивації оволодіння професією – із застосуванням превентивних і додаткових превентивних заходів збереження здоров'я, із духовним, соціальним та екологічним здоров'ям, позитивні зв'язки – з емоційним, пізнавальним і вчинковим компонентами ставлення до здоров'я. Ці зв'язки зберігаються й на випускному курсі навчання, але кількість значущих зв'язків збільшується насамперед за рахунок мотиву отримання диплома. Крім того, зв'язки мотивації оволодіння професією з духовним, соціальним та екологічним здоров'ям змінюють знак із негативного на позитивний. Під час вивчення взаємозв'язків задоволеності навчальною діяльністю і ставленням до здоров'я виявилось, що в групі курсантів першого курсу зі ставленням до здоров'я переважно пов'язані задоволеність побутом і стосунками з однокурсниками. У групі курсантів випускного курсу суттєво збільшується кількість зв'язків компонентів ставлення до здоров'я із задоволеністю навчальним і виховним процесом, обраною професією, але зменшується кількість зв'язків із задоволеністю побутом.

Ключові слова: ставлення до здоров'я, ставлення до навчання, курсанти, перший курс, випускний курс.

Постановка проблеми. Підготовка курсантів до майбутньої професійної діяльності передбачає розвиток у них необхідних знань, умінь і навичок, професійно важливих якостей особистості, а також збереження й зміцнення здоров'я, що привертає увагу до питань, пов'язаних із формуванням у курсантів позитивного ставлення до навчання та здоров'я, зокрема щодо особливостей взаємозв'язку цих ставлень на різних етапах професійної підготовки.

Вивченню ставлення до здоров'я в системі базових ставлень особистості студентів, одним із компонентів якої є ставлення до навчання, присвячена дисертаційна робота І. Табачник. За результатами проведеного дослідження авторкою отримано дані щодо специфіки зв'язку ставлення до здоров'я й до навчання в студентів із тютюновою й алкогольною узалежненою поведінкою, а також у студентів без цих видів узалежнення. Авторкою визначено, що ставлення до здоров'я і ставлення до навчання найбільш тісно пов'язані в студентів, що характеризуються відсутністю тютюнового та алкогольного узалежнення [1, с. 116]. Дослідження І. Табачник проводилося зі студен-

тами віком від 18 до 21 року, але, на жаль, не розкрито питання щодо специфіки зв'язку ставлення до здоров'я та до навчання в студентів на різних етапах навчання.

Психологічні особливості формування здорового способу життя в курсантів стали предметом вивчення в дослідженні В. Слободяника, який визначив, що більшість курсантів мають недостатньо змістовні уявлення про сутність і компоненти здорового способу життя, не дотримуються здорового способу життя й не мають необхідних знань щодо збереження та покращання свого здоров'я [2, с. 10]. Автор зосередився на визначенні посадових осіб, які найсуттєвіше впливають на формування здорового способу життя курсантів, а також на встановленні соціально-психологічних умов цього формування [2, с. 14]. Ставлення до навчання курсантів у зв'язку з їхнім ставленням до здоров'я в дослідженні В. Слободяника не вивчалось.

У дослідженні С. Степанюк, І. Глухова, В. Коваль, М. Гарголи визначено, що серед факторів впливу на формування здорового способу життя курсантів і студентів провідну роль відіграють мотиви зміцнення здоров'я та розвитку фізичних якостей.

Крім того, встановлено, що рівень розвитку цієї мотивації залежить від спеціальності, за якою проводиться підготовка майбутніх фахівців, представленості в навчальному плані й обсягу певних дисциплін. Дослідниками зазначається, що мотивація зміцнення здоров'я переважає в студентів, які ґрунтовно вивчали курс валеології [3, с. 159].

Мета статті полягає у визначенні особливостей взаємозв'язку ставлення до навчання і здоров'я курсантів першого й випускного курсів.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводилося з використанням методик: «Тест-опитувальник задоволеності навчальною діяльністю» Л. Міщенко, «Методика вивчення мотивації навчання в вузі» Т. Ільїної, «Індекс ставлення до здоров'я» С. Дерябо й В. Ясвіна, «Опитувальник життєвого стилю та рівня здоров'я» Р. Страуба в адаптації Г. Залевського. Під час статистичної обробки даних використано кореляційний аналіз (r-критерій Пірсона).

У дослідженні брали участь курсанти, що навчаються в Інституті підготовки юридичних кадрів Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого на першому (50 осіб) і випускному (50 осіб) курсах.

Під час вивчення структури кореляційних зв'язків показників мотивації навчання з показниками ставлення до здоров'я в групі курсантів першого курсу виявилось, що мотивація отримання диплома прямо пов'язана лише з одним показником ставлення до здоров'я, а саме з підтриманням фізичного здоров'я (таблиця 1).

Чим більше навчання курсантів-першокурсників вмотивоване набуттям знань, тим більш прихильним їм психологічне здоров'я як динамічний стан внутрішнього благополуччя особистості, який дає їй змогу актуалізувати свої індивідуальні й вікові психологічні можливості [4, с. 28]. Чим більше вмотивовані курсанти першого курсу набуттям знань, тим більше розвинуті в них емо-

ційний, пізнавальний і вчинковий компоненти ставлення до здоров'я, тобто вони отримують задоволення від піклування здоров'ям, від здорового способу життя, цікавляться проблемою здоров'я, намагаються впливати на своє оточення щодо дотримання здорового способу життя.

Емоційний і вчинковий компоненти ставлення до здоров'я також позитивно корелюють із мотивом оволодіння професією. Крім того, із цим мотивом навчання прямо пов'язаний практичний компонент ставлення до здоров'я. Отже, вмотивованість навчальної діяльності оволодінням професією курсантів-першокурсників супроводжується активно практично вираженою турботою про своє здоров'я через зайняття спортом, оздоровчими процедурами, дотримання здорового способу життя тощо. Разом із тим превентивні та додаткові превентивні заходи щодо збереження здоров'я негативно корелюють із мотивом оволодіння професією, як і показники духовного, соціального й екологічного здоров'я (таблиця 1). Отже, можна припустити, що курсанти першого курсу, вмотивовані оволодінням професією слідчого, неспроможні відірватися від земного й тілесного задля духовного, що є ознакою духовного здоров'я [5, с. 23], недостатньо готові до відповідальної діяльності й участі в суспільних взаєминах, що є показником соціального здоров'я [6, с. 164], недостатньо опікуються питаннями створення й підтримки здорового середовища проживання як для себе, так і для інших людей, що є показником екологічного здоров'я [1, с. 73].

Аналіз кореляційних зв'язків показників мотивації навчання з показниками ставлення до здоров'я в групі курсантів випускного курсу показав, що мотивація отримання диплома пов'язана з більшою кількістю показників ставлення до здоров'я, ніж у групі першокурсників (таблиця 2). Крім підтримання фізичного здоров'я, з мотивом отримання диплома позитивно корелюють зайняття

Таблиця 1

Значущі кореляційні зв'язки показників ставлення до здоров'я й мотивації навчання у виші в групі курсантів першого курсу

Показники ставлення до здоров'я	Мотивація навчання		
	набуття знань	оволодіння професією	отримання диплома
Фізичне здоров'я			,243*
Превентивна практика		-,378**	
Додаткові превентивні заходи		-,432**	
Психологічне здоров'я	,274*		
Духовне здоров'я		-,330*	
Соціальне здоров'я		-,350*	
Екологічне здоров'я		-,231*	
Емоційний компонент	,315*	,301*	
Пізнавальний компонент	,618**		
Практичний компонент		,256*	
Вчинковий компонент	,250*	,239*	

Примітка: * – $p < 0,05$, ** – $p < 0,01$.

зарядкою і фітнесом, емоційний компонент ставлення до здоров'я, а негативно – превентивна практика підтримання здоров'я, психологічне здоров'я, пізнавальний компонент ставлення до здоров'я. Отже, чим більш умотивованим отриманням диплома є процес навчання курсантів-випускників, тим більш активно вони підтримують своє фізичне здоров'я, займаються зарядкою й фітнесом, отримуючи від цього задоволення, але при цьому вони меншою мірою відволікаються на превентивні практики підтримання здоров'я, менше цікавляться інформацією щодо питання здоров'я й актуалізують свої індивідуальні та вікові психологічні можливості.

Більшою є й кількість кореляційних зв'язків мотивів набуття знань та оволодіння професією з показниками ставлення до здоров'я, якщо порівнювати з групою курсантів-першокурсників. До спільних із групою першокурсників зв'язків мотиву набуття знань із показниками ставлення до здоров'я додаються позитивні кореляційні зв'язки з духовним та екологічним здоров'ям і негативний зв'язок із додатковими превентивними практиками (таблиця 2).

Отже, зростання вмотивованості набуттям знань у курсантів випускного курсу супроводжується зменшенням використання додаткових превентивних заходів щодо збереження здоров'я, зростанням рівня психологічного, духовного й екологічного здоров'я, емоційного, пізнавального та вчинкового компонентів ставлення до здоров'я.

За групою курсантів випускного курсу, як і за групою курсантів-першокурсників, визначено позитивні кореляційні зв'язки мотиву оволодіння професією з емоційним, практичним і вчинковим компонентами ставлення до здоров'я, а також негативні зв'язки з превентивною практикою й додатковими превентивними заходами підтримки

здоров'я. Крім того, визначено, що, чим більше вмотивовані курсанти випускного курсу оволодінням професією, тим більш активно вони піклуються про фізичне здоров'я, займаються зарядкою та фітнесом, контролюють уживання алкоголю й тютюну, опікуються здоровим харчуванням і контролем ваги. Цікавим видається результат, згідно з яким кореляційний взаємозв'язок мотиву оволодіння професією з духовним, соціальним, екологічним здоров'ям змінюється з негативного на позитивний, якщо порівнювати з групою першокурсників (таблиця 2).

Варто зазначити, що деякі автори розглядають соціальне, психологічне й духовне здоров'я як складники особистісного здоров'я [1, с. 74; 7, с. 20]. Екологічне ж здоров'я, що вимірюється методикою Р. Страуба, автором її адаптації Г. Залевським розглядається як культура екологічної поведінки, найбільш тісно пов'язана з духовним здоров'ям [8, с. 7].

За результатами дослідження, зростання рівня розвитку особистісного здоров'я в курсантів випускного курсу супроводжується підвищенням мотивації навчання за рахунок мотиву оволодіння професією (духовне, соціальне, екологічне здоров'я) і мотиву набуття знань (психологічне здоров'я). Поряд із тим зниження рівня психологічного здоров'я як складника особистісного здоров'я супроводжує зростання вираженості мотиву отримання диплома.

Вивчення кореляційних зв'язків між показниками ставлення до здоров'я й задоволеності курсантів першого курсу навчальною діяльністю показало, що, чим більше вони задоволені навчальним процесом, тим більше інтересу проявляють до проблем здоров'я, намагаються впливати на ставлення до здоров'я свого оточення, стимулюючи інших вести здоровий спосіб життя (таблиця 3). Задоволеність виховним процесом

Таблиця 2

Значущі кореляційні зв'язки показників ставлення до здоров'я й мотивації навчання у виші в групі курсантів випускного курсу

Показники ставлення до здоров'я	Мотивація навчання		
	набуття знань	оволодіння професією	отримання диплома
Фізичне здоров'я		,285*	,325*
Зарядка й фітнес		,532**	,324*
Алкоголь/тютюн		,371**	
Превентивна практика		-,319*	-,257*
Додаткові превентивні заходи	-,277*	-,315*	
Харчування, контроль ваги		,284*	
Психологічне здоров'я	,361**		-,316*
Духовне здоров'я	,388**	,259*	
Соціальне здоров'я		,252*	
Екологічне здоров'я	,373**	,251*	
Емоційний компонент	,248*	,335*	,322*
Пізнавальний компонент	,465**		-,315*
Практичний компонент		,472**	
Вчинковий компонент	,335*	,274*	

Примітка: * – $p < 0,05$, ** – $p < 0,01$

супроводжується активністю щодо підтримання фізичного здоров'я, але слабкою увагою до якості харчування й низьким контролем ваги. Чим більше задоволені курсанти першого курсу обраною професією, тим більше задоволення вони отримують від застосування заходів щодо збереження здоров'я й стимулюють інших вести здоровий спосіб життя, але менше схильні відволікатися на превентивну практику щодо здоров'я. Високий рівень задоволеності стосунками з викладачами поєднується з контролем уживання алкоголю й тютюну, застосуванням додаткових превентивних заходів щодо збереження здоров'я, активністю в практичній реалізації турботи про власне здоров'я й здоров'я інших.

Найбільш тісно показники ставлення до здоров'я першокурсників пов'язані із задоволеністю стосунками з однокурсниками й побутом. Із задоволеністю побутом прямо пов'язані всі складники ставлення до здоров'я, окрім занять зарядкою й фітнесом, емоційного, пізнавального і практичного компонентів ставлення до здоров'я. Ці компоненти ставлення до здоров'я також не мають статистично значущих зв'язків із задоволеністю стосунками з однокурсниками, як і контроль уживання алкоголю, тютюну, харчування й власної ваги. Усі інші складники ставлення до здоров'я позитивно корелюють із задоволеністю стосунками з однокурсниками (таблиця 3).

Серед взаємозв'язків задоволеності навчальною діяльністю і ставлення до здоров'я визначено загальні для курсантів першого й випускного курсів, а саме: позитивні зв'язки піклування щодо фізичного здоров'я із задоволеністю виховним процесом, обраною професією, стосунками з однокурсниками й побутом; позитивні зв'язки превентивної практики підтримки здоров'я та соці-

ального здоров'я із задоволеністю стосунками з однокурсниками й побутом; негативний зв'язок контролю харчування й ваги із задоволеністю виховним процесом; позитивний зв'язок пізнавального компонента ставлення до здоров'я із задоволеністю навчальним процесом; позитивні зв'язки вчинкового компонента ставлення до здоров'я із задоволеністю навчальним процесом і стосунками з однокурсниками. Взаємозв'язок превентивної практики збереження здоров'я та задоволеності обраною професією змінив знак із негативного на позитивний (таблиця 4).

Крім того, визначено, що, чим більше курсанти випускного курсу задоволені навчальним процесом, тим більше вони схильні до контролю уживання алкоголю й тютюну, тим вищим рівнем психологічного, духовного, соціального здоров'я вони характеризуються, тим більше вони здатні насолоджуватися власним здоров'ям. Чим більше курсанти випускного курсу задоволені виховним процесом, тим активніше вони займаються зарядкою та фітнесом, реалізують турботу про здоров'я в інших практичних діях, жорсткіше контролюють уживання алкоголю й тютюну, тим більше здатні до усвідомлення себе в суспільстві, готові до відповідальної участі в суспільних взаєминах. Турбота про фізичне здоров'я, зайняття зарядкою та фітнесом, контроль харчування й ваги, високий рівень соціального здоров'я характерні для курсантів випускного курсу, задоволених обраною професією. Чим більше задоволені курсанти випускного курсу стосунками з викладачами, тим більш високим рівнем психологічного, духовного, соціального, отже, особистісного здоров'я вони характеризуються, але поряд із тим мало цікавляться інформацією щодо проблем здоров'я. Висока задоволеність стосунками з однокурсни-

Таблиця 3

Значущі кореляційні зв'язки показників ставлення до здоров'я й задоволеності курсантів першого курсу навчальною діяльністю

Показники ставлення до здоров'я	Задоволеність					
	1	2	3	4	5	6
Фізичне здоров'я		,315*		,282*		,517**
Зарядка й фітнес				,294*		
Алкоголь/тютюну					,314*	,284*
Превентивна практика			-,284*	,368**		,450**
Додаткові превентивні заходи				,323*	,277*	,300*
Харчування, контроль ваги		-,397**				,310*
Психологічне здоров'я				,306*		,295*
Духовне здоров'я				,278*		,341*
Соціальне здоров'я				,488**		,407**
Екологічне здоров'я				,285*		,338*
Емоційний компонент			,249*			
Пізнавальний компонент	,432**					
Практичний компонент					,274*	
Вчинковий компонент	,285*		,264*	,318*	,283*	,286*

Примітки: 1. 1 – навчальним процесом, 2 – виховним процесом, 3 – обраною професією, 4 – взаєминами з однокурсниками, 5 – взаємодією з викладачами, 6 – побутом, дозволям, здоров'ям; 2* – $p < 0,05$, ** – $p < 0,01$.

Значущі кореляційні зв'язки показників ставлення до здоров'я й задоволеності курсантів випускного курсу навчальною діяльністю

Показники ставлення до здоров'я	Задоволеність					
	1	2	3	4	5	6
Фізичне здоров'я		,291*	,285*	,298*		,388**
Зарядка й фітнес		,317*	,304*			
Алкоголь/тютюн	,283*	,313*		-,318*		
Превентивна практика			,193	,288*		,294*
Додаткові превентивні заходи						
Харчування, контроль ваги		-,286*	,312*			
Психологічне здоров'я	,308*				,315*	
Духовне здоров'я	,310*				,289*	
Соціальне здоров'я	,133	,291*	,367**	,377**	,327*	,318*
Екологічне здоров'я						
Емоційний компонент	,275*			,285*		
Пізнавальний компонент	,538**				-,306*	
Практичний компонент		,347*		-,293*		
Вчинковий компонент	,292*			,279*		

Примітки: 1. 1 – навчальним процесом, 2 – виховним процесом, 3 – обраною професією, 4 – взаєминами з однокурсниками, 5 – взаємодією з викладачами, 6 – побутом, дозвіллям, здоров'ям; 2* – $p < 0,05$, ** – $p < 0,01$.

ками супроводжується насолодою від власного здоров'я, але слабким контролем уживання алкоголю й тютюну, а також лише ситуативною практичною турботою про власне здоров'я.

Висновки. За результатами дослідження визначено загальні та специфічні для курсантів першого й випускного курсів взаємозв'язки ставлення до навчання і здоров'я. Загальними виявилися позитивні зв'язки мотивації набуття знань із психологічним здоров'ям, емоційним, пізнавальним і вчинковим компонентами ставлення до здоров'я; мотивації отримання диплому з оцінкою фізичного здоров'я; негативні зв'язки мотивації оволодіння професією – із застосуванням превентивних і додаткових превентивних заходів збереження здоров'я, із духовним, соціальним та екологічним здоров'ям, позитивні зв'язки – з емоційним, пізнавальним і вчинковим компонентами ставлення до здоров'я. На випускному курсі збільшується кількість зв'язків ставлення до здоров'я та мотиву отримання диплома. Крім того, мотивація оволодіння професією набуває позитивного зв'язку з духовним, соціальним та екологічним здоров'ям як складниками особистісного здоров'я.

У групі курсантів першого курсу зі ставленням до здоров'я переважно пов'язані задоволеність побутом і стосунками з однокурсниками, а в групі курсантів випускного курсу збільшується кількість зв'язків компонентів ставлення до здоров'я із задоволеністю навчальним і виховним процесом, обраною професією, але зменшується кількість зв'язків із задоволеністю побутом.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі вбачаємо в розробленні програми формування позитивного ставлення до здоров'я в курсантів.

Література:

1. Табачник І.Г. Ставлення до здоров'я юнацтва з узалежненою поведінкою в системі базових відношень : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Харків, 2016. 219 с.
2. Слободяник В.І. Психологічні особливості формування здорового способу життя у курсантів вищого військового навчального закладу : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2009. 20 с.
3. Степанюк С., Глухов І., Коваль В., Гаргола М. Значення мотивації сучасної людини у формуванні здорового способу життя. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2018. Вип. 5 (99). С. 154–159.
4. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 237 с.
5. Залевский Г.В. В поиске интегративного подхода к проблеме психологии здоровья и здорового образа жизни студенческой молодежи. *Проблемы здоровья личности в теоретической и прикладной психологии* : материалы Международной науч.-практ. конф. / под ред. Н.А. Кравцовой. Владивосток : Мор. гос.ун-т им. адм. Г.И. Невельского, 2011. С. 17–25.
6. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2009. 316 с.
7. Кузьмина Ю.В. Самооценка уровня здоровья и образа жизни студентов во взаимосвязи с биосоциальными факторами и личностными ресурсами : автореф. дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.04. Томск, 2011. 23 с.
8. Залевский Г.В., Кузьмина Ю.В. Психология здоровья студенческой молодежи. Томск : Томский государственный университет, 2012. 144 с.

Lezhenina L. M. Peculiarities of correlation of attitude to learning and health of the first-year and final-year cadets

The article presents the empirical research results of correlation of attitude to learning of the first-year and final-year cadets and their attitude to health. In the capacity of indices of attitude to learning the research presents the motives of learning in a higher education establishment (methodology of T.I. Iljina) and attitude to learning activity (methodology of L.V. Mischenko). Attitude to health was studied by means of methodology by S.D. Deryabo, V.O. Yasvina "Index of attitude to health" and methodology by R. Straub "Questionnaire of life style and health level" in G.V. Zalevsky's adaptation. The work determines general and specific peculiarities of correlation of attitude to learning and attitude to health for the groups of the first-year and final-year cadets. The first-year and final-year cadets have the following general peculiarities: positive correlation of learning motivation and psychological health, emotional, cognitive and behavioral components of attitude to health; motivation of diploma gaining and physical health evaluation; negative correlation of motivation of learning of trade and usage of preventive and additional preventive means of health preservation, with mental, social and ecological health, positive correlation – with emotional, cognitive and behavioral components of attitude to health. The given correlations remain unchanged during the final-year but the number of the relevant correlations increases at the expense of the motive of diploma gaining. Moreover, correlations of trade learning and mental, social and ecological health change a negative sign into a positive one. While studying of correlations of satisfaction with learning activity and attitude to health it was found that in the group of the first-year cadets attitude to health generally correlates with satisfaction with mode of life and relationships with fellow-cadets. In the group of the final-year cadets the number of correlations of components of attitude to health and satisfaction with learning and educational process, chosen profession increases essentially, but the number of correlations with satisfaction with mode of life decreases.

Key words: attitude to health, attitude to learning, cadets, first-year, final-year.