

УДК 374:[613.96-021.414:364
DOI 10.31654/2663-4902-2025-PP-2-29-34

Лісовець О. В.

доктор педагогічних наук, професор, завідувач
кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
lisooleg@gmail.com
orcid.org/0000-0002-4641-3121

Хлебик С. Р.

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
hlebiksvetlana606@gmail.com
orcid.org/0000-0002-8272-1252

**ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ
ДО ЗДОРОВ'Я У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ В КОНТЕКСТІ ДІЯЛЬНОСТІ
ЗАКЛАДІВ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

У статті проведено аналіз наукових досліджень по проблемі. Доведено, що врахування особистісних детермінант ціннісного ставлення до здоров'я, особливо у соціально-педагогічній роботі з дітьми підліткового віку в умовах позашкільця, є важливим аспектом розробки і впровадження ефективних освітньо-виховних моделей і програм. Проте, питання аналізу особистісних детермінант ціннісного ставлення підлітків до здоров'я і врахування їх особливостей в соціально-педагогічній роботі освітніх установ розкрити недостатньо. Тому, метою статті є характеристика особистісних детермінант ціннісного ставлення до здоров'я підлітків в контексті вдосконалення соціально-педагогічної роботи закладів позашкільної освіти

У статті проаналізовано особистісні детермінанти формування ціннісного ставлення до здоров'я в підлітковому віці в контексті діяльності закладів позашкільної освіти. Обґрунтовано значення психологічних, соціально-педагогічних та індивідуальних факторів, що впливають на усвідомлення здоров'я як життєвої цінності. Розглянуто потенціал позашкільної освіти як середовища для цілеспрямованого впливу на розвиток здоров'язбережувальних орієнтацій у підлітків. Запропоновано практичні підходи до оптимізації виховного процесу з метою формування у вихованців стійкої мотивації до здорового способу життя. Обґрунтовано роль соціально-психологічного тренінгу у підвищенні обізнаності підлітків про вплив особистісних детермінант на їхнє ставлення до власного здоров'я.

Теоретична важливість проведеної роботи: в статті теоретично обґрунтовано роль особистісних детермінант ціннісного ставлення до здоров'я у дітей підліткового віку.

Практичне значення роботи – матеріали наукової статті можуть бути використані при написанні студентами кваліфікаційних робіт, а також в практичній діяльності соціальних педагогів закладів освіти.

Представлено висновок про доцільність подальшої розробки тренінгових програм вихованців позашкільної освіти підліткового віку щодо формування ціннісного ставлення до здоров'я,

***Ключові слова:** здоров'я, ціннісне ставлення, особистісні детермінанти, підлітки, позашкільна освіта, виховання, здоров'язбереження.*

Постановка проблеми Формування ціннісного ставлення до здоров'я в підлітковому віці є пріоритетним завданням сучасної освіти, оскільки саме в цей період відбувається активне становлення світогляду, самосвідомості та системи цінностей

особистості. Ціннісне ставлення до здоров'я – це не лише знання про здоровий спосіб життя, а й внутрішня потреба діяти відповідно до таких знань. Воно формується під впливом комплексу факторів, серед яких особливу роль відіграють особистісні детермінанти, що є предметом нашого дослідження.

Позашкільна освіта є важливим середовищем формування життєвих орієнтирів, де особистість дитини може вільно реалізовувати себе в різних видах діяльності. Значущість позашкільної освіти як простору соціалізації та самореалізації особистості, у якому формуються життєві орієнтири, зокрема – щодо збереження і зміцнення здоров'я, важко переоцінити. Заклади позашкільної освіти, володіючи унікальним виховним потенціалом, створюють умови для цілеспрямованого впливу на мотиваційно-ціннісну сферу дітей та підлітків.

Врахування особистісних детермінант ціннісного ставлення до здоров'я, особливо у соціально-педагогічній роботі з дітьми підліткового віку в умовах позашкільля, є важливим аспектом розробки і впровадження ефективних освітньо-виховних моделей формування свідомого і відповідального ставлення до здоров'я вихованців позашкільних освітніх закладів і установ.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему ставлення до здоров'я в контексті цінностей особистості розглядали І. Бех, О. Кононко, Б. Ломов, С. Лупінович та інші. Науковці акцентували свою увагу на різних аспектах ціннісного ставлення.

Розглядаючи особистість, як суб'єкт ціннісного ставлення, В. Бойко розкриває взаємозв'язок між власними якостями особистості і якостями цінності, що засвоюється. На думку автора, ціннісне ставлення виникає в тому випадку, коли у процесі пізнавальної і практичної діяльності якості цінності, яка засвоюється, починають збігатися з потребами і інтересами людини, впливають на її розвиток і стають обов'язковою умовою її життєдіяльності.

Актуальним для нашого дослідження є висновки відомої сучасної дослідниці в галузі психологічних наук О. Кононко. У своїх наукових роботах вона розглядає поняття ціннісного ставлення до себе в контексті динаміки розвитку особистості. Авторка наголошує на тому, що кожна зміна ставлення людини до навколишнього світу пов'язана з віковим етапом її розвитку. Так, зміна ставлення дитини до навколишнього світу та самої себе є новим етапом у розвитку її свідомості і самосвідомості. Ці процес пов'язаний з тим, як дитина вирізняє себе із довкілля і як з ним співвідноситься. На думку О. Кононко, «ціннісне ставлення – це активна спрямованість дитини на щось базується на визначенні її високої об'єктивної значущості та суб'єктивного особистісного смислу [4, с. 196].

Питання формування ціннісних орієнтацій дітей підліткового віку розглядаються у працях Л. Коваль, О. Савченко, Т. Титаренко та ін. Зокрема, ціннісне ставлення до здоров'я визначається як інтегративне утворення, що охоплює когнітивний, емоційно-мотиваційний та поведінковий компоненти (Л. Орбан, Н. Бібік). Згідно з психологічними дослідженнями особистісні детермінанти тієї чи іншої діяльності та поведінки людини включають самооцінку, відповідальність, саморегуляцію, мотивацію досягнення, настанову на розвиток, а також-життєві смисли.

Дослідженню ролі особистісних детермінант в процесі саморозвитку особистості та здійснення нею життєвого шляху присвячені роботи В. Левченко та О. Нежинської. Серед основних особистісних детермінант вони виділяють вік людини, здатність до самовизначення, суб'єктну активність, усвідомлення власного потенціалу та здатність до саморозвитку. У підлітковому віці ці якості обумовлюють здатність дитини до самостійного вибору здоров'язбережувальної поведінки та ведення здорового способу життя.

Аналізуючи роль психологічних домінант у формуванні ставлення підлітків до власного здоров'я, науковці зосереджують свою увагу на вивченні особливостей особистості дитини, її емоційно-вольової сфери, мотивації, ціннісних орієнтацій підлітків, які впливають на їхнє ставлення до здоров'я.

В той же час, коло питань щодо вивчення ціннісного ставлення до здоров'я як однієї з детермінант здоров'язбережувальної поведінки, переважно стосується

медико-соціальних аспектів проблеми. Питання аналізу особистісних детермінант ціннісного ставлення підлітків до здоров'я і врахування їх особливостей в соціально-педагогічній роботі освітніх установ розкрити недостатньо.

Тому, метою статті є характеристика особистісних детермінант ціннісного ставлення до здоров'я підлітків в контексті вдосконалення соціально-педагогічної роботи закладів позашкільної освіти

Виклад основного матеріалу. У філософській, соціологічній і психологічній літературі термін «цінність» використовується для визначення культурного і соціального значення певних предметів і явищ. Способи і критерії, на основі яких відбувається оцінювання відповідних явищ, закріплюються в суспільній свідомості і культурі як «суб'єктні цінності». Вони є орієнтирами життя і поведінки людини.

Ціннісні стимули мають важливе в різних сферах життя і задоволення потреб особистості. Загальноприйнятим у суспільній практиці є поділ цінностей а дві групи-матеріальні і духовні. М. Боришевський до духовних цінностей відносить і валеологічні. Важливою для нашої роботи є думка автора про те, що детермінація валеологічних цінностей виявляється у відповідальному ставленні особистості до власного здоров'я. Турбота про власне здоров'я стає не тільки особистою справою індивіда, а й проявом відповідальності перед суспільством і державою [2].

Питання формування особистісних цінностей знайшло відбиток у багатьох психологічних дослідженнях. Наприклад, за визначенням І. Беха, особистісна цінність – це психологічне новоутворення, що виражає безпосередньо значущу для суб'єкта узагальнену форму довкілля. Через ставлення, яке він виділяє, усвідомлює і утверджує своє «Я», дана сфера стає простором його діяльності [3]. Відповідно до даного визначення можна припустити, що дитина, у якої буде сформоване сприйняття власного здоров'я як особистісної цінності, намагатиметься свідомо коригувати свою поведінку щодо здорового існування. Ціннісне ставлення є складним новоутворенням особистості, у якому в органічній єдності взаємодіють інтелектуальні, емоційні, мотиваційні і вольові процеси.

Ціннісне ставлення до здоров'я у підлітковому віці є результатом складної взаємодії особистісних детермінант і освітньо-виховного середовища. Сучасна психологічна наука описує детермінанти, що впливають на поведінку особистості досить різноманітно. Для спрощення розуміння поведінки підлітків, узагальнимо основне у цих підходах. Вчинок дитини може бути результатом відповідної реакції на вплив ситуації (зовнішніх детермінант), або залежати від сприйняття нею цієї ситуації, показувати прояв якогось внутрішнього джерела активності (вплив внутрішніх детермінант). Але детермінанти на є просто факторами і причинами, вплив яких призводить до певних наслідків. Це ще й спонукальні чинники, які визначають певний характер і тип поведінки, допускаючи при цьому деяку можливу варіативність вибору.

Особистісні детермінанти здоров'язбережувальної поведінки у підлітковому віці включають внутрішні характеристики, які впливають на вибір тієї чи іншої форми поведінки, пов'язаної із здоров'ям. Важливо розуміти, що ці детермінанти відрізняються від зовнішніх факторів таких, як культурні норми або соціальний тиск. Їх дія визначається особистими якостями дитини і набутих досвідом поведінки і ставлень.

У підлітковому віці ставлення до здоров'я сильно пов'язане із самооцінкою. Самооцінка і самосвідомість є важливими елементами особистісних детермінант дітей підліткового віку. У випадку формування завищеної самооцінки дитина підліткового віку може мати високі очікування щодо себе і відмовлятися визнавати необхідність дбайливого ставлення до власного здоров'я. В такому випадку можуть мати місце надмірні експерименти із своїм тілом і стати жертвами травм. Підлітки із заниженою самооцінкою часто перебільшують свої проблеми із здоров'ям. Виявлення розумного ставлення до здоров'я виявляється у підлітків із адекватною самооцінкою. Підлітки з позитивним сприйняттям себе та розумінням власних сильних сторін більше схильні до здорової поведінки. Вони здійснюють фізичну активність, проявляють інтерес до свого здоров'я, адекватно оцінюють ризики та наслідки ризикованої поведінки.

На основі аналізу наукових джерел можна виокремити такі ключові особистісні детермінанти ціннісного ставлення до здоров'я характерні для дітей підліткового віку.

1. Рівень розвитку самосвідомості і саморефлексії. Підлітки здатні до самопізнання, краще усвідомлюють причинно-наслідкові зв'язки між поведінкою і станом здоров'я. Багато підлітків розуміють важливість здоров'я, проте, не змінюють свою поведінку відповідно до цього. Цінність здоров'я для них не завжди означає вибір на користь здорового способу життя.

2. Система цінностей. Якщо здоров'я інтегроване у внутрішню ціннісну систему як пріоритет, воно стає регулятором поведінки. В той же час, здоров'я не завжди є високо пріоритетним фактором в системі цінностей підлітків і не розглядається як ключ до досягнення успіху у житті.

3. Емоційна стійкість і стресостійкість. Ці якості забезпечують здатність протистояти деструктивному впливу середовища (наприклад – впливу групи однолітків). На емоційному рівні ставлення до здоров'я у підлітків характеризується переважно байдужістю, коли немає явних ознак його порушення. Суперечлива поведінка підлітків також зумовлена тим, що його цінність відчувається тільки у разі втрати.

4. Соціальна компетентність. Здатність до ефективної комунікації, ненасильницького розв'язання конфліктів, асертивність, знижує ризик участі в поведінці, що може зашкодити здоров'ю. Одним із найбільших загроз для здоров'я підлітків є схильність до ризикованої поведінки. Вона часто має соціальне коріння: бажання швидше стати дорослим, намагання вписатися в групу однолітків тощо.

5. Мотивація до саморозвитку. Наявність внутрішньої мотивації до самовдосконалення сприяє прийняттю здоров'язбережувальних норм поведінки. Підлітки, що мають бажання покращити своє здоров'я заради власних цілей, частіше сліднують здоровим навичкам. В той же час, на формування мотивації до здорового способу життя, важливого значення для підлітків мають переконання, сформовані на підставі минулого досвіду. Якщо рекомендації стосовно підтримки здоров'я не відповідають їхнім переконанням, ймовірність їх виконання буде низькою.

Позашкільна освіта грає важливу роль у мотивації підлітків до здорового способу життя і формування ціннісного ставлення до здоров'я. Серед форм і методів в роботі соціального педагога закладу позашкільної освіти за цим напрямком пріоритетна роль належить активним методам, що ґрунтуються на демократичному стилі спілкування і взаємодії, спрямовані на самостійний пошук оптимальних рішень в різних ситуаціях, стимулюють до критичного мислення, творчості та ініціативи. До них належать соціальне проектування, метод відкритої трибуни, інтелектуальний аукціон, «мозкова атака», метод аналізу соціальних ситуацій, гра-драматизація тощо.

Особливе місце в цій роботі може займати соціально- психологічний тренінг. Наприклад, тренінг для підлітків «Ти і твоє здоров'я» може стати прикладом практичного застосування цих форм у соціально-педагогічній роботі з підлітками в умовах закладу позашкільної освіти. Мета тренінгу-підвищити обізнаність підлітків про вплив особистісних детермінант на їхнє ставлення до власного здоров'я, допомогти розвинути позитивні цінності, якості особистості, мотивацію до активного здорового способу життя., сформувати навички прийняття здорових рішень щодо збереження і зміцнення свого здоров'я, підготувати до самостійного і відповідального ставлення до власного здоров'я.

Після завершення тренінгу підлітки зможуть: визначити особистісні детермінанти, які впливають на їхнє ставлення до здоров'я, сформулювати власні цінності та цілі, пов'язані із здоровим способом життя, використовувати знання та навички, отримані на тренінгу, у своєму повсякденному житті.

До структури тренінгових занять входять такі форми як міні – лекції, які присвячені розкриттю змісту поняття «особистісні детермінанти», які впливають на ставлення людини до власного здоров'я, наводить приклади того, як такі особистісні детермінанти як цінності особистості, її якості, мотивація, знання можуть проявлятися у повсякденному житті. Дискусії на тему які особистісні детермінанти є найважливішими для формування ціннісного ставлення до здоров'я та відповідальної здоров'язбережувальної поведінки тощо. Для підвищення активності учасників тренінгу використовуються вправи «Мої цінності», «Мої цілі», спрямовані на усвідомлення власних ціннісних орієнтацій, пов'язаних із здоров'ям, свідоме їх сприйняття, набуття

навичок постановки цілей, пов'язаних із здоровим способом життя, та плануванням способів їх досягнення. На формування стійких навичок прийняття адекватних рішень щодо свого здоров'я спрямовані заходи в тренінгу рольові ігри. У спеціально підібраних сюжетах використовуються приклади ситуацій, де бажання підлітка вести здоровий спосіб життя стикається з тиском з боку однолітків. Позитивному вирішенню проблеми сприяє поява друга, який допомагає підлітку протистояти тиску групи. Участь тренера у проведенні гри полягає у аналізі ситуації і наданні порад, як ефективно протистояти подібним негативним впливам.

Розуміння та підтримка особистісних детермінантів здоров'язбережувальної поведінки в підлітковому віці є важливим для профілактики захворювань та сприяння здоров'ю підлітків.

Висновки та перспективи подальших розвідок. Ціннісне ставлення до здоров'я у підлітковому віці є результатом складної взаємодії особистісних детермінант і освітньо-виховного середовища. Ефективність формування такого ставлення зростає за умов усвідомленого впливу на ключові психологічні характеристики підлітка та використання потенціалу позашкільної освіти.

Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо у теоретичному обґрунтуванні і методичній розробці форм і методів роботи соціального педагога закладу позашкільної освіти щодо формування ціннісних орієнтацій вихованців, активного запровадження інноваційних практик, які є ціннісно – орієнтованими і формують у всіх учасників освітнього процесу повагу і розуміння важливості ціннісного виміру в стосунках між ними, ставленні до себе, держави та суспільства.

Література

1. Біденко Є. Освіта як механізм формування ціннісної палітри особистості. *Вища освіта України*. 2020. № 4.
2. Боришевський М. Й. Духовні цінності як детермінанта громадського виховання особистості. Цінності освіти і виховання: наук.-метод. зб. / за ред. О. В. Сухомлинської. Київ: АПН України, 1997. С. 21–25.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2-х кн. Кн. 1: Особистісно-орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / ред. О. І. Цибульська. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
4. Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні : наук.-метод. посіб. / наук. ред. О. Л. Кононко. Київ: Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2003. 243 с.
5. Романюк Л. Становлення цінностей особистості: концептуальна модель та її методологічний потенціал *Психологія особистості*. 2013. № 1. С. 138–148.
6. Невмержицька О. В. Виховання цінностей особистості в епоху культурних змін. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія*. 2015. № 1 (9). С. 28.
7. Дементьєва Н. Ф. Особливості формування цінностей у підлітків *Педагогіка та психологія*. 2016. № 3. С. 45–51.

References

1. Bidenko, Ye. (2020). *Osvita yak mekhanizm formuvannia tsinnisnoi palitry osobystosti* [Education as a mechanism for shaping the value palette of the personality]. *Vyshcha osvita Ukrainy – Higher Education of Ukraine*, (4). [in Ukraine].
2. Boryshevskiy, M. Y. (1997). *Dukhovni tsinnosti yak determinanta hromadskoho vykhovannia osobystosti* [Spiritual values as a determinant of civic education of the individual]. In O. V. Sukhomlynska (Ed.), *Tsinnosti osvity i vykhovannia: Naukovo-metodychnyi zbirnyk – Values of education and upbringing: Scientific and methodological collection* (pp. 21–25). Kyiv: APN Ukraine. [in Ukraine].
3. Bekh, I. D. (2003). *Vykhovannia osobystosti. Knyha 1: Osobystisno-orientovanyi pidkhid: Teoretyko-tekhnologichni zasady* [Personality education. Book 1: Personality-oriented approach: Theoretical and technological principles] (O. I. Tsybulska, Ed.). Kyiv: Lybid. [in Ukraine].
4. Koментар do Bazovoho komponenta doshkilnoi osvity v Ukraini: Naukovo-metodychnyi posibnyk [Commentary on the Basic component of preschool education in Ukraine: Scientific and methodological guide] (O. L. Kononko, Ed.). (2003). Kyiv: Redaktsiia zhurnal "Doshkilne vykhovannia". [in Ukraine].

5. Romaniuk, L. (2013). Stanovlennia tsinnosti osobystosti: Kontseptualna model ta yii metodolohichniy potentsial [Formation of personal values: Conceptual model and its methodological potential]. *Psykhologhiia osobystosti – Psychology of Personality*, (1), 138–148. [in Ukraine].
6. Nevmerzhytska, O. V. (2015). Vykhovannia tsinnosti osobystosti v epokhu kulturnykh zmin [Education of personal values in the era of cultural changes]. *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya: Pedahohika i psykhologhiia – Bulletin of Alfred Nobel University. Series: Pedagogy and Psychology*, (1)9, 28. [in Ukraine].
7. Dementieva, N. F. (2016). Osoblyvosti formuvannia tsinnosti u pidlitkiv [Features of value formation in adolescents]. *Pedahohika ta psykhologhiia – Pedagogy and Psychology*, (3), 45–51. [in Ukraine].

Lisovets O.

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Department of Social Pedagogy and Social Work
Nizhyn Mykola Gogol State University
lisooleg@gmail.com
orcid.org/0000-0002-4641-3121

Khliebik S.

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department
of Social Pedagogy and Social Work
Nizhyn Gogol State University
hliebiksvetlana606@gmail.com
orcid.org/0000-0002-8272-1252

PERSONAL DETERMINANTS OF THE FORMATION OF VALUE ATTITUDES TOWARDS HEALTH IN ADOLESCENCE IN THE CONTEXT OF THE ACTIVITIES OF OUT-OF-SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

The formation of the value system of the younger generation within the educational and developmental processes of out-of-school institutions is currently one of the most pressing psychological, pedagogical, and social challenges. Addressing this issue is crucial for shaping individuals who are not only intellectually developed but also spiritually mature, morally responsible, socially active, and creatively capable.

This article provides an analytical review of scientific studies on the subject. It demonstrates that the issue of personal determinants influencing adolescents' value-based attitudes toward health, as well as the integration of these aspects into the socio-pedagogical practices of educational institutions, remains insufficiently explored.

The aim of the study is to characterize the personal determinants of adolescents' value-based attitudes toward health in the context of enhancing the socio-pedagogical work of out-of-school education institutions. Based on theoretical analysis, synthesis, and systematization of relevant literature, the article explores key personal determinants involved in the development of health-related value orientations during adolescence. The potential of out-of-school education as an environment for fostering adolescents' health-preserving values is examined. Practical approaches are proposed for optimizing educational processes to cultivate a stable motivation for a healthy lifestyle among students.

The article substantiates the role of socio-psychological training in raising adolescents' awareness of the influence of personal determinants on their health-related attitudes. Such training also facilitates the development of positive personal values and qualities, encourages motivation for an active and healthy lifestyle, and promotes responsible health-related behaviors.

Theoretical significance: The study provides a theoretical rationale for the role of personal determinants in shaping adolescents' value-based attitudes toward health. Practical significance: The findings may be applied in the preparation of student qualification papers and in the professional activities of social pedagogues in educational settings. The article concludes with a recommendation for further development of training programs aimed at fostering value-based health attitudes among adolescents in out-of-school education.

Key words: health, value-based attitude, personal determinants, adolescents, out-of-school education, upbringing, health preservation.