

ТЕОРЕТИЧНІ СТРАТЕГІЇ І МОДЕЛІ ПРОФІЛАКТИКИ НЕГАТИВНИХ ЯВИЩ ТА ФЗСЖ

У статті окреслено проблему наукового обґрунтування практичної роботи щодо профілактики негативних явищ та формування здорового способу життя. Визначено, що підґрунтям для вироблення профілактичних стратегій та обґрунтуванням для формування здорового способу життя є теоретичні надбання різних соціальних дисциплін. Теоретичні концепти психології, соціальної психології, соціології, філософії, педагогіки стали базою створення теоретичних концептів та моделей у сфері здоров'я (громадського здоров'я), для діючої нині системи соціальної профілактики. Зазначено основні групи теорій зміни поведінки щодо сприяння здоров'ю, зокрема такі, як теорії внутрішньо особистісного рівня, теорії міжособистісного рівня, теорії громадського рівня, теорії сприяння здоров'ю на рівні спільнот, теорії сприяння здоров'ю рівня суспільної політики.

Ключові слова: профілактика негативних явищ, соціальна профілактика, формування здорового способу життя, теорії зміни поведінки щодо сприяння здоров'ю, моделі теорій зміни поведінки щодо сприяння здоров'ю.

Формування здорового способу життя молоді – одна з основних орієнтацій молодіжної політики України. Створення умов для свідомого вибору молоддю здорового способу життя – для можливості самореалізації, трудової зайнятості, економічної стабільності, створення родини – вимагає впровадження радикальної соціальної профілактики. Створення умов для уникнення чи подолання проблем, в першу чергу зі здоров'ям, для повноцінного розвитку і життєдіяльності молодих людей та задоволення ними своїх потреб у такий спосіб, що не призводить до негативних наслідків, є метою соціальної профілактики негативних явищ у молодіжному середовищі.

Мета статті – дослідження сучасних наукових підходів щодо профілактики негативних явищ та формування здорового способу життя (ФЗСЖ), основних наукових теорій поведінкових змін сприяння здоров'ю, практичних засад у галузі збереження та зміцнення громадського здоров'я.

Соціальна профілактика негативних явищ спрямована на профілактику ризикованої поведінки, соціально небезпечних хвороб, тощо. Найбільш поширеними проявами ризикованої поведінки є куріння, вживання алкоголю та наркотиків, ранній початок сексуального життя. Така поведінка може призводити до невпинного зростання рівня наркотизації серед підлітків та молоді, поширення інфекцій, які передаються статевим шляхом, появою нових випадків інфікування та збільшення з року у рік кількості інфікованих ВІЛ/СНІД, туберкульозом, іншими соціально-небезпечними хворобами.

Питання соціальної профілактики та ФЗСЖ стало об'єктом дослідження науковців, зокрема, проблема здоров'я активно розроблялась відомими філософами (А. Бойко, Н. Гундарьова, В. Крюкова, О. Сахно та ін.), медиками (М. Амосов, Н. Артамонова, А. Леонтєва, Ю. Лісцін, Р. Мотилянська та ін.), психологами (В. Бітенський, В. Братусь, М. Бурно, А. Личко, В. Леві, А. Маслоу, Н. Фелінська,

Б. Херсонський та ін.), соціологами (А. Габіані, Я. Гданський, С. Дідковська, В. Козак, Г. Лукачек, В. Маляренко, А. Міллер, С. Таратухін та ін.).

Важливе значення мають роботи іноземних науковців, присвячені теоретичним аспектам зміни поведінки на різних інституційних рівнях щодо сприяння здоров'ю, зокрема Adizes I., Bracht N. F., Blazer D. G., Glaser R., Rogers E. M., Rothman J., Rosenstock I. M., Strecher V. J., Becker M. H., Hagerty M. R., Hamilton N., Kingdon J. W., Longest B., Milio N., Pavlov I. P., Thorndike E. L., Skinner B. F., Perry C. L., Jessor R.

Теоретичні концепти зміни поведінки, пов'язаної зі здоров'ям, систематизують уявлення про зв'язки між подіями й характеристиками, що дозволяє пояснювати та прогнозувати поведінку. Вони є результатом та узагальненням багатьох спостережень та можуть пояснити поведінку, пов'язану зі здоров'ям. На основі теоретичних моделей поведінкових змін розробляються шляхи зміни поведінки, стратегія й тактика профілактики.

Систематизація та узагальнення наукових теорій, які роз'яснюють основні наукові підходи розуміння внутрішніх та зовнішніх факторів, які можуть змінювати поведінку, яка впливає на стан здоров'я, дозволили виокремити такі теорії:

– Теорії внутрішньо особистісного рівня (Модель уявлень про здоров'я, Теорія стимулу-реакції, Теорія обдуманого дії/Теорія планованої поведінки, Теорія стадій змін/транстеоретична модель, Модель обробки споживчої інформації).

– Теорії міжособистісного рівня (Соціально-Когнітивна Теорія, Теорія соціальних мереж, Теорія соціальної підтримки, Теорія поширення інновацій).

– Теорії громадського рівня (Теорії організаційних змін, Теорія стадій, Теорії організаційних змін, Теорія стадій, Теорія розвитку організацій).

– Теорії сприяння здоров'ю на рівні спільнот (Теорія організації спільноти, Організація спільноти = Соціальна мобілізація (Модель Ротмана).

– Теорії сприяння здоров'ю рівня суспільної політики (Модель Міліо, Тривимірна концепція здорової суспільної політики, Модель багатьох потоків, або модель вікна).

Окреслимо детальніше деякі з означених теорій.

Теорії внутрішньоособистісного (індивідуального) рівня [7; 9; 10].

Модель уявлень про здоров'я – одна з перших теорій та найбільш поширених, яка є теоретичним підґрунтям наук про поведінку, пов'язану зі здоров'ям. Уперше цю модель запропонували в 1950-х роках американські психологи Хочбаум, Розенсток та інші. В межах служби охорони здоров'я США, де працювали вчені, використання моделі було спрямоване на збільшення звернень за профілактичними послугами (рентгенологічне обстеження для виявлення туберкульозу, вакцинація, тощо). Модель уявлень про здоров'я ґрунтуються на переконанні, що люди застерігаються захворіти, вважають себе уразливими до хвороби, вважають, що своїми діями вони можуть вплинути на здоров'я, що своєю поведінкою можуть принести користь для зменшення уразливості до хвороби чи наслідків хвороби. Ступінь страху (усвідомленої загрози) – одне з ключових понять теорії – впливає на реалізацію безпечної поведінки щодо здоров'я.

Теорія стимулу-реакції. Широко використовується як базова теорія для пояснення і модифікації поведінки, є теорія стимулу-реакції, або теорія С-Р. Ця теорія відображає поєднання теорій класичного навчання і інструментального навчання. Ці ранні базові теорії пояснюють навчання, як процес, заснований на об'єднанні стимулу, реакції і підкріплення. На ймовірність повторення поведінки в майбутньому впливає частота підкріплення (1) та наступність підкріплення за дією (2). Ця теорія може бути корисною у спробі змінити складну поведінку, пов'язану зі здоров'ям, таку як паління або прихильність до виконання фізичних вправ.

Теорія стадій змін/транстеоретична модель. Основними розробниками теорії стадій змін вважаються американські фахівці Джеймс Прохаска і Карло Ді Клементе. Цю теорію також називають транстеоретичною моделлю, через те, що вона використовує досягнення різних галузей знань і теоретичних концептів. Основна ідея теорії стадій змін формулюється так: зміна поведінки - це процес, а не подія, і різні люди перебувають на різних рівнях мотивації, або готовності до змін. Для людей на різних етапах процесу змін можуть бути актуальними різні чинники, що адекватні стадії, на якій перебуває людина.

Теорії міжособистісного рівня [5; 7; 8].

Теорія соціальних мереж. Суспільство представляє собою історично сформовану систему зв'язків і відносин людей, в якій система цінностей та норм зразків поведінки виконує роль системи координат. Павутина соціальних стосунків, яка зосереджена навколо людини, формує соціальну мережу. Аналіз соціальних мереж спрямований на дослідження взаємодій між соціальними об'єктами і виявлення умов виникнення цих взаємодій. Соціальні мережі впливають на особисте здоров'я. Дослідження показали, що участь у різноманітних соціальних мережах та рівень підтримки може впливати на здоров'я та ризик смерті. Чим різноманітніші соціальні сфери, в яких людина має соціальні зв'язки, де отримує соціальну підтримку, тим менша її вразливість до різних захворювань, включаючи інфекційні хвороби. Теорію соціальних мереж використовують для прогнозування й моделювання розповсюдження різних інфекцій.

Теорія соціальної підтримки. В межах теорій міжособистісного рівня моделі поведінки особи вибудовуються з врахуванням соціуму, інших індивідів, груп індивідів. Сукупність позитивних впливів соціального оточення на особу і на його інтеграцію в систему соціальних відносин називається соціальною підтримкою. Соціальна підтримка – це обмін допомогою через суспільні стосунки та міжособистісну взаємодію.

Дослідниками виділяються такі основні види соціальної підтримки: емоційна підтримка – висловлення співчуття, любові, довіри й турботи; інструментальна підтримка – матеріальна допомога і послуги; інформаційна підтримка – поради, пропозиції та інформація; оцінювальна підтримка – інформація, корисна для самооцінки.

Теорія поширення інновацій. Розроблялася американським дослідником Е. Роджерсом. Проаналізувавши поширення нових ідей, товарів, тощо, він дослідив різну схильність до нового в різних людей у суспільстві. Е. Роджерс виділив у процесі адаптації нової ідеї шість етапів в поведінці потенційних користувачів нового продукту: 1) увага; 2) інтерес; 3) оцінка; 4) перевірка; 5) прийняття; 6) підтвердження.

Теорії громадського рівня [6; 7; 9].

Теорії організаційних змін. Значну частину свого часу люди проводять у межах установ з метою створення сприятливого середовища для вибору здорового способу життя. Організації – складні, функціонально комплексні соціальні системи, які мають у своєму розпорядженні різні ресурси, характеризуються різноманітністю учасників, їх ролей і взаємозв'язків. І якщо організаційна зміна - це процес запровадження змін, то організаційні зміни необхідно запроваджувати на різних рівнях в межах організації. Для сприяння здоров'ю важливим є розуміння процесів організаційних змін. Аналіз процесів змін дозволяє формувати ефективні стандарти діяльності організації та сприятливе середовище, які підтримують практики, сприятливі для здоров'я.

Теорія стадій. В межах менеджменту існують певні варіації теорій стадій змін в організації, але найбільш поширеною є модель змін Едгара Шейна. В межах теорії змін Шейна виділяються три стадії успішних змін в організації: 1) розблокування (unfreezing

– «розморожування»), 2) зміна установок, 3) заблокувати (refreezing – «заморожування»).

Розблокування передбачає всі види навчання, набуття навичок, знань або зміна установок. повинні бути Підготовка та мотивація членів організації для набуття нового досвіду – важлива складова для ефективності змін. Існуючі в організації установки необхідно усунути або розблокувати для звільнення простору для нових. Для стимулювання розблокування може бути використаний примус.

Теорія розвитку організації. Запровадження ефективних змін передбачає врахування етапів розвитку організації. Найбільш поширена – теорія А. Адізеса - концентрує увагу на двох найважливіших параметрах життєдіяльності організації: гнучкості та контрольованості (керуваності).

У результаті проведення досліджень та оцінки результатів впровадження програм сприяння здоров'ю в розвинених країнах були сформульовані умови для успішного втілення пов'язаних зі здоров'ям програм на робочому місці: прихильність і пряме залучення старшого керівного персоналу, процес планування має залучати всі зацікавлені сторони, первинний фокус на потребах працівників, оптимальне використання наявних ресурсів, інтеграція програми з корпоративними місією та цінностями, визнання, що здоров'я працівника визначене набором взаємозалежних факторів, пристосування до особливостей конкретного робочого середовища, всебічна оцінка.

Теорії сприяння здоров'ю на рівні спільнот [4; 7; 9].

Теорія організації спільноти. Організація спільноти - це процес, метою якого є допомога соціальним групам виявити їхні загальні потреби, проблеми або мету, мобілізувати ресурси, розробити та реалізувати стратегії для досягнення цілей. Компетентність спільноти як здатність спільноти брати участь в ефективному вирішенні проблем – одна з ключових понять теорії. Якщо члени спільноти в процесі спільної праці мають досягти певних цілей та подолати певні проблеми, найбільш ефективним методом досягнення компетентності буде залучення до активної участі всіх членів спільноти та колективного формування конкретних цілей на основі попередніх цілей, формуючи розуміння доцільності членами спільноти. Важливим також є визначення досяжних, простих, конкретних проблем, на які будуть націлені дії через обговорення проблем і вибір найбільш реальних для успішного здійснення.

Організація спільноти = Соціальна мобілізація (Модель Ротмана) формує розуміння організації спільноти через соціальну мобілізацію. Особливістю практики сприяння здоров'ю в контексті теорії організації спільнот є активне залучення членів спільноти до виявлення їхніх пріоритетних завдань у сфері охорони здоров'я і розробки відповідних дій для вирішення цих завдань. Організація спільноти складається з кількох окремих альтернативних моделей змін:

1. Модель суспільного планування використовує конкретні завдання. Вона орієнтована на вирішення проблем за допомогою досвідчених фахівців-практиків, які надають технічну допомогу в інтересах спільноти.

2. Модель місцевого розвитку - також називають «розвитком спільноти» - використовує різних членів спільноти для виявлення і вирішення їхніх власних проблем. Ця модель акцентує увагу на досягненні консенсусу; створенні можливостей; орієнтації на найважливіші задачі.

3. Модель соціальних дій націлена на підвищення здатності спільноти вирішувати свої проблеми і досягати конкретних змін.

Теорії сприяння здоров'ю рівня суспільної політики [4; 5; 6].

Модель Міліо. Н. Міліо запропонувала термін «здорова суспільна політика». Вона акцентувала увагу на тому, що стан здоров'я населення залежить від індивідуальних рішень людини. Головна ідея концепції «здорова суспільна політика» полягає в тому, щоб за допомогою політичних заходів зробити як здоровий персональний вибір, так і створення здорового навколишнього середовища найпростішим і найдешевшим вибором. Н. Міліо розробила понятійну модель для пояснення того, як розробляється дієва політика поліпшення здоров'я. Модель включає певні стадії розробки політики: початок, дії, втілення, оцінка і переформулювання. Подібні моделі, що передбачають визначені стадії політичного процесу були запропоновані також іншими авторами. Особливостями цієї моделі стадій є те, що перелічені кроки розробки та втілення політики розглядаються як послідовні.

Тривимірна концепція здорової суспільної політики. Концепцію здорової суспільної політики розробили Гамільтон та Бгатті. Для демонстрації важливих для здорової політики компонентів і їх взаємозв'язків, автори використали куб. Перший вимір куба складається з конструктивів проблеми, подібних до перелічених у моделі Міліо, а саме: ідентифікація проблеми, формулювання, вибір, адвокація, прийняття, втілення, оцінка, переформулювання політики. Другий вимір включає такі передумови вирішення проблеми як інформаційна база, політична воля, соціальна стратегія. Третій вимір описує контекст у таких термінах, як дохід та соціальний статус, мережі соціальної підтримки, освіта, умови праці, фізичне оточення, біологічні та генетичні особливості, особисті практики щодо здоров'я, навички подолання труднощів, здоровий розвиток у дитинстві, медичні послуги, гендерні особливості, культура. Усі три виміри куба є важливими для процесу побудови здорової суспільної політики.

Отже, теорія здорового способу життя [1-10] враховує різні аспекти життєдіяльності людини. Визначити її місце в межах одного з рівнів екологічної перспективи видається складним. Вплив на здоров'я людини може здійснюватися через дві основні стратегії: контроль та усунення шкідливих для здоров'я звичок, придбання або закріплення звичок, корисних для здоров'я. Наразі теорія здорового способу життя реалізується в стратегії зміцнення здоров'я та профілактики хвороб, яка в багатьох країнах реалізується у вигляді рекомендованої ВООЗ програми «Здоров'я для всіх».

Використана література:

1. Андрєєва Т.І., Красовський К.С. *Сприяння здоров'ю Навчальний посібник для студентів зі спеціальності «Менеджмент організацій (в охороні здоров'я)».* – Київ: НАУКМА. - 2012. – 247 с.
2. *Молодь за здоровий спосіб життя: щоріч. Доп. Президенту України, Верхов. Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2—9 р.) / М-во України щ справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. ін.-т розв., сім'ї та молоді.* – К.: СПД Крячун Ю.В., 2010. – 156 с.
3. *Формування здорового способу життя молоді: стратегія розвитку українського суспільства. Частина 1, 2 / О. О. Яременко (кер. авт. кол.), О.В. Вакуленко, Ю. М. Галустян та ін.* – К.: Держ. ін.-т проблем сім'ї та молоді, 2005. – 212 с.
4. *Adizes I. Corporate Lifecycles: how and why corporations grow and die and what to do about it. Englewood Cliffs. N.J.: Prentice Hall. 1988.*
5. *Bracht N. F. Health promotion at the community level: new advances / N. F. Bracht. -: Sage Publications. - 1999. - 275 p.*
6. *Glaser R. Stress-induced immune dysfunction: implications for health / R. Glaser, J. K. Kiecolt-Glaser // Nature Reviews Immunology. – 2005. – 5. – №3. – P. 243-251*

7. Rosenstock I. M., Strecher V. J., Becker M. H. *Social learning theory and the health belief model* // *Health Education & Behavior*. – 1988. – Т. 15. – №. 2. – С. 175-183.
8. Hamilton N. *Population Health Promotion: An Integrated Model of Population Health and Health Promotion*. - Ottawa: Ontario: Health Promotion Development Division. - 1996.
9. Longest B. *The context and process of public policymaking. Health policy making in the United States 3rd ed.* Chicago, IL: Health Administration Press, 2002. - P. 83-128.
10. Perry C. L., Jessor R. *The concept of health promotion and the prevention of adolescent drug abuse* // *Health Education & Behavior*. – 1985. – Т. 12. – №. 2. – С. 169-184.

ВАКУЛЕНКО ЕЛЕНА ВАСИЛЬЕВНА. *Теоретические стратегии и модели профилактики негативных явлений и ФЗОЖ.*

В статье очерчена проблема научного обоснования практической работы относительно профилактики негативных явлений и формирования здорового образа жизни. Определенно, что основами для выработки профилактических стратегий и обоснованием для формирования здорового образа жизни являются теоретические приобретения разных социальных дисциплин. Теоретические подходы психологии, социальной психологии, социологии, философии, педагогики стали базой создания теоретических концептов и моделей в сфере здоровья (общественного здоровья), для действующей в настоящее время системы социальной профилактики. Выделены основные группы теорий изменения поведения относительно содействия здоровью, в частности такие как теории внутреннего личностного уровня, теории межличностного уровня, теории общественного уровня, теории содействия здоровью на уровне сообществ, теории содействия здоровью уровня общественной политики.

Ключевые слова: профилактика негативных явлений, социальная профилактика, формирование здорового образа жизни, теории изменения поведения относительно содействия здоровью, модели теорий изменения поведения содействия здоровью.

VAKYLENKO OLENA. *Theoretical strategies and models Prophylaxes of the negative phenomena and forming of healthy way of life.*

In the article the problem of scientific ground of practical work is outlined in relation to the prophylaxis of the negative phenomena and forming of healthy way of life. Certainly, that soil for making of prophylactic strategies and ground for forming of healthy way of life are theoretical acquisitions of different social disciplines. The theoretical concepts of psychology, social psychology, sociology, philosophy, pedagogics became the base of creation of theoretical concepts and models in the field of a health (public health), for the operating presently system of social prophylaxis. The basic groups of theories of change of behavior are marked in relation to an assistance to the health, in particular such as theories inwardly personality level, theories of interpersonality level, theory of public level, theory of assistance to the health at the level of associations, theory of assistance to the health of level of public politics.

Keywords: prophylaxis of the negative phenomena, social prophylaxis, forming of healthy way of life, theory of change of behavior in relation to an assistance to the health, models of theories of change of behavior in relation to an assistance to the health.