Шевяков О. В.
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології та педагогіки,
Дніпропетровський державний університет
внутрішніх справ (м. Дніпро)
Бурлакова І. А.
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології та педагогіки,
Дніпропетровський державний університет
внутрішніх справ (м. Дніпро)
Кондес Т. В.
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри іноземних мов та загальноосвітніх дисциплін,
«Університет «КРОК» (м. Київ)

ПРОФЕСІЙНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ

Sheviakov O. V., Burlakova I. A., Kondes T. V. Professiomal health competencies of the future specialists

Keywords: health, health care, healthy lifestyle, health-preserving competencies, competence approach, specialists

Професійні освітні програми, що передбачались кваліфікаційним підходом, як правило, пов'язувалися з об'єктами праці, співвідносилися з їх характеристиками і не свідчили про можливості, знання і готовність оптимально пов'язувати все перелічене з ефективністю життєдіяльності людини в різних контекстах. Компетентність розглядається стогодні як система навичок, властивих будь-якій людині, в ній поєднуються кваліфікація, соціальна поведінка, здатність працювати в складі певної групи, робочого колективу, вміння ризикувати, тобто кваліфікаційні характеристики, що доповнюються і вдосконалюють свій розвиток особистими, культурними і соціальними характеристиками індивіда. Особистісні характеристики компетентного фахівця дають йому можливість ефективного застосування власної кваліфікації, і в цілому формують його образ [1].

В даний час випускники системи вищої професійної освіти під час вибору та планування результатів освіти увагу акцентують не на обсязі засвоєних знань і алгоритмах їх відтворення, а на компетенції, на здатності випускника до адаптації в професійному середовищі, готовності творчо вирішувати професійні та життєві проблеми, вмінні самостійно здобувати й оновлювати знання, застосовувати їх в ситуаціях, близьких до майбутньої професійної діяльності [2].

Будучи продуктом навчання, природа компетентності напряму не випливає з нього, а є наслідком саморозвитку, особистісного зростання

індивіда, самоорганізації і узагальнення діяльнісного і особистісного досвіду. Компетентність відіграє провідну роль у формуванні особистості у професійній діяльності. Це сукупність знань, умінь, освіченості, що сприяє особистісній самореалізації спеціаліста. Вчені виділяють три основні групи компетентностей, а саме:

1) до самого себе як до особистості, суб'єкту життєдіяльності – здоров'язбереження; ціннісно-смислові орієнтації в світі; самовдосконалення, саморегулювання, саморозвиток; особистісні та предметні рефлексії; компетенції інтеграції (структурування, збільшення знань);

2) до соціальної взаємодії людини та соціальної сфери:

а) з суспільством, колективом, сім'єю, друзями, партнерами, толерантність, повага, прийняття іншого тощо;

б) усне, діалогічне, монологічне, письмове спілкування, дотримання традицій, ритуалу, етикету.

3) до діяльності людини:

а) пізнання – постановка і рішення пізнавальних завдань та проблем;

б) ігрової, навчальної, трудової, дослідницької та іншої діяльності;

в) у сфері інформаційних технологій (комп'ютерна грамотність, володіння електронною технікою, Інтернет-технологією і ін.) [3].

Саме від професійної компетентності фахівця залежить успішність його професійної кар'єри після закінчення навчального закладу і реалізація отриманих ним знань, умінь і навичок в практичній діяльності.

Сьогодні виділені характеристики професійної компетентності, які в цілому є загальними і обов'язковими для всіх фахівців:

1) гностична (когнітивна) – відображає наявність необхідних професійних знань (їх обсяг і рівень є головною характеристикою компетентності);

2) регулятивна – дозволяє використовувати наявні професійні знання для вирішення професійних завдань;

3) рефлексивно-статусна – дає право діяти певним чином за рахунок визнання авторитетності;

4) нормативна – відображає коло повноважень, сферу професійної діяльності;

5) комунікативна – визначає можливість встановлення контактів самого різного виду для здійснення практичної діяльності;

6) креативна – творча складова.

Однією з важливих умов успішності та ефективності професійної підготовки майбутніх фахівця є зміцнення здоров'я, всебічна фізична підготовленість до професійної діяльності, придбання практично важливих знань з фізичної культури.

Компетентність здоров'язбереження розуміється як інтегральна характеристика особистості фахівця, що визначає його здатність і готовність вирішувати професійні завдання, що пов'язані з реалізацією здоров'язберігаючої діяльності в процесі надання допомоги з використанням знань, умінь,

професійного і життєвого досвіду на основі сформованості мотиваційно-ціннісного ставлення до здоров'я і професійно важливих якостей особистості.

Для ефективного здійснення професійної діяльності в сфері здоров'язбереження фахівцеві повинні бути притаманні професійно важливі особистісні якості (особистісний компонент): самоконтроль і самокритичність; високий рівень креативності та професійної самосвідомості; стресостійкі якості (фізична тренованість, самоналаштування, вміння керувати своїми емоціями); оптимізм; прагнення до підвищення рівня свого здоров'я.

Всі стрес-фактори, що негативно впливають на професійну діяльність фахівця, можна розділити на зовнішні (об'єктивні) і внутрішні (суб'єктивні).

До внутрішніх факторів належать: схильність до емоційної ригідності; інтенсивне сприйняття і переживання обставин професійної діяльності; слабка мотивація емоційної віддачі; компенсація прогалин свого життя; співчуття з обов'язку; жертовність. Схильність до емоційної ригідності (негнучкість, жорсткість) – професійні деформації з'являються там, де спілкування з людьми займає левову частку робочого часу, а це, в свою чергу, гостро ставить питання взаємодії особистого «я» і суспільного «ми». Якщо людина забуває про «я» і розчиняється в «ми», вона згорає. Тоді вона втрачає емоційну чуйність, здатність до співучасті і співпереживання. Виникає емоційна ригідність як засіб психологічного захисту швидше у тих, хто менш сприйнятливий і більш емоційно стриманий. Інтенсивне сприйняття і переживання обставин професійної діяльності виникає у людей з підвищеною відповідальністю за доручену справу, виконувану професійну роль. Слабка мотивація емоційної віддачі означає, що людина не звикла, не вміє заохочувати себе за співпереживання і співучасть, що проявляються по відношенню до суб'єктів професійної діяльності.

До зовнішніх факторів можемо віднести: хронічну напружену психоемоційну діяльність; дестабілізуючу організацію діяльності; підвищену відповідальність за виконувані функції; неблагополучну психологічну атмосферу професійної діяльності; психологічно важкий контингент. Хронічна напружена психоемоційна діяльність виникає, коли фахівцеві доводиться постійно підкріплювати емоціями різні аспекти спілкування: уважно сприймати, посилено запам'ятовувати, швидко інтерпретувати візуальну, звукову та письмову інформацію, швидко зважувати альтернативи та приймати рішення. Дестабілізуюча організація діяльності – це нечітка організація і планування праці, нестача обладнання, погано сконструйована і розпливчаста інформація. Підвищена відповідальність за виконувані функції означає, що за день інтенсивної роботи з важким контингентом самовіддача і самоконтроль настільки великі, що до наступного робочого дня психічні ресурси практично не відновлюються**.**

Таким чином, при розробці концепції формування здоров'язберігаючих компетентностей слід використовувати базові положення сучасної методології загальної і професійної психології та педагогіки, провідний у системі вищої освіти компетентнісний підхід.

Список використаних джерел

1. Бурлакова І. А. Фізична культура майбутнього спеціаліста як вагома передумова забезпечення мотивації щодо збереження здоров'я. Матеріали XXVII Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. *«Проблеми та перспективи розвитку науки на початку третього тисячоліття у країнах Європи та Азії»,* 30-31 липня 2016 р., м. Переяслав-Хмельницький: Переяслав-Хмельницький, 2016. С. 94-96.
2. Ващенко І. В. Особливості ставлення до професії та професійного здоров'я у фахівців економічної галузі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології: зб. наук. праць Східноукраїнського нац. університету ім. В. Даля.* Сєвєродонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. № 2 (46). С. 19-28.
3. Burlakova I., Sheviakov O. Socio-psychological technologies of professional health formation. *Public Administration and Law Review Issue is Scientific Center of Innovative Researches OÜ (Tallinn, Estonia)*. Vol. 3(7), 2021.

Hryban V. G.
Ph.D., Professor of Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Honored Worker of Education of Ukraine (Dnipro)
Chmel-Dunaj G. M.
Ph.D., Associate Professor of Dnipro Humanities University (Dnipro)
Khmel O. S.
Ph.D., assistant of Dnipropetrovsk State Medical University (Dnipro)
Griban M. V.
Employee of the scientific and methodological department of Alfred Nobel University (Dnipro)

THE DEPENDENCE OF HEALTH ON ENVIRONMENTAL FACTORS AND THE FORMATION OF HEALTHY LIFESTYLE HABITS

Грибан В. Г., Хмель-Дунай Г. М., Хмель О. С., Грібан М. В. Залежність здоров'я від чинників середовища та формування звичок здорового життя
Keywords: healthy lifestyle, young people, health

In Ukraine, in recent decades, there has been a general trend towards disruption of behavior and deterioration in the health of the population in general and children and youth in particular. Today in Ukraine only every tenth child is born conditionally healthy, in addition, due to a number of unfavorable factors, the birth rate has sharply decreased. As a result of negative demographic trends, our population is decreasing by almost half a million people every year. Ukraine occupies one of the last places in Europe, according to the health status of adults and children. Low life expectancy, high mortality, a large percentage of deviations