

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ФІЛОСОФІЇ, СОЦІОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ**

ЗДОРОВ'Я СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ЯК СОЦІАЛЬНА ПРОБЛЕМА

Кваліфікаційна робота (проект)

на здобуття ступеня вищої освіти магістр

Виконав: здобувач II курсу 07-211М групи
заочної форми навчання
спеціальності 231 Соціальна робота
освітньо-професійної програми «Соціальна робота»
Сергій ОДАЙНИК

Керівник: к.соц.н., доцентка Тетяна ЧЕРКАШИНА

Рецензент: координатор напрямку МК Херсон
від організації Альянс громадського здоров'я
Сергій ВОРОТИНЦЕВ

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. Молодь як об'єкт фахової соціальної роботи.....	6
1.1. Молодь як соціально-демографічна категорія.....	6
1.2. Характеристика запитів та пріоритетів сучасної молодої людини.....	11
1.3. Соціальні проблеми молоді.....	15
РОЗДІЛ 2. Актуальні напрямки соціальної роботи з формування здорового способу життя молоді.....	21
2.1. Формування здорового способу життя молоді як напрям соціально-педагогічної роботи.....	21
2.2. Напрямки та пропаганда здорового способу життя.....	29
2.3. Популяризація здорового способу життя: практичний аспект.....	33
ВИСНОВКИ.....	37
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	41

ВСТУП

Здоров'я не є тільки особистою справою кожної людини. Здорова людина веде повноцінне життя і приносить значну користь суспільству. Проте, власне здоров'я кожної особистості в значній мірі залежить від її власних рішень. Тому важливо робити вибір на користь власного здоров'я.

В Україні проблема здоров'я є однією з найактуальніших, оскільки стан громадського здоров'я є важливим індикатором збереження і розвитку людського потенціалу країни. Адже здоров'я не є просто відсутністю хвороб або фізичних недоліків, а представляє собою стан повного фізичного, психічного і соціального добробуту. Тому однією з ключових умов для самореалізації є усвідомлене дотримання здорового способу життя.

Конституція України вважає життя і здоров'я людини найвищими цінностями в суспільстві. Згідно з Основним Законом, держава несе відповідальність за свою діяльність і має обов'язок ефективно вирішувати питання формування здорового покоління, оскільки це суттєво впливає на соціально-економічний прогрес країни і суспільства в цілому.

Здоровий спосіб життя повинен стати пріоритетом для кожного, якщо ми прагнемо до щасливого майбутнього, адже це є основою не тільки щасливого життя, а й успіху, стабільності та внутрішнього спокою. Важливо усвідомити, що впровадження здорового способу життя є набагато ефективнішим і економічнішим підходом порівняно з постійним збільшенням витрат на лікування наслідків нездорових звичок, які часто не приносять бажаних результатів.

Підтримка та зміцнення здоров'я молоді є ключовим завданням освіти. Це закріплено в законодавстві України, зокрема в законах «Про освіту» та «Про загальну середню освіту».

Одним з головних напрямків реформ у вихованні учнів, як зазначено в Державній національній програмі «Освіта», є забезпечення всебічного фізичного розвитку дітей, а також охорона та зміцнення їхнього здоров'я.

Незважаючи на те, що в порівнянні з ХХ століттям, ХХІ століття пропагує здоровий спосіб життя, стан здоров'я сучасної молоді залишається незадовільним, що викликано низкою факторів, включаючи зниження суспільної моралі, істотне соціальне розшарування, погіршення криміногенної ситуації, комерціалізацію сексуальних відносин, ранній початок статевого життя та негативний вплив засобів масової інформації.

У своїх роботах питання молоді в цілому та окремі аспекти розглядали Дмитрук Н. [9], Кривачук. Л. [18], Козубовський М., Ступак О. [35], Шевель І. [40] тощо.

Проблему здоров'я молоді досліджувало багато науковців, педагогів, медиків, зокрема Бобрицька В. [3], Буяк Б. [5], Ганенко О., Грищенко С., Вакуленко О. [28], Єжова О. [11], Желева О. [12], Марценюк М. [22], Яблонська Т. та багато інших.

Сучасний рівень здоров'я української молоді не відповідає очікуванням суспільства і потребує нових підходів до формування здорових звичок та посилення пропаганди здорового способу життя.

Однак, незважаючи на наявність численних досліджень, присвячених проблемам формування здорового способу життя серед молоді, спеціальні роботи, які детально висвітлюють соціально-педагогічний потенціал клубних установ у розв'язанні цієї проблеми, поки що не проведені. Тому було обрано тему дослідження: **«Здоров'я сучасної молоді як соціальна проблема»**.

Об'єкт дослідження: молодь як соціальна група.

Предмет: формування здорового способу життя сучасної молоді.

Мета: дослідити основні напрями та можливості формування здорового способу життя сучасної молоді.

Виходячи з мети дослідження, нами були поставлені наступні **завдання:**

1. Надати характеристику молоді як соціально-демографічній категорії та її запитам та пріоритетам.
2. Проаналізувати найпоширеніші соціальні проблеми молоді.

3. Дослідити процес формування здорового способу життя сучасної молоді, охарактеризувавши основні напрями пропаганди.
4. Дослідити практичний аспект популяризації здорового способу життя молоді

Для розв'язання поставлених завдань використовувались такі **методи дослідження:**

теоретичні: комплексний аналіз наукових праць з проблеми, що розглядається, наукової літератури для виявлення сутності поняття «молодь», «здоров'я», «здоровий спосіб життя»; систематизація науково-методичних засад досліджуваної проблеми;

практичні: аналіз документів.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження були обговорені під час засідань і попередніх захистів кваліфікаційної роботи на засіданні кафедри філософії, соціології та соціальної роботи (протоколи від 11.09.2023 р. № 1, від 02.09.2024 р. № 1). Результати дослідження стали предметом доповіді під час I Регіональної науково-практичної конференції «Теорія та практика соціальної роботи: досвід, сучасний стан, стратегії» для здобувачів вищої освіти та молодих науковців (03-04 грудня 2024 року, м. Івано-Франківськ).

Структура кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, шести підрозділів, висновків, списку використаних джерел (40 найменувань). Загальний обсяг – 47 сторінок.

РОЗДІЛ 1

МОЛОДЬ ЯК ОБ'ЄКТ ФАХОВОЇ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

1.1. Молодь як соціально-демографічна категорія

У сучасній літературі існує багато різних визначень молоді. Найпоширенішим є розуміння молоді як соціально-диференційованої соціально-демографічної групи, яка має специфічні психологічні, фізіологічні та культурні характеристики. Ці особливості обумовлені не лише віковими факторами, але й тим, що соціально-економічне, політичне становище молоді, її духовний світ та система ціннісних орієнтацій знаходяться у процесі формування.

Молодь є великою соціально-демографічною групою, яка займає важливе місце у виробництві та є основним джерелом поповнення трудових ресурсів. Вона є головним носієм інтелектуального та фізичного потенціалу суспільства, має значні здібності до праці, технічної та культурно-художньої творчості, а також до продуктивної діяльності в усіх сферах людського життя. Має великі соціальні та професійні перспективи, здатна швидше за інші соціальні групи опановувати нові знання, професії та спеціальності [40, С.192].

Для реального оновлення суспільство має усвідомити роль молоді як потужного рушія соціальних змін, визнати її соціальну цінність особливого характеру та безцінним капіталом. Це є надзвичайно важливим для нашого суспільства, яке за роки накопичило великий потенціал консерватизму та створило серйозні перепони для нових ідей через ідеологічні догми.

Соціальне благополуччя та соціалізація молоді є ключовими індикаторами розвитку суспільства. Актуальність дослідження молодіжних проблем в Україні зумовлена задоволеністю створення на державному рівні умов для самореалізації молоді та її активного залучення до процесів

розвитку країни. Це сприяти розширенню соціальної бази для перетворення і забезпечення культурного, соціального та економічного відтворення держави.

Молодь складається з представників усіх класів і соціальних груп, які мають у суспільстві. Вони не завжди продовжують соціальний статус своїх батьків, але, ставши частиною соціально-класової структури, можуть стати робітниками, селянами, представниками інтелігенції та іншими. Важливо відзначити, що незалежно від того, яке місце в соціальній структурі займає конкретна особа, впродовж періоду свого соціального і професійного становлення вона зберігає особливості молодіжного розвитку і самоствердження, поки не завершиться процес дорослішання.

Визначення терміну «молодь» є важливим не лише для встановлення узгоджених вікових меж, але й для розуміння сутності цього соціального сегмента, його ролі в суспільній структурі та виявлення соціальних характеристик, що відображають унікальність соціального статусу молоді [15].

Термін «молодь» вперше був визначений на міжнародному рівні Генеральною Асамблеєю ООН у 1985 році, коли було встановлено вікову межу молоді людини в 15–24 роки. Згодом, Всесвітня організація охорони здоров'я розширила це визначення, охопивши період від 10 до 24 років. Наразі, у незалежності європейських країн вікові для категорії «молодь» становлять від 13–14 до 29–30 років [35, с.257-269].

Питання визначення поняття «молодь», критерії виділення цієї групи, а також вікові та інші межі є предметом дискусій серед науковців та практиків у сфері молодіжної проблематики. Політологи розглядають молодь як інноваційний ресурс для розвитку країни, соціологи — як соціокультурну групу, а психологи — як групу з характерними психофізичними особливостями, що зумовлюють процес дорослішання. Кожна наука взаємодіє з іншими дисциплінами, доповнюючи теоретичні та методологічні концепції та спільно використовує емпіричні дані досліджень.

Характеризуючи молодь як соціально-демографічну групу, варто зазначити, що її визначення не є однозначним, після чого воно варіюється залежно від місця, віку, країни.

Згідно Закону України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні» молодь – громадяни України віком від 14 до 35 років. Вивченням потреб молоді займається наука - соціологія молоді [13].

Існує кілька підходів до визначення поняття "молодь".

Найпростішим з них є використання вікових характеристик як основного параметра, що визначає молодь як певну соціально-демографічну групу. Поширений підхід розглядає молодь як перехідну фазу від дитячої до дорослої соціальної ролі. Іноді молодь визначають як соціально-демографічну групу, головною ознакою якої є процес соціалізації. Цей підхід наголошує, що найважливішими показниками, які допомагають зрозуміти сутність молоді, є не стільки вікові параметри, скільки соціальні характеристики процесу соціалізації. За цим підходом, до молоді відносять осіб, які ще не почали самостійне трудове життя (тобто учнів), а також працюючих, які ще не мають сім'ї.

Протягом багатьох років вивчення молоді були розроблені кілька теорій, основні напрямки яких сформувалися в 20-х - на початку 30-х років 20 століття.

Соціально-психологічний підхід трактує молодь як носія психофізичних особливостей молодості. Згідно з цією теорією, молодь залишається як певний віковий період, який має свої біологічні та психологічні характеристики, які, у своєму моменті, мають всі специфічні риси цієї вікової групи.

Субкультурний підхід розглядає молодь як соціокультурну групу, що має власний спосіб життя, поведінкові особливості, культура.

Стратифікаційний підхід розглядає молодь як окрему соціально-демографічну групу, що збільшується віковими межами і має унікальні

соціальні позиції, статуси та ролі, будучи як об'єктом, так і суб'єктом процесу передачі досвіду та зміни поколінь [5, с.198-209].

На початку свого життя молода людина перебуває під впливом соціальних умов, сім'ї та освітніх інститутів. Проте, згодом, у процесі дорослішання і переходу до зрілих фаз розвитку, вона починає сама значно впливати на суспільство. Таким чином, молодь стає суб'єктом, коли впливає на суспільство, віддаючи свій потенціал, і водночас залишається об'єктом, оскільки на неї спрямований суспільний вплив з метою її розвитку. Молодь є об'єктом як у відношенні до суспільства, так і до самої себе.

Найбільш вагомими для молоді є соціалізаційна, відтворююча, трансляційна та інноваційна функції.

Соціалізаційна функція полягає у включенні молоді в суспільство і його соціальну структуру, тобто процес соціалізації.

Відтворююча функція означає постійне відновлення виробництва і споживання матеріальних благ, робочої сили та виробничих відносин.

Трансляційна функція полягає в засвоєнні, передачі та поширенні знань, навичок і досвіду старшого покоління.

Молодь також виконує інноваційну функцію, коли змінює та вдосконалює цей досвід, додаючи нові особливості, що виникають у змінених соціально-економічних, політичних та соціокультурних умовах.

Сутнісні риси молоді можна визначити як через виділення основних етапів соціалізації, так і через характеристику різних груп молоді. У першому випадку мова йде про такі етапи, як досягнення повноліття, правова відповідальність, початок трудової діяльності, створення сім'ї, набуття соціально-економічної незалежності від батьків та інше. У другому випадку, молодь розподіляється на різні групи, кожна з яких має свої унікальні характеристики.

Згідно з думкою багатьох дослідників, соціально-психологічний розвиток молоді є непостійним і напруженим, з частими конфліктними ситуаціями. Вважається, що молодь, в порівнянні з старшими поколіннями,

демонструє вищу нетерпимість, гостріше реагує на протиріччя в реальності, менш адаптована до суспільства і є більш мобільною, швидше освоює нові знання і навички.

Серед характерних рис молоді можна виділити підвищену критичність і вимогливість до старших, недооцінювання важливості їхнього досвіду та перебільшення власної здатності до самостійних дій. У молодому віці активно формуються соціальні мотивації, відбувається самоаналіз і швидка реакція. Однак у цьому віці молодь менше турбується про безпеку та відповідальність за близьких, порівняно з дорослим віком [32].

Однією з важливих рис молоді є те, що значна її частина ще не має власного соціального статусу і перебуває на стадії "статусного мораторію". Це означає, що вони характеризуються або соціальним статусом своїх батьків, або своїм майбутнім статусом, пов'язаним із професійною підготовкою. Молодь входить у життя в умовах вже існуючих соціальних інститутів, які часто не відповідають їхнім потребам, що призводить до виникнення криз і конфліктів [22, с.58-64].

Важливим аспектом є встановлення вікових меж молоді. Вони залежать від історичних особливостей, традицій, а також рівня соціально-економічного розвитку країни:

- нижня межа визначається біологічною та статевою зрілістю;
- верхня межа визначається юридичним повноліттям, закінченням навчання, здобуттям професії, одруженням та досягненням економічної незалежності. Відповідно до законів України, вік молоді становить від 14 до 35 років [13].

Молодь, як специфічна соціально-демографічна група, визначається не лише віковими межами, а й її місцем у соціальній структурі суспільства та особливостями соціального розвитку. Основні риси молоді включають фізіологічні, психологічні, вікові та соціальні характеристики. До другорядних рис відносяться ті, що з'являються в залежності від соціально корисної діяльності, місця проживання, соціального статусу особи та інших

факторів

[18,с.144-148].

Українська молодь є рушійною силою, яка, згідно з історичним розвитком, має відігравати важливу роль у подоланні кризи та формуванні громадянського суспільства, а також у всіх інноваційних процесах державотворення. Це пояснює підвищений інтерес до молоді з боку різних наук, що досліджують чинники розвитку суспільства, серед яких провідне місце займає соціологія, особливо соціологія молоді.

1.2. Характеристика запитів та пріоритетів сучасної молоді людини

Соціальне самопочуття молоді є важливим індикатором розвитку суспільства. Для того, щоб процес становлення молодого покоління відбувався у відповідності до соціальних змін, необхідно чітко визначити його роль і місце в суспільстві, а також проаналізувати існуючі проблеми. Серед них є традиційні питання, такі як любов, дружба, пошук сенсу життя, створення сім'ї тощо. Багато з цих питань залежать від впливу соціальних факторів [29, с159-161].

Дослідження очікувань, потенціалу та орієнтації молоді є загальноприйнятою практикою в країні. Наприклад, за результатами дослідження «Молода Європа 2017», яке вивчало ставлення молоді до об'єднаної Європи, були висвітлені основні цінності: особистість свободи, стабільність і надійність, скептицизм щодо особистих життєвих перспектив, песимістичне оцінювання економічної ситуації, розчарування в національному уряді. Лише 1 з 43 молодих людей в Європі очікує, що рівень їхнього економічного життя буде кращим, ніж у їх батьків [за 9].

Систематично відбуваються зрушення в пріоритетах молодих людей, зокрема на сьогодні увага акцентується на важливості соціальних, політичних та особистісних чинників, водночас відзначаючи менший інтерес до традиційних духовних аспектів, таких як культура та релігія. Наведемо декілька основних пріоритетів для сучасної молоді:

– Духовний світ молоді: одним із показників фізичного, духовного та соціального благополуччя є стурбованість молоді духовними аспектами свого життя. Однак, згідно з текстом, питання національної культури, мистецтва та релігії не є надто пріоритетними для сучасної молоді. Це може свідчити про зміну цінностей та пріоритетів у молодіжному середовищі.

– Залежність інтересу від освіти: інтерес до питань національних відносин зростає з підвищенням рівня освіти. Це показує, що освітній рівень відіграє важливу роль у формуванні інтересів молоді, зокрема в контексті національної самосвідомості та ідентичності.

– Соціальні пріоритети: молодь України бачить важливими питаннями не лише економічні реформи, але й можливість впливати на державні рішення та рухатися до гуманного суспільства. Це підкреслює прагнення молодих людей до демократичних змін, участі у політичних процесах і побудови суспільства, де поважають людську гідність.

– Сімейні цінності: сім'я, друзі та робота залишаються незмінними життєвими пріоритетами, що вказує на стійкість соціальних зв'язків і важливість міжособистісних стосунків для молоді [8].

Сьогоднішня молодь стикається з непростими умовами: соціально-економічні зміни супроводжуються глобальними кризами – зокрема кризами ціннісних орієнтирів, духовності та економічного благополуччя. Молоде покоління самостійно визначає, що є більшим успіхом – розвиток духовних цінностей чи здобуття високої кваліфікації, яка дозволяє легше адаптуватися до сучасних умов; відмова від традиційних моральних норм чи здатність до гнучкості та пристосування в новій реальності; необмежена свобода у міжособистісних і романтичних стосунках чи створення сім'ї як основи для стабільного життя.

Соціальні інститути досягаються з числа завдань: програмування основоположних цінностей, ідеалів та норм, які стануть фундаментом для формування духовного світу молоді. Адже саме зараз, у період змін соціальної системи, молодь надає менше значення духовному та культурному

розвитку, хоча й не заперечує його важливість. Цінності, які сьогодні обирає молодь, визначають її спосіб життя в майбутньому.

Аналізуючи наукові доробки щодо вивчення проблем молоді, їх потреб, проблем та пріоритетів на життя, можна побачити трансформації у світогляді молоді, зокрема прагнення до більшого балансу між роботою і особистим життям, нові погляди на сімейні обов'язки та виховання, а також прагматичніший підхід до роботи та винагородження за працю:

- прагматичний підхід до роботи: молоді люди демонструють прагматичніший підхід до роботи, надаючи пріоритет зручним робочим умовам, як-от гнучкий графік, тривала відпустка та відповідність зарплати здібностям і престижу професії. це свідчить про зміну ціннісних орієнтацій, де комфорт і баланс між роботою та особистим життям стають важливішими;

- толерантність до вибору працювати чи ні: порівняно зі старшими поколіннями, молодь виявляє толерантніший підхід до того, чи варто працювати, якщо людина не має такого бажання. однак це не означає, що молодь перестала цінувати професіоналізм — вона лише надає більшої уваги добровільності вибору;

- справедливість в оплаті праці: молоді люди вважають справедливим диференційований підхід до оплати, де краща, швидша та ефективніша робота повинна бути винагороджена більшою зарплатою. це відображає зростаючий акцент на продуктивності й ефективності;

- погляди на сімейні обов'язки: змінились уявлення молоді про роль батьків: формується розуміння того, що батьки мають право на власне життя і не повинні жертвувати своїм благополуччям заради дітей. це свідчить про новий підхід до балансу між сімейними та особистими потребами;

- орієнтири у вихованні дітей: молодь надає перевагу таким якостям, як працездатність, відповідальність, рішучість, терпимість та повага до інших. водночас менш важливими стають релігійність, слухняність та безкорисливість, що відображає зміну пріоритетів у вихованні нового покоління;

– різниця між міською та сільською молоддю: сільська молодь більше орієнтується на збереження традицій батьків та протистояння зовнішнім культурологічним впливам, тоді як міська молодь є менш зацікавленою у цьому. це може бути наслідком різних умов життя та культурних впливів [16, с.125-130].

За останні роки значно змінилися політичні орієнтації молоді, зокрема зросла активність у політичній сфері, а також поглиблюється недовіра до влади через соціальну нерівність та несправедливість. Молодь прагне до більшої свободи, рівності та соціальної справедливості, що відображає її ключові цінності в сучасному суспільстві. Основні аспекти можна виділити так:

– зростання інтересу до політики: протягом останніх років дослідники фіксують помітне збільшення зацікавленості молоді політичними подіями в країні. це свідчить про те, що молоде покоління все більше інтегрується у політичне життя, стаючи активним учасником демократичних процесів;

– зміна ціннісних орієнтацій: порівняно з середнім та старшим поколінням, молодь більшою мірою підтримує свободу особистості, тоді як старші вікові групи орієнтуються на принцип рівності. це може вказувати на прагнення молоді до більшої індивідуальної свободи та самовираження;

– негативне ставлення до майнового розшарування: соціальна нерівність та обмежені життєві перспективи сприяють зневірі молоді у здатності влади забезпечити стабільний розвиток країни. це відчуття породжує сумніви щодо ефективності державної політики та її спроможності вирішити ключові проблеми;

– недовіра до влади: спроби влади зменшити інтерес молоді до політики та придушити прагнення до соціальної справедливості виявляються неефективними. навпаки, такі підходи лише поглиблюють недовіру до влади, оскільки молодь помічає подвійні стандарти у вирішенні своїх проблем [34].

Маючи високий рівень інтелекту, ці люди не прагнуть до кар'єрного росту чи навчання, часто залишають свої домівки, приєднуються до крайніх

політичних угруповань або, наприклад, комп'ютерні генії займаються зламом банкоматів і створенням вірусів. Існує багато інших прикладів асоціальної поведінки, але варто зауважити, що вони не роблять цього за рахунок матеріальної поведінки, а скоріше для того, щоб випробувати свої можливості. Вони захоплюються екстремальними видами спорту і не бояться ризикувати життям.

Їх часто мотивує прагнення до здійснення ініціативи чи виконання значного вчинку, навіть іноді готові ризикувати життям. Вони вірять тільки у свої сили та розум. Ці люди мало цікавляться грішми чи матеріальними благами, часто підкреслюючи, що для них це не є успіхом. Вони мають безліч різних захоплень і часто бачать себе як «борців проти системи» [6].

Відповідність правових і матеріальних умов для задоволення духовних потреб, реалізації потенціалу, підтримки з боку держави та визнання морально чистих особистих умов до того, що досягнення рівня свідомості стає завдяки відповідності самої людини. Недостатньо соціально та морально захищена, особливо в перехідний період, ще несформована молода особистість часто обирає менший конфліктний шлях - іде на компроміс із собою, своєю совістю [24].

Кожне нове покоління вступає в життя зі своїми власними перевагами. Кожен молодий індивід прагне утвердити себе як самостійну особистість у соціальному та особистому житті, тому вибирає свої власні переваги, які часто можуть відрізнитися від тих, що переважають у суспільстві. З одного боку молода людина отримує духовне надбання попередніх поколінь, їх традиції, вірування, мову та культуру, а з іншого боку вона проходить етап усвідомлення власного ставлення до цього багатства та формує свою соціальну та етнічну ідентичність. Це відбувається під впливом соціального оточування, культури, освіти, виховання і самовихування.

1.3. Соціальні проблеми молоді

Соціальне самопочуття молоді є ключовим показником розвитку суспільства. Для того щоб адаптація молоді відповідала сучасним соціальним умовам, важливо визначити її роль у суспільстві та виявити основні проблеми, з якими вона стикається.

Сучасні зміни в соціальному, матеріальному та політичному становищі молоді призвели до поглиблення численних проблем. Серед них можна виділити низький рівень життя, високий рівень безробіття та значну економічну й соціальну залежність від батьків; труднощі у сфері шлюбних і сімейних відносин; низьку народжуваність, яка не забезпечує відновлення поколінь; фінансову нестабільність і недостаток можливостей для поліпшення житлових умов; погіршення стану здоров'я та зростання соціальних відхилень; а також втрату ідеалів, соціальних перспектив і життєвого оптимізму.

Молодь опинилася без чітких соціальних орієнтирів. Знищення традиційних форм соціалізації посилило індивідуальну відповідальність за власну долю, змусивши молодих людей приймати важливі рішення та виявивши їхню неготовність адаптуватися до нових соціальних умов. Тепер вибір життєвого шляху залежить не стільки від особистих здібностей і інтересів, скільки від конкретних обставин [41, с. 164-178].

Згідно з думкою української молоді, найнагальнішими соціальними проблемами в Україні є:

- безробіття;
- підвищення цін;
- низькі зарплати;
- загальне зниження рівня життя;
- зростання злочинності;
- бідність населення;
- наркоманія;
- ВІЛ/СНІД [21].

Особистісні кризи, які часто посилялися на соціальні кризи, традиційно вимагають переосмислення або підтвердження системи ціннісних орієнтацій, подолання виникаючих протиріч, що пов'язані зі зміненим напрямком діяльності, процесом самоідентифікації та рефлексії рівня самореалізації. У таких випадках успіх у вирішенні кризи та зменшенні втрат залежить від того, наскільки глибоко проаналізовані, динамічні та відкриті цінні орієнтації. Цілісність і несуперечливість системи цінностей є показником стабільності та незалежності особистості. Тому протиріччя в ціннісній системі свідчать про маргінальність особистості, що проявляється в її неспроможності адекватно оцінювати негативний вплив і приймати рішення або, навпаки, у здатності мислити.

На початку XXI століття розвиток та світогляд молоді відзначили значні зміни. У порівнянні з минулими роками, молодь стала більш незалежною і впевнено орієнтується в сучасному суспільстві. Однак не завжди самостійність є позитивним явищем, не стикаючись із важкими реаліями життя, підлітки стають цинічними та байдужими до навколишнього світу, що негативно впливає на їхні стосунки з батьками. Змінилися й життєві цінності нового покоління: якщо 10-20 років тому головним було навчання та ставлення до людей, то сьогодні молодь менше зацікавлена в думках батьків та друзів, і більш помітні їх егоїстичні орієнтації.

До проблем, що впливають на забезпечення здорового способу життя, відносяться: погане екологічне середовище, низький рівень медичного обслуговування, зловживання тютюнопалінням, обмежені можливості для фізичної активності і спорту, алкоголізм, а також недостатня поінформованість про здоровий спосіб життя. Молодь зазвичай позитивно ставиться до сучасних реалій. Опитування показали, що найбільше молоді відчувають надію на покращення свого життя. Наступними за частотою є відчуття того, що життя йде своїм ходом, і страх перед майбутнім. Страх перед майбутнім відчуває більше ніж 10% молодих людей. Також

спостерігається високий рівень прийняття і виправдання незаконних і аморальних вчинків [7].

Одним із показників духовного, фізичного та соціального благополуччя є турбота молоді про духовні аспекти власного життя. Однак варто зазначити, що такі теми, як національна культура, мистецтво та релігія, не є пріоритетними для сучасної молоді. Інтерес до національних питань збільшується з підвищенням освітнього рівня: від 9% серед тих, хто має неповну середню освіту, до 17% серед тих, хто здобуває чи вже має вищу освіту.

Серед найважливіших питань для української молоді, окрім економічних реформ, є можливість впливати на державні рішення та прагнення до створення гуманного суспільства, в якому цінується людська особистість. Родина, коло друзів та робота залишаються ключовими аспектами життя.

Нестача матеріальних ресурсів, відсутність власного житла та необхідність отримання фінансової допомоги від батьків часто призводять до соціального інфантилізму серед частини молоді. Це може зменшити значення праці в їхніх життєвих пріоритетах та посилити споживчі орієнтації. Проблема безробіття стає особливо гострою у вікових групах до 18 років та 18-24 роки, де вона значно перевищує рівень у інших вікових категоріях. Невідповідність між отриманою освітою та реальною роботою негативно впливає на розвиток особистості, що призводить до зниження престижу деяких важливих професій і знецінення освіти.

Обговорюючи причини кризи соціалізації молоді, слід враховувати, що ця криза відбувається на фоні глобальних соціальних процесів, пов'язаних із західною контркультурою і загальними проблемами дегуманізації сучасної цивілізації. Важливою особливістю є бездумне наслідування західних молодіжних субкультур, які часто не є найкращими зразками.

Духовна порожнеча, втрата громадянської гідності та моральних орієнтирів пов'язані з переходом від старих суспільних відносин до нових.

Відмова від традиційних стереотипів і етичних норм, а також дезорієнтація найбільше впливають на менш інтегровані групи суспільства, зокрема молодь.

Криза соціалізації також пов'язана з кризою сім'ї. У сучасному суспільстві роль сім'ї як основи для формування міжособистісних відносин та соціального становища значно зменшилася.

Криза соціалізації молоді також потребує детального аналізу таких причин, як міграція з сільської місцевості в міста, вплив засобів масової інформації, а також зміни в сферах освіти, культури та духовного життя.

Система освіти в Україні не здатна забезпечити рівність можливостей для соціального просування молоді. Соціально-економічні обмеження, зростання еміграції та посилення кримінальних тенденцій серед молоді є наслідками цих недоліків. До них ми можемо віднести наступні:

1. Обмеженість соціальної мобільності: система освіти в Україні не забезпечує рівних можливостей для соціального просування молоді. Відсутність свободи вибору в освіті, особливо для молодих людей з менш забезпечених сімей, обмежує їхні перспективи. Введення платної освіти може погіршити цю ситуацію, оскільки підвищує бар'єри доступу до якісного навчання.

2. Соціальна детермінованість: дослідження вказують на те, що розподіл молоді в системі освіти тісно пов'язаний із соціальним походженням. Це вказує на закритість освітніх можливостей для молоді з малозабезпечених або соціально вразливих сімей, що в подальшому впливає на їхню соціальну мобільність та перспективи.

3. Підвищення еміграції через професійні чинники: в умовах зменшення стимулів до висококваліфікованої праці та обмеження можливостей для підвищення освіти, молодь прагне емігрувати за кордон. Західні країни активно залучають перспективних молодих фахівців та науковців, які мають високий потенціал і знання, у тому числі володіння іноземними мовами.

4. Формування маргінальних груп: через соціально-економічні обмеження та нестабільність, частина молоді починає вести асоціальний спосіб життя. Виникає проблема люмпенізації та криміналізації молоді, особливо підлітків. Зростання злочинності серед неповнолітніх в 1,5 рази перевищує показники серед інших вікових груп, що пов'язується з неблагополучним дитинством та відсутністю належної соціальної підтримки.

Здоров'я є найціннішим для молоді, як для дівчат, так і для хлопців. Дівчата більше орієнтовані на сімейні цінності, тоді як для хлопців пріоритетом після сім'ї є хороший заробіток. Це відповідає традиційним суспільним нормам. Дівчата цінують як фінансову стабільність, так і саморозвиток. Хлопці, загалом, більше цікаві в матеріальних досягненнях. Однак 30% опитаних чоловіків поставили сім'ю та виховання дітей вище самовдосконалення. Ціннісні орієнтації юнаків менш однорідні, ніж у дівчат: серед хлопців більше тих, хто захоплюється як розвагами, так і чесною працею.

Таким чином, головними цінностями для дівчат є здоров'я, родина та саморозвиток. Для хлопців це здоров'я, шанс мати хороший дохід і родина.

РОЗДІЛ 2

АКТУАЛЬНІ НАПРЯМКИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

2.1.Формування здорового способу життя молоді як напрям соціально-педагогічної роботи

Розбудова незалежної та демократичної України в умовах національного державотворення відбувається з урахуванням актуальних суспільних викликів та необхідності впровадження вищих стандартів у вихованні молоді. Цей процес обґрунтовується на цінностях гуманізму, демократії та національної свідомості, які набули особливого значення у визначених національних пріоритетах виховання молодого покоління, зокрема в аспекті здоров'язбереження.

Здоров'я громадян є показником соціально-економічного розвитку, культурного рівня та успішності будь-якої цивілізованої держави. Тому турбота про здоров'я населення має бути інтегрована в усі напрями державної політики України, спрямованої на виховання здорового молодого покоління

та формування здорових навичок. Цілком очевидно, що це вимагає значних і довгострокових зусиль з боку державних та громадських інституцій.

Національні пріоритети виховання молоді, спрямовані на підвищення формування здорового способу життя і ролі здоров'я молоді серед загальнодержавних цінностей, які пропонують соціально-економічну політику України, вимагають врахування таких факторів:

Правові чинники - ухвалення законів і нормативних актів, які гарантують право на здоров'я громадян України та регулюють механізми його реалізації.

Соціально-економічні чинники – участь різних соціально-економічних структур у підтримці здоров'я молоді через відповідальність і дотримання нормативних умов у сфері освіти та праці.

Юридичні чинники – забезпечення соціальної безпеки, захисту особи від злочинів, що загрожують життю та здоров'ю молоді.

Медичні чинники – моніторинг здоров'я на рівні суспільства, групи та особистості; розробка медико-гігієнічних та медико-соціальних заходів для підтримки здоров'я населення, особливо молоді, а також ефективного профілактики захворювань.

Освітньо-виховні чинники – формування у молоді пріоритету здорового життя, мотивація до збереження здорових звичок, набуття навичок для підтримки та зміцнення здоров'я.

Культурні чинники – розвиток культури здоров'я, організація корисного дозвілля для молоді, відродження національних традицій і звичаїв, спрямованих на підтримку та зміцнення здоров'я.

Екологічні чинники – впровадження раціонального використання природних ресурсів з урахуванням їх відновлюваності та створення сприятливих умов навколишнього середовища для здорового способу життя [3].

Соціально-педагогічна діяльність щодо формування здорового способу життя молоді включає такі компоненти:

- проведення соціально-педагогічного аналізу фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я, а також їх адаптації до навчального середовища;
- розробку оптимальних режимів навчання та виховання для школярів різного віку, особливо підлітків, щоб запобігти їх перевтомі, підвищити працездатність та ефективність;
- моделювання та впровадження в практику кращих педагогічних підходів, використання навчальних та виховних технологій, що допускають можливості підлітків та молоді й спрямовані на збереження їх здоров'я;
- регулярне розширення знань педагогів з валеології, основ безпеки життєдіяльності та профілактики адиктивної поведінки для учнів конкретної вікової групи;
- надання педагогам підтримки в освітніх технологіях формування здорового способу життя підлітків та вмінь для їх застосування в навчально-виховному процесі;
- формування позитивної мотивації до вибору здорового способу життя, а також навичок для його дотримання;
- впровадження інноваційних методик превентивного виховання підлітків;
- популяризація здорового способу життя серед молоді та їхніх батьків і підвищення педагогічної культури;
- координацію дій у системі «педагог-психолог-медичний працівник-адміністрація» для формування здорового способу життя підлітків;
- постійне підвищення кваліфікації соціального педагога щодо формування здорового способу життя [за 4].

Ведення здорового способу життя вимагає широкого набору знань, соціальних і поведінкових навичок. Серед навичок, які сприяють здоровому способу життя, можна виділити вміння міжособистісного спілкування, прийняття рішень, критичне мислення, вирішення проблем та

самоорганізацію. Важливим компонентом є також поведінка, оскільки її зміна є результатом поступових тривалих змін.

Згідно з теорією соціального навчання, для досягнення стабільної зміни в поведінці користувача корисно використовувати моделювання, розвивати вміння, активно залучати людей до дій і забезпечувати постійний зворотний зв'язок та розширення ефекту. Таким чином, процес формування здорового способу життя не є лінійним.

Сучасні дослідники включають до змісту соціально-педагогічної діяльності з формування мотивації молодих людей до здорового способу життя таку роботу:

- аналіз та підбір ресурсів,
- підбір персоналу,
- оцінку результату,
- навчання, роботу на вулицях,
- організацію та підтримку груп самопомоги, клубів і гуртків,
- інформування.

Аналіз і підбір ресурсів розглядаються для забезпечення максимальної ефективності соціально-педагогічної роботи.

Зокрема науковець О. Безпалько класифікує ресурси соціально-педагогічної діяльності на внутрішній та зовнішній. Внутрішні ресурси включають особливості психічних процесів особистості, різні психічні стани та емоційно-вольові реакції; особистісні характеристики (зокрема мотиви), рівень освіти, а також соціальні та професійні навички. Зовнішні ресурси охоплюють матеріальні, людські, технологічні, інформаційні та соціальні [30].

Соціально-педагогічна робота з формування здорового способу життя підлітків кваліфікованими спеціалістами та їхніми помічниками спрямована на надання індивідуальної допомоги дітям, сім'ям або групам осіб, які виявилися в складній життєвій ситуації. Ця діяльність включає інформування, консультування, пряму матеріальну та фінансову підтримку,

соціальну реадaptaцію, психологічну та педагогічну допомогу, а також заохочення до самостійного вирішення проблем тих, хто потребує допомоги, на власну активність у вирішенні складних проблем [31, с.21].

У міжнародній та вітчизняній практиці формування здорового способу життя молоді розроблено різноманітні методи. Застосування різних методик залежить від багатьох факторів, і на етапі планування роботи важливо чітко усвідомлювати мету впровадження кожного методу та очікувані результати.

Нижче нами наведено аналіз методів роботи, що активно можуть бути застосовані під час заходів із формування здорового способу життя молоді.

1. Лекції. Сприяють поширенню інформації щодо конкретних проблем середньої досвідченої, підготовленої аудиторії, яка позитивно налаштована до профілактичної роботи. Лекції доцільно проводити, починаючи зі старшого підліткового віку.

Переваги лекцій із формування здорового способу життя у молоді:

- цілісна систематизована інформація;
- не потребує організаційних витрат та значного технічного обладнання;
- охоплює велику кількість людей та швидко організовується.

Недоліки лекцій:

- інформація може не бути почутою, сприйнятою та швидко забуватися;
- обмежені можливості емоційного впливу та формування емоційного ставлення;
- відсутній досвід практичних дій та не впливає на поведінку;
- аудиторія швидко втрачає увагу та веде себе пасивно.

2. Кіно-, відеолекторій. Сприяють вихованню емоційного ставлення до проблем через розмови та обговорення; ефективно працює в роботі з дітьми та молоддю.

Переваги: формує емоційне ставлення та впливає на аудиторію

Недоліки:

- наявність технічних засобів;
- можливий когнітивний дисонанс;

- пасивність аудиторії;
- не формує позитивну поведінку.

3. *Бесіда* сприяє виробленню спільних переконань щодо проблем у роботі з групами, учасники яких мають різні думки про неї.

Переваги бесіди:

- активізує аудиторію,
- підвищує її зацікавленість;
- дозволяє поділитися власним досвідом.

Недоліки бесіди:

- суто інформаційний методом,
- не формує позитивної поведінки;
- вимагає певних знань аудиторії щодо проблеми.

4. *Диспут, дискусія* має на меті підвищення активності й формування переконань.

Переваги:

- викликає інтерес,
- стимулює активний пошук інформації щодо проблеми;
- сприяє глибокому засвоєнню інформації;
- формує відповідні переконання.

Недоліки:

- учасники поділяються на активних і пасивних;
- відстоювання своєї думки;
- не формує позитивну поведінку.

5. *Гра, рольова гра* сприяє вирішенню поставлених завдань через моделювання ситуацій.

Переваги

- викликає жваві емоції, інтерес, підвищує активність;
- дає відчуття занурення в проблему та спробу знайти шляхи її вирішення;
- надає досвід поведінки.

Недоліки:

- мало можливостей для засвоєння інформації;
- потребує певної внутрішньої свободи і позитивного емоційного стану;
- відповідна умовність при грі знижує її ефективність.

6. *Тренінг* як метод направлений на формування навичок та застосування їх на практиці.

Переваги:

- формує погляди, навички та відповідну поведінку;
- отриманий досвід учасники можуть поширювати серед інших у неформальному спілкуванні.

Недоліки:

- дозволяє охопити невелику кількість учасників;
- потребує значної мотивації учасників;
- вимагає значних витрат часу;
- потребує ґрунтовної підготовки тренера.

7. *Засоби масової інформації (ЗМІ)* привертають увагу до проблеми, формування певної суспільної думки.

Переваги:

- дозволяє охопити широку аудиторію;
- поширена інформація, користується значною довірою.

Недоліки:

- можливість неправдивої інформації;
- можливість викликання когнітивний дисонанс;
- пасивна позиція аудиторії;
- обмежена можливість зворотного зв'язку.

8. *Науково-популярні матеріали (буклети, брошури, книги тощо)* використовуються з метою інформування та привернення уваги, а також слугують допоміжною інформацією в ході лекцій, бесід, дискусій та тренінгів.

Переваги: дозволяє системно і цілісно викласти інформацію

Недоліки:

- потребує значної мотивації й певних зусиль для засвоєння;
- може бути незрозумілою і непринятною;
- не дає досвіду поведінки, не формує навичок.

9. *Соціальна реклама* привертає увагу до проблеми, а також як допоміжне джерело впливу разом з інформаційними методами.

Переваги:

- охоплює велику кількість людей;
- викликає інтерес до проблеми;
- стимулює роздуми щодо проблеми.

Недоліки:

- іноді сприймається упереджено, дратує своєю нав'язливістю;
- може викликати когнітивний дисонанс або звикання.

9. *Твори мистецтва*. Мета - знаходити гармонію та виокремлювати позитив; ефективний матеріал для обговорення під час бесід, дискусій тренінгів.

Переваги:

- викликає сильні емоційні переживання;
- не потребують додаткової мотивації для сприйняття.

Недоліки:

- можливість подання викривленої інформації;
- важко передбачити вплив на особистість [38].

У формуванні процесу здорового способу життя серед молоді соціальні працівники застосовують різноманітні методи, як індивідуальні, так і групові, які орієнтовані на цілеспрямовану взаємодію з особистістю та її культурно-освітнім середовищем, сприяючи розвитку соціально значущих якостей.

У власній роботі соціальний працівник використовує методи для вивчення проблем молоді та виявлення проблемних ситуацій, зокрема: анкетування, інтерв'ю, різні бесіди з підлітками, соціометрії, моніторингу, біографічний метод та інші.

Серед методів соціального виховання, які спрямовані на формування здорового способу життя можна виділити наступні:

- «метод підтримки особистості;
- метод лікувальної педагогіки;
- виховання природою;
- метод корекції розвитку;
- метод перевиховання;
- метод самовиховання;
- метод самоорганізації;
- метод ділового спілкування;
- метод генерації настрою;
- метод переконання» [за 2].

2.2. Напрями та пропаганда здорового способу життя

Формування здорового способу життя серед молоді України є однією з найбільших проблем, від розв'язання яких залежить майбутнє держави та збереження здоров'я нації.

Молодь недостатньо поінформована про основи здорового способу життя. Наркоманія, куріння, вживання алкоголю та токсикоманія часто сприймаються як способи розваги для певної частини підлітків.

Необхідно постійно вдосконалювати та розвивати роботу з формування здорового звички серед молоді, враховуючи сучасні вимоги. Для цієї важливої роботи переосмислювати та вдосконалювати різні напрямки культурно-освітньої діяльності, впроваджувати нові національні ідеї та міжнародний досвід.

Один із пріоритетних напрямів, зазначених у Національній доктрині розвитку освіти, - це «поширення ідеї здорового способу життя та заохочення молоді до ведення здорового способу життя» [24].

Головною метою пропаганди здорового способу життя серед населення є коригування поведінки у напрямку, що сприяє збереженню та зміцненню фізичного здоров'я як на популяційному, так і на індивідуальному рівнях, а також зниження психоемоційного напруження. Це досягається через розгляд цих аспектів у контексті матеріального та соціального благополуччя, а також з урахуванням впливу внутрішніх, зовнішніх і поведінкових факторів ризику.

Основними завданнями в роботі з пропаганди здорового способу життя є:

- розвиток позитивної мотивації до здорового способу життя та культури здоров'я;

- ознайомлення молоді з основами здорового способу життя, формування індивідуального підходу до свого здоров'я, проведення профілактичної роботи.

- розвиток теоретичних і практичних навичок здорового способу життя, сприяння формуванню творчої особистості, здатної до саморозвитку, самоосвіти та самореалізації серед молоді [20].

Одним із основних напрямів формування здорового образу життя молоді є розвиток життєвих компетенцій у контексті здорового способу життя. Компетентність включає в себе знання, навички, вміння, досвід, цінності та інтереси, які особистість здобуваються і застосовуються в конкретних життєвих ситуаціях. Це властивості особистості, які можуть ефективно вирішувати проблеми та долати повсюдні труднощі, що заявляються як компетентність для формування позитивної поведінки.

Для того, щоб знання, навички та ставлення стали практичними вміннями, важливо систематично використовувати їх.

Для формування та пропаганди здорового способу життя сучасної молоді, необхідно дотримання основних принципів:

Принцип емансипації відбувається в самостійності у питаннях здоров'я та спрямований на досягнення позитивного результату. В Оттавській хартії з пропаганди здоров'я наголошується на важливості самовизначення,

незалежності та здатності надавати собі допомогу, як окремим індивідумом, так і групами людей у питаннях збереження здоров'я. Принцип активізації потенціалу забезпечує здобуття контролю над власною свідомістю та стилем життя, а також розширення можливостей особистісного самовизначення. У стратегії активізації потенціалу можна виділити такі аспекти: підтримка активного та оптимістичного погляду на життя, розвиток здібностей і ресурсів для досягнення як індивідуальних, так і колективних цілей, здобуття знань та навичок, що дозволяють критично оцінювати соціальні та практичні [за 37].

Принцип участі охоплює багато аспектів і включає різні складові. Однією з таких складних є громадська участь, що забезпечує активні, законні дії громадян, спрямовані на реалізацію права на здоров'я та забезпечення загального добробуту. Цей принцип акцентує увагу на необхідності залучення окремих осіб, групи та спільноти до процесу розробки, підготовки та оцінки програм і заходів, які сприяють оздоровленню, профілактиці негативних явищ тощо.

Принцип міжгалузевості вказує на те, що здоров'я людей відрізняється від багатьох факторів, які охоплюють різні аспекти суспільно-політичного та соціально-економічного життя. Тому для ефективного збереження та зміцнення здоров'я необхідно, щоб інші сфери - культура, наука, виробництво, законодавство, управління, господарство, охорона прав і свобод - працювали спільно. Це означає, що для успіху у сфері формування здорового способу життя важлива участь усіх гілок державної влади, органів місцевого самоврядування, громадських організацій, а також інших установ, таких як сім'я, школа [за 39].

Принцип посередництва вимагає створення багаторівневого партнерства між простими галузями, які адаптовані до умов реального впровадження. Це означає, що необхідно донести до учасників ідеї здорового способу життя, розробити спільні вигідні цілі та мотивувати їх до об'єднаної діяльності. Практична робота в цій сфері має бути організована і спланована,

з необхідними технічними, інформаційними ресурсами, кадрами та фінансуванням. Процес реалізації здорового способу життя також потребує координації партнерів, проведення досліджень, регулярного аналізу результатів, оцінки та відкритого обговорення, а також узагальнення кращих практик.

Принцип надання можливостей для самопомоги створений у створених умовах, які дають людям лише можливість для безпечного та підтриманого розвитку, але й відкривають перед нею шляхи для навчання та розвитку. Це включає доступ до інформації та допомогу в набутті інших життєвих навичок. Забезпечення таких можливостей означає підтримку здатності людини приймати власні рішення та контролювати її життя. Принцип мережевої взаємодії (соціальної підтримки) базується на взаємодії між людьми, де соціальні мережі надають емоційну, інструментальну та когнітивну підтримку, сприяють збереженню соціальної ідентичності та допомагають налагодити соціальні зв'язки.

Принцип адаптації або пристосування відбувається в тому, що проекти, програми та заходи, спрямовані на формування здорового способу життя, будуть ефективними лише за умови їх максимального врахування місцевих умов, потреб можливостей людей, груп і організацій, які є частинами громади, регіону або країни, де реалізується ця діяльність. Неможливо очікувати значних і сталих позитивних результатів, формування здорового способу життя відбуватися без урахування специфіки місцевих традиційних, економічних, культурних та соціальних особливостей того середовища, до якого впроваджується.

Принцип мережевої взаємодії (соціальної підтримки) базується на взаємодії між індивідами. Соціальні мережі надають соціально емоційну, практичну та інтелектуальну підтримку, сприяють збереженню ідентичності та допомагають у створенні [за 36].

Основною метою є виховання свідомого підходу до власного здоров'я, здоров'я оточуючих і навколишнього середовища.

Найбільш ефективними методами для формування здорового способу життя серед молоді стали інноваційні підходи, такі як інтерактивні театри, молодіжні лекторські групи, спікерське бюро тощо.

Важливим досягненням на цьому етапі є залучення молоді до програм, спрямованих на підтримку здорового способу життя. У рамках підготовки здійснюються заняття, які розвивають тренерські та лекторські навички. До роботи з волонтерами залучаються досвідчені фахівці: лікарі, педагоги, а також представники державних та недержавних організацій, які займаються даним профілем.

Необхідно пам'ятати, що будь-яка діяльність з пропаганди здорового способу життя спрямована на вирішення ключової задачі, головною службою є збереження здоров'я нації.

2.3. Популяризація здорового способу життя: практичний аспект

Останніми роками наша країна активно працює над питаннями збереження здоров'я дітей та молоді. У цій роботі беруть участь не лише державні установи та заклади різних рівнів підпорядкування, а й громадські організації.

Діяльність державних структур та закладів щодо популяризації здорового способу життя молоді.

Найбільш ефективними формами роботи з молоддю для популяризації здорового способу життя серед державних структур є масові інформаційно-профілактичні заходи, такі як акції, форуми, фестивалі, конкурси соціальних робіт та проектів, навчально-інформаційні заходи, спортивні заходи, поширення інформаційних матеріалів, організація змістовного дозвілля та відпочинку для молоді, а також реалізація соціальних проектів на місцевому рівні, до розробки та втілення яких залучається молодь.

Ефективність, як показує практика державних закладів, процесу популяризації часто передбачає такі підходи:

- проведення інформаційних заходів у форматі рівноправного діалогу з молоддю, використовуючи метод «рівний – рівному»;
- залучення відомих особистостей регіону, таких як спортсмени, політичні діячі та представники органів влади, до участі в акціях;
- активна участь молоді в реалізації заходів, що сприяє розвитку громадянської активності,
- залучення професійних спеціалістів до інформаційних заходів, орієнтованих на особисте спілкування, що дає можливість молоді отримати кваліфіковані відповіді.

Для популяризації здорового способу життя, формування відповідальності за своє здоров'я та свідомого ставлення до протидії наркоманії під егідою Національної поліції організовуються різні турніри з різних видів спорту, проведення рухів та акцій, спрямованих на профілактику наркоманії, алкоголізму, злочинності тощо.

Державні органи та структури, зокрема освітні заклади, заклади охорони здоров'я, відповідальні відділи та служби, департаменти на рівні обласних та міських рад, можуть впроваджувати різного роду соціальні програми, зокрема профілактичного, пропедевтичного, популяризаційного, інформаційного спрямувань тощо.

Діяльність громади з формування та популяризації здорового способу життя молоді.

Сучасні підходи до формування здорового способу життя розглядають громаду та різні об'єднання громадян як важливий ресурс і середовище для впровадження проєктів просування здорових практик. Тому активне залучення громад і зміцнення їхніх можливостей для діяльності у сфері здоров'я є суттєвим кроком у формуванні «політики здоров'я», створенні сприятливого соціального та природного середовища, розвитку здорових навичок і зміні фокусу охорони здоров'я [28].

Слід зазначити, що сама громада формує та впливає на поведінку молоді. Серед захисних факторів громади можна виділити такі, як турбота й

підтримка, високі очікування щодо молоді та можливості для її участі у справах громади. Водночас до факторів ризику належать дезорганізованість спільноти, слабкі зв'язки між її членами, недостатня повага до культурних цінностей і крім того, позитивне ставлення громади до вживання алкоголю й наркотиків, доступ шкідливих речовин, обмеження молодіжних закладів і можливо для участі.

Щоб ефективно впроваджувати молодіжну політику у сферу формування здорового способу життя серед дітей і молоді на рівні громади, необхідно створити відповідну інфраструктуру. Це включає й фінансове забезпечення такої політики; підтримка діяльності молодіжних центрів і спеціалістів, що працюють з молоддю; сприяння розвитку громадянських інститутів; налагодження міжвідомчої та міжсекторальної співпраці в роботі з молоддю. Також проведення оцінки ефективності молодіжних програм на основі визначених показників та звітності перед громадою про стан роботи з молоддю, а також забезпечення умов участі молоді в житті громади та можливостей для громадськості [36].

Одним із ключових факторів успішної роботи з молоддю в громаді є її залучення до вирішення власних проблем. Це базується на сучасному науковому підході до управління процесом соціалізації молоді, де вона виступає не як пасивний спостерігач суспільних змін, а як активний учасник. Однією з основних форм такого залучення є молодіжна участь та волонтерство.

Волонтери долучаються до основних напрямків роботи з молоддю, при цьому обираючи завдання за принципом добровільності, відповідно до своїх інтересів і базових навичок, інших для виконання певної роботи. Піклуючись про молодіжний спосіб життя в громаді, слід проаналізувати її вплив на молодь та працювати не лише з громадою, а й усередині країни, щоб створити сприятливі умови та попередити ризики.

Місце та роль самої молоді у формуванні та популяризації здорового способу життя.

Важливим елементом у формуванні здорового способу життя серед молоді є підвищення активності молодіжної громади та залучення молодих людей до реалізації соціальних ініціатив.

Коли молоді люди беруть участь у розробці та реалізації проекту, вони природно відчують себе його співавторами та авторами. Це відчуття причетності ускладнення виникненню відповідальності та прагнення спрямувати роботу на успішний результат. Молодіжний клуб, створений і керований самою молоддю, ймовірно приверне інтерес, увагу та ініціативність з боку.

Корисно залучати дітей і молодь до формування здорового способу життя через різні форми участі, що дає можливість всебічно і гармонійно інтегрувати їх в різні види діяльності з результатами в різні види діяльності.

Молодіжну участь слід розглядати не лише як вірогідність активної громадянської позиції, а й як спосіб навчання, розвитку життєвих навичок, що сприяє успішній інтеграції молоді в суспільство.

У розробці процесів та реалізації соціальних проектів, спрямованих на формування здорового способу життя серед дітей та молоді, застосовуються різноманітні форми та методи роботи. З'єднання тем дозволяє привернути увагу молоді до важливих проблем та залучити активних учасників до проекту. Для дитячої та молодіжної аудиторії особливо привабливими є інтерактивні, ігрові методи навчання, які стимулюють самостійну діяльність учасників. Інформація, подана в захоплюючій та розвиваючій формі, не тільки сприяє розвитку знань, але й допомагає глибше зрозуміти проблему та набуті навичок і вмінь для підтримки здорового способу життя.

Серед масових методів популяризації здорового способу життя серед молоді можна виділити такі форми, як лекція, конференція та флешмоб. Для групових заходів ефективними будуть бесіда, дискусія або квест. Що стосується окремих індивідуальних форм, то це можуть бути консультації, бесіди або спеціальні поняття. Вибір форми організації заходу залежить від його змісту та мети. Серед сучасних форматів популяризації здорового

способу життя варто зазначити флешмоби, квести, інтелектуальні ігри, буктрейлер, сторітеллінг.

ВИСНОВКИ

Соціальне самопочуття молоді є індикатором суспільного розвитку. Для того, щоб процес становлення молоді відповідав сучасним соціальним реаліям, необхідно чітко змінити її роль у суспільстві, а також зрозуміти її проблеми та життєві позиції. Серед таких пріоритетів є традиційні цінності: кохання, дружба, пошуки сенсу життя, створення родини тощо.

Здоровий спосіб життя — це стиль життєдіяльності, орієнтований на збереження та покращення здоров'я людини; це активність, спрямована на підтримку й зміцнення здоров'я, яка сприяє формуванню якості людини через оздоровлення умов життя, таких як праця, відпочинок і побут. Останніми роками здоров'я дітей та молоді в Україні погіршується, а зусилля держави та громадських організацій для протидії цим тенденціям залишаються недостатніми. Питання впровадження здорового способу життя серед молоді стає одним із важливих факторів нації.

Відповідно до Закону України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні», молоддю вважаються громадяни країни у віці від 14 до 35 років. Для цієї вікової групи важливі такі функції, як

соціалізаційна, відтворювальна, трансляційна та інноваційна. На думку багатьох науковців, соціально-психологічний розвиток молоді є нестабільним і часто напруженим, з характерними конфліктними ситуаціями.

Українська молодь, відповідно до історичних тенденцій, є важливою рушійною силою, викликаною професійною значущою роль у подоланні кризи, становленні громадянського суспільства та інноваціях.

Сучасна молодь зосереджує увагу на соціальних, політичних і особистісних питаннях, відводячи менше уваги традиційним духовним цінностям, як-от культури та релігії.

Аналізуючи наукові дослідження щодо потреб, проблем та життєвих пріоритетів молоді, можна спостерігати зміни в її світогляді. Молодь прагне до кращого балансу між роботою та особистим життям, переглядає погляди на сімейні обов'язки та виховання дітей, а також демонструє прагматичний підхід до роботи та винагороди за нею. За останні роки суттєво змінилися і політичні орієнтири: зросла участь у політичній діяльності, а також зміцнилася недовіра до влади, викликана соціальною нерівністю та не

Соціальне самопочуття молоді є показником розвитку суспільства. Для того, щоб адаптація молоді відповідала сучасним умовам, необхідно застосувати її роль у суспільстві та дослідити основні труднощі, з якими вона стикається. Через певні чіткі форми соціальних орієнтирів традиційні соціалізації втратили свій вплив, що підвищило індивідуальну відповідальність за вибір життєвого шляху. Молоді люди змушені прийняти важливі рішення, що інколи демонструє їхню недостатню готовність до адаптації в нових соціальних умовах. Тепер вибір життєвого шляху залежить не тільки від особистих здібностей та інтересів, а й від зовнішніх особливостей.

Згідно з думкою української молоді, найбільшими соціальними проблемами в Україні є: безробіття; підвищення ціни; низькі зарплати; загальне зниження рівня життя; зростання злочинності; бідність населення; наркоманія; ВІЛ/СНІД.

Серед проблем, які потребують забезпечення здорового способу життя, можна виділити: несприятливу екологічну травму, низьку якість медичних послуг, розширене куріння, обмеження можливостей для фізичної активності та зайнятися спортом, алкоголізм, а також недостатню обізнаність про здоровий спосіб життя. Відсутність матеріальних ресурсів, власного житла та залежність від фінансово підтримуваних батьків часто призводять до соціального інфантилізму серед частини молоді.

Національні пріоритети виховання молоді зосереджуються на формуванні здорового способу життя та підвищені значення здоров'я молодих людей як одного з основних загальнодержавних цінностей, що підтримуються соціально-економічною політикою України. Ведення здорового способу життя потребує не лише знань, а й розвитку соціальних і поведінкових навичок. Серед таких навичок можна виділити вміння ефективного спілкування, здатність до прийняття рішень, критичне мислення, розв'язання проблеми та самоорганізацію.

Соціально-педагогічна діяльність щодо формування здорового способу життя молоді включає такі компоненти: проведення соціально-педагогічного аналізу здоров'я, розробку оптимальних режимів навчання та виховання, моделювання та впровадження в практику кращих педагогічних підходів, регулярне розширення знань, надання підтримки в освітніх технологіях формування здорового способу життя, формування позитивної мотивації до вибору здорового способу життя, впровадження інноваційних методик превентивного виховання, популяризація здорового способу життя.

У міжнародній та вітчизняній практиці формування здорового способу життя молоді розроблено різноманітні методи: лекції, кіно-, відеолекторій, бесіда, диспут, дискусія, гра, рольова гра, тренінг, засоби масової інформації, науково-популярні матеріали, соціальна реклама, твори мистецтва та інші.

Основною метою пропаганди здорового способу життя є коригування поведінки населення в регіоні, що сприяє збереженню та зміцненню фізичного здоров'я на популяційному та індивідуальному рівнях, а також

зниження психоемоційного стресу. Це досягається через врахування матеріального та соціального благополуччя, а також впливу внутрішніх, зовнішніх і поведінкових факторів ризику.

Одним з основних напрямків формування здорового способу життя серед молоді є розвиток життєвих компетенцій у контексті здоров'я. Для того, щоб знання, навички та ставлення стали практичними вміннями, важливо регулярно їх використовувати.

Найбільш ефективними методами формування здорового способу життя серед молоді є інноваційні підходи, такі як інтерактивні театри, молодіжні лекторські групи, спікерське бюро та інші. В цьому процесі беруть участь не тільки державні установи та організації різного рівня підпорядкування, але й громадські організації. Сучасні підходи до формування здорового способу життя визнають громаду та різні об'єднання громадянських ресурсів у цій сфері.

Для ефективного впровадження молодіжної політики у сфері формування здорового способу життя серед дітей та молоді на рівні громади необхідно створити відповідну інфраструктуру. Одним із основних факторів успішної роботи з молоддю в громаді є її активне залучення до вирішення власних проблем. Однією з цих головних форм залучення є участь молоді в різних ініціативах та волонтерстві. Молодіжну участь потрібно розглядати не тільки як прояв активної громадянської позиції, але й як спосіб навчання, розвитку важливих життєвих навичок, що сприяють успішній інтеграції молодих людей у суспільство.

Найбільш результативними формами роботи з молоддю для популяризації здорового способу життя серед державних установ є масові інформаційно-просвітницькі заходи, такі як акції, форуми, фестивалі, конкурси соціальних проектів і робіт, навчальні та інформаційні заходи, спортивні заходи, поширення інфографіки та матеріалів, організацій, активного дозвілля та відпочинку для молоді, а також впровадження

соціальних ініціатив на місцевому рівні, до розробки та реалізації яких залучається сама молодь.

Для покращення та подальшого розвитку молодіжної політики в Україні важливо усвідомити, що її формування та реалізація повинні бути не випадковими, а безперервними. У майбутньому молодіжну політику слідувати відповідно до всіх стратегічних напрямів, визначених нормативно-правовими актами попереднього етапу її впровадження в Україні, проте при цьому необхідно чітко визначитися з пріоритетами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андріученко Т., Яблонська Т., Ганенко О. Сучасна політика формування здорового способу життя молоді: український та міжнародний досвід (анотаційні матеріали НДР) // Молодь і здоровий спосіб життя, 2022, №2, с.114-130. URL: https://dismp.gov.ua/wp-content/uploads/Simejna_molodizhna_politika_-2-114-130.pdf
2. Башара Д.І. Роль соціального працівника у формуванні здорового способу життя підлітків. URL: <https://krs.chmnu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2638/1/Башара%20.pdf>
3. Бобрицька В.І. Національні пріоритети виховання молоді для орієнтирів здорового способу життя. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/38729/Bobrytska%20V.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
4. Богатирьова Т.В. Зміст соціально-педагогічної діяльності з формування здорового способу життя підлітків. URL: <https://epub.chnpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/5507/1/Зміст%20соціал>

ьно-

педагогічної%20діяльності%20з%20формування%20здорового%20способу%20життя%20підлітків.pdf

5. Буяк Б. Молодь як особлива соціально-демографічна група в умовах становлення соціальної правової держави та громадянського суспільства // Наукові записки. Випуск 36. С.198-209. URL: https://ipiend.gov.ua/wp-content/uploads/2018/07/buiak_molod.pdf
6. Васильєва О. Суспільні пріоритети сучасної молоді. URL: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/13762/2/VseukrStud_20121v2_Vasylieva_O-Suspilni_priorytety_suchasnoi_132.pdf
7. Гаєва К.Г. Шляхи вирішення проблем соціалізації молоді в контексті євроінтеграційних процесів в Україні. 10 с. URL: https://www.academia.edu/33075872/%D0%93%D0%B0%D1%94%D0%B2%D0%BE%D1%97_%D0%9A_%D0%93
8. Головатий М.Ф. Соціологія молоді: курс лекцій. К., МАУП, 2006. 304с. URL: https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/sociolog_molodi_3v.pdf
9. Дмитрук Н. Між матеріалізмом і постматеріалізмом: Ціннісні орієнтації сучасної української молоді. URL: https://www.socosvita.kiev.ua/sites/default/files/Visnyk_3_2017-57-67.pdf
10. Євтух М.Б., Носко М.О., Грищенко С.В. Соціальна робота в зарубіжних країнах: [навчальний посібник]. [Видання друге, доповнене та перероблене]. К.: СПД Чалчинська Н.В., 2016. 169 с. URL: <http://erpub.chnpu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/6786/1/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0%20%D0%B2%20%D0%B7%D0%B0%D1%80%D1%83%D0%B1%D1%96%D0%B6%D0%BD%D0%B8%D1%85%20%D0%BA%D1%80%D0%B0%D1%97%D0%BD%D0%B0%D1%85%20%282016%29.pdf>
11. Єжова О. О. Основи популяризації здорового способу життя: навчальний посібник / О. О. Єжова, В. І. Кириченко. Суми: Сумський державний

- університет, 2024. 154 с. URL: <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi79/0059520.pdf>
12. Желєва О.І. Формування навичок здорового способу життя: метод. посіб. Золотоноша, 2014. 147с. URL: <https://zolointernat.ck.ua/wp-content/uploads/2015/09/Zhiliaeva.pdf>
13. Закон України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні» URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2998-12#Text>
14. Захарова Н.М., Гуренко О.І. Популяризація здорового способу життя серед учнівської молоді: навч. посіб., 2-е вид., перероб. і доповн. / Наталя Захарова, Ольга Гуренко. Донецьк: ЛАНДОН-XXI, 2011. 214 с. URL: <https://dspace.bdpi.org.ua/server/api/core/bitstreams/c927487e-0db8-4c2e-8edf-a2b776d90814/content>
15. Конспект лекцій з дисципліни «Соціологія молоді» для студентів спеціальності «Соціологія». укл.: Мачуліна І. І. Дніпродзержинськ, ДДТУ, 2013. 92 с. URL: <https://www.dstu.dp.ua/Portal/Data/7/15/7-15-k147.pdf>
16. Корпач Н., Філонова Н. Проблеми молоді та шляхи їх вирішення в сучасній Україні // Педагогічний часопис Волині. №2(5), 2017. С.125-130. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/13289/1/korpach_filonova.pdf
17. Коса Н., Кучумова Н. Формування здорового способу життя як актуальний напрям соціально-педагогічної роботи з підлітками // Витоки педагогічної майстерності. 2021. Випуск 27, с. 146-150. URL: <https://sources.pnpu.edu.ua/article/view/247071/244436>
18. Кривачук. Л. Молодь як специфічна соціально-демографічна група населення (теоретико-методологічний аспект) // Вісник Львівської державної фінансової академії. Гуманітарні науки : збірник наукових праць; гол.ред. Васянович Г.П. Львів : ЛДФА, 2011. Вип. 11. С. 144–148. URL:https://www.researchgate.net/publication/369886543_Molod_ak_specific_na_socialno-demograficna_grupa_naselenna_teoretiko-metodologicnij_aspekt

19. Кучера І. В. Соціологія : курс лекцій для студентів спеціальності 012 «Дошкільна освіта» галузі знань 01 Освіта / Педагогіка / І. В. Кучера. Івано-Франківськ: Симфонія форте, 2021. С.51-59. URL: <http://lib.pnu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/9539/1/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D1%81%20%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%86%D1%96%D0%B9.pdf>
20. Лось М.П., Ковальов В.О. Навчання здоровому способу життя // Наукові записки КНТУ, вип.11, ч. III, 2011. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/84825601.pdf>
21. Максимчук О.В. Актуальні проблеми молоді в Україні. URL: https://library.udpu.edu.ua/library_files/ukr-turkmen_visnuk/2018_2/14.pdf
22. Марценюк М.О., Моргун А.В. Психологічні особливості сучасної молоді та її уявлення про здорову поведінку // Міжнародний науковий журнал «ОСВІТА І НАУКА». Випуск 1(32), 2022. С.58–64. URL: <http://dspace.msu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/9154/1/PSYCHOLOGICAL%20FEATURES%20OF%20MODERN%20YOUTH%20AND.pdf>
23. Морозова Л. Аспекти формування ціннісного світу сучасної молоді. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/6c53bf95-3d77-404e-b991-21c35a7f467d/content>
24. Національна доктрина розвитку освіти. URL: <https://rozvytok-osvity.te.ua/natsional%CA%B9na-doktryna-rozvytku-osvity/>
25. Носко М.О., Грищенко С.В., Носко Ю.М. Формування здорового способу життя : навчальний посібник. Київ : Вид-во, 2013. 268 с. URL: <https://epub.chnpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/6784/1/Формування%20здорового%20способу%20життя%20.pdf>
26. Овчарук В. В. Сутність, структура та психолого-педагогічні чинники створення моделі формування здоров'язберігаючої компетентності. URL: <https://ir.lib.vntu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/20442/3775.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

27. Радаєва, І., Устянська, О., Поліщук, Л., & Еберле, Л. (2023). Здоров'я студентської молоді та її відношення до здорового способу життя // *Молодий вчений*, 12 (124), 17-21. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/6049>
28. Роль громади у формуванні здорового способу життя. О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова, Р. Левін, І. Солоненко, О. Яременко. URL: <http://www.health.gov.ua/Publ/conf.nsf/50e0ce97d91c75b3c2256d8f0025c386/8713ce5da6101f7ec2256ddc003af350?OpenDocument>
29. Смуk О.Т., Козубовський М.Р. Соціальні проблеми сучасної молоді України в умовах трансформації політичної та соціально-економічної систем // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота». Випуск 30. С.159-161. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/446/1/%D0%A1%D0%9E%D0%A6%D0%86%D0%90%D0%9B%D0%AC%D0%9D%D0%86%20%D0%9F%D0%A0%D0%9E%D0%91%D0%9B%D0%95%D0%9C%D0%98%20%D0%A1%D0%A3%D0%A7%D0%90%D0%A1%D0%9D%D0%9E%D0%87%20%D0%9C%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%94%D0%86%20%D0%A3%D0%9A%D0%A0%D0%90%D0%87%D0%9D%D0%98%20%D0%92%20%D0%A3%D0%9C%D0%9E%D0%92%D0%90%D0%A5%20%D0%A2%D0%A0%D0%90%D0%9D%D0%A1%D0%A4%D0%9E%D0%A0%D0%9C%D0%90%D0%A6%D0%86%D0%87%20%D0%9F%D0%9E%D0%9B%D0%86%D0%A2%D0%98%D0%A7%D0%9D%D0%9E%D0%87%20%D0%A2%D0%90.pdf>
30. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / О. В. Безпалько. К.: Центр учбової літератури, 2009. 208 с. URL: https://www.psyh.kiev.ua/%D0%91%D0%B5%D0%B7%D0%BF%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%BE_%D0%9E.%D0%92._%D0%A1%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D1%96

[%D0%BA%D0%B0_\(%D1%81%D1%85%D0%B5%D0%BC%D0%B8,%D1%82%D0%B0%D0%B1%D0%BB%D0%B8%D1%86%D1%96,%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%96%D1%97\)](#)

31. Соціальна педагогіка: [підручник]. – [4-те вид. виправ. та доп.]; [за ред. проф. А.Й. Капської]. К.: Центр учбової літератури, 2009. 488 с. URL: https://moodle.znu.edu.ua/pluginfile.php/288578/mod_resource/content/1/Соціальна%20педагогіка_Капська.pdf
32. Соціальна робота: технологічний аспект: Навчальний посібник / За ред. проф. А.Й. Капської. К.: Центр навчальної літератури, 2004. 352 с. URL: <http://librarium.freehostia.com/human/socialna-pedagogika/09/socialna-robota-tehnologichnyj-aspekt-kapska.html>
33. Ставлення молоді України до здорового способу життя. Звіт за результатами дослідження, проведеного ДІРСМ за підтримки ЮНІСЕФ, 2010. 59 с. URL: <https://dismp.gov.ua/stavlennya-molodi-ukraini-do-zdorovogo-sposobu-zhittya/>
34. Становище молоді в Україні: аналітичний звіт, складений Робочою групою ООН у справах молоді. Київ 2019. URL: <https://ukraine.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/THE%20STATE%20OF%20YOUTH%20IN%20UKRAINE%202019%20%D1%83%D0%BA%D1%80%20%D1%84%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D0%BB.pdf>
35. Ступак О.Ю. Молодь як соціально-демографічна група // Духовність особистості: методологія, теорія і практика. № 1(100), 2021. С.257-269. URL:https://journals.snu.edu.ua/index.php/DOMTP_SNU/article/view/484/474
36. Україна приєдналася до всесвітньої ініціативи «Громада, дружня до дітей та молоді». URL: <https://www.kmu.gov.ua/ua/news/ukrayina-priyednalasya-do-vsesvitnoyi-iniciativi-gromada-druzhnya-do-ditej-ta-molodi-volodimir-grojsman>

37. Федько О.А. Основні принципи забезпечення здорового способу життя.
URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=134>
38. Формування здорового способу життя молоді. Навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пеша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. Т. Андріученко). 2-ге вид. К.: Бланк-Прес, 2019. 120 с. URL: https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Mizhnarodna_dijalnist/zdorovyi_sposib_zhyttia/metodichka-zoj-a4.pdf
39. Шаповал А.П. Особливості шляхів і методів формування здорового способу життя. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/9e714e12-7755-4395-8c7f-6d882fe2cc35/content>
40. Шевель І. Світогляд сучасної української молоді // Український інформаційний простір. Секція Соціологія. С.192-198. URL: <https://studies.in.ua/pravo/29-shevel.pdf>
41. Polezhaieva O. V. Formation of health culture and self-preservation behavior of young people in the system of higher professional education / O. V. Polezhaieva, N. E. Movmyga // Наука і техніка сьогодні. Сер. : Педагогіка. 2023. Вип. 8 (22). С. 164-178. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/items/22293ae4-dfa2-4332-b9b4-e4d9864616fe>