

Міністерство освіти і науки України
Чернівецький національний університет
імені Юрія Федьковича
факультет педагогіки, психології та соціальної роботи
кафедра педагогіки та соціальної роботи

**НАЦІОНАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА СТАНОВЛЕННЯ
ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ**

ДИПЛОМНА РОБОТА

Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконала:
студентка II курсу, групи 614
спеціальності 231 «Соціальна робота»
Андрусак Таїсія Ярославівна

Керівник:
д.п.н, професор Балахтар В.В..

До захисту допущено:

Протокол засідання кафедри № ____

від «____» листопада 20__р.

зав. кафедри _____ д.пед.н. проф. _____

Чернівці 2023

ЗМІСТ

№ з/п	Назва тем (розділів)	Сторінка
1	ВСТУП.....	3
2	РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИЗНАЧЕННЯ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК ФАКТОРУ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ...	7
3	1.1 Поняття «здорова особистість» у науковій дослідженнях.....	7
4	1.2 Національна ідентичність як соціокультурний феномен: структура і форми.....	15
5	1.3 Умови становлення національної ідентичності	23
6	Висновки до першого розділу.	30
7	РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	32
8	2.1 Організація та методи дослідження.....	32
9	2.2. Інтерпретація та аналіз результатів дослідження	35
10	2.3 Рекомендації щодо підтримки здоров'я молоді як фактора становлення їх національної ідентичності.....	40
11	Висновки до другого розділу.....	46
12	ВИСНОВКИ І ПРОПОЗИЦІЇ.....	48
13	СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ...	51
14	ДОДАТКИ.....	58

ВСТУП

Збереження української національної ідентичності є серйозною проблемою в умовах війни та євроінтеграції. Це пов'язано з тим, що нація, яка не має національної ідентичності, не зможе себе захистити, оскільки вона не знатиме, заради чого це робити, а також не зможе розбудувати свою країну, оскільки поняття «своя країна» існує лише для людей, які мають міцну національну ідентичність. Тим часом ворог з усіх сил намагається зруйнувати нашу спільну ідентичність, поділивши нас на менші групи, які поділяються на основі різних традицій, мови та віри. Це пояснюється нашим ресентиментом. Нарешті розглядається прихована образа, яка проявляється постійним пригадуванням зазваної або уявної кривди, а також сильним бажанням помсти.

Фактично, це всі ті свідомі або підсвідомі сили нашої психіки, які затемнюють наш розум або духовний зір, деформують або обмежують «здорові сили» нашої психіки, обмежують її здатність приймати рішення. В першу чергу сюди входять почуття кривди, ненависті до ворогів і бажання помсти. Термін означає меншовартість, безініціативність, приховану або відкриту заздрість до сильнішої особистості, матеріальних або духовних цінностей тощо [3].

Крім того, швидка зміна зовнішніх обставин є важливою частиною процесу євроінтеграції, зокрема через процес реформування шляху до ЄС, одним із яких є реформа децентралізації. Якщо це не вдасться, спільна ідентичність також може бути втрачена через відтік громадян за кордон, вибір громадянами іншої ідентичності, ніж українська, і «розмивання» певних характеристик українців серед характеристик інших націй.

Разом з тим, розвиток сучасної інформаційної економіки, вихід її за межі традиційних національних держав, формування транснаціональних компаній та корпорацій, розвиток сучасних засобів комунікації, процеси глобалізації призвели до нового сплеску міжнаціональних та міжетнічних

конфліктів. Сучасна постнаціональна економіка стала викликом для звичних моделей колективної ідентичності, у тому числі і національної. У століття масових міграцій, процесів глобалізації в яких ключову роль відіграють засоби масової інформації, телебачення, кінематограф та інтернет, саме існування суверенітету національних держав ставиться під питання, а національна ідентичність проблематизується. Україна, включена сьогодні у всі світові процеси іноді гостро відчуває всі протиріччя сучасного світового розвитку.

Важливо, щоб діти та молодь виховувалися в дусі культури міжетнічних контактів у сучасному світі, коли відбувається інтеграція, а національна ідентичність і неповторність зберігалися. Завдання, які держава ставить перед освітою, а також розвиток і складність людського суспільства, взаємопроникнення різних культур і способів життя, є важливими факторами, які впливають на формування толерантних громадян і патріотів своєї країни та культури. Недостатня теоретична дослідження цієї проблеми, брак емпіричних даних, відсутність стратегій, ресурсів і методів психологічного супроводу дітей, а також відсутність зв'язку з практикою визначають її актуальність.

Національна самоідентифікація, коли людина свідомо визначає свою етнічну спільноту, пов'язана з її етнічної ідентичністю. Люди зазвичай відносять себе до етносу, до якого належать їхні батьки та кровні родичі. Але коли представники різних етносів проживають в одному геоісторичному просторі з різними соціально-психологічними статусами, етнічна самоідентифікація може бути порушена з різних соціальних та психологічних причин. І тут виникає серйозна проблема порушення національної ідентичності соціально-психологічної групи населення.

У вітчизняній науці протягом тривалого часу національні феномени розглядалися в основному істориками та етнографами. На різних етапах розвитку суспільства вони вивчали формування національної свідомості та самосвідомості людей, особливості їх функціонування та взаємодію між етнічними групами.

Ідентичність присутня майже у всіх галузях суспільних і гуманітарних наук, що робить її проблемою міждисциплінарною в сучасному науковому дискурсі. Люди, які займаються цим питанням, включають психологів, соціологів, істориків, культурологів, педагогів і політологів. Крім того, у кожній галузі знань є свої теоретико-методологічні основи та особливості висвітлення. Для цього дослідження були використані роботи Н. Авер'янової, Т. Бойко, О. Газізової, Я. Грицака, В. Дегтяра, К. Журби, Д. Калініченка, О. Калити, В. Кременя, І. Кресіної, Л. Нагорної, В. Сергійчука, О. Хоменка та ін. для міждисциплінарного висвітлення проблеми. Відповідно до актуальних фундаментальних або прикладних наукових тем, дослідники досліджують певні характеристики формування ідентичності.

Разом з тим, у науковій літературі питання взаємозв'язку здоров'я особистості та її національної ідентичності є маловивченим. Саме це і зумовлює вибір теми дослідження, а саме «Здорова особистість як фактор формування національної ідентичності».

Об'єкт дослідження національна ідентичність особистості.

Предмет - здорова особистість як фактор формування її національної ідентичності.

Метою дослідження є вивчення теоретичних засад питання формування національної ідентичності та емпіричне дослідження даного явища зі здоров'ям особистості.

Відповідно до мети дослідження окреслені такі його завдання:

1. Проаналізувати сутність понять «здорова особистість» та «національна ідентичність».
2. Охарактеризувати умови становлення національної ідентичності.
3. Емпірично дослідити формування національної ідентичності студентської молоді.
4. Розробити рекомендації щодо підтримки здоров'я молоді як фактора становлення їх національної ідентичності

Методи дослідження: *емпіричні* - аналіз наукових джерел з метою визначення сутнісних характеристик досліджуваної теми; синтез, порівняння, узагальнення, щодо, особливостей проблем, концептуальних ознак поняття; *практичні* – опитування, тестування з метою визначення наявності взаємозв'язку національної ідентичності та здоров'я особистості.

Дослідження проводилося за допомогою он-лайн опитування серед студентської молоді. Кількість досліджуваних респондентів 32.

Наукова новизна визначається систематизацією та узагальненням наукових підходів до процесу формування національної ідентичності молоді в сучасних умовах.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробці рекомендації щодо підтримки здоров'я молоді як фактора становлення їх національної ідентичності

Апробація результатів дослідження

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, загальних висновків, списку використаної літератури, додатків. Загальний обсяг роботи – 60 сторінок (основний текст – 50 стор., додатки – 3 стор.)

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИЗНАЧЕННЯ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК ФАКТОРУ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

1.1 Поняття «здорова особистість» у науковій дослідженнях

Проблема здоров'я займає одне з пріоритетних місць у філософських, соціологічних та психолого-педагогічних дослідженнях, присвячених формуванню здорової особистості. Аналіз цих досліджень показує, що «здоров'я» належить до тих понять, які не можуть бути однозначно визначені, через їх постійне переосмислення з урахуванням міждисциплінарних підходів, що призводить до їх різного тлумачення.

Основними чинниками розв'язання актуальних завдань щодо формування здорової особистості є розвиток на різних вікових етапах розвитку дітей життєвого пріоритету здоров'я, виховання у них мотивації на здоровий спосіб життя, вміння застосовувати набуті знання у повсякденньому житті [14, с.10].

Для з'ясування сутності поняття здоровий спосіб життя, важливо охарактеризувати основну дефініцію «здоров'я». У наукових працях зустрічаються різні визначення даного поняття, кожен автор вкладає своє суб'єктивне бачення. Представимо основні тлумачення у вигляді таблиці.

Таблиця 1

Визначення поняття «здоров'я» у науковій літературі

Автор	Тлумачення поняття «здоров'я»
І. Бобренко [Помилка! Джерело посилання не знайдено.]	«системне поняття, що носить інтегрований зміст та характеризується як динамічна рівновага організму особистості з навколишнім середовищем, коли закладені в соціальній та біологічній сутності людини фізичні, духовні та інші здібності проявляються найбільш

	гармонійно; життєвоважливі підсистеми людського організму функціонують з максимально можливою інтенсивністю, а загальне поєднання підтримується на рівні, оптимальному для збереження цілісності організму, його працездатності, а також швидкої адаптації до соціального й природнього середовища, що безперервно змінюється».
О. Ващенко [Помилка! Джерело посилання не знайдено.]	«динамічний стан людини, що визначається резервами механізмів самоорганізації системи (стійкістю до впливу несприятливих чинників і здатністю зупинити патологічний процес) і характеризується енергетичним, пластичним та регуляторним забезпеченням процесів самоорганізації, а також є основою прояву біологічних і соціальних функцій».
О. Ковальчук [17]	«стан організму людини, який забезпечує ефективне та повноцінне виконання нею соціальних функцій»
Л. Сливка [45]	«визначається взаємодією біологічних, соціальних і психологічних чинників, оскільки зовнішні впливи завжди опосередковані особливостями функцій організму та їх регуляторних систем»
О. Цібаровський [54]	«стан, для якого характерні не лише відсутність хвороби або фізичних дефектів, а й повне фізичне, духовне та соціальне благополуччя»

Отже, як ми бачимо, автори у своїх визначеннях акцентують увагу на тому, що «здоров'я» є складною категорією, наголошують на його біосоціальній сутності, що передбачає результат взаємодії особистості

умовами функціонування особистості в соціумі, навколишнім середовищем, мотивами поведінки і її світовідчуття в цілому.

Разом з тим, системний підхід до оцінки індивідуального здоров'я ставить людську проблему в центр цілісності та багатовимірності її динамічних характеристик підкреслює завдання викладання потреб у галузі охорони здоров'я, формування культури здоров'я у процесі індивідуального розвитку. В даний час накопичено великий обсяг інформації про постнатальний онтогенез, зокрема про цілісність, дискретність і гетерохронію розвитку, про індивідуальність і типологію, про «критичні періоди», у практичній медицині, у педагогіці та у фізичному вихованні. Ці проблеми не знайшли належного відображення, і більшість методологічних розробок зосереджено на середньостатистичній людині.

Разом з тим постає проблема визначення структури індивідуального здоров'я. Відомо, що здоров'я людини формується у нерозривній єдності біологічних, психологічних, соціальних та екологічних факторів, які мають бути відображені у методологічних підходах до її вивчення. Визнання соціальної сутності людини передбачає більш глибоке вивчення її природного біологічного буття, законів індивідуального розвитку, щоб у вигляді різних соціальних заходів можна було б говорити про розвиток здорової особистості [11].

Узагальнюючи запропоновані науковцями визначення, ми характеризуємо здоров'я як стан, при якому здійснюється повноцінна реалізація біологічних, соціальних, економічних, духовних функцій людини, її оптимальна працездатність та активність в процесі життєдіяльності. При цьому дане поняття інтегрує в собі чотири складові:

Фізичне здоров'я – повноцінне функціонування організму людини в цілому та кожної з його систем. Воно характеризується анатомічними індивідуальними особливостями тіла будови, фізіологічними функціями в різних умовах життєдіяльності, генетичної спадковості, фізичним розвитком систем організму тощо.

Психічне здоров'я визначається індивідуальними особливостями когнітивних, емоційних процесів та властивостей психіки в цілому та визначається потребами, мотивами, інтересами, уявленнями, почуттями, настановами людини, що має безпосередній зв'язок з особливостями мислення, здібностями, характерами.

Духовне здоров'я визначається залежністю від духовного світу людини, його інтересу до нематеріальних цінностей людства, їх сприйняття.

Соціальне здоров'я особистості залежить від багатьох детермінантів – економічного, політичного забезпечення, рівня та якості соціальних комунікативних зв'язків, трудової діяльності та рівня реалізації в ній особистості.

За основі цих компонентів виділяють шість основних концептуальних моделей визначення поняття – медичну, біомедичну, біосоціальну, ціннісно-орієнтовану, валеопедагогічну та інтегровану:

- медична модель визначення «здоров'я» містить лише медичні ознаки та характеристики. Здоров'ям вважається відсутність хвороб, їх симптомів;

- біомедична модель містить медичні та біологічні ознаки та розглядається як відсутність у людини органічних порушень та суб'єктивних відчуттів нездоров'я;

- біосоціальна модель. Ця модель стверджує, що соціальні та біологічні характеристики визначають «здоров'я».

- ціннісно-орієнтована модель розуміння «здоров'я»; при цьому біологічні та соціальні характеристики розглядаються разом; В основі лежить ідея, що здоров'я є цінністю для людини, необхідною умовою для повноцінного життя, задоволення її матеріальних та духовних потреб, участі в праці та соціальному житті.

- валеопедагогічна модель, в основі якої лежить збереження здоров'я як учня, так і педагога в освітньому процесі всіх загальноосвітніх установ на основі здоров'язберігаючих технологій навчання та виховання; пропаганда та дієве включення в здоровий спосіб життя;

- інтегрована модель. У сучасних умовах за значного прогресу природничих, соціальних, педагогічних і медичних наук поняття «здоров'я» більше не може визначатися виключно з медичних позицій як відсутність хвороб. Тому виникає необхідність побудови інтегрованої, об'єднаної моделі здоров'я, оскільки здоров'я стає дедалі важливішою складовою сучасної культури.

У повсякденні означені складові (соціальна, духовна, психічна та фізична) взаємопов'язані та визначаються інтегрованим впливом на стан здоров'я людини як цілісного, складного феномена [18].

Наступною дефініцією у контексті нашого дослідження є поняття «особистість». Тематика та проблематика особистості сьогодні є однією з дискусійних, виправдано актуальною та перспективною у своєму подальшому дослідженні та доопрацюванні. Сутність та специфіку даного поняття вивчали як класичні теоретики психології, соціології, педагогіки тощо так і сучасні молоді вчені. Детальні та глибинні концепції сутності поняття «особистість» знаходять своє відображення як у роботах вітчизняних, так і зарубіжних вчених.

У загальноприйнятому на сьогоднішній день тлумаченні поняття «особистість» у практиці соціальної роботи розуміється суб'єкт соціальних відносин і соціальної діяльності, а також соціально і духовно розвиненої людини включеної в суспільні відносини і виявляє себе у спільній діяльності та спілкуванні з іншими людьми. Під особистістю слід розуміти всю сукупність соціальних властивостей людини, і навіть сприймати як продукт суспільного розвитку та його включення до системи соціальних відносин за допомогою активної предметної діяльності та спілкування [1, с. 13]. Становлення особистості пов'язані з прийняттям індивідом вироблених у суспільстві соціальних норм, ролей, правил поведінки. Таким чином, вже сформована особистість є суб'єкт самостійної та відповідальної поведінки в соціумі.

Поняття «особистість» несе у собі мовну наповненість, яка розкривається через наступні показники: незалежна, енергійна, діяльна, сильна. У результаті досліджуване поняття представляє індикатор у суспільному розвитку. Параметрами особистості виступають такі її складові компоненти:

- соціально-специфічні особливості (установки, цінності), властивості психіки (емоції, мислення, пам'ять, сприйняття), індивідуальні властивості психіки особистості, властиві лише їй (здібності, темперамент, характер, звички).

На основі синтезу понять «здоров'я» та «особистість» ми можемо сформулювати наступне визначення: «здорова особистість – це результат духовних і фізичних зусиль людини, цілісна система життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації індивідуальності з умовами життєдіяльності та є способом самоактуалізації особистості у життєдіяльності за умови відсутності психофізіологічних порушень.

Дослідження Всесвітньої організації охорони здоров'я визначили орієнтовне співвідношення сфер впливу факторів, що забезпечують здоров'я сучасної особистості та чинників, що його погіршують, характеризуючи такі групи:

Генетичні фактори - 15-20%. Погіршують здоров'я – спадкові захворювання, спадкова схильність до хвороб;

Стан навколишнього середовища - 20-25%. Погіршують здоров'я – погані умови побуту та наявність потужних виробництв, несприятливі кліматичні та природні умови, порушення екологічного стану.

Рівень медичного забезпечення - 10-15%. Погіршують здоров'я – нехтування проходженням медичних оглядів, контролю за динамікою здоров'я, низький рівень первинної профілактики, низька якість медичного обслуговування.

Умови та стиль життя людини - 50-55%. Погіршують здоров'я – відсутність раціонального режиму життєдіяльності, міграційні процеси, гіпо та гіпердинамія та ін.

Як ми бачимо з відсоткового співвідношення, провідним детермінантом, що визначає стан здоров'я, є спосіб життя особистості. У наукових джерелах існує багато визначень поняття «здоровий спосіб життя». Наведемо деякі з них.

Здоровий спосіб життя - це «активна діяльність людей, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, на подолання факторів ризику виникнення і розвитку захворювань, раціональне використання в інтересах охорони і покращення здоров'я, соціальних і природних умов та чинників способу життя» (Демченко О.) [**Помилка! Джерело посилання не знайдено.**, 174].

Калініченко В. визначає, що «це спосіб життєдіяльності людини, який вона свідомо обирає і відтворює в повсякденному житті з метою збереження та зміцнення здоров'я, як продукт духовних і фізичних зусиль людини, цілісна система життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації її індивідуальності в умовах соціального середовища» [**Помилка! Джерело посилання не знайдено.**, с. 51 – 52]. «Це спосіб життя, заснований на принципах моральності, раціонально організований і активний, трудовий, який загартовує і водночас захищає від несприятливих впливів навколишнього середовища, що дозволяє до глибокої старості зберігати моральне, психічне і фізичне здоров'я» (Омельченко Л., Омельченко О.) [33, с. 23].

Узагальнюючи погляди науковців на означену проблему, ми визначаємо його як спосіб життя особистості в певних умовах та обставинах життєдіяльності (економічні, соціальні та природні фактори), наявність знань і вмінь щодо здоров'я як інтегрованого поняття, цілісна система життєвих проявів особистості, чинники ризику, усвідомленість та відповідальність, моральність та інші [34].

На основі даних визначень ми можемо сказати, що здоровий спосіб життя є комплексним способом життєдіяльності людей, спрямованим на гармонійну підтримку фізичних, психічних, моральних, соціальних і трудових функцій.

При формуванні здорового способу життя важливим фактором є мотивація особистості, її налаштування на збереження здоров'я. Для підтримки стійкої мотивації необхідне дотримання двох умов:

- а) мета дій повинна відповідати витраченим на неї зусиллям і
- б) бути досяжною.

У наукових розробках В. Пічі [10, с.15] виокремив такі фактори, які сприяють позитивній мотивації до здорового стилю життя:

1) усвідомлення впливу форм поведінки на особистісне благополуччя (фізичне, соціальне, психічне, дузовне);

2) стійка мотивація до визначення особливостей власної поведінки та усвідомлення того, що здоровий спосіб життя зможе дати позитивні результати на загальний стан здоров'я;

3) позитивне ставлення до життя в цілому – сприйняття життя, яким потрібно насолоджуватися;

4) розвинене почуття самоповаги, усвідомлення того, що людина гідна насолоджуватися всім найкращим, що може запропонувати життя. До категорій, які включає в себе поняття здорового способу життя можна віднести: рівень життя, стиль та якість.

Рівень життя — це економічно-соціальна категорія, що визначається здатністю суспільства забезпечення гідного рівня життя та сприяє всебічному розвитку та самореалізації особистості. Виражається повною сукупністю всіх умов та відносин, що характеризуються всі аспекти життєдіяльності особистості [23].

Якість життя — це «ступінь комфорту в задоволенні людських потреб (переважно соціальна категорія); ступінь відповідності умов і рівня життя певним стандартам чи нормативам» [23].

Стиль - сукупність цінностей і норм, якими особистість постійно керується у своїй поведінці (соціально психологічна категорія) [22].

Дані категорії є взаємозалежними при визначенні здорового способу життя. Так, наприклад, при низькому показнику рівня або якості життя, цінності та норми будуть мати деформований характер. Нами було визначено, що поняття здоров'я включає в себе чотири складові: фізичне, психічне, духовне та соціальне. Для того щоб ці компоненти були у належному стані, особистість повинна мати певні знання та навички, що їм сприятимуть.

Отже, розглядаючи наукові підходи до визначення поняття «здоров'я», ми характеризуємо його як стан, при якому здійснюється повноцінна реалізація біологічних, соціальних, економічних, духовних функцій людини, її оптимальна працездатність та активність в процесі життєдіяльності. При цьому дане поняття інтегрує в собі чотири складові: фізичне, психічне, духовне та соціальне. Сутність поняття «здоров'я» відображається у змісті здорового способу життя та визначається як спосіб життя особистості в певних умовах та обставинах життєдіяльності (економічні, соціальні та природні фактори), наявність знань і вмінь щодо здоров'я як інтегрованого поняття, цілісна система життєвих проявів особистості, чинники ризику, усвідомленість та відповідальність, моральність та інші. Поняття «здорова особистість» характеризується нами як це результат духовних і фізичних зусиль людини, цілісна система життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації індивідуальності з умовами життєдіяльності та є способом самоактуалізації особистості у життєдіяльності за умови відсутності психофізіологічних порушень.

1.2 Національна ідентичність як соціокультурний феномен: структура і форми

Одним із компонентів особистої ідентичності є національна ідентичність, також відома як національна самосвідомість, яка пов'язана з почуттям національної або етнічної приналежності людини. Національна ідентичність не тотожна національності чи громадянству, але вони можуть бути факторами, які впливають на неї. «Почуття нації як зв'язного цілого, представленого унікальними традиціями, культурою та мовою» [1] є визначенням національної ідентичності.

Незалежно від правового статусу громадянства суб'єктивне почуття, яке людина поділяє з групою людей про свою націю, називається національною ідентичністю. Національна ідентичність можна описати як «усвідомлення відмінності», «почуття та усвідомлення «ми» і «вони» [9].

Багато факторів можуть пояснити, чому вчені особливо цікавляться цією темою. Проблема ідентичності набуває абсолютно іншого значення в контексті глобалізації через її конфліктні та неоднозначні аспекти. Змінився й спосіб розуміння ідентичності. Вивчення цієї проблеми може допомогти визначити характеристики кризи сучасної цивілізації, яка впливає на формування та зміну ідентичності. У результаті кризи культури почалася переоцінка цінностей, які раніше служили основою для ідентифікації людини в суспільстві.

Багато дефініцій ідентичності свідчать про різноманітний підхід до його трактування. Термін «ідентичність» використовувався різними західними філософами, починаючи від давніх греків і закінчуючи сучасною теоретичною філософією. Термін «ідентичність» походить від латинського слова «ідентичність», яке перекладається як «тотожній». Ідентичність — це розуміння того, як щось (суб'єкт) належить до іншого як частини та цілого. С. Хантінгтон визначає ідентичність як самосвідомість конкретної людини чи групи [5].

З.Фрейд запровадив концепцію «ідентифікації» в рамках розвитку психоаналізу. Процес ідентифікації, який сприяє формуванню особистості,

можна визначити як відчуття людиною своєї подібності з іншим суб'єктом або об'єктом реальності.

Ідентичність — це «відчуття особистої самоідентифікації та історичної спадковості особистості» за визначенням Еріксона [6]. Він стверджує, що ідентичність проявляється на двох рівнях.

Перший рівень, індивідуальний, або я-ідентичність, включає сприйняття себе як тотожного та розуміння того, що я існую в часі та просторі. Другий рівень, соціальний, стосується того, як інші сприймають мене як людину. Кожен рівень ідентичності має дві протилежності: позитивну, яка вказує на те, якою людиною має бути в суспільстві, і негативну, яка вказує на те, якою людиною не має бути. Позитивна ідентичність повинна домінувати над негативною для прогресивного розвитку.

Еріксон також стверджує, що значення ідентифікації як механізму обмежене. Де закінчується потреба в ідентифікації, починається формування ідентичності. Вона виникає через відмову від виборів, взаємну асиміляцію дитячих ідентифікацій і їх поглинання в нову структуру. Ця структура, у свою чергу, залежить від процесу, за допомогою якого суспільство ідентифікує молоду людину, визнаючи її такою, якою вона є, і сприймаючи її такою, якою вона є.

Слід зазначити, що Дж. Г. Мід вивчав тему ідентичності разом з Е. Еріксоном. Мід намагався знайти емпіричний зв'язок між двома стадіями «я» — індивідом і сукупністю уявлень інших про себе [8, с. 123].

Його основні ідеї були розроблені Ю. Габермасом. Відповідно до його думки, взаємодія між людьми має універсальне значення [7, с. 290].

Підходи до розуміння національної ідентичності безпосередньо пов'язані з підходами до поняття "нація". Умовно в сучасній вітчизняній та західній науці виділяють два підходи:

1 Примордіальний підхід: національна ідентичність сприймається як «колективне почуття лояльності», «прив'язаності, що виходить з почуття природної духовної близькості» (К. Гирц). Нація виступає

як розширена родинна група, вища форма етнічної спільності людей, які живуть на одній території, розмовляють однією мовою, мають загальне історичне минуле, традиції, культуру та психологію.

2 Модерністський та постмодерністський (пісенкласичний, конструктивістський, інструменталістський) підходи. Прихильниками цього підходу (Е. Геллнер, Е. Хосбаум) нації трактуються як «уявні спільноти», що склалася не історично, що є продуктом сучасних економічних змін. Нація, згідно з цим підходом, не природна даність, а результат розвитку технологій (стандартизованої освіти, міжнародних торговельних відносин, засобів масової інформації, сучасних комунікацій та ін.), що робить суспільство гомогенним. Гомогенне суспільство, що утворилося, прихильники підходу і називають нацією. Звідси національну ідентичність можна розглядати як форму наративу і перформансу, отже, національна ідентичність може створюватися штучно та змінюватися з часом.

У зарубіжній літературі також окремо виділяється кілька інших підходів. Перенніалісти стверджують, що нації були невід'ємною та постійною рисою людських спільнот протягом усієї людської історії. Проте їхні аргументи, як правило, не ґрунтуються на етнічній приналежності та біологічних показниках: швидше люди, як «політичні тварини», завжди були пов'язані з національними спільнотами, отже, людська історія повинна розглядатися як низка конфліктів та співпраці між цими спільнотами.

Незважаючи на природну натуралізацію концепції нації, цей підхід передбачає створення форми обцинної ідентичності та вміння чітко відрізнити одну націю від іншої. Таким чином, взаємодія між історичною репрезентацією та ідентичність є фундаментальним.

Етносимволісти намагаються синтезувати аргументи прихильників примордіалістського та модерністського підходів, стверджуючи, що хоча нація та національна ідентичність є продуктами сучасності, вони сягають корінням у «міфи та спогади» реально існуючих (і набагато старіших) етнічних спільнот чи етносів. Роль інтерпретації минулих подій (реальних чи

уявних) є ключовою, оскільки, за словами етносимволістів, існування нації без цього неможливе. Для того, щоб забезпечити існування нації, необхідно забезпечити переконливу наративну конструкцію їх формування, еволюції та значення для нинішніх ідеологічних цілей. Такі репрезентативні дискурси мають бути зв'язковими, зрозумілими та переданими.

Говорячи про характерні особливості та ознаки національної ідентичності слід зазначити такі:

- національна ідентичність комплексна і перебуває на перетині національно-історичної, соціально-психологічної, соціокультурної, політико-культурної та інших галузей;

- національна ідентичність безпосередньо пов'язана з геополітичною складовою: з уявленнями про місце нації у світі, національний суверенітет, національні інтереси, історична пам'ять і т.п.;

- національна ідентичність досягається та підтримується шляхом зіставлення, порівняння з іншими людьми, що належать до іншої спільноти. Образ «Іншого» відіграє значну референтну роль позначення меж своєї ідентичності;

- національна ідентичність набуває свого втілення через «міфосимволічні комплекси». Важливу роль у створенні та поширенні символів та міфів відіграють політичні інститути, насамперед держава;

- політика формування національної ідентичності може використовуватися державою як інструмент консолідації суспільства;

- національна ідентичність формується за допомогою як матеріальних чинників (територія, клімат, ресурси), і нематеріальних чинників (цивілізація, культура, ідеологія);

- у структурі національної ідентичності можна виділити три компонента: когнітивний - знання про особливості власної нації та усвідомлення себе її членом; афективний - емоційне ставлення до своєї та чужих націй; поведінковий – відповідність нормам поведінки своєї нації.

- національна ідентичність відповідає за внутрішню цілісність громади, визначає всю існуючу в державі політико-економічну систему;

- національна ідентичність – вид групової ідентичності, тобто представляє собою ідентичність індивідів, складових таке уявне співтовариство, як нація;

- стійкість національної ідентичності підтримується за рахунок уявлення про минуле та сьогодення. Присвоєні та тиражовані самопозначення зміцнюються та виправдовуються створенням колективного досвіду.

Генезис та існування сучасної форми державності тісно пов'язані з формуванням та розвитком такого виду соціальної спільності, як нація.

Зазначимо основні чинники розвитку нації:

1) спільність території проживання, що сприяє формуванню близькості у сприйнятті природних феноменів та консолідації соціальної спільності;

2) спільність економічної діяльності, яка визначається одними і тими самими ресурсами, що формує подібний тип господарської активності;

3) культурна єдність, що відображається у спільності мови, релігії, соціальних норм поведінки;

4) загальне етнічне походження людей, хоча цей фактор не є вирішальним;

5) загальний історичний досвід, відчуття спільної долі, спільності минулого, сьогодення та майбутнього;

6) спільність національної самосвідомості. Формування національної ідентичності стало основним чинником формування нації.

Прояви національної ідентичності — це почуття належності, включеності чи навпаки, відторгнення. Розрізняють дві характеристики національної ідентичності — спільність та відмінність. Спільність - ступінь гомогенності (однорідності) нації, яка досягається міфами та уявленнями про свою історію, території, інститутах, мові та релігії. Спільність відбиває внутрішній вимір національної ідентичності. Відмінність показує, наскільки схожа чи відмінна нація від інших націй - членів міжнародного співтовариства.

Так само, як людина може дізнатися який він — щедрий чи жадібний, хоробрий чи боягузливий, тільки вступивши у спілкування з іншими людьми, нації дізнаються про свою унікальність та особливості у взаємодії з іншими націями — членами міжнародного співтовариства.

Відмінність відображає зовнішній вимір національної ідентичності. Більшість дослідників виділяють три основні структурні компоненти громадянської ідентичності: когнітивний, ціннісний та емоційний.

Усвідомлення належності до громадянської спільності передбачає наявність уявлень про ідентифікуючі ознаки, принципи та основи даного об'єднання, про громадянство та характер взаємовідносин громадянина та держави та громадян між собою. У когнітивному елементі громадянської ідентичності відображається образ держави та території, яку вона займає; історичні, культурні, політичні та інші особливості взаємин народів, що населяють цю державу [13, с. 59-67].

Наявність чи відсутність для людини особистісного змісту цих елементів, їх значимість та включеність до системи цінностей відображає ціннісний компонент.

Ціннісний та емоційний компоненти громадянської ідентичності можуть переважати і істотно впливати на зміст когнітивного компонента.

Найважливішими складовими емоційного компонента є почуття гордості чи сорому, викликані громадянською спільністю та приналежністю до неї. Гордість за свою країну є найважливішим індикатором ставлення до громадянської приналежності як до цінності.

Таким чином, становлення ідентичності громадянської визначається як фактом усвідомлення громадянської власності, а й у більшою мірою тим ставленням, яке до неї виявлено, і прийняттям цього факту як значущого у житті. Базовим ідентифікуючим механізмом є патріотизм як почуття прихильності громадянської спільності, визнання її значної цінністю [6].

Ряд дослідників виділяють у структурі даного поняття також діяльнісний компонент [41, с. 140 – 142].

Діяльнісний (поведінковий) компонент, спираючись на знання про громадянської спільності та емоційно-ціннісне її сприйняття, визначає той чи інший тип поведінки суб'єкта громадянської спільності: участь у суспільному житті в період навчання, на роботі, за місцем проживання тощо; самостійність у виборі рішень, здатність протистояти асоціальним та протиправним вчинкам та діям [23, с. 143 – 149].

Таким чином, найбільш адекватним, на наш погляд, є розуміння громадянської ідентичності як результату когнітивного, ціннісного та емоційного процесу усвідомлення індивідом своєї приналежності до громадянської спільності, що виявляється у певному типі ідентифікаційної поведінки суб'єкта громадянської спільності та прийнятті ним поведінкової моделі громадянина.

Таким чином, можна сказати, що нормальна самосвідомість українця – це єдність трьох початків:

- почуття приналежності до свого етносу, свого народу, любов і повага до своїх національних традицій та історії свого народу, прагнення володіти своєю національною мовою та національною культурою;

- почуття приналежності до багатонаціонального українського суспільства, патріотизм, неодмінно пов'язаний з відмовою від національної (етнічної) марнославства;

- почуття приналежності до світового (і європейського як його частини) співтовариства, почуття відповідальності не лише за долі свого народу та своєї багатонаціональної країни, а й усього світу [41, с. 143 – 149].

Отже, національна ідентичність є комплексним і неоднозначним поняттям у сучасному науковому дискурсі, що грає найважливішу роль в дослідженнях суспільно-політичних, інтеграційних, геополітичних та етнічних процесів. Національна ідентичність, будучи основним чинником консолідації суспільства, впливає формування як зовнішньої, і внутрішньої політики держави, отже, безпосередньо впливає інтеграційні процеси держав і регіонів. Зважаючи на традицію, що склалася, особливо актуальною і

маловивченою видається проблема умов формування національної ідентичності, що і буде докладніше розглянуто далі.

1.3 Умови становлення національної ідентичності

Складнощі, пов'язані з вивченням процесу формування ідентичності впливають із того, що проблема полікультурної особистості є складною, багатоаспектною, породженою тенденціями історичного розвитку суспільства. Зміни, що відбуваються в країні та світі – політичні, економічні, соціальні, – призвели до зростання національної самосвідомості етносів у всьому світі, що проявляється у зростанні міжетнічної напруженості, конфліктах та війнах, що йдуть у різних куточках Землі [37].

При вивченні цього процесу велике значення має аналіз причин неприйняття чи пасивного відторгнення особистістю тієї культури, тих моральних зразків та оціночних категорій, які є значимими щодо його соціального оточення, характерними щодо його етносу. Можна відзначити кілька факторів, що ускладнюють становлення ідентичності в умовах сучасної України:

- соціально-економічні реформи останніх років, орієнтовані на досягнення зарубіжного досвіду та мало враховують реальний соціально-економічний розвиток країни;

- діяльність засобів масової інформації (ЗМІ) за умови перенасичення інформаційним сміттям при низькому рівні сформованості критичного мислення;

- вплив старшого покоління, що ще зберігає специфічні особливості радянського виховання;

- вплив військової агресії з боку сусідньої держави, наявність певних суперечностей у суспільстві щодо перебігу війни, що створює почуття нестійкості та невпевненості у завтрашньому дні [37].

Неминучим результатом масових етнічних міграцій, характерних для нашого часу, стають міжетнічні (міжкультурні) контакти на груповому рівні, коли мігранти вступають у більш менш тривалу міжкультурну взаємодію з представниками домінуючої культури.

Найбільший внесок у вивчення міжкультурної взаємодії зробила соціальна психологія.

У наші дні значний внесок у розвиток міжетнічних відносин робить інформація, що розповсюджується засобами масової комунікації і створює свого роду «другу реальність» у суб'єктивному світі людини.

Нормам та правилам взаємодії люди навчаються у процесі соціалізації. Діти осягають знання про принципи соціальної організації та засвоюють систему уявлень та знань про світ завдяки вербальній (мовленнєвій) взаємодії. У процесі вербальної соціалізації засвоюються основні моделі етнічних картин світу, цінності та уявлення, на основі яких формується культурна ідентичність дитини, норми та правила поведінки у процесі спілкування, способи дій для досягнення своїх цілей, засоби вираження свого внутрішнього світу. Через те, що одним із результатів соціалізації особистості стає формування певної соціальної ідентичності, тобто почуття спільності, приналежності до певної соціальної групи, можна говорити про те, що людина починає сприймати дійсність, у тому числі й представників інших груп, через призму своєї групової приладдя. Отже, для вивчення та розуміння механізмів міжгрупової взаємодії необхідно вивчити механізми міжгрупового сприйняття [2].

Дослідження показали, що сприйняття у процесі спілкування обумовлено дією подань (внутрішньо властивих особистості) уявлень або теорій (світогляду, менталітету). Вони впливають на відбір та створення інформації про інших людей, на її організацію та побудову цілісного образу партнера зі спілкування. Міжгрупове сприйняття відрізняється від сприйняття міжособистісного, і воно характеризується певними структурними, динамічними та змістовними характеристиками. До структурних

характеристик ставляться узгодженість – високий рівень збігу уявлень членів групи про неї самої та чужої групі, і уніфікованість – високий рівень перенесення уявлень про групу окремих її членів. Найважливішою динамічною характеристикою є високий рівень стійкості, ригідності, консервативності міжгрупових соціально-перцептивних процесів проти міжособистісними. До змістовних характеристик слід віднести тісний зв'язок когнітивних та емоційних компонентів, високий рівень оцінки в груповому сприйнятті.

Одним із базових психологічних механізмів сприйняття є механізм категоризації, тобто виділення деяких базових категорій, характеристик об'єктивного світу. Ця категоризація спочатку має біполярний характер, і основна вісь цієї біполярності у міжгруповому сприйнятті – вісь «Ми – Вони», де полюс «Ми» – позитивний, а полюс «Вони» – відповідно – негативний.

При цьому дослідниками зазначається, що процес категоризації протікає паралельно з процесом групової ідентифікації, що є згуртуванням груп на основі протиставлення себе іншим. Саме категоризація як особливість соціального сприйняття служить основою такого явища, як етноцентризм – властива людям властивість сприймати та оцінювати життєві явища крізь призму традицій та цінностей власної етнічної групи, яка виступає як певного зразка чи оптимуму. Еталонним може розглядатися все, що завгодно: релігія, мова, література, їжа, одяг, норми спілкування тощо. буд. Етноцентризм часто виявляється перешкодою міжгрупової взаємодії; з іншого боку, він часто виконує функцію підтримки позитивної ідентичності і збереження цілісності і специфічності групи за умов міжкультурного взаємодії. Етноцентризм породжує таке явище, як «пристрасть на користь групи» – такий спосіб пояснення подій, коли позитивна поведінка інших знецінюється, а негативна – сприймається як таке, що підтверджує негативні стереотипи. Етноцентризм може виявлятися в різних формах, і мати різну глибину виразності, залежно від особливостей культури та конкретної ситуації взаємодії: в умовах

конфліктних відносин та загроз для цілісності групи він, як правило, посилюється.

Так, в цілому, у наукових джерелах зазначається, що на формування національної ідентичності особистості впливає багато чинників. Їх можна розділити на дві великі групи: суб'єктивні та об'єктивні фактори [20, с. 152 – 159].

До об'єктивних факторів можна віднести:

- спільне історичне минуле;
- спільна мова;
- емоційний стан, що переживається у суспільстві.

До суб'єктивних факторів, що впливають на формування цивільної ідентичності особистості, відносяться:

- освіта,
- вік,
- специфіка навколишнього середовища,
- рівень інтелектуального розвитку та ін.. [1]

Серед питань, що породжуються сучасним суспільством, одним із найактуальніших є проблема формування ідентичності молоді. Адже молодь – це соціальна група, соціалізація та самовизначення якої відбуваються у вельми непростих умовах. Молодь має контролювати ступінь розвитку суспільства, формує образ майбутнього і має розглядатися як інноваційний потенціал, роль якого необхідно враховувати у всіх сферах життєдіяльності суспільства.

Першочерговим завданням держави та суспільства стає створення умов для оздоровлення нації, у тому числі й реалізації системи заходів щодо формування ідентичності молоді.

Особливу актуальність проблем формування національної ідентичності молоді зумовлює глибоку трансформацію суспільства та держави, що призвела до значних змін соціальної реальності. Соціокультурна трансформація не може не породжувати певну «кризу ідентичності», складовою частиною якого є і криза громадянської ідентичності. Наслідки цієї

кризи безпосередньо впливають і на процес громадянського становлення молоді [9, с. 112].

Саме молоде покоління в суспільстві, що трансформується, виступає джерелом нових об'єктивних змін, транслятором цінностей і моделей поведінки, які передаються далі від покоління до покоління.

Ідентичність є одним із найважливіших факторів, напрямних та реалізують молодіжний потенціал. Молодь мобільна соціальна група, що активно засвоює культурні, професійні та інші соціальні моделі поведінки [38, с. 59 - 78]. Молодь об'єктивно є активною та зацікавленою учасником перетворень, що відбуваються. Вона – стратегічний ресурс змін України, оскільки успадковує ступінь розвитку суспільства та формує образ майбутнього. Молоде покоління слід розглядати як інноваційний потенціал, роль якого значно зростає у всіх сферах життєдіяльності у період трансформації суспільства [23, с. 143 – 149].

Зараз процес формування ідентичності молодого покоління ускладнюється такими причинами:

- споживчим ставленням до життя;
- низьким рівнем соціальної захищеності молоді, що виражається в труднощах матеріального, побутового порядку;
- розмиванням традиційних моральних цінностей;
- уніфікуючим впливом глобалізації на локальні культури, експансією міжнародного тероризму та релігійного екстремізму, міжнародною організованою злочинністю [13, с. 59 – 67].

На думку Е.А. Гришиною, «сьогодні в суспільстві сформувалися дві моделі громадянських ідентичностей у молодіжному середовищі залежно від умов життя: «модель стабільності», що відображає процес невизначених ідентифікацій, та «модель ризику» з домінуючою тенденцією деформації правової та патріотичної свідомості» [9, с. 112], що пояснюється тим, що більшість молоді не знає основ Конституції, державного устрою тощо.

Національну ідентичність слід розуміти як тотожність індивіда державі, своєму статусу громадянина, особиста оцінка свого громадянського стану, готовність та здатність виконувати пов'язані з наявністю громадянства обов'язки, користуватися правами, брати усвідомлену активну участь у житті держави.

Одне з ключових протиріч трансформації полягає в конфлікті між її універсальними цілями та традиційними національними цінностями та традиціями. Проблема полягає в тому, що формування нових цінностей вимагає набагато тривалішого часу. Соціологічні дослідження та наукова література призводять до того, що більшість молоді розглядають себе швидше як об'єкт впливу з боку держави, ніж як реальних учасників політичного процесу, а ідеальний образ держави у їхній свідомості має яскраво виражені патерналістські риси [33, с. 34].

Головними напрямками формування громадянської ідентичності молоді є:

- розвиток змістовного емоційно-когнітивного та соціально-політичного наповнення категорії «українців»;
- засвоєння основних цивільних прав, обов'язків та ролей;
- розстановка пріоритетів цивільної та міжгрупових ідентифікацій;
- залучення до інтересів розвитку країни;
- підвищення значимості суб'єктної активності по відношенню до суспільству та державі.

Основні механізми формування та розвитку національної ідентичності молоді: наслідування, необхідне прийняття та усвідомлене сприйняття ідентифікаційних характеристик.

Соціокультурні протиріччя, соціальна варіативність сучасного світу, невизначеність соціальних ситуацій, різноманіття видів діяльності, соціальних ролей та групових норм, суперечливі аспекти взаємовпливу різних культур відбиваються в самосвідомості різних груп населення. Відбувається стирання усталених культурних кордонів і цінностей соціальних категорій, з яких

людина визначає себе і місце у суспільстві – криза ідентичності спостерігається як лише на рівні самосвідомості окремої особистості, а й у межах поколінь [43, з. 157 - 160].

Звертаючись до питань формування національної ідентичності студентської молоді, зазначимо, що вищий навчальний заклад у даному випадку є засобом формування національної та громадянської ідентичності студентів, а суб'єктивними чинниками її формування у стінах вишу будуть:

- освітні цілі, визначені на державному рівні;
- зміст освіти, що отримується в рамках вузу;
- методи та технології, що використовуються викладачами у своїй педагогічній практиці;
- способи та форми організації навчання;
- можливість реалізації своєї громадянської позиції (участь у громадських організаціях, об'єднаннях, що діють у ЗВО тощо) [20, с. 152 – 159].

Складність і багатогранність поставленої проблеми потребує застосування програмно-цільового підходу, покликаного зміцнити основи та систематизувати методи довгострокового процесу формування громадянської ідентичності та толерантної свідомості російської молоді.

Іншими словами, програмний підхід передбачає перехід від ситуативної та безсистемної підтримки окремих заходів у суб'єктах країни до проектно-цільового фінансування проектів та комплексів заходів у сфері державної національної політики.

Сучасний етап формування національної ідентичності молоді характеризується усвідомленням існування об'єднуючих цінностей, що ґрунтуються на принципах патріотизму, духовності, правової культури; визнанням активної ролі держави у процесі структурування громадянської сфери суспільства; формуванням особистості, що має соціальну зрілість [13, с. 59 – 67].

Критеріями сформованості національної ідентичності у молоді є: єдність громадянської, етнічної свідомості, громадянський обов'язок, громадянська відповідальність, громадянське сумління, громадянська активність, громадянська свідомість, повага до законам держави, почуття патріотизму та інтернаціоналізму, політична культура [28].

Підсумовуючи вищесказане, відзначимо, що сьогодні українська молодь перебуває на шляху становлення, вектор якого багато в чому визначатиметься спрямованістю суспільно-політичного розвитку країни. Самореалізація, самовизначення сучасної молоді формуються за умов трансформації всіх сфер життєдіяльності суспільства.

Формування громадянської ідентичності передбачає формування її структурних компонентів. Так, співвідношення об'єктивної та суб'єктивної складових громадянської ідентичності визначає ступінь її цілісності та функціональності для забезпечення соціального відтворення через здійснення відповідних соціальних практик. Наприклад, у стабільному суспільстві домінує об'єктивна складова. А в тому випадку, коли відбувається радикальна трансформація соціокультурних цінностей та норм у суспільстві, переважає суб'єктивна складова національної ідентичності.

Висновки до першого розділу

Поняття «здоров'я», ми характеризуємо як стан, при якому здійснюється повноцінна реалізація біологічних, соціальних, економічних, духовних функцій людини, її оптимальна працездатність та активність в процесі життєдіяльності. Поняття «здорова особистість» характеризується нами як це результат духовних і фізичних зусиль людини, цілісна система життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації індивідуальності з умовами життєдіяльності та є способом самоактуалізації особистості у життєдіяльності за умови відсутності психофізіологічних порушень.

Сутність поняття національна ідентичність поєднує філософські, соціально та політико-орієнтовані категорії та виражається в усвідомленні особистістю приналежності до спільноти громадян тієї чи іншої держави, готовності та здатності виконувати пов'язані з наявністю національності та громадянства обов'язки, користуватися правами, брати активну участь у житті держави.

Національна ідентичність розглядається нами як результат когнітивного, ціннісного та емоційного процесу усвідомлення індивідом своєї приналежності до громадянської спільноти, що виявляється у певному типі ідентифікаційної поведінки суб'єкта громадянської спільноти та прийняття ним поведінкової моделі громадянина.

На формування національної ідентичності особистості впливають об'єктивні та суб'єктивні чинники. Ідентичність студентської молоді формується у стінах вузу та обумовлена змістом освіти, способами та формами організації навчання та іншими чинниками.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

2.1 Організація та методи дослідження

Індивідуальне відчуття приналежності до конкретної держави в якості громадянина цієї держави та до спільноти її громадян, що дозволяє їй діяти в якості колективного суб'єкта, відоме як національна ідентичність. У нашому дослідженні ми визначаємо її як ототожнення особистості з певною спільнотою людей та з державою як інституцією, що встановлює правила та норми у вигляді правових, моральних і фінансових правил, які можуть сприяти комфортному проживанню та досягненню людини, або можуть перешкоджати цьому. Разом з тим, враховуючи актуальні умови в українському суспільстві, що зумовлено збройною агресією з боку сусідньої держави, що кожного дня загрожує здоров'ю та життю кожного громадянина, який перебуває на території України постає питання щодо впливу рівня здоров'я на сформованість національної свідомості. Дане питання є неоднозначне та потребує ґрунтовного вивчення.

Об'єктом нашого дослідження, що проводиться у рамках випускної кваліфікаційної роботи є студентська молодь (у віці від 18 до 25 років).

Предмет дослідження – національна ідентичність та самооцінка стану здоров'я.

Мета дослідження полягає у виявленні рівня здоров'я як фактора формування національної ідентичності української молоді, що забезпечує збереження та підтримання здоров'я, а також підвищення адаптаційних можливостей індивіда до змін соціального середовища, а також сприйняття себе активним членом українського суспільства з притаманними йому нормами та правилами.

До завдань дослідження входять:

- аналіз показників визначення респондентами розуміння сутності поняття «здоров'я» та самооцінка його рівня;
- виявлення особливостей сформованості національної ідентичності, усвідомлення себе українцем;
- порівняння загальний показників для визначення взаємозв'язку основних параметрів дослідження.

Передбачається, що емпірична інформація нами буде отримана за допомогою он-лайн опитування (гугл-форма), суть якого полягає в отриманні інформації про відношенні опитуваних до предмету дослідження. Велика значимість даного методу визначається, по перше, організаційними перевагами, по-друге, змістовністю і універсальністю інформації, по-третє, можливістю максимального використання технічних засобів для обробки отриманих у результаті опитування даних.

Разом з тим, вважаємо за доцільне зазначити, що даний метод має і свої негативні сторони. На якість отриманої інформації шляхом опитування впливають фактори, що пов'язані, з одного боку, з особистістю респондента (рівень освіти, культури, властивості пам'яті, захисні механізми психіки, ставлення до досліджуваної проблеми), а з іншого – соціально-економічні, політичні, культурні та інші фактори.

Опитувальник представлений у Додатку. Першочергово вважаємо за доцільне охарактеризувати групу досліджуваних.

Так, відповідно до отриманих даних, група досліджуваних склала 80 респондентів, з них 36 чоловіків та 44 жінки, всі перебувають на території України та є студентами закладів вищої освіти. Вікові параметри та спеціальність графічно представлені на малюнках 2.1.-2.3.



Рис. 2.1. Розподіл респондентів за статевою приналежністю

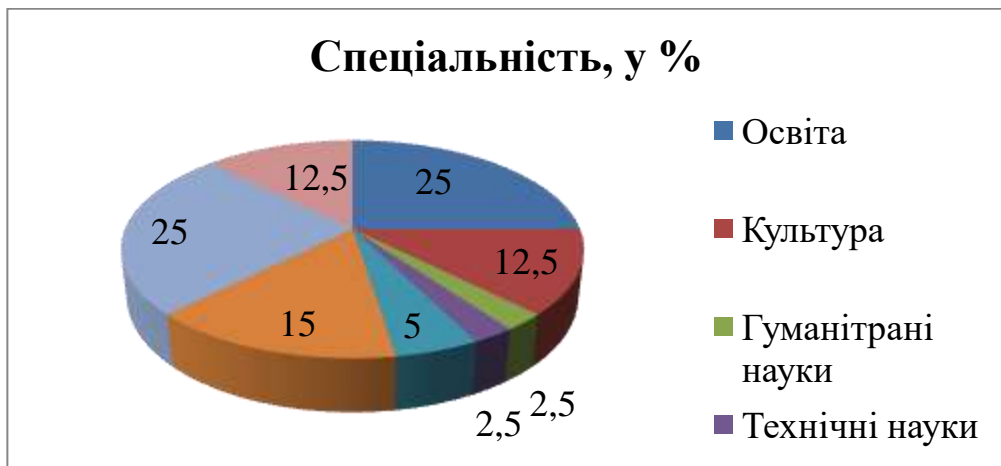


Рис. 2.2. Розподіл респондентів за спеціальністю

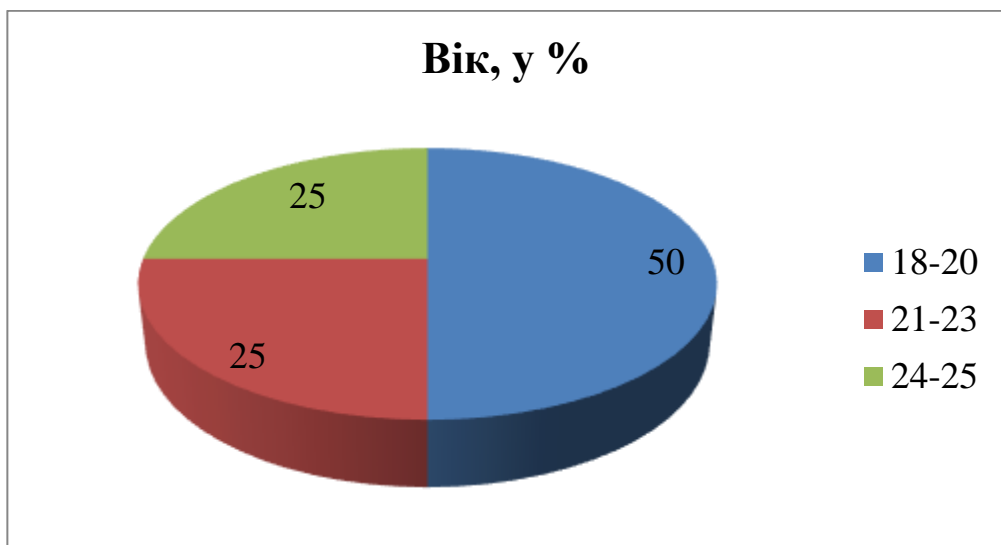


Рис. 2.3. Розподіл респондентів за віком

Таким чином, ми бачимо, що у дослідженні взяли участь у незначній більшості жінки – 44 особи, чоловіків – 36. Щодо освіти, то більшість респондентів навчаються за освітнім та соціологічним напрямом.

Щодо вікового розподілу, то більшість респондентів мають 18-20 років (є здобувачами освіти молодших курсів). Далі перейдемо до безпосереднього аналізу отриманих даних.

2.2. Інтерпретація та аналіз результатів дослідження

Вирішуючи конкретне методологічне завдання пошуку взаємозв'язку здоров'я сучасної молоді та їх національної ідентифікації, внаслідок проведеного теоретико-методологічного аналізу підходів до розуміння здоров'я та його показників, сутності національної ідентифікації особистості, ми інтерпретуємо отримані дані наступним чином.

Передусім перед нами стояло завдання з'ясувати, як оцінюють своє здоров'я молоді люди, які диспозиції характерні для них у цій галузі. Оцінюючи стан свого здоров'я лише 12,50% опитаних нами молодих людей оцінили його як «дуже добре», ще третина респондентів 32,50% як «хороше», кожен четвертий (25%) вважає рівень свого здоров'я задовільним, 15% - поганим, а 15% - зовсім відзначили варіант «дуже погане» – рисунок 2.4.

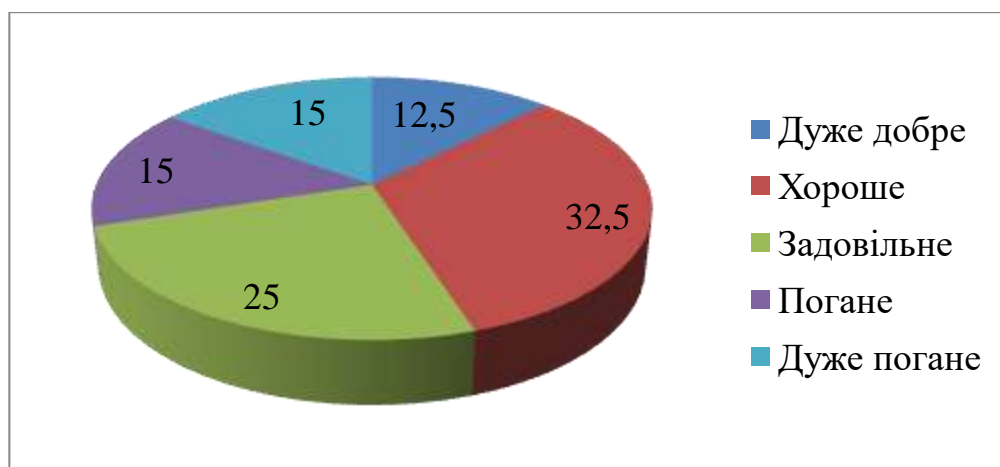


Рис. 2.4. Визначення респондентами рівня власного здоров'я

Аналізуючи відповіді, зауважимо, що такі оцінки молоддю власного здоров'я є досить тривожними. Щодо задоволеності станом свого здоров'я, то, респонденти так само виявилися скромними в оцінках. Повністю задоволені станом свого здоров'я лише 12,50% опитаних, 25% – «швидше так», 12,5 % – скоріше ні, ні – 25, складно відповісти – 25 %. Графічно дані представлені на рис. 2.5.

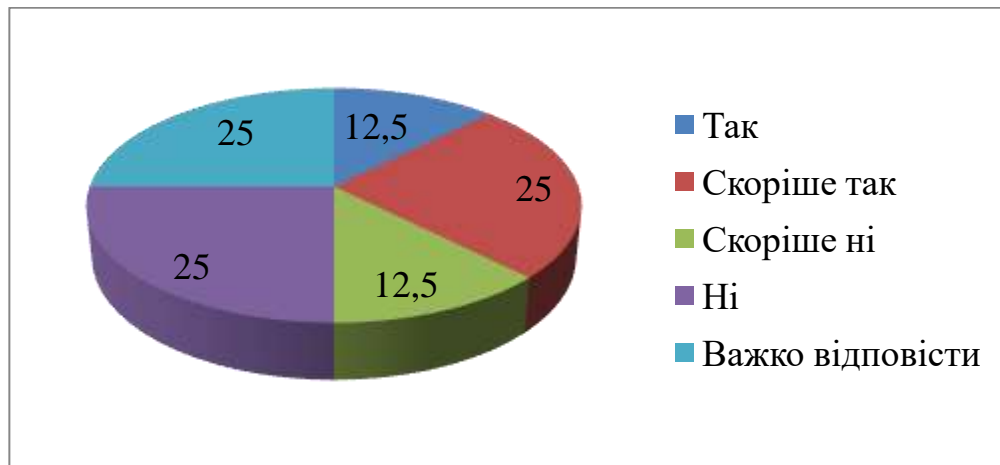


Рис. 2.5. Задоволеність респондентами власним здоров'ям

Інтерпретуючи результати дослідження є можливим припущення, що низькі оцінки стану свого здоров'я та рівня задоволеності їм можуть бути пов'язані з диференційованою оцінкою опитаних самого поняття «здоров'я» - Таблиця 1.

Таблиця 2.1

Розуміння респондентами поняття «здоров'я»

Що на Вашу думку означає поняття «здоров'я»	
Відсутність хвороб	40%
Наявність фізичної активності	25%
Відчуття психологічного комфорту	12,5%
Соціальне благополуччя	10%
Відсутність стресів	35%
Наявність інтересу до оточуючого світу, активність	12,5%

Відсутність шкідливих звичок	75%
Інше	10%
Не можу відповісти	15%

Як видно з таблиці 6, основою поняття «здоров'я» опитані визначили такі показники: насамперед відсутність шкідливих звичок (таких як куріння, вживання алкоголем, вживання наркотиків, інтернет-залежність), по-друге, відсутність хвороб або інших фізіологічних відхилень; по-третє, наявність фізичної активності. Такі оцінки складових здоров'я відображають найбільш загальними при уявленні феномену «здоров'я» у соціологічних дослідженнях. Проте, можна помітити, що факторам соціального та психологічного порядку опитані нами молоді люди не надають значної ваги. Так, соціальне благополуччя чи соціальна активність розглядається як важливий елемент здоров'я лише незначною кількістю опитаних.

Наявність здоров'я, респонденти пов'язують із майбутніми перспективами. На думку опитаних, здоров'я багато в чому визначає подальше життя людини, можливість жити довго і повноцінно (32,5%), можливості досягнення успіху у кар'єрі (25%), можливості мати щасливу родину (25 %). Примітно, що, вкладаючи в зміст поняття «здоров'я» фактори, практично виключно утилітарного характеру (відсутність хвороб, шкідливих звичок тощо), результатом наявності здоров'я виступають соціальні фактори пов'язані з самовизначенням, кар'єрним зростанням, щасливим життям у достатку тощо.

Для визначення портрета здорової людини опитаним було запропоновано визначити які якості, що на їхню думку, найбільш характеризують здорову людину (було запропоновано вибрати не більше трьох основних якостей) - таблиця 2.

Таблиця 2.2

Якості, що характеризують здорову особистість

Фізична активність	55 %
--------------------	------

Активна життєва позиція	15
Сила характеру	37,5
Вміння швидко приймати рішення	32,5
Стриманість, спілкування	5
Спокійність, терпимість	35
Прагнення пізнання нового	25
Почуття безпеки	55
Інше	10

Отже, як видно з таблиці, на думку респондентів, здорова людина фізично активна (55%), спокійна (35%), відчуває себе у безпеці (55%).

Аналізуючи результати дослідження, наголосимо, що, характеризуючи здорову людини, а також визначаючи ефект наявності/відсутності здоров'я, опитані у більшості випадків враховували саме фізичні показники.

Другий блок питань стосувався саме визначення національної ідентифікації особистості. Більшість респондентів вважають себе саме українцями (80 %).

Щодо ознак, що зближують респондентів з українською національністю маємо такі показники – таблиця 3.

Таблиця 2.3

Ознаки, що зближують респондентів з українською національністю

Мова	65 %
Спільність походження	17,5
Територія проживання	12,5
Зовнішній вигляд	5
Релігія	25
Національна культура	75
Відчуття духовної спільності	45
Традиції і обряди	35

Спільна історична пам'ять	10
---------------------------	----

Так, ми бачимо, що основними ознаками національної ідентичності респонденти називають мову, національну культуру, відчуття духовної спільності. Менш всього відповідей маємо по ознаці зовнішнього вигляду, що свідчить про етнічну толерантність респондентів.

Аналіз відповідей студентів, які свідчили про їхнє емоційно-ціннісне відношення до своєї національної приналежності, показав, що 45% студентів відчують гордість, гідність – 40%, патріотизм – 55%, спорідненість зі своєю культурою – 25%, незалежність – 75%. Разом з тим, 15% опитаних відчують розчарування, 20% – сором, 22,5% – злість, бажання щось змінити – 12,5%.

Діапазон емоцій, які переживають студенти в зв'язку з усвідомленням своєї національної ідентичності, широкий, переживаються як позитивні, так і негативні емоції. Так, студенти з одного боку відзначали, що відчують гордість, радість, гідність, з іншого – розчарування, сумніви, гнів, сором. 12,5% респондентів виявили готовність змінити свою національність. На питання щодо дотримання національних традицій було всього 12,5% стверджувальних відповідей, спілкуються завжди українською мовою лише 55% студентів, ніколи не спілкуються – 12,5%, проявили готовність відстоювати інтереси свого народу в міжнаціональній суперечці – 75% студентів.

Так, в цілому, на основі аналізу та порівняння отриманих даних по групах респондентів ми можемо говорити про те, що більшість респондентів виділяють рівень свого здоров'я як середній, де найважливішим показником є почуття безпеки, відчують себе українцями, переживають у більшості позитивні емоції за свою національність, готові відстоювати інтереси України на міжнародній арені. Таким чином ми можемо зробити декілька припущень, воєнні події негативно впливають на самооцінку респондентами власного рівня здоров'я, разом з тим в таких же умовах сформований досить високий показник національної ідентичності. Разом з тим, враховуючи те, що стресові події та психотравмуючі фактори є довготривалими, серед населення може

спостерігатися значне зниження рівня саме психічного здоров'я, що у подальшому може призвести до певного розчарування, потреби у пошуку безпечнішого місця проживання і таким чином, втрати національної ідентичності. Саме тому подальше дослідження спрямоване на визначення рекомендації щодо підтримки здоров'я молоді в умовах закладу вищої освіти.

2.3. Рекомендації щодо підтримки здоров'я молоді як фактора становлення їх національної ідентичності

В умовах воєнного стану, оголошеного в країні, питання збереження здоров'я молоді набуває значної актуальності. Оцінка впливу різних факторів на здоров'я студентів по даним літературних джерел дозволяє говорити про пріоритетність факторів, пов'язаних з освітнім процесом: соціальних, психолого-педагогічних, організаційних. Здоров'я та якість життя підростаючого покоління визнано основними цінностями системи освіти, що знайшло своє відображення у пріоритетних напрямках змісту освіти.

В даний час у педагогічній практиці намітилася тенденція до переходу від масового уніфікованої освіти до освіти, орієнтованої на особистісні особливості та здібності кожного індивіда, а також на рівень його здоров'я.

Здоров'я є цільовим ресурсом особистості, яким можна керувати, в ролі базису якого виступає здоров'яформуючий потенціал особистості.

Поняття «культура здоров'я студента» включає три основні компоненти:

- когнітивний компонент, що характеризує рівень компетентності про власне здоров'я, здоровий спосіб життя та ін;
- емоційний компонент, відображає особливості емоційного стану, обумовленого змінами з боку здоров'я;
- мотиваційно-поведінковий компонент, що визначає місце здоров'я в індивідуальній ієрархії термінальних і інструментальних цінностей людини, що характеризує ступінь прихильності людини до здорового способу життя.

Система ціннісних орієнтацій є важливим регулятором активності людини, оскільки вона дозволяє співвідносити індивідуальні потреби та мотиви з усвідомленими та прийнятими особистістю цінностями та нормами соціуму. Засобами розвитку ціннісного ставлення до здоров'я є спрямовані соціальні впливи, що полягають у наданні здобувачам освіти значимої інформації про здоров'я.

Рівень здоров'я слід розглядати як один з показників компетенції особистісного самовдосконалення і самореалізації студентів як майбутніх фахівців та свідомих громадян України. Потреба в здоров'ї визначає активність особистості у соціальному житті в тому числі і на рівні держави.

Засвоєння культури здоров'я є одним із основних критеріїв ефективності освітнього процесу, якості освіти, яка багато в чому залежить від управління здоров'яформуючим простором закладу вищої освіти.

Система здоров'яформуючих компетенцій у студентів включає кілька рівнів: діагностичний, освітньо-виховний, профілактичний та координаційно-управлінський рівні, що включають когнітивний, операційно-діяльнісний, ціннісно-сміслової, мотиваційні компоненти.

Цілеспрямована діяльність педагогів щодо формування здорового способу життя у студентів має складатися з п'яти рівнів:

- скринінг і моніторинг основних компонентів здоров'яформуючого освітнього простору ЗВО, особистісного розвитку та здоров'я студентів;
- профілактика психоемоційних дазадаптацій та порушень здоров'я (особливо в умовах воєнного стану);
- оптимізація міжособистісних взаємин на рівні групи, викладацького складу та інших учасників освітньої діяльності;
- формування професійно-орієнтованої культури здоров'я студентів.

Все різноманіття умов ефективності здоров'я-орієнтованої педагогічної діяльності у ЗВО слід розділити на об'єктивні та суб'єктивні. До суб'єктивних належать: наявність у студентів вираженої потреби та стійких мотивів підтримки власного здоров'я.

До об'єктивним відносяться: організаційні та середовищні, ресурсні умови.

Педагогічні умови реалізації здоров'язберігального підходу містять кілька пунктів:

- медико-психолого-педагогічний моніторинг здоров'я студентів та моніторинг стану організаційно-методичного та кадрового забезпечення передбачає виявлення особистісних характеристик: рівня мотивації діяльності, оцінки готовності до діяльності, самопочуття, тривожності, загальної психологічної активності тощо;

- організація інформаційно-освітнього та навчально-виховного процесу індивідуально-особистісного здоров'я-орієнтованої освіти студентів передбачає організацію і використання здоров'яорієнтованих форм спільної діяльності суб'єктів освітнього простору ЗВО (використання можливостей регламентованого (навчальних занять, спецкурсу про здоровий спосіб життя, Інтернет-ресурсу) та нерегламентованого (різні форми позанавчальних занять, організація фізкультурно-оздоровчих заходів, культурно-масові і дозвіллеві форми роботи) для інформаційного забезпечення студентів спрямованого на інформування, актуалізацію емоційно-ціннісного ставлення до здорового способу життя та збагачення особистого здоров'язбережувачого досвіду. Показниками сформованості у студента здоров'язберігального способу життя є:

- наявний у студента особистісного мотиву до здоров'язбереження;
- позиція особистої відповідальності за своє здоров'я та розуміння необхідності активних дій у цьому напрямі; готовність вести здоровий спосіб життя.

- розвиток міжпредметних зв'язків між дисциплінами загальноосвітньої, загальнокультурної і професійної підготовки. Загальноосвітня підготовка є основою, на якій формуються професійні знання та вміння студентів. Основним інтегруючим фактором на рівні міжпредметних

зв'язків виступають структурні елементи змісту загальної та професійної освіти (знання, уміння та ін).

- професійна компетентність викладацького складу ЗВО у питаннях здоров'я-орієнтованої освіти; адміністративно-господарське забезпечення. В основу здоров'яорієнтованої педагогічної технології індивідуально-особистісного навчання студентів покладено принципи гуманістичної педагогіки та психології, спрямовані на подолання протиріччя між професійними цінностями та особистими мотивами студентів шляхом пред'явлення їм певних систем цінностей та створення умов для їх вільного вибору та «проживання», а також надання особистісно-сміслової спрямованості змістом здоров'яорієнтованого навчання.

- адміністративно-господарське забезпечення (розробка відповідних програм та необхідної матеріальної бази, планування здоров'язберігаючих заходів, програм здорового способу життя, підтримка, фінансування, контроль та ін.).

Важливість та актуальність формування потреби у підтримці належного рівня власного здоров'я полягає в тому, що - це, перш за все, об'єктивна необхідність життєдіяльності та всебічного розвитку людини, яка, в тій чи іншій мірі відбиваючись у свідомості молоді, є джерелом їхньої діяльності, спрямованої не лише на фізичний розвиток, збереження та зміцнення здоров'я, а й на задоволення таких фундаментальних потреб, як моральні та естетичні цінності, спілкування та колективна діяльність, знання та творчість, що безпосереднє формує відповідального громадянина та, відповідно сприяє позитивній національній ідентифікації.

Окрім характеристики загальних напрямів освітньої діяльності щодо підтримки рівня здоров'я студентської молоді в умовах ЗВО, вважаємо за доцільне визначити і практичні рекомендації щодо збереження психічного здоров'я в актуальних умовах.

На основі аналізу літературних джерел щодо стратегій ефективного подолання стресових ситуацій [8; 10; 13] ми можемо визначити такі основні засоби, які б були корисні саме студентській молоді.

1. Визначення пріоритетності завдань: «зробити сьогодні», «можна зробити цього тижня», «зробити, коли буде час - неважливе».

2. Вміння говорити “ні”, коли досягнете межі, після якої ви вже не можете взяти на себе більше роботи;

3. Налагодьте особливо ефективні та надійні відносини з вашими викладачами, ефективна комунікація, залог конструктивного діалогу;

4. Спробуйте з'ясувати незрозумілу для себе інформацію чи суперечливі вимоги викладача;

5. Повідомте свого викладача, коли ви відчуєте, що очікування чи стандарти оцінки завдання не зрозумілі;

6. «Розвантажувальний день» - коли доцільно забути про всі проблеми, завдання тощо та відпочити соціально-сприйнятним способом: відпочинок з друзями, відвідування кінотеатру, парку розваг тощо;

7. У разі високого рівня стресу перегляньте важливість даної ситуації та знайдіть для себе обґрунтування, що зменшують її суб'єктивну значимість;

8. Обов'язково турбуйтеся про свій емоційний та фізичний стан: повноцінне харчування, прогулянки на свіжому повітрі, емоційна стабільність, відкритість, дозовані фізичні навантаження.

При відчутті фізичного або психічного перенавантаження доцільно використовувати такі методики:

1. Аутогенне тренування основане на самонавіюванні. Його суть - розслаблення організму, тіла шляхом включення свідомості, коли необхідно передати це відчуття в наш мозок шляхом візуалізації. Аутогенне тренування сприяє розслабленню м'язів, знижує агресивність, пригніченість та інші параметри прояву стресу, також збільшує опірність організму до інших джерел стресу.

2. Релаксаційні техніки - застосовують при різкому емоційному збудженні, джерелом якого є стресори. Дана техніка спрямована на гармонізацію внутрішнього стану особистості, зниження напруги в м'язах, нормалізацію артеріального тиску, а також змінює інші фізіологічні параметри відповідно до нормальних показників.

3. Медитація. Дана техніка є вправою для мозкової діяльності, яка зрештою впливає на тілесні процеси. При медитації людина опановує та контролює свою увагу, частоту серцебиття та інші показники. За даними досліджень, при використанні медитації людина почувається краще, ніж люди без медитаційних практик. Такі люди менш тривожні, агресивні, їхня нерівна система збалансована, вони готові позитивно сприймати та усвідомлювати джерела стресу, потім конструктивно боротися з ними.

4. Прогресивна релаксація. Техніка спрямована на зниження нервно-м'язової напруги. Головним механізмом даної техніки є створення напруги у певних групах м'язів, а потім швидке та різке розслаблення тіла. Необхідно поступово проводити зміну груп задіяних м'язів.

Для більш швидкого зняття стресу та заспокоєння можна використовувати наступні прийоми:

1. Емоційне перенесення - дозволяє відволіктися від неприємних обставин шляхом створення стану відчуженості, уявного перенесення неприємного душевного стану, на сторонні предмети.

2. Зміна масштабу подій - спробувати подивитись власні переживання з віддаленого майбутнього з боку, тоді інтенсивність переживань зменшиться.

3. Дихальні вправи. Студентам під час стресу можна використати наступний комплекс вправ: 1) Заплющивши очі, дихайте повільно і глибоко. Зробіть вдих і приблизно на 10 секунд затримайте дихання. Видихайте не поспішаючи, стежте за розслабленням і подумки кажіть собі: "Вдих і видих, як приплив і відлив". Повторіть цю процедуру 5-6 разів. Потім відпочиньте близько 20 секунд.

2) Вольовим зусиллям скорочуйте окремі м'язи або їх групи. Скорочення утримуйте до 10 секунд, потім розслабте м'язи. Таким чином, пройдіться по всьому тілу. Повторіть цю процедуру тричі, розслабтеся, зречеться всього, ні про що не думайте.

3) Спробуйте як можна конкретніше уявити відчуття розслабленості, пронизує вас від пальців ніг, через ікри, стегна, тулуб голови. Повторюйте про себе: "Я заспокоююсь, мені приємно, мене ніщо не турбує".

Дані прийоми та техніки є орієнтовними та умовними, що дозволяють зняти емоційне напруження та перейти до оптимальної копінг стратегії вирішення проблеми та подолання стресової ситуації. Проте, кожній людині варто володіти власним комплексом технік, прийомів, засобів, які б могли максимально сприяти її душевній та психологічній рівновазі.

Висновки до другого розділу

Таким чином, метою емпіричного дослідження було виявлення рівня здоров'я як фактора формування національної ідентичності української молоді, що забезпечує збереження та підтримання здоров'я, а також підвищення адаптаційних можливостей індивіда до змін соціального середовища, а також сприйняття себе активним членом українського суспільства з притаманними йому нормами та правилами. Основним методом збору інформації стало он-лайн опитування за допомогою гугл-форми.

В ході аналізу та інтерпретації отриманих даних ми побачили, що більшість респондентів визначають стан свого здоров'я як середній, в сутність поняття вкладають в основному фізичні показники, проте головним його чинником є почуття безпеки. Щодо рівня національної свідомості, то можемо його визначити на високому рівні. Такі результати ми можемо пояснити актуальним станом в українському суспільстві, що з одного боку є небезпечним та знижує рівень психічного здоров'я, а з іншого певним чином

сприяють національній ідентичності респондентів через згуртованість перед єдиним ворогом.

Саме тому нами були сформовані методичні рекомендації щодо створення здоров'язберезувального освітнього простору в умовах закладу вищої освіти та практичні рекомендації для здобувачів освіти щодо підтримки власного психічного здоров'я.

ВИСНОВКИ І ПРОПОЗИЦІЇ

Відповідно до мети дослідження можна сформулювати такі висновки.

У наукових дослідженнях досить ґрунтовно розкривається поняття «здоров'я», «здорова особистість» та «здоровий спосіб життя». Розглядаючи першу дефініцію, науковці зосереджують свою увагу на його біосоціальній сутності, що передбачає результат взаємодії особистості з навколишнім середовищем, умовами його існування, провідними мотивами її життєдіяльності й світовідчуття в цілому.

Поняття «здорова особистість» характеризується нами як це результат духовних і фізичних зусиль людини, цілісна система життєвих проявів особистості, що сприяє гармонізації індивідуальності з умовами життєдіяльності та є способом самоактуалізації особистості у життєдіяльності за умови відсутності психофізіологічних порушень.

Нами було визначено, що провідним чинником, що впливає на стан здоров'я та формування здорової особистості, є спосіб життя особистості. Узагальнюючи погляди науковців саме на проблему здорового способу життя, ми визначаємо його як діяльність особистості в певних умовах та обставинах буття (економічні, соціальні та природні фактори), наявність знань і вмінь щодо здоров'я як інтегрованого поняття, цілісна система життєвих проявів особистості, чинники ризику, усвідомленість та відповідальність, моральність та інші.

Національна ідентичність є слабо опрацьованою областю досліджень. Аналіз сутності поняття «громадянська ідентичність» з позиції багатьох дослідників свідчить про відсутність у розумінні цього явища єдиної точки зору. Різні аспекти вивчення проблеми громадянської ідентичності визначено довкола наукових інтересів дослідників. Проведений аналіз сутності поняття громадянської ідентичності дозволив визначити його як складну систему, що формується на основі стійких соціокультурних характеристик суспільства,

соціально-політичних, національно-культурних, релігійних та інших особливостей.

На формування національної ідентичності особи впливає безліч об'єктивних та суб'єктивних факторів і передбачає формування її структурних компонентів: когнітивного, ціннісного, емоційного та діяльнісного. Таким чином, національна ідентичність є результатом когнітивного, ціннісного і зміцнення процесу усвідомлення індивідом своєї приналежності до громадянської спільності, що виявляється у певному типі ідентифікаційного поведінки суб'єкта громадянської спільності та прийняття ним поведінкової моделі громадянина.

Метою емпіричного дослідження було виявлення рівня здоров'я як фактора формування національної ідентичності української молоді, що забезпечує збереження та підтримання здоров'я, а також підвищення адаптаційних можливостей індивіда до змін соціального середовища, а також сприйняття себе активним членом українського суспільства з притаманними йому нормами та правилами. Емпірична інформація нами була отримана за допомогою он-лайн опитування (гугл-форма), суть якого полягає в отриманні інформації про відношенні опитуваних до предмету дослідження. Група досліджуваних склала 80 респондентів, з них 36 чоловіків та 44 жінки, всі перебувають на території України та є студентами закладів вищої освіти.

Так, в цілому, на основі аналізу та порівняння отриманих даних по групах респондентів ми можемо говорити про те, що більшість респондентів виділяють рівень свого здоров'я як середній, де найважливішим показником є почуття безпеки, відчують себе українцями, переживають у більшості позитивні емоції за свою національність, готові відстоювати інтереси України на міжнародній арені. Таким чином ми можемо зробити декілька припущень, воєнні події негативно впливають на самооцінку респондентами власного рівня здоров'я, разом з тим в таких же умовах сформований досить високий показник національної ідентичності.

В умовах воєнного стану, оголошеного в країні, питання збереження здоров'я молоді набуває значної актуальності. Оцінка впливу різних факторів на здоров'я студентів по даним літературних джерел дозволяє говорити про пріоритетність факторів, пов'язаних з освітнім процесом: соціальних, психолого-педагогічних, організаційних. Так, нами були визначені методичні рекомендації спрямовані на забезпечення умов здоров'яорієнтованої спрямованості освітнього процесу у ЗВО та практичні рекомендації для здобувачів освіти щодо підтримки власного психічного здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Астаф'єв А.О. Національна ідентичність у сучасному світі. Київ: НІСД, 2004. 225-230 с.
2. Бердій Т. С. Формування національної ідентичності: український контекст. *Гілея: науковий вісник*. 2013. № 72. С. 410-415.
3. Бердій Т. Співвідношення етнічної й національної ідентичності. *Філософія і політологія в контексті сучасної культури*. 2012. №4. С. 29-34.
4. Бойко С. Формування національної ідентичності української молоді в умовах російсько-української війни. *Українознавчий альманах*. Випуск 30
5. Бойко Т. Політизація сучасних етнонаціональних процесів у Донецькому краї: ризики незворотності. *Українознавство*, 2017. № 1–2 (62–63). С. 25–39.
6. Ващенко О. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах. *Директор школи*. 2006. № 20. С. 12.
7. Воропаєва Т. Національна ідентичність громадян України та інформаційно-психологічна безпека. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія"*. Сер. : Культурологія. 2010. Вип. 5. С. 181-196.
8. Воропаєва Т. С. Інтегративне осмислення трансформацій колективної ідентичності громадян України. *Virtus: Scientific Journal*. 2020. Вип. 49. С. 25–31. Веб-сайт. URL: <http://conferenceukraine.com.ua/ru/archivej> (дата звернення: 18.11.2023)
9. Галушко К. Ідентичність. Київ: Академвидав, 2008 . С. 147- 148 с.
10. Гладощук О. Здоровий спосіб життя: виховання та контроль. *Вища освіта України*. 2017. № 1. с. 99.
11. Глебова Н. І. Соціальна, національна, етнічна ідентичність: вітчизняний досвід. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили*. Сер. : Соціологія. 2012. Т. 201, Вип. 189. С. 119-122.

12. Гора О. Методика дослідження рівня сформованості національної ідентичності студентів. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*. Серія : Педагогічні науки. 2012. Вип. 103. С. 90-100.

13. Зимовець Р. В. Громадянська та національна ідентичність: модерна і постмодерна перспективи. *Практична філософія*. 2008. № 4. С. 55-68.

14. Зубалій М. Структурні компоненти здорового способу життя. *Освіта і управління*. 2005. № 2. С. 153.

15. Кириченко В. Розроблення і реалізація здоров'яформуючої політики навчального закладу : міжсекторальний підхід. *Практика управління закладом освіти*. 2009. № 12. С. 7.

16. Климчик С. Сучасні педагогічні технології у навчанні здорового способу життя. Засідання педради у формі тренінгу. *Школа*. 2019. № 12. С. 88.

17. Ковальчук О.В., Непша О.В. Здоровий спосіб життя як складова культури здоров'я. *Північне Приазов'я: проблеми регіонального розвитку у міжнародному контексті: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (Мелітополь, 14-15 вересня 2017 року)/ за ред. Л.М. Донченко, С.І. Пачева, І.А. Арсененко, О.В. Непши А.М. Крилової*. Мелітополь: ФОП Однорог Т.В., 2017. С. 137-140.

18. Козловець М. А. Історична пам'ять як чинник формування національної ідентичності українців. *Мультиверсум. Філософський альманах: Зб. наук. праць*. Київ: Академічний Центр "Аналітика", 2007. Вип. 65. С. 61-82.

19. Козловець М. А. Національна ідентичність у контексті глобалізації: соціально-філософський аналіз : автореф. дис. ... д-ра філософ. наук : 09.00.03. Київ. нац. ун-т ім. Т. Шевченка. Київ, 2010. 36 с.

20. Козловець М. А. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації: Монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с.

21. Козловець М. А. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації: монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с.
22. Козловець М. А. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації: Монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с.
23. Костіна С. Національна ідентичність як міждисциплінарна категорія. *Гілея: науковий вісник*. 2013. № 73. С. 346-348
24. Коцан І. Я. Психологія здоров'я людини. Луцьк: Вежа, 2011. 430 с.
25. Кремзіон О., Махоткіна Л. Поняття здорового способу життя як проблема сучасної педагогічної теорії і практики. *Збірнику тез Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка*. Чернігів. 2021.
26. Лисий І. Концепт національної ідентичності в дослідженнях. *Мандрівець*. 2012. № 4. - С. 74-78.
27. Логвиненко О. Здоровий спосіб життя як наукове інтегроване поняття. *Молодь і ринок*. 2018. № 5. С. 62-65.
URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ Мир_2014_5_15](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Мир_2014_5_15) (дата звернення: 04.12.2023)
28. Луцишин Г. Проблема національної ідентичності в умовах глобалізації. *Українська національна ідея: реалії та перспективи розвитку*. 2013. Вип. 25. С. 166-171.
29. Макаренко Е. Етнічна ідентичність особистості: основні характеристики та типи. *Матеріали Міжнародної науково - теоретичної конференції*. Донецьк: ТОВ "Юго-Восток, Лтд", 2012. С. 61-63.
30. Медвідь Ф. Національна ідентичність у системі реалізації національних інтересів України. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія"*. Сер. : Культурологія. 2010. Вип. 5. С. 267-269.
31. Мокринська Л. Створення ефективної фізкультурно-оздоровчої системи в загальноосвітньому закладі. *Здоров'я та фізична культура*. 2008. № 34–35. С. 21.
32. Нечитайло А. А. Національна ідентичність у глобальному інформаційному суспільстві. *Стратегічні пріоритети*. 2013. № 4. С. 57-63.

33. Омельченко Л.П., Омельченко О.В. Здоров'ятворча педагогіка. Харків: «Основа», 2008. 205 с.
34. Потапчук Т. В. Національна ідентичність: становлення та розвиток у сучасному суспільстві. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Сер. : Психолого-педагогічні науки.* 2012. № 1. С. 50-53.
35. Потапчук Т. В. Українська культура в умовах зростання національно-культурної ідентичності особистості. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Сер. : Психолого-педагогічні науки.* 2012. № 3. С. 34-37.
36. Потапчук Т. В. Форми, функції та рівні національно-культурної ідентичності студентів. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді.* 2013. Вип. 17(2). С. 191-200.
37. Потапчук Т. В. Функції та рівні національно-культурної ідентичності студентів. *Наукові записки Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя. Сер. : Психолого-педагогічні науки.* 2013. № 2. С. 64-67.
38. Проскурняк В. О. Маковей про національну ідентичність та національне єднання українців. *Питання історії України.* 2010. Т. 13. С. 137-143.
39. Руденко Ю. Консолідаційна модель національної ідентичності: від теорії суверенітету до теорії політичної модернізації: монографія. Київ: «Видавництво Людмила», 2020. 364 с.
40. Рущенко І. П. Російсько-українська гібридна війна: погляд соціолога. Київ : ФОП Павленко О. Г., 2015. 268 с.
41. Саракула Л. П. Криза національної ідентичності: причини та прояви. Гуманітарний часопис. 2012. № 4. Веб-сайт. URL : www.knai.edu/csp/nauchportal/Archiv/GCH/2012/GCH421/pdf/10.pdf. (дата звернення: 06.12.2023).

42. Саракун Л. П. Криза національної ідентичності: причини та прояви. *Гуманітарний часопис*. 2012. № 4. С. 70–74.
43. Сергієнко В. Запровадження в навчальний процес моделі Школи культури здоров'я. *Практика управління закладом освіти*. 2009. № 12. С. 23.
44. Сергійчук В. І., Піскун В. М., Воропаєва Т. С. Трансформація національної ідентичності: історіософські, культурологічні та соціальнопсихологічні аспекти. *Фундаментальні орієнтири науки*. К.: Академперіодика, 2005. С. 24–53.
45. Сливка Л. В. Здоров'язбережувальна педагогіка: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г. М., 2016. 200 с.
46. Степико М. Т. Українська ідентичність: феномен і засади формування / Національний інститут стратегічних досліджень. К.: НІСД, 2011. 336 с.
47. Степико М. Т. Українська ідентичність: феномен і засади формування. Київ : НІСД, 2011. 336 с.
48. Тимофієва М.П., Двіжона О.В. Психологія здоров'я: Навчальний посібник. Чернівці: Книги – XXI, 2009. 296 с.
49. Тішакова Л. Система оздоровчої роботи в навчальному закладі. *Практика управління закладом освіти*. 2009. № 12. С. 29.
50. Федорець М. Зниження здоров'явитратності й валеологічне виховання. *Управління школою*. 2009. № 26. С. 10.
51. Формування здорового способу життя. Навчально-методичні рекомендації / (кер. авт. колект. О. Вакуленко). Київ: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2018. 100 с.
52. Формування української ідентичності в умовах сучасних викликів: теоретичні і політичні аспекти : монографія / В. П. Троцинський, В. А. Скуратівський, Н. П. Ярош та ін. ; за заг. ред. В. П. Троцинського. Київ : НАДУ, 2018. 256 с.

53. Цимбал Н. М. Практикум з валеології. Методи зміцнення фізичного здоров'я: навч.-метод. посіб. Тернопіль : Навчальна книга, 2000. С. 18
54. Ціборовський О. М.. Здоров'я. *Енциклопедія Сучасної України: електронна версія* / гол. редкол.: І.М. Дзюба, А.І. Жуковський, М.Г. Железняк та ін.; НАН України, НТШ. Київ: Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2010. Веб-сайт. URL: https://esu.com.ua/search_articles.php?id=16749. (дата звернення: 06.12.2023).
55. Шамбель А. Б. Здоровий спосіб життя як чинник психологічного благополуччя студентів ЗВО [Електронний ресурс] : кваліфікаційна робота : спец. 053 – психологія освітньо-професійна програма – психологія. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. 60 с.
56. Шувалов А. В. Психологічне здоров'я людини: Вісник, 2009. Вип. 4 (15). С. 87-101.
57. Ariely G. Globalisation and the decline of national identity? An exploration across sixty-three countries. *Nations and Nationalism*. 2012. Is.18. №3. P. 461-482.
58. Averianova Nina, Voropaieva Tetiana. Transformation of the Collective Identity of Ukrainian Citizens After the Revolution of Dignity (2014–2019). *Kyiv-Mohyla Humanities Journal*. 2020. № 7. Pp. 45–71. Веб-сайт. URL: <http://kmhj.ukma.edu.ua/article/view/219654/219369> (дата звернення: 18.11.2023)
59. Bond R. Multicultural nationalism? National identities among minority groups in Scotland's census. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 2006. 1121-1140 p.
60. Bond R. Sub-state national identities among minority groups in Britain: a comparative analysis of 2011 census data. *Nations and Nationalism*. 2016. Is. 23. №3. – P. 524-546.

