**ОСОБЛИВОСТІ ТА МЕТОДИ ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В МОЛОДІЖНІЙ ПОЛІТИЦІ**

Чухно Інна Анатоліївна,

Келеберда Ольга Сергіївна,

Харківський національний медичний університет

Здоров’я нації, населення країни є основою для забезпечення її стабільності й соціально-економічного розвитку. З точки зору публічного управління рівень здоров’я населення слід розглядати з одного боку, як ресурс для забезпечення розвитку та зростання, а з іншого – як одну із його цілей, що формуватиме основу для підвищення рівня та якості життя населення та потребує виваженого, обґрунтованого, комплексного та системного впливу в рамках державної політики та значних вкладень. Рівень здоров’я населення визначається рядом факторів, важливе місце серед яких займає спосіб життя населення та його ставлення до власного здоров’я, піклування про його збереження.

Наразі формування здорового способу життя базується на основних положеннях щодо сучасного розуміння феномену здоров`я людини, які узгоджуються з основними положеннями Оттавської Хартії. Теорія формування здорового способу життя ґрунтується на кількох основних ідеях, з яких складається певна ідеологія. По-перше, – це ідея пріоритету цінності здоров’я в світоглядній системі цінностей людини. По-друге, – це розуміння здоров’я не тільки як стану відсутності захворювань або фізичних вад, а ширше – як стану повного благополуччя. По-третє, – це ідея цілісного розуміння здоров’я як феномена, що невід’ємно поєднує його чотири сфери – фізичну, психічну, соціальну і духовну. Четверта ідея полягає в тому, що відповідальність за своє здоров’я несе, передусім, сама людина, хоча і держава, і суспільство також несуть відповідальність за здоров’я населення [2, с. 35].

У світовій практиці формування здорового способу життя розглядають як процес запровадження зусиль для сприяння поліпшенню здоров’я і благополуччя взагалі, що включають у себе розробку та впровадження ефективних програм, послуг та політики, які можуть сприяти підтримці та поліпшенню існуючого рівня здоров’я, а також сприяють створенню умов для посилення людьми контролю над власним здоров’ям і покращити його.

Метою формування здорового способу життя є сприяння досягненню в широкому розумінні благополуччя і здоров’я для всіх, на всіх рівнях, у всіх сферах, з усіма передумовами [2].

Оскільки формування та ведення здорового способу життя є для людини власним вибором і, фактично, філософією свого життя, що обумовлює встановлення певних норм та правил в організації своєї життєдіяльності, виборі пріоритетів та активностей, особливе значення в забезпеченні успіху публічного управління в сфері формування та розповсюдження здорового способу життя посідає молодь. Зазначимо, що в Декларації «Про загальні засади державної молодіжної політики в Україні» серед головних напрямів державної молодіжної політики визначається «охорона здоров'я молоді, формування у неї глибокої потреби в духовному і фізичному розвитку, вжиття інших заходів, які б забезпечували здоровий генофонд народу України» [1].

Науковці визначають такі основні напрями формування здорового способу життя, які є взаємопов’язаними між собою: формування сприятливої для здоров`я державної політики; створення сприятливого соціоекологічного середовища; підвищення активності громад; розвиток персональних навичок; переорієнтація служб охорони здоров`я.

Слід зазначити, що основою діяльності в сфері публічного управління щодо формування здорового способу життя молоді є розробка та впровадження різноманітних проектів в цій сфері, що можуть мати різне спрямування та масштаб. Такі проекти повинні бути спрямовані на досягнення основної мети у цій сфері – покращення здоров`я окремих осіб, груп людей, спільнот країн. Відповідно, кожен з цих проектів повинен спиратися на реальні та об’єктивні умови, визначені на основі відповідних досліджень, мати чітку, зрозумілу та досяжну мету, спиратись на відповідні принципи та стратегії й передбачати механізми реалізації запланованих інтервенцій.

При цьому вважається, що одним з найбільш важливих механізмів формування здорового способу життя є створення умов, спроможності і можливості для окремих осіб, груп людей, громад позитивно впливати на проблеми здоров`я. Створення засобами формування здорового способу життя того розуміння, що тільки самим особам (групам, громадам) в першу чергу, а не державі чи спеціальним інституціям належить право вибору поведінки (право ініціатив, рішень, дій), істотно підвищує контроль за власною життєдіяльністю і, відповідно, збільшує потенції позитивних впливів на проблеми власного здоров`я.

Ключовими принципами сучасної політики здорового способу життя є відповідальність держави за стан індивідуального і громадського здоров’я; багатосторонність підходів, урахування різнопланових детермінант здоров’я; доступність та універсальність послуг, що формують основи здоров’я людини; оперативність і гнучкість у реагуванні на потреби та виклики політики здорового способу життя; активізація участі населення в програмах здорового способу життя та наявність громадського контролю.

Отже, на сучасному етапі наукові підходи щодо здоров’я та формування здорового способу життя, а також процес формування і реалізації державної молодіжної політики в цій сфері потребують інтегрованого підходу. Вченими, що представляють різні професійні напрям давалися різні визначення та підходи понять здоров’я, здорового способу життя та публічного управління в цій сфері. Проте, спільним для них є застосування соціально-філософського підходу до вивчення проблем здоров’я, розуміння важливості формування у свідомості людей необхідності дотримуватися норм здорового способу життя, а також інтегральності складових здоров’я і зумовленості його цілим рядом факторів, зневага до хоч якогось з них може призвести до значних негативних наслідків. При цьому ефективна та сучасна політика формування здорового способу життя має ґрунтуватися на наукових засадах та сучасних здобутках епідеміології та доказової медицини.

Зазначимо, що у міжнародній та національній практиці формування здорового способу життя молоді напрацьовані різні методи роботи з молоддю, обґрунтоване використання яких є доцільним в реалізації цього напряму державної молодіжної політики в нашій державі. До таких методів належать лекції, кіно- та відеолекторії, бесіди, диспути, дискусії, ігри та рольові ігри, тренінги, використання засобів масової інформації, науково-популярних матеріалів (буклетів, брошур, книг тощо), соціальна реклама. Всі вони мають як свої переваги так і недоліки. Використання вдало підібраного комплексу методів для різних цільових груп може стати одним із факторів успішності заходів з формування здорового способу життя серед молоді.

**Список використаної літератури**

1. Про загальні засади державної молодіжної політики в Україні, Декларація № 2859-XII від 15 грудня 1992 року [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2859-12
2. Формування здорового способу життя. Навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пєша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. О. Вакуленко). – К.: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2018. – 100 с.