

DOI 10.24144/2077-6594.4.1.2022.277078
УДК 316.728:616-057.87

Жданова О.В.

Вплив війни та дистанційної форми навчання на стан здоров'я студентів: за даними соціологічного дослідження

ДВНЗ «Ужгородський національний університет»,
м. Ужгород, Україна

Zhdanova O.V.

The impact of war and distance learning on the health of students: according to a sociological study

Uzhhorod National University,
Uzhhorod, Ukraine

zhdanova5775@gmail.com

Вступ

Збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді є складною та багатогранною проблемою. Стан здоров'я студентів як інтелектуального, так і трудового потенціалу є актуальною проблемою будь-якої країни [1]. Дослідженням даного питання займаються науковці в більшості країн світу [2]. Зростання вимог до рівня підготовки спеціалістів у вищих навчальних закладах спричиняє перенавантаження студентів та погіршення їхнього здоров'я, що призводить до фізичного та ментального перенавантаження та виснаження адаптивних резервів нервової, ендокринної та імунної систем і збільшує ризики розвитку захворювань [3,4]. В доступних джерелах інформації вказується на те, що за період навчання здоров'я студентів погіршується [5]. При цьому на стан здоров'я студентів негативно впливають такі фактори як нераціональне харчування, часті стреси, матеріально-побутові умови проживання та навчання, які не відповідають нормативам, гіподинамія, тютюнокуріння, зловживання алкоголем, неконтрольоване приймання ліків тощо [6,7].

Характерною особливістю останнього часу є пандемія та війна проти російської агресії. На їх фоні змінилися умови підготовки спеціалістів у вищій школі із впровадженням дистанційної форми навчання. Проведений нами аналіз публікацій щодо впливу війни проти російської агресії на стан здоров'я населення України показав на погіршення стану здоров'я населення в цілому [8], зниження рівня відношення до особистого здоров'я [9] та здоров'язберігаючої поведінки [10].

Мета: дослідити вплив війни та дистанційної форми навчання на стан здоров'я студентів.

Матеріали та методи

Матеріали: результати соціологічного опитування 407 студентів. Дослідження проводилося за спеціально розробленою анкетною. Досліджувався вплив на здоров'я студентів дистанційної форми навчання, яка була запроваджена в зв'язку з пандемією COVID-19, а потім і в зв'язку із війною проти російської агресії. Методи: бібліосемантичний, соціологічний, медико-статистичний,

структурно-логічного аналізу. В ході дослідження збережено конфіденційність даних про респондентів.

Результати дослідження та їх обговорення

На першому етапі дослідження було встановлено рівень відношення студентів до особистого здоров'я в різні періоди дослідження. Отримані результати наведено в табл. 1.

Аналіз наведених в табл. 2 результатів дослідження вказує на те, що в ранзі особистих цінностей на першому місці всі періоди дослідження є матеріальне благополуччя. В рейтинговій оцінці особистих цінностей інші місця займають цінності в залежності від періоду дослідження:

- в звичайних умовах наступні місця займають рівень оволодіння професією, перспективи по закінченню навчання, створення майбутньої сім'ї;
- в період дистанційної форми навчання наступні місця займають перспективи по закінченню створення перспективи по закінченню навчання та створення майбутньої сім'ї, а також рівень оволодіння професією;
- з початком війни особисті цінності міняються і провідними становляться особиста безпека та безпека рідних, а також перспективи по закінченню навчання.

Особисте здоров'я, як пріоритет в рейтингу особистих цінностей в звичайних умовах займає ґ місце, в період дистанційної форми навчання ґ місце, а з початком війни знову на ґ місці.

Цікавими є результати дослідження щодо оцінки респондентами соціально-психологічної оцінки відповідального ставлення до особистого здоров'я. Вони вказують на те, що більшість студентів мають недостатнє розуміння важливості значення та необхідних механізмів формування відповідального ставлення до особистого здоров'я, рівень якого із часом та складністю ситуації в країні підвищується.

Наступним кроком дослідження було вивчення та проведення аналізу способу життя студентів в зазначених умовах навчання. До анкети були внесені питання, якими визначаються такі характеристики життя студентів, які негативно впливають на стан здоров'я. Отримані результати наведено в табл. 2.

Таблиця 1. Результати дослідження ціннісних оцінок студентами особистого здоров'я в системі інших особистих цінностей

Особиста цінність	В звичайних умовах		В період дистанційної форми навчання		З початком війни	
	бали	ранг	бали	ранг	бали	ранг
Особисте здоров'я	6,7	У	7,4	Ш	6,5	У
Матеріальний добробут	7,9	І	8,1	І	8,4	І
Особиста безпека	2,8	УІ	2,9	У	7,9	ІІ
Безпека рідних	2,7	УІІ	2,9	У	7,5	ІІІ
Рівень оволодіння професією	7,8	ІІ	6,9	ІУ	5,8	УІІ
Формування майбутньої сім'ї	7,4	ІУ	7,9	ІІ	6,4	УІ
Перспективи по закінченню навчання	7,7	ІІІ	7,9	ІІ	7,3	ІУ
Соціально-психологічна оцінка відповідального ставлення до особистого здоров'я						
Здоров'я – це власні життєві ресурси	361	88,7	385	94,6	349	85,7
Відповідальне ставлення до особистого здоров'я – це прояв сили волі	211	51,8	239	58,7	257	63,1
Здатність управляти своєю поведінкою	179	43,9	227	55,8	241	59,2
Здатність управляти своєю діяльністю по збереженню та зміцненню особистого здоров'я	259	63,6	301	73,9	315	77,4
Це розширення обсягу персональних знань	164	40,3	159	39,1	151	37,1
Це прояв сили волі	209	51,4	284	69,8	304	74,7
Це соціальна цінність	317	77,9	297	72,9	274	67,3
Свідома необхідність здорового способу життя	314	77,1	319	78,4	386	94,8

Таблиця 2. Характеристика способу життя, %

Особиста цінність	В звичайних умовах		В період дистанційної форми навчання		З початком війни	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Тютюнопаління	211	51,8	296	72,7	302	74,2
Вживання алкоголю	121	29,7	184	45,2	215	52,8
Зловживання алкоголю	32	7,9	47	11,5	69	16,9
Нераціональне харчування	197	48,8	249	61,2	311	76,4
Низький рівень фізичної активності	72	17,7	294	72,2	353	86,7
Більше 6 годин на добу перебування за персональним комп'ютером	76	18,7	372	91,4	384	94,3
Перебування в постійному психоемоційному навантаженні	34	8,4	169	41,5	328	80,6
Страх за особисте життя	-	-	198	48,6	302	74,2

Особиста цінність	В звичайних умовах		В період дистанційної форми навчання		З початком війни	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Страх за життя рідних	-	-	211	51,8	384	94,3
Байдуже відношення до особистого зовнішнього вигляду	27	6,6	196	48,2	241	52,6
Байдуже відношення до результатів навчання	34	8,4	212	52,1	182	44,7
Байдуже відношення до колег-студентів	39	9,6	309	75,9	219	53,8

Аналіз наведених в табл. 2 результатів дослідження вказує на те, що в зв'язку з запровадженням дистанційної форми навчання при пандемії COVID-19 та в умовах війни проти російської агресії достовірно вищим у студентів став рівень тютюнопаління та вживання алкоголю при зниженні здорового способу життя. На даному етапі у студентів зафіксовано високий рівень чинників нездорового способу життя, які негативного впливають на здоров'я. До них відносяться: нераціональне харчування – 76,4%; низький рівень фізичної активності – 86,7%; більше 6 годин на добу перебування за персональним комп'ютером – 94,3% тощо.

В зв'язку з пандемією COVID-19 та в умовах війни проти російської агресії у студентів появились такі чинники, які поряд з іншими призводять до ментального виснаження як страх за особисте життя та життя рідних людей. Проявом ментального виснаження є високий рівень байдужого відношення до особистого зовнішнього вигляду (52,6%), до результатів навчання (44,7%) та колег-студентів (53,8%).

Далі вивчалися та аналізувалися дані дослідження щодо загальної оцінки студентами впливу війни та дистанційної форми навчання на стан їх здоров'я. Отримані результати дослідження наведено в табл. 3.

Таблиця 3. Загальна оцінка впливу війни та дистанційної форми навчання на стан здоров'я студентів, %

Показник	Дистанційної форми навчання		З початком війни	
	абс.	%	абс.	%
Вплинуло негативного	129	31,6	136	33,4
Більше вплинуло негативно ніж не вплинуло	185	45,5	216	53,1
Не вплинуло	39	9,6	24	5,9
Не визначився	54	13,3	31	7,6

Аналіз наведених в табл. 3 даних вказує на те, що на 77,1% респондентів дистанційна форма навчання в певній мірі негативно вплинула на стан здоров'я студентів, а з початком війни проти російської агресії стан здоров'я погіршився у 86,5% опитаних. Під час співбесід з респондентами було встановлено, що у 76,7% опитаних характерними симптомами є симптоми ментального виснаження: постійне відчуття, тривоги, страх за життя, порушення сну, неможливість концентрації уваги тощо.

Останнім кроком дослідження було вивчення рівня готовності студентів відповідально ставитися до особистого здоров'я. Дані дослідження наведено в табл. 4.

Аналіз наведених в табл. 4 результатів дослідження вказує на те, що тільки 19,4% студентів є повністю готовими відповідально ставитися до особистого здоров'я 38,1 є більше готовими ніж не готовими так діяти. При цьому негативним показником є те, що 14,0% є більш не готовими ніж готовими, 20,6% – не готові відповідально ставитися до особистого здоров'я та 7,9% в своєму рішенні не визначилися.

Таблиця 4. Рівень готовності студентів відповідально ставитися до особистого здоров'я, %

Показник	Результат дослідження	
	абс.	%
Повністю готовий	79	19,4
Більше готовий ніж не готовий	155	38,1
Більше не готовий ніж готовий	57	14,0
Не готовий	84	20,6
Не визначився	32	7,9

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою заходів мінімізації негативного впливу війни проти російської агресії та дистанційної форми навчання на стан здоров'я студентської молоді.

Висновки

В ході проведеного дослідження було встановлено наступне. Особисте здоров'я, як пріоритет в рейтингу особистих цінностей в звичайних умовах займає ґ місце, в період дистанційної форми навчання 3 місце, а з початком війни знову на ґ місці. Достовірно вищим у студентів став рівень тютюнопаління та вживання алкоголю при зниженні здорового способу життя. На даному етапі у студентів зафіксовано високий рівень чинників нездорового способу життя, які негативно впливають на здоров'я. До них відносяться: нерациональне харчування – 76,4%; низький рівень фізичної активності – 86,7%; більше 6 годин на добу перебування за персональним комп'ютером – 94,3% тощо.

В зв'язку з пандемією COVID-19 та в умовах війни проти російської агресії у студентів появилися такі чинники, які поряд з іншими призводять до ментального виснаження як страх за особисте життя та життя рідних людей. Проявом ментального виснаження є високий рівень байдужого відношення до особистого зовнішнього вигляду (52,6%), до результатів навчання (44,7%) та колег-студентів (53,8%).

Встановлено, що на 77,1% опитаних студентів дистанційна форма навчання в певній мірі негативно вплинула на стан здоров'я студентів, а з початком війни проти російської агресії стан здоров'я погіршився у 86,5% опитаних.

Література

1. Гребняк Н. П. Здоровье и образ жизни студентов / Н. П. Гребняк, В. П. Гребняк, В. В. Машинистов // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2007. – № 4. – С. 33-37.
2. Effect of reducing total fat intake on body weight: systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials and cohort studies / L. Hooper, A. Abdelhamid, H. J. Moore [et al.] // British Medical Journal. – 2012. – No. 12. – P. 12-15.
3. Баклыкова А. В. Здоровье и образ жизни студентов-медиков / А. В. Баклыкова // Молодой ученый. – 2010. – Т. 2, № 5. – С. 205-207.
4. Жданова О. В., Слабкий Г. О., Потокій Н. Й. Концептуальні підходи до забезпечення здорового способу життя студентської молоді // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. – 2020. – №2 (84). – С. 4-9.
5. Ждан В. М. Самооцінка студентською молоддю стану особистого здоров'я та характеристика їх звернень за медичною допомогою / В. М. Ждан, Г. О. Слабкий, О. В. Жданова // Світ медицини та біології. – 2019. – № 4 (70). – С. 71-75.
6. Гаркуша С. В. Характеристика стану здоров'я сучасної молоді в Україні / С. В. Гаркуша // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – 2013. – № 1 (107). – С. 92-95.
7. Слабкий Г. О. До питання формування у студентської молоді відповідального ставлення до особистого здоров'я / Г. О. Слабкий, О. В. Жданова // The unit of science. – 2020. – С. 142-144.
8. Миرونюк І.С., Слабкий Г.О., Щербінська О.С., Білак-Лук'ячук В.Й. Наслідки війни з російською федерацією для громадського здоров'я України. – Репродуктивне здоров'я жінки. – №8 (63)/2022. – С. 26-31.
9. Миرونюк Іван, Слабкий Геннадій, Білак-Лук'ячук Вікторія. Виклики для системи громадського здоров'я регіонального рівня в умовах воєнного стану в Україні (Challenges for the Regional Public Health System Under Martial Law in Ukraine). Ružomberské zdravotnícke dni 2022 – XVI. Ročník: Zborník z medzinárodnej konferencie. Ružomberok, 2022. С. 358-363.

References

1. Grebnyak N. P. Zdorov'ye i obraz zhizni studentov / N. P. Grebnyak, V. P. Grebnyak, V. V. Mashinistov // Problemy sotsial'noy gigiyeny, zdraookhraneniya i istorii meditsiny. – 2007. – № 4. – S. 33-37.
2. Effect of reducing total fat intake on body weight: systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials and cohort studies / L. Hooper, A. Abdelhamid, H. J. Moore [et al.] // British Medical Journal. – 2012. – No. 12. – R. 12-15.
3. Baklykova A. V. Zdorov'ye i obraz zhizni studentov-medikov / A. V. Baklykova // Molodoy uchenyy. – 2010. – T. 2, № 5. – S. 205-207.
4. Zhdanova O. V., Slabkiy G. O., Potokiy N. Y. Kontseptual'ni pidkhodi do zabezpechennya zdorovogo sposobu zhittya students'koï molodï // Visnik sotsial'noï gîgîeni ta organizatsii okhoroni zdorov'ya Ukraïni. – 2020. – №2 (84). – S. 4-9.
5. Zhdan V. M. Samoosínka students'koyu moloddyu stanu osobistogo zdorov'ya ta kharakteristika íkh zvernenn' za medichnoyu dopomogoyu / V. M. Zhdan, G. O. Slabkiy, O. V. Zhdanova // Svít meditsini ta biológii. – 2019. – № 4 (70). – S. 71-75.
6. Garkusha S. V. Kharakteristika stanu zdorov'ya suchasnoï molodï v Ukraïni / S. V. Garkusha // Visnik Chernîgîvs'kogo natsional'nogo pedagogîchnogo universitetu ímení T. G. Shevchenka. – 2013. – № 1 (107). – С. 92-95.
7. Slabkiy G. O. Do pitannya formuvannya u students'koï molodï vídpovídal'nogo stavlennya do osobistogo zdorov'ya / G. O. Slabkiy, O. V. Zhdanova // The unit of science. – 2020. – S. 142-144.

8. Mironyuk Í.S., Slabkiy G.O., Shcherbíns'ka O.S., Bílak-Luk'yanchuk V.Y. Naslídky víyni z rosíys'koyu federatsíeyu dlya gromads'kogo zdorov'ya Ukraїni. – Reprodukтивne zdorov'ya zhínki. – №8 (63)/2022. – S. 26-31.

9. Mironyuk Ívan, Slabkiy Gennadíy, Bílak-Luk'yanchuk Víkóriya. Vikliki dlya sistemi gromads'kogo zdorov'ya regional'nogo rívnnya v umovakh voėnnogo stanu v Ukraїni (Challenges for the Regional Public Health System Under Martial Law in Ukraine). Ružomberské zdravotnícke dni 2022 – XVI. Ročník: Zborník z medzinárodnej konferencie. Ružomberok, 2022. S. 358-363.

Дата надходження рукопису до редакції: 19.10.2022 р.

Мета: дослідити вплив війни та дистанційної форми навчання на стан здоров'я студентів.

Матеріали та методи. Матеріали: результати соціологічного опитування 407 студентів. Методи: бібліосемантичний, соціологічний, медико-статистичний, структурно-логічного аналізу.

Результати. Встановлено, що на 77,1% опитаних студентів дистанційна форма навчання в певній мірі негативно вплинула на стан здоров'я студентів, а з початком війни проти російської агресії стан здоров'я погіршився у 86,5% опитаних. При цьому особисте здоров'я, як пріоритет в рейтингу особистих цінностей в звичайних умовах займає V місце, в період дистанційної форми навчання – III місце, а з початком війни знову на V місці. Достовірно вищим у студентів став рівень тютюнопаління та вживання алкоголю при зниженні рівня здорового способу життя.

Висновки. Війна проти російської агресії та дистанційна форма навчання негативно вплинули на стан здоров'я студентської молоді.

Ключові слова: студенти, війна, дистанційна форма навчання, здоров'я, вплив, самооцінка.

Aim: to study the impact of war and distance learning on the health of students.

Materials and methods. Materials: results of sociological survey of 407 students. Methods: bibliosemantic, sociological, medico-statistical, of structural-and-logical analysis.

Results. It was found that for 77.1% of surveyed students distance learning to some extent negatively affected their health, and with the beginning of the war against Russian aggression, the state of health worsened in 86.5% of respondents. At the same time, personal health, as a priority in the rating of personal values under normal conditions, takes the fifth position, during the period of distance learning – the third place, and with the beginning of the war again is in the fifth position. The level of smoking and alcohol consumption became significantly higher among students alongside with reducing the level of a healthy lifestyle.

Conclusions. The war against Russian aggression and distance learning had a negative impact on the health of students.

Key words: students, war, distance learning, health, impact, self-esteem.

Відомості про автора

Жданова Оксана Вячеславівна – аспірант Ужгородського національного університету; 88000, Україна, м. Ужгород, вул. Митна 27.
zhdanova5775@gmail.com.