

АНТРОПОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ СОСТОЯНИЯ АДАПТАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ ОРГАНИЗМА: ПОИСКИ И ПЕРСПЕКТИВЫ РЕШЕНИЯ

*И. В. Сергета, Л. И. Григорчук, Абдельхай Абунада,
Т. И. Гончарук, В. М. Махнюк, Т. Л. Коваленко*

Винницкий государственный медицинский университет им. Н. И. Пирогова

В целом ряд исследований в области медицинской антропологии, проведенных в последние годы, к числу приоритетных проблем, подлежащих первоочередному изучению и анализу, относят проблему комплексной всесторонней оценки состояния адаптационных ресурсов организма детей, подростков и молодежи.

Действительно, среди важнейших звеньев как общего адаптационного процесса в целом, так и многих его составляющих, прежде всего социальной и профессиональной адаптации, особое, в большинстве случаев определяющее, место принадлежит психической, психофизиологической и социально-психологической адаптации, целью которых является обеспечение оптимальной сбалансированности личности и окружающей среды, а также наиболее полная реализация информационно-энергетической программы развития и становления растущего организма. Необходимо подчеркнуть, что именно в условиях рациональной организации учебной и внеучебной деятельности, а этот аспект проблемы изучен наиболее глубоко и скрупулезно, создаются все необходимые предпосылки для успешной реализации мотивированного поведения, достижения высокого уровня организации различных психофизиологических соотношений гомеостатических механизмов, сохранения и

укрепления соматического и психического здоровья.

В ходе настоящего исследования разработаны и апробированы гигиенические и антропологические подходы к обоснованию адекватных и эффективных критериев оценки особенностей психофизиологической адаптации учащихся и студентов к выполнению типичной для них учебной деятельности в стенах средних и высших учебных заведений.

Выявлено, что изучение закономерностей индивидуального течения адаптационных преобразований на основе сопоставления критериальных характеристик процессов формирования и развития ведущих психофизиологических и психологических показателей функционального состояния организма позволяет получить достаточно четкое представление о совокупном состоянии социально- и профессионально-значимых характеристик организма в конкретный период времени, а также направленности изменений с их стороны в дальнейшем. Предложен комплексный критерий оценки последних – индекс психофизиологической адаптации, использование которого предоставляет возможность унифицировать существующие методики определения тенденций формирования психофизиологического и психологического статуса растущего организма.

ПСИХОГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ МЕДИЦИНСКОЙ АНТРОПОЛОГИИ

*И. В. Сергета, Л. Ю. Погорелая, Т. В. Шевчук, Абдельхай Абунада,
Н. А. Редчиц, С. В. Пудеев, К. А. Зайцева*

Винницкий государственный медицинский университет им. Н. И. Пирогова

К числу ведущих психогигиенических мероприятий современной гигиены детей,

подростков и молодежи, подлежащих первоочередному использованию в ходе прак-