

В І Д Г У К

офіційного опонента

на дисертацію Тимощук Оксани Василівни на тему:

“Наукові основи комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей учнівської і студентської молоді, що перебуває в умовах сучасних закладів освіти різних типів”, що подана на здобуття наукового ступеня доктора медичних наук за спеціальністю “14.02.01 – Гігієна та професійна патологія”

Актуальність теми. Якість життя, пов'язана із здоров'ям, являє собою інтегральну характеристику фізичного, психологічного, емоційного і соціального функціонування організму людини, що відтворює її суб'єктивне сприйняття власного соматичного та психічного стану в безпосередньому зв'язку з фактичним станом здоров'я та характером адаптації в оточуючому середовищі. В умовах сьогодення суттєве занепокоєння викликає не тільки постійно зростаючий рівень захворюваності юнаків та дівчат, але й несприятливі тенденції стосовно зниження середньої тривалості життя населення та негативні зміни у загальній демографічній ситуації, яка особливо загострилася в останні роки. Саме тому збереження та зміцнення здоров'я учнівської молоді, формування у них стійких навичок дотримання здорового способу життя на даний момент є однією з актуальних проблем. Водночас, забезпечення високого рівня якості освіти в сучасних освітніх закладах є надзвичайно важливим на етапі стрімкого розвитку суспільства і неможливим без подальшого удосконалення вже існуючих та розробки нових здоров'язберігаючих технологій з урахуванням якості життя учнів та студентів.

Світова практика підтверджує надзвичайно високу актуальність та доцільність проведення наукових досліджень, які вивчають питання оптимізації різних видів адаптації та спрямовані на визначення якості життя учнівської та студентської молоді під час навчання в сучасних закладах освіти різних типів. Тому, адаптаційні процеси необхідно розглядати як структурно-функціональну організацію фізіологічних систем організму, яка у разі зміни умов навчальної діяльності досить швидко та точно забезпечує досягнення і генетично

детермінованих, і набутих у процесі життєдіяльності цілей організму. Також, слід зазначити, що кінцевим результатом адаптаційного процесу є оптимальний рівень реалізації психофізіологічних функцій та особливостей особистості при мінімальній складності структур, які відповідають за ці процеси та здійснюють відповідні поведінкові реакції. Дослідження сучасних джерел наукової літератури переконливо підтверджують той факт, що адаптаційно-орієнтований підхід та дослідження якості життя, пов'язаної із здоров'ям юнаків і дівчат, є пріоритетними методами для проведення адекватного розгляду та дослідження проблематики донозологічної діагностики і профілактики та характеризуються широким колом можливостей їх різностороннього застосування у практичну діяльність профілактичної медицини.

Отже, наукове дослідження О.В. Тимошук на тему: “Наукові основи комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей учнівської і студентської молоді, що перебуває в умовах сучасних закладів освіти різних типів”, яке присвячене вивченню вищезазначених питань, необхідно визнати, як надзвичайно актуальне, таке, що відповідає сучасним потребам та виконується цілком своєчасно.

Метою дисертаційної роботи є розроблення і обґрунтування наукових основ комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей учнівської і студентської молоді, що перебуває в умовах сучасних закладів освіти різних типів.

Відповідно до неї автором було визначено 9 завдань, які були спрямовані на проведення порівняльної гігієнічної оцінки особливостей житлово-побутових і соціальних умов життя, режиму дня, дослідження особливостей якості життя учнівської і студентської молоді й процесів розвитку психофізіологічних функцій організму та проведення їх узагальненої комплексної психогігієнічної оцінки. Також передбачалося вивчення процесів формування особистості юнаків і дівчат й встановлення взаємозв'язків між показниками, які характеризують критеріальні складові якості життя та функціональні можливості організму, рівень розвитку психофізіологічних функцій і особливостей перебігу адаптації учнів та студентів.

Шляхом використання методик багатовимірного статистичного аналізу і прогнозування, передбачалося наукове обґрунтування комплексної гігієнічної оцінки якості життя та особливостей перебігу психофізіологічної і психічної адаптації учнів та студентів із подальшою розробкою, науковим обґрунтуванням і впровадженням програми їх покращання, розробки прогностичних критеріїв оцінки перебігу процесів формування показників якості життя та адаптаційних процесів у контексті запровадження здоров'язберігаючих технологій.

Таким чином, проблему, що піднімається та цілком адекватно вирішується у дисертаційному дослідженні Тимошук Оксани Василівни, яке подане на здобуття наукового ступеня доктора медичних наук, слід визнати надзвичайно важливою як у теоретичному розумінні, так і з точки зору реалізації прикладних практично-значимих аспектів роботи.

Дослідження, які здійснювались під час виконання дисертаційної роботи, проводились на базі п'ятиох сучасних закладів освіти: Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, Івано-Франківського фінансово-комерційного кооперативного коледжу імені С. Граната, Івано-Франківського музичного училища імені Дениса Січинського, Івано-Франківського професійного ліцею автомобільного транспорту і будівництва №15 та Івано-Франківської школи для обдарованих дітей із сільської місцевості. Загалом протягом періоду спостережень було обстежено 420 учнів і студентів, в тому числі 210 дівчат та 210 юнаків, які навчались в закладах освіти різних типів та перебували як у природних, так і преформованих, в результаті використання розробленої програми психофізіологічного впливу на організм, психогігієнічної корекції процесів формування особливостей особистості та покращення якості життя учнів і студентів, умовах.

До основних методів наукових досліджень, які використовувались, було віднесено гігієнічні методи, що засовувались для оцінки умов перебування учнів і студентів та особливостей організації навчального процесу у закладах освіти різних типів; медико-соціологічні методи, що використовувались для вивчення умов життя, режиму дня та медико-соціальних аспектів поширення зрушень у

стані здоров'я дівчат і юнаків; епідеміологічні методи, що запроваджувались для дослідження особливостей стану здоров'я учнів та студентів; психофізіологічні методи, що застосовувались для оцінки психофізіологічних особливостей функціонального стану організму юнаків і дівчат; психодіагностичні і психологічні методи, що були необхідні для вивчення особливостей особистості учнів і студентів; методи багатовимірного статистичного аналізу і прогнозування, що використовувались для розробки програми психофізіологічного впливу на організм, психогігієнічної корекції процесів формування особливостей особистості та покращення якості життя учнів і студентів.

Дисертаційна робота, представлена на рецензування, включена до зведеного комплексного плану науково-дослідних робіт Івано-Франківського національного медичного університету “Вивчення особливостей психофізіологічного стану дітей, підлітків і студентів Прикарпатського регіону у період запровадження освітніх інновацій”.

Необхідно зауважити, наукова новизна дисертаційної роботи обумовлена істотним розширенням уявлень про показники якості життя та їх участь у процесах оцінки особливостей розвитку професійно-значущих психофізіологічних функцій і особливостей особистості учнівської молоді на етапі формування вихідних, донозологічних за змістом, зрушень у стані здоров'я. Обґрунтовано наукові основи комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей юнаків і дівчат. Проведено поглиблену гігієнічну оцінку особливостей житлово-побутових і соціальних умов життя, режиму дня, особливостей протікання процесів адаптації до навчання та стану соматичного і психічного здоров'я юнаків і дівчат із дослідженням особливостей їх якості життя і процесів розвитку психофізіологічних функцій організму та особливостей особистості у період перебування в закладах освіти. Визначено взаємозв'язки між показниками критеріальних характеристик якості життя та функціональних можливостей організму, рівень розвитку психофізіологічних функцій і особливостей особистості, особливості протікання психофізіологічної і психічної адаптації учнів та студентів.

Практичне значення отриманих результатів дисертаційної роботи полягає у розробці діагностично-профілактичної програми психогігієнічної корекції процесів формування особливостей особистості та покращання якості життя учнів і студентів закладів освіти різних типів та методики бальної оцінки рівня вираження показників якості життя учнів і студентів сучасних закладів освіти різних типів.

Здобувачка самостійно визначила напрям і програму дослідження, науково обґрунтувала вибір основних методик дослідження, збирала та статистично опрацювала отримані матеріали, розробила діагностично-профілактичну програму психогігієнічної корекції процесів формування особливостей особистості та покращання якості життя учнів і студентів закладів освіти різних типів та бальної оцінки рівня вираження показників якості життя учнів і студентів сучасних закладів освіти різних типів.

Слід визнати, що дисертація Тимощук О. В. написана грамотною українською мовою, має традиційну для наукових досліджень зазначеного кваліфікаційного рівня структуру і складається з анотації, вступу, огляду літератури, розділу, в якому викладені основні положення організації наукових досліджень та визначена їх методологічна база, 10 розділів власних досліджень, розділу, який вміщує дані аналізу та узагальнення результатів, висновків, списку використаних джерел літератури, додатків.

Проводячи вивчення кожного розділу дисертації зокрема, необхідно відмітити, що у “Вступі” авторка представляє незаперечні дані стосовно актуальності проведеного дослідження, відокремлює невирішені раніше проблемні питання сучасної медицини у освітніх закладах різних типів, які стають підґрунтям для обґрунтування мети і завдань наукової роботи, встановлює зв’язок роботи з науковими програмами, обґрунтовує наукову новизну і практичну значущість дисертації, наводить дані щодо особистої участі здобувача, апробації отриманих результатів дослідження та публікацій у науковій періодиці.

Проведений здобувачкою аналіз даних сучасної літератури, наведений у першому розділі “Гігієнічні аспекти комплексної оцінки якості життя, психічного

здоров'я та основних характеристик протікання процесів психофізіологічної та психічної адаптації учнів та студентів сучасних освітніх закладів”, який складається з трьох підрозділів, дозволяє визначити цілий комплекс невирішених питань з проблем запровадження психогігієнічного підходу до аналізу і оцінки психічного здоров'я та основних характеристик протікання процесів психофізіологічної та психічної адаптації учнів та студентів сучасних освітніх закладів різних типів.

У другому розділі роботи висвітлені дані щодо програмно-цільової організації наукового дослідження, представлені усі методи, які застосовувались для проведення санітарно-гігієнічної оцінки умов перебування школярів та студентів у освітніх закладах різних типів та в умовах позанавчального перебування, дослідження соціально-гігієнічних аспектів життєдіяльності учнів та студентів і способу їх життя, дослідження психофізіологічних функцій організму та особливостей особистості, проведення оцінки рівня якості життя, вивчення стану здоров'я та адаптаційних можливостей організму, багатовимірного статистичного аналізу отриманих результатів та їх прогностичної оцінки, наведені головні принципи запровадження діагностично-оздоровчої програми психогігієнічної корекції порушень психофізіологічної і психічної адаптації та зрушень у стані здоров'я учнів та студентів сучасних закладів освіти різних типів, що була розроблена.

Важливе місце у структурі досліджень, спрямованих на визначення особливостей адаптаційних процесів, займають, представлені у третьому розділі дисертації, результати гігієнічної оцінки умов внутрішньошкільного середовища, житлово-побутових і соціальних умов життя, режиму повсякденної діяльності, рівня навчальної адаптації та стану здоров'я учнів та студентів сучасних закладів освіти різних типів. Результати гігієнічної оцінки режиму дня учнів та студентів сучасних закладів освіти надають можливість виявити достатньо суттєві відхилення від загальноприйнятих нормативних значень з боку показників провідних форм організації навчальної і позанавчальної діяльності. У першу чергу, це стосується суттєвого перевищення показників максимально-допустимої

тривалості їх денного перебування у закладах освіти та тривалості часу, що був потрібний для виконання домашніх завдань.

У наступному розділі, який присвячений визначенню провідних характеристик якості життя, здобувачкою встановлено, що за більшістю досліджуваних характеристик їх значення, властиві для учнів і студентів, перевищували рівень стандартизованих популяційних показників, встановлений для їх віку. В ході проведених досліджень особливостей якості життя учнівської і студентської молоді на підставі використання опитувальника “SF-36 Health Status Survey” встановлено, що найвищі показники, незалежно від статі, реєструвались за шкалами фізичного функціонування Physical Functioning (PF), впливу больових відчуттів на здатність до ефективного виконання повсякденної діяльності Bodily Pain (BP) та впливу фізичного стану на рольове функціонування Physical Functioning (RP). Найнижчі показники спостерігались за шкалами самооцінки психічного здоров'я Mental Health (MH), життєздатності Vitality (VT), а також, в найбільш значущій мірі, соціального функціонування Social Functioning (SF). Звертали на себе увагу виражені (а в деяких випадках суттєво виражені ($p < 0,05-0,001$)) статеві відмінності з боку показників ЯЖ за шкалами життєздатності Vitality (VT), впливу фізичного стану на рольове функціонування Physical Social Functioning (SF) та фізичного функціонування Physical Functioning (PF). Найвищий рівень показників якості життя спостерігався серед учнів ліцею і студентів університету, найнижчий – серед учнів школи і училища. За більшістю досліджуваних характеристик показники якості життя учнівської молоді перевищували рівень стандартизованих популяційних показників, встановлений для віку 18-24 років.

Важливе місце у структурі дисертаційної роботи посідають і дослідження особливостей швидкості зорово-моторної реакції та інших характеристик функціонального стану організму, за якими було встановлено, що найкращі з адаптаційних позицій показники вищої нервової діяльності організму, які характеризуються найменшими величинами латентного періоду простої і диференційованої зорово-моторної реакції спостерігались серед юнаків і дівчат,

які перебували в умовах університету, найгірші – були властиві для юнаків і дівчат, які навчались в умовах школи. Проте статистично-значущі відмінності були виявлені лише у разі порівняння результатів досліджень простої зорово-моторної реакції, отриманих серед юнаків, які перебували в умовах університету і школи. Стативно-значущі розбіжності були виявлені також лише під час визначення особливостей простої зорово-моторної реакції у юнаків і дівчат, які навчались в умовах сучасної школи.

Вивчення особливостей процесів формування особливостей особистості учнів та студентів у період перебування в закладах освіти у природних умовах при різних типах організації системи навчального процесу, які досліджувались у п'ятому розділі, надало можливість провести їх узагальнену комплексну психогігієнічну оцінку. Так, під час визначення характеристик темпераменту встановлено, що найвищі значення величин його показників за шкалою екстраверсії-інтроверсії спостерігались серед юнаків, які перебували в умовах університету, та дівчат, які навчались в училищі, в той же час, найнижчі показники були виявлені серед юнаків, які перебували в умовах ліцею, та учнів, які навчались у школі, передусім серед дівчат.

У шостому розділі під час здійснення гігієнічної оцінки характеристик темпераменту учнів та студентів, які перебувають в умовах навчання в сучасних закладах освіти різних типів, встановлено, що найвищі значення величин його показників за шкалою екстраверсії-інтроверсії спостерігались серед юнаків, які перебували в умовах університету, та дівчат, які навчались в училищі, в той же час найнижчі показники були виявлені серед юнаків, які перебували в умовах ліцею, та учнів, які навчались у школі, передусім серед дівчат. Серед обстежуваних категорій ані статистично-значущих відмінностей залежно від закладу освіти, ані статистично-значущих стативно-обумовлених відмінностей виявлено не було. Найвищі значення величин показників темпераменту учнів та студентів, які перебувають в умовах навчання в сучасних закладах освіти різних типів, за шкалою нейротизму реєструвались серед юнаків і дівчат, які перебували в умовах університету та училища, водночас, найнижчі показники були властиві

для юнаків і дівчат, які навчались у коледжі та школі. Необхідно відзначити і той факт, що під час проведення дисертаційного дослідження спостерігався цілий ряд статистично-значущих відмінностей між юнаками, що перебували в умовах коледжу та університету, коледжу та училища, а також реєструвались статево-зумовлені розбіжності між юнаками і дівчатами, які навчались у коледжі і школі.

У цьому розділі представлені дані, отримані під час визначення характеристик депресивних проявів провідних особистісних рис, що надали можливість виявити цілий ряд ознак пригнічення загального психоемоційного стану, що засвідчують наявність напруження механізмів, які забезпечують перебіг адаптаційно-значущих процесів, властивих для організму юнаків і дівчат. Так, найвищі значення величин показників депресивного стану і у юнаків, і у дівчат були відмічені в університеті та в ліцеї. При цьому найкращі адаптаційно-значущі значення величини проявів депресивних ознак, як і в попередньому випадку, були зафіксовані у юнаків коледжу і училища та дівчат коледжу і школи. Статево-зумовлених розбіжностей серед обстежуваних категорій та статистично-значущих відмінностей між представниками окремих закладів освіти виявлено не було. Крім того, і у випадку застосування для оцінки особливостей психічного стану методики колірних виборів Люшера незалежно від особливостей організації навчального процесу реєструвались певні прояви напруження адаптаційно-значущих механізмів пристосування, які забезпечують перебіг процесів психічної адаптації юнаків і дівчат.

Дані кластерного аналізу характеристик якості життя і особливостей особистості, які описані у восьмому розділі дають можливість виявити наступні угруповання досліджуваних показників: кластер, пов'язаний із провідними показниками якості життя, що об'єднував характеристики якості життя за шкалами Bodily Pain (шкала болю), Physical Functioning (шкала фізичного функціонування), Mental Health (шкала психічного здоров'я), General Health (шкала загального здоров'я), Vitality (шкала життєздатності) і Social Functioning (шкала соціального функціонування), нервово-психічний кластер, який поєднував у собі показники особистісної тривожності, ситуативної тривожності,

депресивного стану і астеничного стану, а також інтегральний кластер, що включав у свою структуру характеристики якості життя за шкалами Role-Emotional (шкала рольового емоційного функціонування) і Role-Physical (шкала рольового фізичного функціонування) та показники РСК у галузі здоров'я і хвороби та нейротизму.

Методика комплексної оцінки якості життя та особливостей перебігу психофізіологічної адаптації і психічної адаптації учнів і студентів сучасних закладів освіти різних типів, яка була розроблена, представлена у дев'ятому розділі. Вона надає можливість як визначити особливості процесів формування критеріальних показників якості життя, так і встановити особливості перебігу процесів психофізіологічної адаптації і психічної адаптації учнів і студентів, які навчаються в сучасних закладах освіти різних типів, обґрунтувати адекватні до вимог функціональних і адаптаційних можливостей особистості індивідуалізовані за змістом і спрямуванням стратегії запровадження засобів психофізіологічного впливу та психогігієнічної корекції відхилень, що мають місце.

У останньому, десятому, розділі описані результати, які підтверджують той факт, що застосування розробленої програми психофізіологічного впливу на організм, психогігієнічної корекції процесів формування особливостей особистості та покращення якості життя учнів і студентів, основними складовими якої є: визначення ступеня розвитку певних психофізіологічних функцій, особливостей особистості і характеристик якості життя індивідуально у кожного учня та студента і врахування основних тенденцій їх розвитку в конкретних умовах організації освітнього процесу (етап психодіагностики та гігієнічної оцінки наявного рівня розвитку психофізіологічних функцій і особливостей особистості), виконання вправ для зняття м'язової втоми, застосування вправ ізометричної гімнастики, дихальної гімнастики та заняття вправами несиметричної гімнастики (етап фізичного впливу), застосування психофізіологічного компоненту розробленої програми (етап психофізіологічного впливу), використання психогігієнічного компоненту розробленої програми (етап психогігієнічної корекції), створює суттєві передумови для розвитку позитивних

змін з боку основних ознак протікання процесів психофізіологічної адаптації і психічної адаптації та характеристик якості життя юнаків і дівчат сучасних освітніх закладів різних типів.

Дані аналізу одержаних результатів, наведені в розділі, що присвячений їх аналізу та узагальненню, та висновки дисертації цілком органічно впливають з матеріалів дослідження, всебічно віддзеркалюють його результати, відзначаються високим ступенем логічності та привертають на себе увагу науковою новизною та практичною значущістю.

За темою дисертації опубліковано 57 наукових праць, в тому числі: 22 статті, з яких 6 робіт представлені у наукових періодичних фахових виданнях України, 9 публікацій – у наукових періодичних виданнях інших держав, 7 статей – у наукових періодичних виданнях України, які включені до міжнародних наукометричних баз, та 35 тез доповідей, видано методичні рекомендації і навчально-методичний посібник, отримане авторське право на твір.

Позитивної оцінки заслуговує надзвичайно велика увага, що приділена здобувачем проблеми пропагування результатів проведеної дисертаційної роботи та, у зв'язку з цим, впровадженню оригінальних доробок у навчальний процес закладів медичної освіти. Принципових зауважень до змісту дисертації немає.

Цілком позитивно оцінюючи наукове та практичне значення основних положень дисертаційної роботи Тимошук О.В. необхідно звернути увагу на деякі питання, що носять дискусійний характер та потребують обговорення.

1. При оцінці показників якості життя учнівської молоді було використано стандартизовані популяційні показники. Чим відрізнялися показники перебігу процесів психофізіологічної адаптації учнів із показниками якості життя вище та нижче стандартизованих популяційних?
2. В процесі наукового обґрунтування методики комплексної оцінки якості життя та особливостей перебігу психофізіологічної і психічної адаптації учнів і студентів сучасних закладів освіти різних типів отримано формули комплексної оцінки якості життя та особливостей перебігу психофізіологічної адаптації та психічної адаптації учнів і студентів сучасних закладів освіти.

Чим пояснити однакову вагу коефіцієнтів для показників якості життя у формулах комплексної оцінки якості життя і особливостей перебігу психофізіологічної адаптації та якості життя і особливостей перебігу психічної адаптації на тлі відмінностей коефіцієнтів конкордації між показниками якості життя і психофізіологічної адаптації та особливостями особистості?

3. Чим мають відрізнятися психогігієнічні заходи у закладах освіти в умовах різноспрямованих та односпрямованих змін показників якості життя і психофізіологічної адаптації та якості життя і психічної адаптації?

Однак наведені зауваження, побажання та рекомендації не впливають на високу загальну позитивну оцінку дисертаційного дослідження.

Таким чином, дисертація на здобуття наукового ступеня доктора медичних наук О.В. Тимошук на тему: “Наукові основи комплексної гігієнічної оцінки якості життя та адаптаційних можливостей учнівської і студентської молоді, що перебуває в умовах сучасних закладів освіти різних типів” є закінченою, самостійною науковою роботою, яка за своєю актуальністю, науковою новизною та практичним значенням результатів в повній мірі відповідає вимогам п. 10 “Порядку присудження наукових ступенів” Постанови Кабінету Міністрів України № 567 від 24.07.2013 року (зі змінами, внесеними згідно з Постановами Кабінету Міністрів № 656 від 19.08.2015 року, № 1159 від 30.12.2015 року та № 567 від 27.07.2016 року щодо докторських дисертацій), а її автор заслуговує на присудження наукового ступеня доктора медичних наук за спеціальністю “14.02.01 – гігієна та професійна патологія”.

Директор ДУ “Інститут охорони здоров’я дітей та підлітків НАМН України”,
доктор медичних наук, професор

Г.М. Даниленко

