

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
КАФЕДРА НАУК ПРО ЗДОРОВ'Я**

ЧІК ВАДИМ МИХАЙЛОВИЧ

**ОБГРУНТУВАННЯ ОПТИМІЗОВАНОЇ МОДЕЛІ
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛЮ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ
ДОРΟΣЛОГО НАСЕЛЕННЯ**

Науковий керівник
Брич Валерія Володимирівна
д. мед. н., доц.

АКТУАЛЬНІСТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ

- Якість життя (ЯЖ) - це складне поняття, яке включає в себе фізичне, психічне та соціальне благополуччя. ЯЖ впливає на всі сфери життя людини, включаючи її здоров'я, продуктивність праці, соціальні стосунки та самореалізацію.
- Стиль життя - це сукупність поведінкових та психологічних характеристик людини, які впливають на її здоров'я та ЯЖ.
- Актуальність нашого дослідження полягає в тому, що воно спрямоване на обґрунтування оптимізованої моделі взаємозв'язку стилю та ЯЖ дорослого населення. Ця модель повинна враховувати як прямі, так і опосередковані впливи стилю життя на ЯЖ.
- Оптимізована модель взаємозв'язку стилю та ЯЖ дорослого населення може бути використана для розробки ефективних заходів щодо поліпшення ЯЖ населення.



ГІПОТЕЗА ДОСЛІДЖЕННЯ

- Наша гіпотеза полягає в тому, що здоровий стиль життя пов'язаний з поліпшенням ЯЖ дорослого населення. Ця гіпотеза буде перевірятися в ході нашого дослідження.
- Підсумовуючи, мета нашого дослідження полягає в тому, щоб обґрунтувати та розробити оптимізовану модель взаємозв'язку стилю та ЯЖ дорослого населення. Ця модель може бути використана для розробки ефективних заходів щодо поліпшення ЯЖ населення.



СТИЛЬ ЖИТТЯ

Стиль життя – це набір характерних для конкретної особи або групи людей звичок, поведінки, цінностей і підходів до різних аспектів життя.

Стиль життя може впливати на ЯЖ як безпосередньо, так і опосередковано.

Стиль життя може включати в себе різні аспекти, такі як:

**Фізична
активність**

Харчування

**Сон та
відпочинок**

**Стрес і
релаксація**

**Соціальні
взаємодії**

Розваги та хобі

**Екологічні
питання**



ЗДОРОВ'Я ЯК ЦІННИЙ РЕСУРС ДЛЯ СУСПІЛЬСТВА

Здоров'я є головною та найважливішою потребою людини, визначаючи її здатність працювати та сприяючи гармонійному особистісному розвитку. Це першочергова передумова для сприйняття навколишнього світу, самоутвердження та особистого щастя. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), «Здоров'я — це стан фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів».



МЕТА ДОСЛІДЖЕННЯ

Вивчення впливу стилю життя та його змін на здоров'я та якість життя дорослого населення, обґрунтування та розробка оптимізованої моделі взаємозв'язку стилю та якості життя дорослого населення



ЗАВДАННЯ ДОСЛІДЖЕННЯ



1. Провести огляд зарубіжних досліджень щодо впливу сучасного стилю життя на якість життя та здоров'я населення з метою аналізу і узагальнення наявних даних з питань взаємозв'язку стилю та ЯЖ.
2. Вивчити важливість здоров'я як цінного ресурсу для суспільства та індивідів, а також дослідити вплив шкідливих звичок на смертність та захворюваність серед населення.
3. Проаналізувати результати емпіричного дослідження та сформулювати оптимізовану модель взаємозв'язку стилю та ЯЖ.
4. Провести емпіричне дослідження, в якому ми будемо вивчати взаємозв'язок стилю та ЯЖ дорослого населення.
5. Узагальнити та проаналізувати зібрані дані з метою формулювання висновків та рекомендацій для поліпшення здоров'я та якості життя населення.
6. Сформулювати висновки та рекомендації на основі отриманих результатів дослідження та їх практичну цінність для розвитку стратегій збереження та підтримки здоров'я суспільства.

**Об'єкт
дослідження**

**Предмет
дослідження**

Стиль та якість життя
дорослого населення

Фактори стилю життя, які
впливають на ЯЖ дорослого
населення, їх взаємозв'язок

Методи дослідження

Системний аналіз наукових
статей, досліджень та
метааналізів іноземних
авторів, що досліджують
взаємозв'язок між стилем
життя та ЯЖ дорослого
населення.

Соціологічний -
анкетування для збору
інформації про фактори
стилю життя, ЯЖ та інші
фактори, які можуть
впливати на взаємозв'язок
між ними.

Статистичний аналіз
результатів дослідження -
допоможе нам перевірити
гіпотезу дослідження та
розробити оптимізовану
модель взаємозв'язку
стилю та ЯЖ.

ТЕОРЕТИЧНЕ ЗНАЧЕННЯ



Розширення знань про сучасний стиль життя та взаємозв'язок з ЯЖ дорослого населення

Огляд літератури і зіставлення результатів, щодо впливу стилю життя на ЯЖ дорослого населення

Аналіз впливу кризових ситуацій на стиль життя і здоров'я

Розуміння важливості здоров'я як цінного ресурсу



ПРАКТИЧНЕ ЗНАЧЕННЯ

Розробка стратегій збереження та поліпшення здоров'я

Підвищення обізнаності громадськості, щодо важливості здорового способу життя

Розробка адаптивних стратегій в кризових ситуаціях

Підтримка прийняття рішень в галузі громадського здоров'я

ПРОГРАМА ДОСЛІДЖЕННЯ



Для досягнення поставленої мети дослідження та виконання завдань поставлених перед дослідженням, програма попередньо складатиметься з 5 етапів:

I

- Вивчення та аналіз літературних джерел з питань взаємозв'язку сучасного стилю життя та ЯЖ дорослого населення

II

- Вибір найбільш актуальних, сучасних та на даний час з найбільшим рівнем інформативності методів дослідження

III

- На основі аналізу наукової літератури розробити анкету для проведення емпіричного дослідження. Анкета повинна містити питання про фактори стилю життя, які впливають на якість життя, а також про самооцінку якості життя

IV

- Провести емпіричне дослідження з використанням розробленої анкети. Отримати дані про фактори стилю життя та самооцінку якості життя дорослого населення в Україні

V

- На основі аналізу результатів емпіричного дослідження розробити оптимізовану модель взаємозв'язку стилю та якості життя

ДЯКУЮ ЗА УВАГУ!

