

УДК 796.011.1–057.87(045)

*Оргєєва С. В.,
Хачатрян В. В.,
Лозенко Н. М.,*

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ ЗА ВЛАСНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ДОМІНАНТНИЙ АСПЕКТ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ СТУДЕНТІВ

В роботі піднімається актуальне питання відповідальності студентів за власне здоров'я в контексті готовності майбутнього фахівця до особистого здоров'язбереження. Визначено сутність відповідальності студентів за власне здоров'я, її структура, зміст і форми прояву.

***Ключові слова:** відповідальність за власне здоров'я; готовність студентів до особистого здоров'язбереження.*

Постановка проблеми та її актуальність. У сучасних ринкових умовах успіх самореалізації майбутнього фахівця в професійній діяльності та його конкурентоспроможність залежать не лише від фахової обізнаності, а й від рівня готовності молодшої людини до особистого здоров'язбереження, що ґрунтується на відповідальному ставленні людини до власного здоров'я як до надважливої цінності. Натомість, сучасній людині все частіше доводиться жити на межі своїх можливостей, в стрімко мінливих умовах, «інформаційному бумі». Нестабільна соціокультурна, економічна та політична ситуація в країні призводить до того, що близько 70% населення України знаходиться в стані затяжного психоемоційного та соціального стресу. Актуальність здоров'я населення взагалі і студентства зокрема, вимагає невпинного пошуку нових, ефективних засобів і методів для вирішення проблеми зміцнення здоров'я людини, формування здорового способу життя.

Таким чином, можемо говорити про необхідність подальшого вдосконалення системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах (ВНЗ) і пошуку шляхів підвищення його ефективності щодо створення умов, формування відповідальності за власне здоров'я в контексті готовності студентів до особистого здоров'язбереження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Збереження і зміцнення здоров'я молоді визначаються пріоритетними завданнями соціальної програми нашої держави, стратегічні цілі якої визначені Конституцією України, законами України «Про освіту», «Про вищу освіту», Державною національною програмою «Освіта» (Україна XXI століття), Національною доктриною розвитку освіти України в XXI столітті, Національною стратегією розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, Національною стратегією з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» та іншими документами.

На сучасному етапі дослідження проблеми збереження здоров'я здійснюється на міждисциплінарному рівні. Феномени здоров'я і здорового способу життя вивчаються медициною, філософією, соціологією, психологією, педагогікою, валеологією та іншими дисциплінами.

Загальнотеоретичні питання формування здорового способу життя розглянуто в роботах Г. Апанасенка, Є. Бондаревського, О. Дубогай, В. Новосельського, В. Платонова, С. Канішевського та ін.. Педагогічні умови формування культури здоров'я та здорового способу життя досліджували С. Кириленко, Л. Лубишева, Н. Соловійова, Ю. Драгнев та ін.. Питання здоров'язбережувального навчання стали предметом сучасних досліджень М. Антропової, І. Брехмана, Д. Вороніна, М. Гончаренко, П. Гусака, Л. Жуковської, Н. Завидівської, В. Казначєєва, Л. Кожевнікової, В. Колбанова, В. Пєгова, В. Петленко, О. Самчук, В. Сержантова та ін. Сутнісні характеристики культури здоров'язбереження розглядали М. Безруких, С. Гримблат, В. Зайцев, С. Крамський, М. Колеснікова, А. Севрук та ін.

В останні роки багато досліджень було присвячено здоров'язбереженню з метою якісної професійної підготовки майбутніх фахівців (Н. Завидівська, Ю. Палічук, В. Зданюк, В. Усачов, Е. Сивохоп, Т. Зинченко, Є. Скачков та інші). Їхні дослідження присвячені підготовці майбутніх

вчителів, економістів, фахівців морських навчальних закладів, військових, аграріїв, пожежників та інших. Науковці наголошують, що готовність до здоров'язбереження сьогодні визначається важливим чинником формування загальної готовності сучасного фахівця до майбутньої професійної діяльності та складовою його професійної підготовки.

Беручи до уваги специфіку здоров'язбереження, ми розуміємо поняття інтегрованої готовності майбутніх фахівців до особистого здоров'язбереження у професійній діяльності, як складову професійної компетентності, складне особистісне новоутворення, що поєднує наявність належних компетенцій для майбутньої професійної діяльності, спрямованих на збереження, зміцнення, відновлення власного здоров'я, засноване на усвідомленні студентом особистої відповідальності щодо здоров'язбереження, для повноцінної професійної та життєвої самореалізації [0].

Співак М.В. доводить що під здоров'язбереженням слід розуміти процес зміцнення та збереження здоров'я, спрямований на перетворення емоційно-психологічної, фізичної та інтелектуальної сфер людини, утвердження ціннісного ставлення до особистого здоров'я і здоров'я інших, загальне усвідомлення особистої відповідальності людини за власне здоров'я [0, с. 58-59].

Відповідальність за власне здоров'я, як важливий аспект готовності до особистого здоров'язбереження, потребує особливої уваги. Як свідчать результати опитувань, більшість студентів не вбачають причин погіршення загальної картини здоров'я в країні як наслідок особистої неухвиленості до нього. Відповідальність за долю власного здоров'я досить часто покладається на зовнішні організації: медичні, освітні, рекреаційні та ін., і зниження рівня здоров'я пов'язується не зі способом життя, а з негативним впливом сучасної екологічної ситуації.

Більшість дослідників сходяться на тому, що можуть бути якими завгодно досконалими законодавство про здоров'я, фінансування, система охорони здоров'я, особисте матеріальне благополуччя, але найважливішим фактором для здоров'я є позиція самої людини, його відповідальне ставлення.

Таким чином, окремого вивчення вимагає проблема формування відповідальності за власне здоров'я як домінуючого аспекту готовності студентів до особистого здоров'язбереження в процесі фізичного виховання у ВНЗ.

Мета статті полягає у визначенні сутності відповідальності студентів за власне здоров'я, її структури і змісту в контексті готовності до особистого здоров'язбереження.

Викладення основного матеріалу дослідження. Формування здорового способу життя ґрунтується на кількох основних ідеях, з яких складається певна ідеологія. Перша ідея – пріоритет цінності здоров'я у світосистемі цінностей людини. Друга ідея – розуміння здоров'я не тільки як стану відсутності захворювань або фізичних вад, а ширше – як стану повного благополуччя. Третя – це ідея цілісного розуміння здоров'я як феномена, що невід'ємно поєднує чотири сфери – фізичну, психічну, соціальну і духовну. Четверта ідея полягає в тому, що відповідальність за своє здоров'я несе перед усім сама людина, але держава і суспільство також відповідають за здоров'я населення [0, с. 64].

Здоровий спосіб життя об'єднує все, що сприяє виконанню людиною професійних, громадських і побутових функцій в оптимальних для здоров'я умовах і виражає спрямованість діяльності особи на збереження і зміцнення свого здоров'я. Під здоровим способом життя зазвичай розуміємо усвідомлене, відповідальне, активне ставлення до власного здоров'я, метою якого є формування, збереження і зміцнення всіх складових здоров'я [0].

Таким чином, можна визначити, що відповідальність за власне здоров'я займає важливе місце в процесі формування здорового способу життя і є підґрунтям у формуванні готовності студентів до особистого здоров'язбереження, через усвідомлене освоєння і застосування різноманітних видів фізкультурної діяльності.

Відповідальність розглядається в етиці, праві, психології, акмеології, соціології та інших науках. Необхідно відзначити різноманіття аспектів відповідальності, таких як моральна якість, психологічна, соціальна властивість особистості, показник особистісної зрілості, професійно важлива якість фахівця, вольова якість людини.

При використанні поняття «відповідальність» в різних науках охоплювана ними предметна область кожен раз зазнає змін, тому важливо виявити смислові значення слова «відповідальність». Наведемо для розгляду кілька визначень цього поняття.

У філософському словнику під редакцією І. Фролова категорія відповідальності обіймає філософсько-соціологічну проблему співвідношення здібностей і можливостей людини виступати в якості суб'єкта (автора) своїх дій, і більш конкретні питання: здатність людини свідомо (навмисно, добровільно) виконувати певні вимоги і поставлені перед ним завдання [0].

У своєму дослідженні ми дотримуємося думки К. Абульханової-Славської, яка вважає, що відповідальність визначається як регуляція поведінки на основі передбачення її наслідків [0]. Звідси, людина повинна відчувати себе відповідальною не тільки за зроблене нею, але і за те, чого вона не зробила, хоча зобов'язана була зробити.

В цілому, в психологічних дослідженнях відповідальність виступає як найважливіша особистісна властивість, як мотив поведінки, як почуття, властиве особистості, що характеризує перш за все її соціальну типовість.

Те, що відповідальність являє собою соціальну властивість особистості, показував А.С. Макаренко. Він підкреслював, що відповідальність ґрунтується на відносинах залежності і може виступати не тільки як соціальна властивість особистості, але і як елемент її моральної позиції. Формування моральної позиції людини лежить в основі теорії виховання відповідальності В.О. Сухомлинського. Він розумів відповідальність як особисту, персональну проблему. Відповідальність повинна бути, перш за все, перед своєю совістю. Тільки вона характеризує здатність особистості самостійно формулювати моральні обов'язки, вимагати від себе їх виконання і здійснювати самооцінку і самоконтроль. Як бачимо, вчені педагоги розглядають відповідальність як категорію моральності.

Передумовою відповідальності є можливість вибору, тобто свідомої переваги певної лінії поведінки. Причому, усвідомлення відповідальності – це, перш за все, відображення в суб'єкті буття соціальної необхідності, тобто розуміння сенсу здійснюваних дій і наслідків. Всі види відповідальності є форми контролю за діяльністю суб'єкта і характеризують відповідальність або з позиції суспільства, або з позиції особистості.

Поняття «відповідальність» безпосередньо взаємодіє з поняттям «самостійність». Коли рішення приймається особисто суб'єктом дії, то на нього лягає вся відповідальність.

Розглядаючи відповідальність як системну властивість особистості, І.А. Промашкова приходять до висновку, що в ній виявляються всі компоненти психологічної структури особистості:

- система спонукань;
- пізнавальні – високий рівень усвідомленості норм, прийнятих в суспільстві, розбиратися в прийнятих на себе зобов'язаннях, правильно оцінювати власні можливості;
- вольові – розвинена організованість, уміння чітко планувати і переводити в дію ті чи інші потреби, долати труднощі;
- емоційні якості особистості – інтенсивність, глибина, стійкість переживання суб'єктом почуття обов'язку і інших емоцій.

Розглядаючи відповідальність як професійно значущу якість, О.А. Шушерина виділяє мотиваційний, гностичний, вольовий і емоційний компоненти в її змісті, які виконують стимулюючу, орієнтовну, регуляторну та оціночну функції. Компоненти розкриваються по ряду специфічних ознак і в своїй сукупності визначають рівні відповідальності – безвідповідальність, старанність, творча самостійність [0].

К. Муздибаєв визначає відповідальність як результат інтеграції всіх психічних функцій особистості: суб'єктивного сприйняття навколишнього світу, оцінки власних життєвих ресурсів, емоційного ставлення до належного, волі, як організуючого начала. Основною передумовою відповідальності автор називає можливість вибору поведінки, тобто свідомої переваги певної лінії поведінки [0].

Необхідність визначення сутності і структури відповідальності за особисте здоров'я ускладнюється різноманіттям визначень індивідуального здоров'я.

Світова наука передбачає цілісний погляд на здоров'я як на феномен, що інтегрує принаймні чотири сфери: фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) та духовну. Усі ці складові невід'ємні одна від одної, тісно взаємопов'язані, діють одночасно, а їх інтегрований вплив визначає стан здоров'я людини [0, с. 3].

Здоров'я людини в системі педагогічних категорій розглядається як динамічне, що змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх причин, специфічне цілісне утворення, виявляє себе у самозбереженні, зміцненні та підтриманні протягом усього життя, є необхідною умовою її повноцінного вільного життя, вищою цінністю відношення, що виявляється на різних рівнях життєдіяльності: соматичному, психічному, моральному, духовному [0, с. 18]

За висновком професора В. А. Ананьєва: «Здоров'я можна розглядати в якості оптимальної передумови (умов) для виконання людиною намічених життєвих цілей і завдань, його призначення, в кінцевому рахунку, його самоздійснення на Землі. Головний принцип здоров'я не в тому, щоб тільки мати міцне здоров'я, а в тому, щоб реалізувати за допомогою свого здоров'я свою місію. Таким чином, в поняття «здоров'я» сьогодні слід включати і конкретні форми поведінки, які дозволяють поліпшувати якість нашого життя, роблять її більш благополучною, дозволяють досягати високого ступеня самореалізації»[0].

На нашу думку сучасній постановці проблеми здоров'я відповідає системний підхід, згідно з яким поняття «здоров'я» розглядається на рівні функціональних можливостей організму, індивідуальних особливостей психіки, зовнішнього середовища і способу життя.

Більшість дослідників сходяться на тому, що підвищення рівня здоров'я молодих людей залежить від багатьох факторів, однак вирішальним серед них є позиція самої людини, її ставлення до власного здоров'я.

Аналіз літературних джерел і досліджень по темі відповідальності і особистого (індивідуального) здоров'я дозволяє нам визначити сутність відповідальності за власне здоров'я, її зміст та ознаки.

Таким чином, ми визначаємо відповідальність за власне здоров'я як інтегральну, цілісну якість особистості, що характеризується усвідомленням соціальної цінності мотивів здоров'язбереження і адекватним сприйняттям особистого здоров'я, правильною оцінкою власних життєвих ресурсів і можливостей, здатністю управляти своєю поведінкою і власною діяльністю по збереженню і зміцненню здоров'я, емоційним ставленням до цієї діяльності.

Як уже зазначалося, відповідальність завжди пов'язана з суб'єктом. Наявність же суб'єкта відповідальності вимагає вказівки і її об'єкта – того, за що суб'єкт несе відповідальність, що покладено на нього або прийнято їм для виконання.

У контексті нашого дослідження суб'єктом відповідальності є студент, а об'єктом – його особисте здоров'я. Через зв'язок суб'єкта і об'єкта відповідальності виникає тимчасова перспектива поняття. Виходячи з цього положення, можна простежити динаміку здоров'я в ретроспективному аспекті як наявний стан здоров'я, яке передбачає відповідальність за вчинені або недосконалі (неувага до здоров'я) дії в минулому. У перспективному ж аспекті – відповідальність за майбутню прогнозовану, проєктовану (чи ні) діяльність по збереженню і зміцненню здоров'я.

Крім суб'єкта відповідальності має існувати ще інший суб'єкт (інстанція), перед яким треба відповідати. Такою інстанцією для студента у ВНЗ, в кращому випадку, стає викладач фізичного виховання. Найчастіше ж така інстанція відсутня. Держава, хоч і зацікавлена в фізично міцних громадян, але вимагати від них підвищеної уваги до особистого здоров'я не може через безліч причин.

В своєму розвитку особистість має пройти шлях від простого виконавця до активного суб'єкта. Наслідком цього є перенесення інстанції, перед якою суб'єкт тримає звіт, з зовнішнього рівня на внутрішній. Тепер, стаючи активним суб'єктом діяльності, людина відповідає за свої дії перш за все перед самим собою.

Відповідальність в цьому випадку служить засобом внутрішнього контролю (самоконтролю) і внутрішньої регуляції (саморегуляції) діяльності особистості, що виконує належне на свій розсуд, свідомо і добровільно.

Метою функціонування відповідальності студента за власне здоров'я є виконання ним норм і приписів здорового способу життя.

Аналіз результатів досліджень, дає нам підставу вважати, що необхідними і достатніми компонентами відповідальності студента за власне здоров'я є: мотиваційно-ціннісний, когнітивно-рефлексивний, вольовий, емоційно-чуттєвий і поведінковий.

Якісна своєрідність змісту відповідальності за власне здоров'я визначається не складом її компонентів, оскільки він є інваріантним по відношенню до всіх видів відповідальності, а якісною своєрідністю змісту кожного з них. Тому наступним кроком теоретичного аналізу відповідальності за власне здоров'я є визначення внутрішнього змісту.

Мета функціонування мотиваційно-ціннісного компоненту полягає в спонуканні, направлення студента до фізкультурної діяльності в цілях збереження або зміцнення здоров'я, усвідомленому прийнятті ним основ здорового способу життя. Зміст компонента становить система мотивів відповідальної здоров'язберігаючої поведінки (його прояви у фізкультурній діяльності) і місце здоров'я в складі ціннісних орієнтацій особистості.

Когнітивно-рефлексивний компонент. Мета функціонування компонента полягає в забезпеченні фізкультурної діяльності необхідною орієнтовною основою у вигляді знань і уявлень, а також в актуалізації критичного ставлення людини до процесу та результатів фізкультурної діяльності. Зміст компонента складають: знання норм і вимог ЗСЖ, способів фізкультурної діяльності, наявність і рівень сформованості умінь і навичок самоосвіти в області здоров'я, адекватність сприйняття власного здоров'я, здатність правильно оцінювати свої можливості.

Розвиток когнітивно-рефлексивного компоненту здійснюється в двох взаємопов'язаних напрямках: 1) змістовного наповнення новими видами знань (розширення обсягу знань) і посиленням рефлексивних процесів з прагненням до оптимізації відомих засобів діяльності; 2) підвищення їх дієвості з прагненням вирішити проблемні ситуації.

Цей компонент визначається регулярністю звернення до літератури з проблем збереження і зміцнення здоров'я, самостійністю у виборі джерел, характером роботи з ними, а також рівнем розвитку навички фіксувати, аналізувати і викорінювати в подальшому свої помилки.

Емоційно-чуттєвий компонент. Мета функціонування компонента становить сигналізація про виникнення потреби і відчуття під час виконання фізкультурної діяльності, про наявну ситуацію в момент прийняття рішення та реакція на прогноз задоволення потреби. Зміст емоційно-чуттєвого компоненту складають емоції, пов'язані з особистим здоров'ям і необхідністю турботи про нього, почуття, які проявляє студент до фізкультурної діяльності і до її результату.

Мета функціонування поведінкового компоненту полягає в реалізації певного способу життя і дій по відношенню до необхідності збереження або зміцнення здоров'я. Відповідно зміст поведінкового компоненту становитимуть вибір і здійснення студентом певної лінії поведінки у фізкультурній діяльності з метою збереження або зміцнення здоров'я.

Вольовий компонент. Мета функціонування компонента полягає у свідомому і навмисному управлінні здоров'язберігаючою поведінкою і діяльністю студента по збереженню і зміцненню здоров'я, у напрямі або стримуванні (саморегуляції) дій людини виходячи з наявних завдань і вимог цієї діяльності, а також необхідності збереження або зміцнення здоров'я, тобто у забезпеченні високого якісного рівня (успішності) діяльності по збереженню і зміцненню здоров'я. Для повноцінного функціонування волі необхідно передбачати події, прогнозувати дії різних факторів, розподіляти увагу і зусилля. Зміст компоненту складають вольові якості, вольові дії і вольові зусилля, які визначають характер організації і здатність студента до самоорганізації діяльності по збереженню або зміцненню власного здоров'я.

Зовні це проявляється у тому, що діяльність суб'єкта має тенденцію до доцільності, якості, ефективності, незважаючи на постійно мінливі умови її протікання: внутрішній стан, емоційні переживання, коливання мотивації, втоми і т.і.

Для функціонування відповідальності необхідно забезпечити достатній рівень розвитку всіх компонентів.

В цілому функціонування відповідальності за власне здоров'я здійснюється через взаємодію структурних компонентів. Зв'язки компонентів між собою утворюють функціональну структуру відповідальності. Від того, як здійснюються і розвиваються ці зв'язки, залежить якісна своєрідність прояву і розвитку системних якостей, властивих цілісній якості відповідальності.

Відповідальність за власне здоров'я має властивість цілісності. Тільки у взаємодії між собою, інтегруючись у єдине ціле, як необхідні і достатні елементи функціональної системи, вони призводять до появи нової системної якості, що проявляється у відповідальності за власне здоров'я.

Висновки. 1. Готовність студентів до особистого здоров'язбереження ґрунтується на відповідальності за власне здоров'я як інтегральній якості особистості, що характеризується усвідомленням соціальної цінності мотивів здоров'язбереження і адекватним сприйняттям власного здоров'я, правильною оцінкою власних життєвих ресурсів і можливостей, здатністю управляти своєю поведінкою і власною діяльністю по збереженню і зміцненню здоров'я, емоційним ставленням до цієї діяльності.

2. Зміст відповідальності за власне здоров'я становлять мотиваційно-ціннісний, когнітивно-рефлексивний, вольовий, емоційно-чуттєвий і поведінковий компоненти.

Відповідно до методології системного підходу наступним кроком теоретичного дослідження відповідальності за власне здоров'я є виділення і змістовна характеристика рівнів її розвитку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. *Абульханова-Славская К. А.* Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 158 с.
2. *Ананьев В. А.* Введение в психологию здоровья : учеб. пособие / В. А. Ананьев. – СПб. : Балтийская Педагогическая Академия, 1998. – 450 с.
3. *Коджаспирова Г. М.* Педагогический словарь: для студентов высших и средних педагогических учебных заведений / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. – М. : Академия, 2000, – 176 с.
4. *Козлова В.А.* Проблема формування мотивації студентів на здоров'язбереження. URL: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2011-04/11kvathppdf> (дата звернення: 08.02.2017)
5. *Муздыбаев К.* Психология ответственности / К. Муздыбаев. – Л. : Наука, 1983. – 240 с.
6. *Оргеева С.В.* Педагогічні умови формування готовності–студентів майбутніх авіадиспетчерів до особистого здоров'язбереження у професійній діяльності. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія.: зб. наук. пр. – К. : НАУ, 2016. – Вип. 1(8). – С. 95-100.
7. *Оржеховська В. М.* Педагогіка здорового способу життя / Проблеми освіти: Наук.-метод. зб. / Кол. авт. – К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. – Вип. 48. – С. 3-7.
8. *Співак М.В.* Державна політика здоров'язбереження: світовий досвід і Україна. 2016. 536 с. URL: <http://idpnan.org.ua/files/spivak-m.v.-derjavna-politika-zdorovyazberejennya-svitoviy-dosvid-i-ukrayina-d.pdf> (дата звернення: 20.04.2017).
9. *Философский словарь* / под ред. И.Т. Фролова. – 5-е изд. – М. : Политиздат, 1987. – 590 с.
10. *Шушерина О.А.* Формирование ответственности как профессионально значимого качества у студентов вуза (на примере технического университета) : автореф. дис... канд. пед. наук / О. А. Шушерина. – Новосибирск, 1999. – 24 с.
11. *Яременко О.О., Левін Р.Я.* Ідеологія і основні принципи формування здорового способу життя. 2005. С. 61-75. URL: <http://www.ukr-socium.org.ua/Arhiv/Stati/4.2005/61-75.pdf> (дата звернення: 22.02.2017).

С.В. Оргеева, В.В. Хачатрян, Н.М. Лозенко

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СОБСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ КАК ДОМИНАНТНЫЙ АСПЕКТ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ СТУДЕНТОВ

Аннотация. В работе поднимается актуальный вопрос ответственности студентов за собственное здоровье в контексте готовности будущего специалиста к личному здоровьесбережению. Определена сущность ответственности студентов за собственное здоровье, ее структура, содержание и формы проявления.

Ключевые слова: ответственность за собственное здоровье, готовность студентов к здоровьесбережению.

S.V. Orgieieva, V.V. Khachatryan, N.M. Lozenko

RESPONSIBILITY FOR PERSONAL HEALTH AS A DOMINANT ASPECT OF THE HEALTH MAINTENANCE OF STUDENTS

Annotation. *The work raises the actual issue of students' responsibility for personal health in the context of the future specialist's readiness to save health. The essence of responsibility of students for personal health, its structure, content and forms of manifestation is defined.*

Keywords: *responsibility for personal health; students' readiness for health maintenance.*