

ЗДОРОВЬЕ В ИЕРАРХИИ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ

***Соколенко Е. И., кандидат педагогических наук, доцент,
Государственное учреждение «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко», г. Луганск***

Для успешной реализации своей профессиональной деятельности выпускникам высших учебных заведений вместе с целым рядом личных и профессиональных качеств необходимо обладать крепким здоровьем и достаточной физической подготовкой. Главную роль в решении этой задачи играет формирование у студентов ценностного отношения к своему здоровью.

Актуальность темы усиливается ситуацией, которая существует на данном этапе развития общества. С одной стороны, ускорение ритма жизни, информационный бум, ухудшение экологической ситуации, распространение наркотических веществ и т. д., не способствует оздоровлению молодежи. А с другой – современные молодые люди должны быть энергичными, мобильными, активными, успешными, а для этого им необходимы жизненные силы и здоровье. Эти противоречия можно решить только тогда, когда каждая личность осознает важность данной проблемы, будет ответственно относиться к своему здоровью, ценить свое здоровье и здоровье окружающих.

Сегодня от педагогической науки требуется глубоко обоснованное обновление теории и практики обучения и воспитания молодежи, как быть здоровым в современных социальных условиях. И на первый план выступает задача воспитания у студентов потребности в здоровье как жизненно важной ценности, осознанного стремления к ведению здорового образа жизни и создание вокруг себя здоровой среды.

Педагогический аспект ценностного отношения к здоровью представлен в трудах отечественных и зарубежных ученых В. Андреева,

И. Борзенко, Л. Жалило, И. Журавлева, С. Кириленко, Л. Татарниковой и др.

Вопросом формирования ценностного отношения ученической и студенческой молодежи к своему здоровью посвящены диссертационные исследования Т. Белинской, Т. Вершининой. Отдельные аспекты этой проблемы были предметом научных исследований В. Горашука, М.Гриневой, В. Бабича, Ю. Драгнева, Г. Кривошеевой, С. Лебедченко, М. Литвиновой, Л. Овчинниковой и др.

Ценностное отношение к здоровью находится в прямой зависимости от уровня культуры личности. В культуре проявляется деятельный способ освоения человеком внешнего и внутреннего мира, его формирования и развития. Культура подразумевает не только определенную систему знаний о здоровье, но и соответствующее поведение человека по его сохранению и укреплению, основанную на этических началах.

Здоровье – это естественная, абсолютная и долговременная жизненная ценность, занимающая верхнюю ступеньку на иерархической лестнице ценностей, а также в системе таких категорий человеческого бытия, как интересы и идеалы, гармония, красота, смысл и счастье жизни, творческий труд, программа и ритм жизнедеятельности.

Согласно современному развитию и состоянию науки и практики по формированию ценностного отношения к здоровью человека естественно меняются и представления об этом феномене. И на сегодняшний момент подход к здоровью уже изменился. Если во времена социализма на первое место ставили «общественное» здоровье, то сейчас – «личное». И хотя гармония личности не ограничивается только здоровьем, здоровье во многом определяет целостность личности и ее способности.

Официальное определение здоровья дала Всемирная организация здравоохранения в 1946 году: «Здоровье человека это состояние полного

физического, ментального и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических недостатков» [4, С. 119].

Мы согласны с определением понятия «здоровье» профессора В. Горашука, которое он дал на основе системных представлений об индивидуальном здоровье человека. Он подчеркивает, что здоровье – это состояние внешнего и внутреннего равновесия человека с собой и окружающей средой на духовном, психическом и физическом уровнях, способность эффективно выполнять все биологические и социальные функции [2, С. 200–201]. Под духовным аспектом здоровья он понимает осознание себя как целостной личности, сформированности гуманистических ценностных ориентаций, понимание ценностей жизни и осознание его содержания, доминирование оптимистического мировосприятия. Психический аспект определяет развитие человека как личности, обеспечивает ее приспособление (адаптации) к социальному окружению и обеспечивает душевное благополучие. Психическое здоровье раскрывается через сбалансированное развитие психики человека и его основных функций. Физический аспект – это нормальное функционирование организма на уровне клеток, тканей, органов и систем, или нормальное функционирование всех органов и систем организма человека с учетом возраста, пола и окружающей среды [3, С. 202].

Д. Давыденко, Ю.Щедрин, В. Щеголев выделяют три уровня ценности здоровья: биологический – изначальное здоровье, предполагающее саморегуляцию организма, гармонию физиологических процессов и максимальную адаптацию; социальный – здоровье как мера социальной активности, деятельного отношения индивида к миру; личностный (психологический) – здоровье как отрицание болезни в смысле ее преодоления [4, С. 78].

Авторы подчеркивают, что ценностями могут выступать биологическое и психофизиологическое состояние человека (жизнь,

здоровье, норма и т. д.), условия общественной жизни (социальные и естественные), в которых происходит формирование, развитие, удовлетворение потребностей, а также предметы и средства их реализации – продукты материального и духовного производства.

По их мнению, ценностный подход требует учитывать мотивационно-личностное отношение индивида к здоровью, которое может выражаться не только в форме определенного практического поведения, но и в виде психологического контроля, мнений, суждений. Ценность здоровья не перестает быть таковой, даже если она не осознается человеком, она может быть и скрытой (латентной). Как показывает практика, большинство людей ценность здоровья осознают только тогда, когда оно находится под серьезной угрозой или почти утрачено [4, С. 78].

Задача высшей школы состоит, прежде всего, в том, чтобы научить студентов ценить свое здоровье, которые в своей профессиональной деятельности в дальнейшем должны научить этому школьников.

Студенчество – это часть молодежи, которая представляет собой будущую интеллигенцию общества, его интеллектуальный потенциал, которая будет влиять на формирование ценностных ориентаций общества, от нее будет зависеть социально-экономическое благополучие нашей страны и здоровье всего населения. Поэтому цель нашего исследования – рассмотреть здоровье в иерархии ценностей студентов высших педагогических учебных заведений.

В данной статье мы покажем некоторые результаты исследования связанные с местом здоровья в иерархии ценностей студентов педагогических высших учебных заведений. Респондентам была предложена анкета по определению их жизненных ценностей. Студентам необходимо было во второй колонке справа определить место (с 1 по 16) значимости собственной оценки жизненных ценностей (табл. 1).

Исследование охватило следующие группы студентов в количестве 180 человек: Донецкий государственный институт здоровья, физического воспитания и спорта (30 чел.); Мелитопольский государственный педагогический университет (30 чел.); Институт культуры и искусств (20 чел.), Институт физического воспитания и спорта (50 чел.), факультет украинской филологии (30 чел.) Государственного учреждения «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко»; Стахановский педагогический колледж (20 чел.).

По данным наших исследований (табл. 2), 58 опрошенных студентов (32,2 %), считают здоровье самой главной ценностью в жизни и ставят его на первое ранговое место; 42 (23,3 %) – на второе место; 24 (13,3 %) – на III место; 14 (7,8 %) – на IV; по 5 студентов (2,9 %) на – 5 и 16; 4 (2,2 %) – на 6; 7 (3,9 %) на – 7; по 2 студента (1,1 %) на – 8, 9 и 12; 9 (5 %) на – 10; 3 (1,7 %) на – 11; по 1 студенту на 13,14,15 места.

Таблица 1.

Анкета по определению ценности здоровья студентов

№ п/п	Основные жизненные ценности	Ранговое место
1	Взаимопонимание в семье	
2	Здоровье	
3	Хорошие товарищи, друзья	
4	Жизненный успех	
5	Интересная работа	
6	Высокое материальное положение	
7	Свобода и независимость	
8	Дети	
9	Успехи в бизнесе	
10	Желание приносить пользу людям	
11	Личная безопасность	
12	Честь и уважение	
13	Содержательный досуг	
14	Самосовершенствование	
15	Отзывчивость	
16	Вера и религия	

50 % респондентов которые ставят здоровье на первое ранговое место – это студенты Стахановского педагогического колледжа; Мелитопольского государственного педагогического университета – 36,6 %; респонденты Донецкого государственного института здоровья, физического воспитания и спорта и Института культуры и искусств ЛНУ имени Тараса Шевченко по 30 %, Института физического воспитания и спорта ЛНУ имени Тараса Шевченко 28 %, факультета украинской филологии ЛНУ имени Тараса Шевченко 26,7 %.

Таблица 2.

Название высшего учебного заведения (института, факультета)														
Место здоровья в иерархии ценностей	Донецкий государственный институт здоровья, физического воспитания и спорта		Мелитопольский государственный педагогический университет		Институт культуры и искусства		Институт физического воспитания и спорта		Стахановский педагогический колледж		Факультет украинской филологии		Общее количество	
	Количество	%	Количество	%	Количество	%	Количество	%	Количество	%	Количество	%	Количество	%
1	9	30	11	36,6	6	30	14	28	10	50	8	26,7	58	32,2
2	5	16,7	6	20	8	40	11	22	6	30	6	20	42	23,3
3	6	20	6	20	2	10	2	4	2	10	6	20	24	13,3
4	3	10	2	6,7	2	10	5	10			2	6,7	14	7,8
5	1	3,3	1	3,3			1	2			2	6,7	5	2,9
6	2	6,7					1	2	1	5			4	2,2
7	2	6,7			2	10					3	10	7	3,9
8	1	3,3					1	2					2	1,1
9			2	6,7									2	1,1
10			2	6,7			7	14					9	5
11							3	6					3	1,7
12							1	2			1	3,3	2	1,1

13											1	3,3	1	0,5
14							1	2					1	0,5
15											1	3,3	1	0,5
16	1	3,3					3	6	1	5			5	2,9
	30	100	30	100	20	100	50	100	20	100	30	100	180	100

Результаты исследования показали, что потребность в здоровье не занимает одно из ведущих мест в иерархии жизненных ценностей студентов, которые приняли участие в эксперименте. В связи с этим, необходима актуализация потребности в здоровье, обусловлена его ценностью, как средством достижения других жизненно важных ценностей (например, жизненный успех, интересная работа, высокое материальное положение и др.), что выдвигает задачу активизации действенной заботы о физическом благополучии.

Поэтому, важно, чтобы студенты овладевали теоретическими и практическими знаниями факторов, способов и методов, укрепления здоровья, овладели привычкой постоянно осуществлять мероприятия, направленные на его формирование, укрепление и сохранение, чтобы им было свойственно активное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, то есть формировать в себе ценностное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Для успешного решения проблемы формирования ценностного отношения студентов к своему здоровью соответствующую работу необходимо проводить с первых дней пребывания студентов в высших учебных заведениях. Вместе с тем, наиболее целесообразным, на наш взгляд, является приведение в систему всех знаний о ценности здоровья, которые студенты могли бы усваивать непрерывно, на протяжении всего периода профессиональной подготовки в высшем учебном заведении.

А для этого более конкретного изучения требуют средства и методы формирования у студентов ценностного отношения к своему здоровью.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Горашук В. П. Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів : дис. ... доктора пед. наук. 13.00.01 : Горашук Валерій Павлович. – Харків, 2004. – 414 с.;
2. Горашук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) : монография. / В. П. Горашук. – Луганск : Альма-матер, 2003. – 376 с.;
3. Давыденко Д. Н., Щедрин Ю. Н., Щеголев В. А. Здоровье и образ жизни студентов / Под. общ. ред. проф. Д. Н. Давыденко: Учебное пособие. // Д. Н. Давыденко, Ю. Н. Щедрин, В. А. Щеголев. – СПб. : СПбГУИТМО, 2005. – 124 с.;
4. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения // Всемирная Организация здравоохранения: Основные документы – 39-е изд.; пер. с англ. – М. : Медицина, 1995. – 208 с.