Научная статья
Original article
УДК 316.752

ВЛИЯНИЕ ЦЕННОСТНЫХ УСТАНОВОК ЛИЧНОСТИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ

INFLUENCE OF PERSONALITY'S VALUES ON THE FORMATION OF HEALTH

Никулина София Витальевна, студент ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского (г. Саратов), Россия, 410012, г. Саратов, ул. Большая Казачья, 112. E-mail: sofianikulina13@gmail.com

Герасименко Карина Алексеевна, студент ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского (г. Саратов), Россия, 410012, г. Саратов, ул. Большая Казачья, 112. E-mail: meridian164@mail.ru

Акимова Наталья Александровна, кандидат философских наук, доцент–научный руководитель, ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского (г. Саратов), Россия, 410012, г. Саратов, ул. Большая Казачья, 112. E-mail: akimovana@rambler.ru

Nikulina Sofia Vitalievna, student, Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky (Saratov), Russia, 410012, Saratov, st.BolshayaKazachya, 112. E-mail: sofianikulina13@gmail.com

Gerasimenko Karina Alekseevna, student, Saratov State Medical University n.a. V.I. Razumovsky (Saratov), Russia, 410012, Saratov, st.BolshayaKazachya, 112. E-mail: meridian164@mail.ru

Akimova Natalya Alexandrovna, Ph.D. in Philosophy, Associate Professor, Scientific Adviser, Saratov State Medical University n.a. V.I.Razumovsky (Saratov), Russia, 410012, Saratov, str. BolshayaKazachya, 112. E-mail: akimovana@rambler.ru

Аннотация. В статье рассматриваются ценностные установки личности, их влияние на отношение молодежи к своему здоровью и здоровью окружающих их людей. В работе анализируется процесс формирования ценностных установок, включающий в себя мировоззрение; рефлексию, направленность и ориентацию. Выделяются условия формирования ценностного отношения к здоровью; анализируются определяющие здоровье факторы (семья, активный образ жизни, взаимоотношения с друзьями). Особое внимание в статье уделяется результатам анкетирования, которое проводилось среди студенческой молодежи г. Саратова. В результате исследования определено место здоровья как ценности в системе ценностных установок личности, выявлено несоответствие между признанием значимости здоровья и реальным поведением молодых людей в жизни. По результатам исследования, ценность здоровья в иерархии ценностей молодежи занимает весьма высокие позиции и является базовой ценностью, однако, отмечается отсутствие мотивации в формировании потребности вести здоровый образ жизни.

Abstract. The article deals with the value attitudes of the individual, their influence on the attitude of young people to their health and the health of the people around them. The paper analyzes the process of formation of value attitudes, including worldview; reflection, direction and orientation. The conditions for the formation of a value attitude to health are singled out; factors determining health (family, active lifestyle, relationships with friends) are analyzed. Particular attention is paid to the results of the survey, which was conducted among the students of Saratov. As a result of the study, the place of health as a value in the system of value attitudes of the individual was determined, a discrepancy between

the recognition of the importance of health and the real behavior of young people in life was revealed. According to the results of the study, the value of health in the hierarchy of values of young people occupies a very high position and is a basic value, however, there is a lack of motivation in the formation of the need to lead a healthy lifestyle.

Ключевые слова: здоровье, ценностные установки, личность, студенческая молодежь, здоровый образ жизни.

Keywords: health, values, personality, student youth, healthy lifestyle.

Здоровье – это сложное, глобальное, социокультурное и общечеловеческое явление, имеющее непреходящую ценность для человека и волнующее его во всех аспектах жизни. Сохранение и укрепление здоровья детей и молодежи является одной из важнейших человеческих ценностей. Формирование ценностного отношения к здоровью является приоритетной государственной задачей в сфере образования и воспитания.

Согласно статистическим данным, в современной России живет 27 млн. детей, что составляет 19% от общей численности населения. Среди них в возрасте до 6 лет – 9,8 млн., от 7 до 18 лет – 17,2 млн. человек. Более половины детей школьного возраста с ослабленным здоровьем. Почти две трети в возрасте 14 лет уже имеют хронические заболевания. Из числа выпускников общеобразовательных учреждений только 10 % являются здоровыми. Около 80% имеют ограничения в выборе профессии по состоянию здоровья[5].

Приведенные данные актуализируют проблему формирования здоровья молодежи и определяющих его факторов. Осознание важности формирования здоровья подрастающего поколения – значимая задача современного общества. В связи с этим важна системная и последовательная политика здорового образа жизни и формирование ценности здоровья учащейся молодежи.

Для каждого человека существуют конкретные ценности, которые выбираются им в качестве нормы поведения в жизни; это относится к конкретному человеку, а не к обществу в целом и получает название ценностных установок. Ценность– свойство общественного предмета удовлетворять определенным потребностям социального субъекта (человека, группы людей, общества); понятие, с помощью которого характеризуют социально-историческое значение для общества и личностный смысл для человека определенных явлений действительности [4,с.741].

Структура ценностей включает в себя: требование; оценки социальных явлений с точки зрения присущих ценностных критериев; цели, которые сообщают о том, что должно быть, к чему следует стремиться; средства, с помощью которых возможно достичь желаемого.

Ценности классифицируются по многим критериям: по объективным характеристикам явлений, выступающих ценностями (материальные и духовные); по субъекту (ценности общества, народа, коллектива, индивида); по типу потребностей субъекта (моральные, экономические, политические и другие).Ценности выстраиваются в определенную систему, которая имеет конкретно-исторический смысл и содержание.

В систему ценностей социального субъекта могут входить различные ценности. Здоровье, наряду с жизнью, благосостоянием, семьей, образованием, относится к категории витальных ценностей.

Формирование ценностных установок происходит в течение жизни. Считается, что человек усваивает их от окружающих его людей, ведь каждый из нас в течение своей жизни общается с разными людьми, перенимает их опыт, благодаря этому человек понимает, какие ценности важны для него. У людей более раннего возраста формирование и изменение ценностей проходит намного легче, чем у старшего поколения.

Процесс формирования ценностных установок, согласно научным исследованиям, включает в себя:

1) Мировоззрение как систему взглядов человека на окружающий его мир, отношение к себе, к своему месту в обществе, принципы и идеалы.

2) Рефлексию, понимаемую как переоценку личных ценностей.

3) Направленность как совокупность направляющих деятельность личности мотивов.

4) Ориентацию как процесс развития личности с точки зрения формирования всех сторон личностного роста [6].

На наш взгляд, в жизни любого человека здоровье является важнейшей ценностью. Здоровье – это состояние организма, при котором отсутствуют какие-либо болезненные ощущения, а также нет отклонения в работе органов [1].

А.С. Нефедов и Н.А. Сахарова выделяют условия формирования ценностного отношения к здоровью, среди которых отмечают: необходимость создания ценностного пространства здорового образа жизни; важность физического воспитания, направленного на выработку потребности в здоровом образе жизни; формирование тех ценностных, психологических и педагогических знаний и умений, которые определяют физическое воспитание; учет возрастных различий и организацию физического воспитания с учетом особенностей отдельной личности; понимание взаимосвязи всех элементов отношения к здоровью как ценности [3].

Можно выделить несколько факторов, оказывающих особенное влияние на формирование здоровья – семья, активный образ жизни, взаимоотношения с друзьями.

1) Семья. Отношения в семье имеют большое значение для здоровья человека. Благоприятная психологически-эмоциональная обстановка в семье также благоприятно отразится на здоровье ее членов. Эмоциональное спокойствие имеет большое значение для физического здоровья. В то же время в семье, где кто-то из ее членов подвержен наркомании или алкоголизму, создаются тяжелые условия жизни, как материальные, так и в отношении любви и спокойствия в семье, особенно для детей. Такая

обстановка часто вызывает различные расстройства, которые в будущем могут привести к ужасным последствиям в области здоровья.

2) Активный образ жизни. Для многих людей одной из главных ценностей является спорт и поддержание здорового образа жизни, занятий в зале и правильного питания. Занятие спортом приводит к укреплению, поддержанию и развитию здоровья. Но влияние спорта может быть как положительным, так и отрицательным, так как перегрузки организма могут сказываться отрицательно на физическое состояние организма. Несмотря на этот фактор, спорт является важным аспектом здоровья, и отказ от физической активности может плохо влиять на человека.

3)Дружеские отношения. В жизни каждого человека есть люди,которых мы сами выбираем для общения, которым мы верим и можем обратиться в трудные моменты нашей жизни. Рядом с такими людьми, в безопасности не только наше физическое здоровье, но и психическое. По прогнозам специалистов Всемирной организации здравоохранения, психические расстройства входят в первую пятерку болезней, которые преобладают по количеству человеческих заболеваний[2].

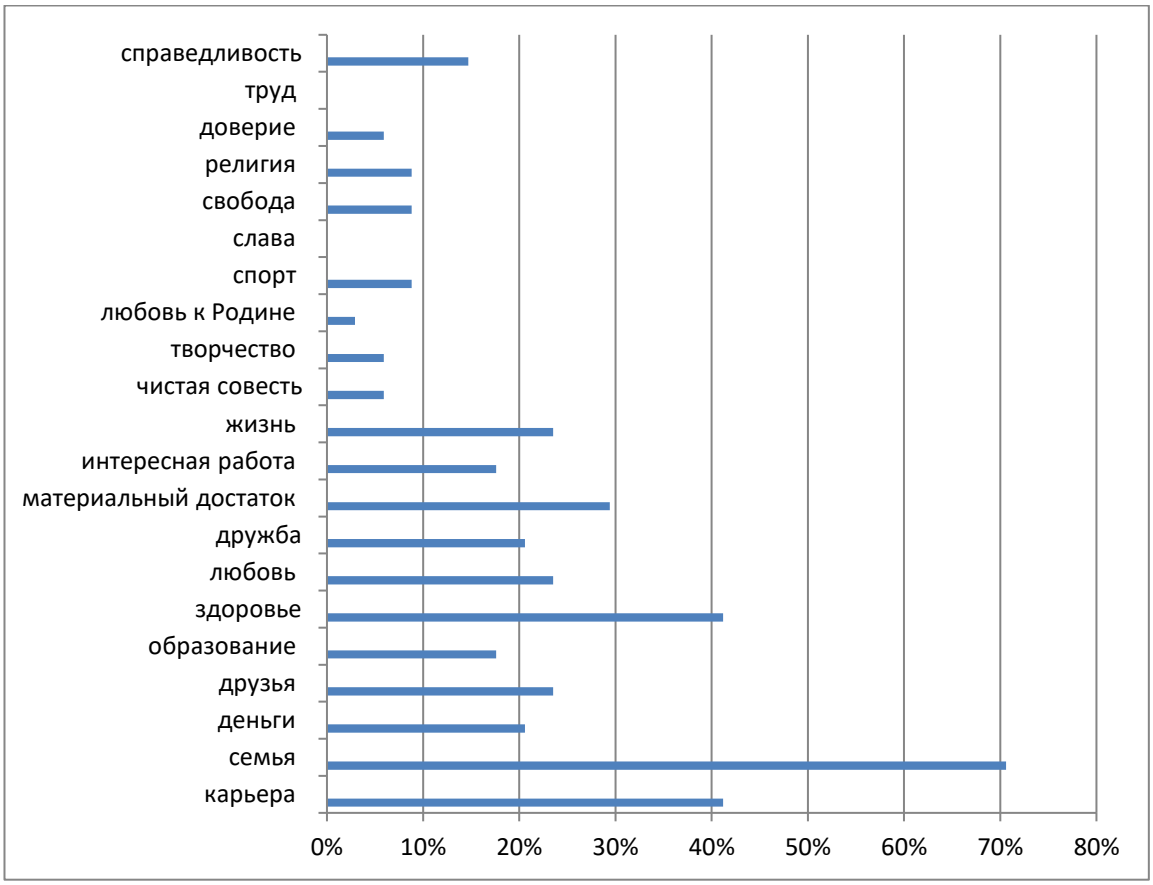
С целью выявления места здоровья в жизни и в системе ценностей современной молодежи мы провели анкетирование среди студенческой молодежи города Саратова.

Анкетирование проводилось среди студентов высших учебных заведений г.Саратова. Опрошенные студенты обучаются в разных учебных заведениях города и по различным программам подготовки (лечебное дело, государственное и муниципальное управление, экономика, финансы и учет, финансы и кредит, иностранные языки). Общая численность респондентов составила 76 человек в возрасте от 18 до 22 лет, из которых 58,8% респондентов женского пола, а 41,2 % мужского пола.

Разработанная анкета «Влияние ценностных установок личности на формирование здоровья» включала ряд информационных блоков: оценка иерархии ценностей, отношение к спорту и физической культуре, самооценка

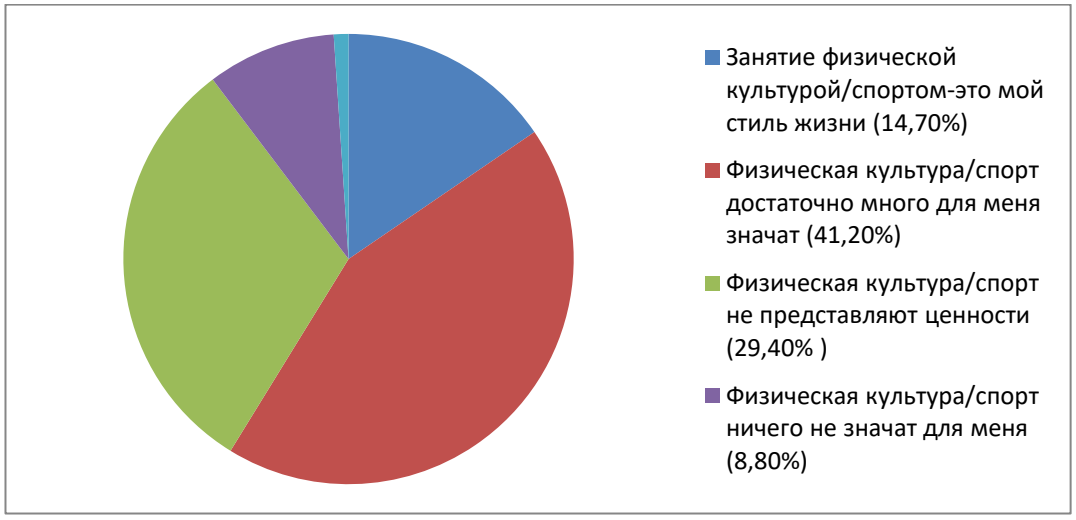
здоровья и здорового образа жизни молодежи. В анкете студентам было предложено выбрать наиболее ценное в жизни. Анализ ответов показал (рис. 1), что на первом месте среди ценностей значится ценность семьи – 70,6%, на втором месте у молодежи здоровье (41,2%) и карьера (41,2%). Для 29,4% имеет большое значение материальный достаток. Так, мы видим, что ценность здоровья у молодежи занимает достаточно высокие позиции.

Рис. 1. Жизненные ценности молодежи (n=76, %).



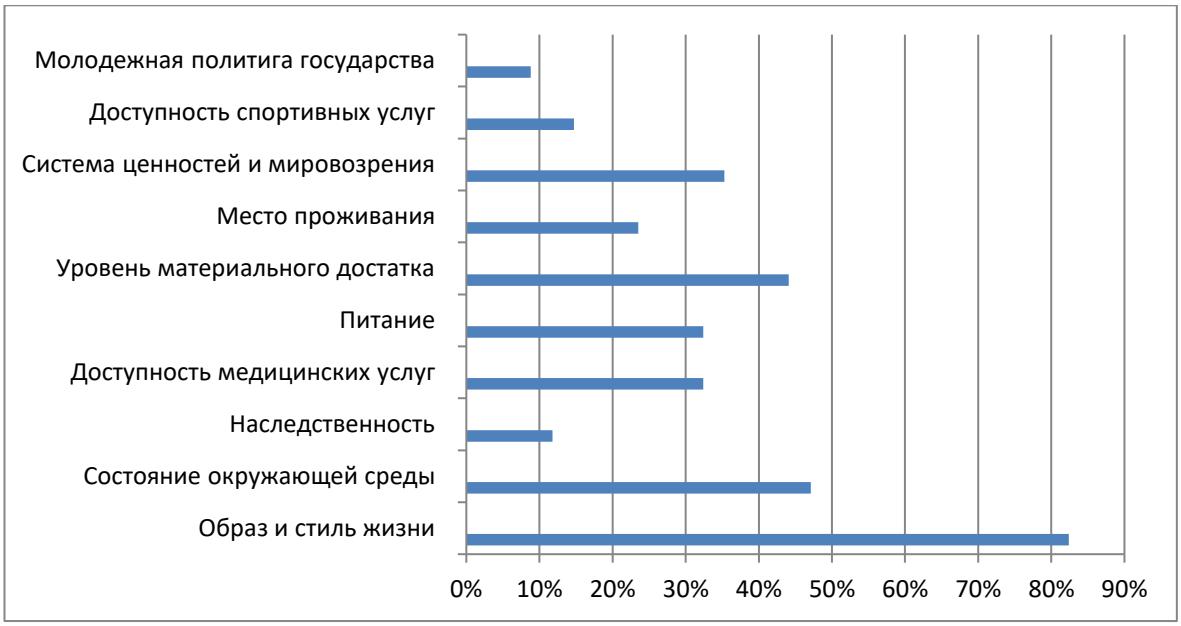
Интересным представляется ответ на вопрос «Какое место в жизни занимает спорт и физическая культура?» Как показало исследование (рис.2), что у 41,2% респондентов, физическая культура/спорт имеют большое значение в жизни, а для 29,4% респондентов физическая культура/спорт не представляют собой ценности.

Рис. 2.Оценка спорта и занятий физической культурой(n=76, %).



Следует обратить внимание, что на вопрос о факторах, влияющих на состояние здоровья молодежи, мы получили следующие ответы (рис. 3): 82,4 % опрошенных респондентов считают, что это образ и стиль жизни, 47,1% считают, что это состояние окружающей среды и 44,1% опрошенных отметили уровень материального достатка. Меньше всего, по мнению молодежи, на состояние здоровья влияют молодежная политика государства, доступность спортивных учреждений и наследственность.

Рис. 3. Факторы, влияющие на состояние здоровья молодежи(n=76, %).



Оценивая по десятибалльной шкале состояние своего здоровья35,3% респондентов считают состояние своего здоровья выше среднего;

максимальное значение в 10 баллов отмечено у 8,8% респондентов и 9 баллов у 11,8% респондентов.

Следующие вопросы отражали приверженность здоровому образу жизни респондентов. Так, здорового рациона и режима питания придерживаются 17,6% респондентов, 23,5% респондентов не придерживаются режима питания, и 58,8% респондентов дали ответ «иногда».

Отвечая на вопрос о частоте занятий спортом, 20,6% респондентов ответили, что уделяют внимание спорту 2-3 раза в неделю, остальные студенты или вообще не занимаются (8,8%), или иногда занимаются (70,6%). Примечательно, что в родительских семьях у значительной части опрошенных (44,1%) было принято вести здоровый образ жизни или заниматься спортом.

Молодежь посещает врачей также, как и среднестатистический гражданин Российской Федерации. Иногда посещают 64,7% респондентов, 26,5% респондентов – редко посещают, и 8,8% отметили, что делают это довольно часто.

Оценивая состояние здоровья современной молодежи, респонденты отмечают, что в основном здоровье у молодежи: удовлетворительное (41%), 32,4% считают его хорошим, 8,8% полагают состояние здоровья современной молодежи неудовлетворительным, 11,8% затруднились ответить.

И в заключении отметим, что под содержанием понятия «здоровый образ жизни» опрошенные студенты понимают здоровое питание (79,4%), занятие спортом (79,4%), отказ от вредных привычек (70,6%).

Заключение и выводы. Таким образом, проблема здорового образа жизни весьма актуальна в наше время, о чем свидетельствуют статистические данные и результаты проведенного исследования.

По результатам исследования, ценность здоровья в иерархии ценностей молодежи занимает весьма высокие позиции и является базовой ценностью, но отсутствует мотивация и желание вести здоровый образ жизни. То есть

мы видим, явное несоответствие между признанием значимости здоровья и поведением людей в жизни.

Влияние ценностных установок личности на формирование здоровья студенческой молодежи определяется отношением к здоровью, которое представляет собой систему личных связей с окружающей средой и миром, которые способствуют или вредят здоровью человека, а также включает в себя оценку с точки зрения личности собственного психического и физического состояния.

Литература

1. 1.Клюев А.В., Урсу И.С. Структура ценностных ориентаций современной учащейся молодежи // Управленческое консультирование: Актуальные проблемы государственного и муниципального управления. –2010. № 3. С.75–80.

2. Медведева Е.И. Современная молодежь Подмосковья: отношение к здоровью и здоровому образу жизни [Текст] / Е.И. Медведева // Проблемы современного экономического образования (школа-ВУЗ): материалы науч.-практич. конф. Коломна: МГОСГИ ЭФ, 2012. 345с.

3. Нефедова, А. С. Формирование ценностного отношения к здоровью как психолого-педагогическая проблема / А. С. Нефедова, Н. А. Сахарова. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. 2014. № 13 (72). С. 274–276.

4. Социологическая энциклопедия: В 2 т. Т.2 /Национальный общественно-научный фонд / Руководитель научного проекта Г.Ю. Семигин; Главный редактор В.Н. Иванов. – М.: Мысль, 2013.863с.

5. Федеральная служба государственной статистики[Электронный ресурс]. Режим доступа: https://rosstat.gov.ru(Дата обращения: 15.05.2022)].

6. Ценности и ценностные ориентации, их формирование и роль в развитии личности [Электронный ресурс]. Режим доступа: //https://spravochnick.ru/(Дата обращения: 04.04.2022).

References

1. Klyuev A.V., Ursu I.S. The structure of value orientations of modern student youth // Management consulting: Actual problems of state and municipal management. 2010. No. 3.S. 75–80.
2. Medvedeva E.I. Modern youth of the Moscow region: attitude to health and a healthy lifestyle [Text] / E.I. Medvedeva // Problems of modern economic education (school-university): materials of scientific and practical. conf. Kolomna: MGOSGI EF, 2012. 345p.
3. Nefedova, A. S., Sakharova, N. A. Formation of a value attitude to health as a psychological and pedagogical problem. - Text: direct // Young scientist. - 2014. - No. 13 (72). pp. 274–276.
4. Sociological Encyclopedia: In 2 volumes. Vol. 2 / National Social Science Foundation / Head of the scientific project G.Yu.Semigin; Chief editor V.N. Ivanov. - M.: Thought, 2013. 863 p.
5. Federal State Statistics Service [Electronic resource]. Access mode: https://rosstat.gov.ru (Date of access: 05/15/2022)].
6. Values and value orientations, their formation and role in the development of personality [Electronic resource]. Accessmode: // https://spravochnick.ru/ (Dateofaccess: 04.04.2022).

© *Акимова Н.А., Никулина С.В., Герасименко К.А., 2022 Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей «StudNet» № 6/2022.*

Для цитирования: Акимова Н.А., Никулина С.В., Герасименко К.А. ВЛИЯНИЕ ЦЕННОСТНЫХ УСТАНОВОК ЛИЧНОСТИ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЯ//Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей «StudNet» № 6/2022