



Автор статьи: Лойко Ольга Леонидовна,
магистр педагогических наук,
преподаватель кафедры
социальной педагогики
БГПУ им. М. Танка

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Еще в древние времена люди стали задумываться о том, как сохранить и укрепить самое ценное, что есть в их жизни - здоровье, потому что уже тогда человек понимал, что здоровье является источником духовных сил, которые побуждают его к жизни, творчеству, продуктивному труду и общению в различных сферах жизнедеятельности.

Анализ философской и педагогической литературы показал, что проблема формирования ценностного отношения к здоровью человека тысячелетиями волновала философов, педагогов и психологов. Так, в трудах античных философов (Аристотеля, Демокрита, Гераклита, Фалеса, Анаксимандра) мы находим идею ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, гармоничного равновесия, единства и нераздельности души, психологических состояний и внешнего мира.

Философия Средневековья сформулировала вопросы о внутренних стимулах поступков человека, которые оказывали большое влияние на духовный мир и здоровье человека. Концепция здоровья эпохи Возрождения исходит из того, что человек выступает как творец самого себя, является яркой индивидуальностью, а, следовательно, и здоровье человека приобретает уникальную ценность. Таким образом, в ходе развития психологических представлений от античности до современности мы видим культурно-исторический детерминизм формирования представлений о здоровье,

возрастающую формообразующую роль духовности в жизни человека и общества[8, 5].

Философско-антропологический подход к изучению феномена здоровья и ценностного отношения к здоровью позволяет составить наиболее полную картину различий и сходства представлений человека о своем здоровье в различные периоды цивилизации [10, 87].

Так, анализ немецкой классической философии дает нам основание утверждать, что Кант рассматривал человека как свободное существо, живущее в обществе, как результат взаимодействия между автономными человеческими индивидами. Нравственный закон, согласно утверждению Канта, является не только идеалом, которым должен руководствоваться человек в своих поступках, но и гарантом здоровья. Гегель, в отличие от Канта, связывает нравственный закон как с развитием личности, так и с развитием всего человечества. В кантовской философии намечен исторический подход к нравственным нормам, т. е. к субъективным нормам и ценностям. У Гегеля историзм является объективной чертой исследования человека. Абсолютный идеализм Гегеля утверждает, что в мире господствует разум; всемирная история представляет собой разумный процесс и индивидуальность бытия объективно обусловлена, как и обусловлено здоровье.

Таким образом, анализируя культурные отличия и сходства представлений о здоровье, можно сказать, что философия постоянно ищет взаимосвязь души человека и ее детерминирующих факторов, т. е. объективного и субъективного. Необходимо также отметить, что наиболее верный путь научного исследования заключается в историческом прослеживании, сопоставлении различных точек зрения на проблему формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни человека. Следовательно, важно подчеркнуть, что культурно-исторический анализ позволяет проследить единство различных философских и религиозных учений о ценностном отношении к здоровью и здоровому образу жизни человека.

Изучение проблемы отношения к здоровью показало, что обязательным фактором является формирование особого отношения к здоровью, которое выражается в осознании его ценности, а также в позитивно-эмоциональном стремлении действиям по его укреплению и совершенствованию.

Теоретический анализ понятия «здоровья» предполагает выявление ряда его аспектов. Так, с точки зрения медицины здоровье - это состояние роста и развития органов и систем организма, основу которых составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции [2, 456].

Педагогическое определение здоровья предполагает совершенство саморегуляции в организме, гармонию физиологических процессов, максимальную адаптацию к окружающей среде [11, 8].

С точки зрения социальной педагогики, здоровье человека - это гармоническое единство физиологических, психологических и трудовых функций, обуславливающее возможность полноценного участия людей в различных видах деятельности [4, 56 - 57].

Понятие здоровья должно определять возможности выполнения основных функций человека, учитывая тот факт, что человек есть живая система, в основе которой лежат физическое и духовное, природное и социальное, наследственное и приобретенное начала. Социальное здоровье понимается как система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде. Физическое здоровье - это текущее состояние функциональных возможностей органов и систем организма. Психическое здоровье - состояние психической сферы человека, характеризующееся общим душевным комфортом, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и обусловленное потребностями биологического и социального характера [5, 21- 23].

В последние годы актуальным становится постулат о том, что одним из основных компонентов сохранения и укрепления здоровья современной молодежи является здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни -

социальная категория, охватывающая совокупность определенных видов жизнедеятельности, личности, социальной группы, национального общества в целом, направленных на улучшение и сохранение здоровья человека, которые берутся в единстве с условиями жизни.

Определяющим путем, ведущим к здоровью каждого человека, является изменение отношения человека к своему здоровью. Для этого надо желать быть здоровым и прилагать к этому усилия. Необходимо отметить, что здоровый образ жизни объединяет все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и выражает ориентированность личности в направлении формирования, сохранения и укрепления как индивидуального, так и общественного здоровья.

Важным является и тот факт, что здоровье молодых людей, включая проблемы формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни, являются приоритетными для нашего государства. На сегодняшний день в республике создано множество различных государственных программ, касающихся сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи:

Государственная программа по формированию здорового образа жизни населения Республики Беларусь на 2002—2006 гг., утвержденная постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 26 октября 2001 г. № 1553;

Государственная программа "Дети Беларуси", утвержденная Указом Президента Республики Беларусь от 24 мая 2001 г. № 281;

Государственная программа "Здоровье народа", одобренная постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 23 марта 1999 г. № 393;

Закон Республики Беларусь "О физической культуре и спорте" от 18 июня 2003 г. (О внесении изменений и дополнений в Закон Республики Беларусь "О физической культуре и спорте" от 29 ноября 2003 г. № 251-3).

Педагогическая диагностика показателей здоровья современных подростков и юношей проводилась нами на базе гимназии № 12 г. Минска. В группу испытуемых были включены учащиеся 7-х классов. В задачи педагогической диагностики входило выявление ряда показателей и условий формирования ценностного отношения к здоровью, здоровому образу жизни, выяснения того, какое место в жизни современных подростков занимает здоровье как социальная ценность, а также определение влияния факторов, разрушающих здоровье (табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков).

В исследовании приняли участие подростки 12-13 лет. Они были обследованы с помощью таких методик, как: анкетирование и методика «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» по С.С. Бубновой.

В результате проведения анкетирования нами были сделаны следующие выводы: примерно 58% испытуемых считают здоровье наиболее важной ценностью в своей жизни; 32% - нет, но соглашаются с тем, что оно занимает не последнее место; 6% испытуемых отметили, что «есть в жизни вещи и поважнее здоровья» (родители, семья) и 6% опрошенных не знают, как ответить на данный вопрос.

На вопрос, «Важно ли укреплять свое здоровье?» 98% испытуемых ответили положительно, из них 42% - занимаются спортом; 35% - делают зарядку, соблюдают режим питания и сна, часто бывают на свежем воздухе; 16%; - не курят и не пьют; 5% испытуемых дали отрицательный ответ.

Около 49 % опрошенных следят за своим здоровьем постоянно, столько же процентов - время от времени; 3% - не следят вообще. На вопрос, «Может ли человек быть абсолютно здоровым?» 73% испытуемых считают, что при современных экологических, экономических и других условиях жизни это не возможно; 15% - да, если вести абсолютно здоровый образ жизни и столько же процентов испытуемых затрудняются ответить.

На вопрос, «Важно ли вести здоровый образ жизни или жить по принципу «в жизни нужно попробовать все», не зависимо от последствий» 61% испытуемых дали положительный ответ, из них 5% считают, что, соблюдая здоровый образ жизни, легче чего-то достичь в жизни; также 6% - чтобы не заболеть; 3% - чтобы не дать «расслабиться» организму, 3% - сохранить красоту и молодость; остальные 44% испытуемых ответили, что в жизни надо попробовать все, при условии, что это не навредит здоровью.

В исследовании нами также была использована стандартизированная методика «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности» (С.С. Бубнова), направленная на изучение того, какое место занимает здоровье как социальная ценность у современных подростков среди других систем ценностей.

В результате проведения данной методики было выявлено, что 49,3% испытуемых считают самой главной ценностью помощь и милосердие к другим людям; 46,4% - признание и уважение людей, и влияние на окружающих; 26,1% - высокое и материальное благосостояние; 23,2% - любовь, а также познание нового в мире, природе, человеке; 20,3% - приятное времяпрепровождение, отдых; 17,4% - поиск и наслаждение прекрасным, а также здоровье; 11,6% - высокий социальный статус и управление людьми и 8,7% - социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе (рисунок 1).

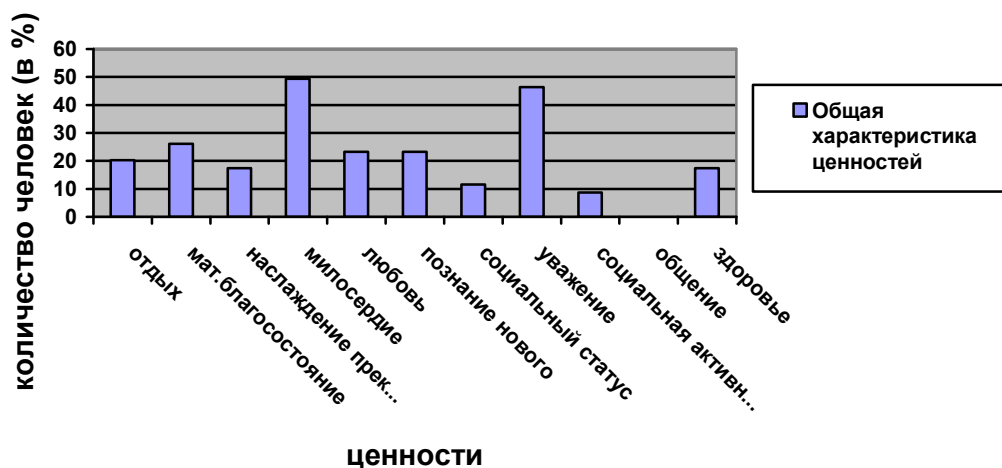


Рисунок 1 - Отношение современных подростков к ценностям (по всей выборке)

В нашем исследовании также представляет интерес проведение сравнительного анализа по половому признаку и выяснение того, какое место занимает здоровье в системе социальных ценностей у мальчиков и девочек (рисунок 2, рисунок 3).

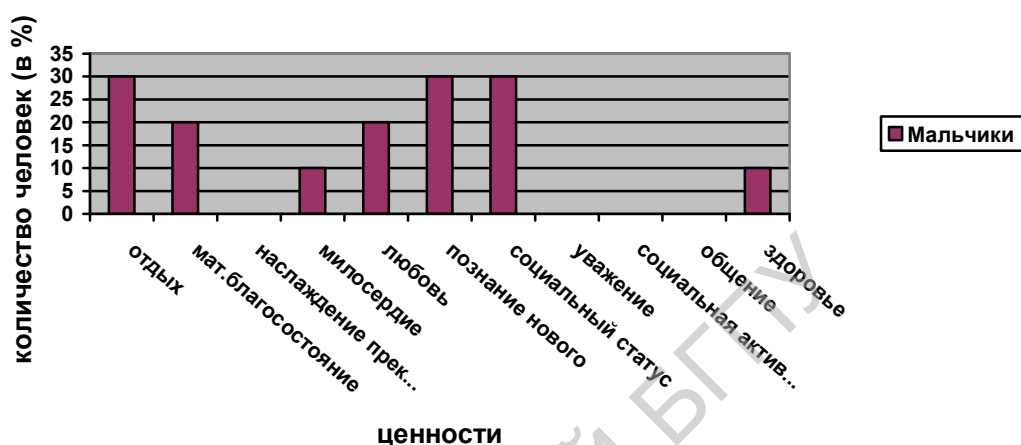


Рисунок 2 - Отношение современных подростков к ценностям (мальчики)

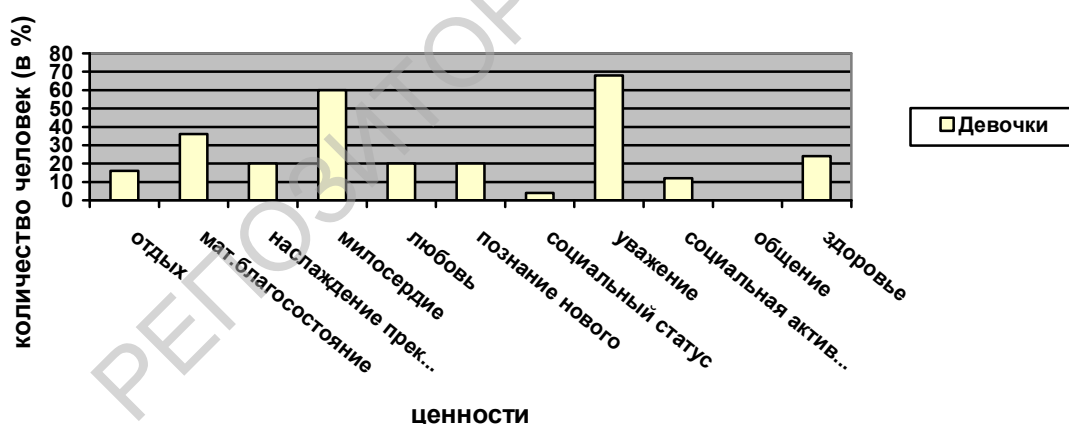


Рисунок 3 - Отношение современных подростков к ценностям (девочки)

В результате были сделаны следующие выводы: первое место среди ценностей у девочек занимает признание и уважение других людей (68%); у мальчиков первое место разделили следующие ценности: приятное времяпрепровождение, отдых; познание нового в мире, природе, человеке; высокий социальный статус и управление людьми - 30%. Здоровье, как социальная ценность, у девочек занимает лишь четвертое место (24%), а у

мальчиков - последнее третье место(10%), которое оно поделило с такой ценностью, как помощь и милосердие к другим людям.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у учащейся молодежи сегодня действительно является актуальной проблемой философии и педагогики, так как сложившаяся система образования пока не может дать ответ на вопрос, кто должен непосредственно заниматься данной проблемой и что должна содержать профессиональная подготовка специалиста, способного организовать и возглавить профилактическую деятельность по сохранению и укреплению здоровья, а также по формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни. Выработка системы ценностных ориентаций – необходимое социально-педагогическое условие для становления жизненных перспектив, самоопределения учащихся. В зависимости от того, на какие ценности ориентируется подросток и юноша, к чему в жизни стремится, что хочет создать или получить, в чем видит личностную ценность общения и взаимодействия с другими людьми, мы можем говорить о его личностной зрелости.

Сегодня перед каждым педагогом и воспитателем остро стоит задача вести непрерывное валеологическое образование населения, начиная с самого юного возраста. Одной из функций педагогики является валеологическая, включающая просветительскую работу в семье, разъяснение влияния личного примера родителей, их образа жизни на дальнейшую судьбу ребенка - это обязанность каждого педагогического работника. Именно школа и другие социальные институты могут на современном этапе обеспечить систему образовательных мер, направленных на формирование здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья современной молодежи.

Список используемых источников:

- 1 Барулин, В.С. Социальная философия: Учебник.-Изд. 2-е / В.С. Барулин. – М.: ФАИР – ПРЕСС, 2000.-560 с.
- 2 Билич, Г.Л. [и др.]. Основы валеологии / Г.Л. Билич. - СПб: Водолей, 1998. - 560 с.
- 3 Валеология человека. Здоровье - Любовь - Красота. В 5 томах. Т.1. Валеология и мудрость здоровья. - СПб., Петергоградский, 1996.-304 с.
- 4 Войтов, А.Г. Философия: Уч. пособие для аспирантов.-3-е изд. / А.Г. Войтов. – М.: Издат. - торг. Корпорация «Даньков и К», 2007. – 512 с.
- 5 Лойко, В.Н. Подростковый возраст - непростой период в жизни взрослого человека / В.Н. Лойко // Здоровый лад жизни. - 2003. - №2. - с. 25 - 27.
- 6 Селезнев, А.А. Психология здоровья: учеб.-метод. пособие / А.А. Селезнев: под ред. Я.Л. Колومинского.- Барановичи: БарГУ, 2006.-132 с.
- 7 Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие, образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. - М.: АРКТИ, 2005. - 302 с.
- 8 Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учебное пособие. / Под общ. ред. Н.В. Сократова.- М.: ТЦ Сфера, 2005.- 224 с.