



ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

О. Л. ЛОЙКО,

магистр педагогических наук, преподаватель кафедры социальной педагогики Белорусского государственного педагогического университета им. Максима Танка

Ещё в древние времена люди задумывались о том, как сохранить и укрепить самое ценное, что есть в их жизни, — здоровье. 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 тысячами волновала философов, педагогов, 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 неразделимости души, психологических состояний и внешнего мира.

Философы Средневековья сформулировали 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, следовательно, и его здоровье приобретает уникальную ценность. Таким образом, в ходе развития психологических представлений со времён античности до современности мы видим культурно-исторический детерминизм формирования представлений о здоровье, возрастающую формообразующую роль духовности в жизни человека и общества [8, с. 5].

Философско-антропологический подход к изучению феномена здоровья и ценностного отношения к здоровью позволяет составить наиболее полную картину различий и сходств в представлениях человека о своём здоровье в разные периоды цивилизации [10, с. 87].

Так, анализ немецкой классической философии даёт 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. В отличие от Канта Гегель 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 предполагает, 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 в представлениях о здоровье, можно сказать, что философия постоянно ищет взаимосвязь души человека и её 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 образу жизни.

Изучение данной проблемы показало, что обязательным фактором является формирова-

ние особого отношения к здоровью, которое выражается в осознании его ценности, а также в позитивно-эмоциональном стремлении к действиям по его сохранению и укреплению.

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

Педагогическое определение данного понятия предполагает совершенство саморегуляции в организме, гармонию физиологических процессов, максимальную адаптацию к окружающей среде [11, с. 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, с. 56—57].

Понятие «здоровье» должно определять возможности выполнения основных функций человека с учетом того факта, что человек есть живая система, в основе которой лежат физическое и духовное, природное и социальное, наследственное и приобретенное начала. Социальное здоровье — система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде. Физическое здоровье — 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, с. 21—23].

В последние годы одним из основных компонентов сохранения и укрепления здоровья современной молодежи является здоровый образ жизни, представляющий собой социальную категорию, охватывающую совокупность определенных видов жизнедеятельности личности, социальной группы, национального общества в целом, направленных на улучшение и сохранение здоровья человека и рассматриваемых в единстве с условиями жизни.

Определяющим путём, ведущим к здоровью каждого человека, является изменение его отношения к своему здоровью. Для этого надо желать

быть здоровым и прилагать определённые усилия. Необходимо отметить, что здоровый образ жизни объединяет всё, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных условиях и выражает ориентированность личности в направлении формирования, сохранения и укрепления как индивидуального, так и общественного здоровья.

Здоровье молодых людей, проблемы формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни являются приоритетными направлениями нашего государства. В настоящее время создано множество различных государственных программ и законов, касающихся сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи:

- Государственная программа по формированию здорового образа жизни населения Республики Беларусь на 2002—2006 гг.;
- Государственная программа «Дети Беларуси»;
- Государственная программа «Здоровье народа»;
- Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» и др.

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

В исследовании приняли участие подростки 12—13 лет. Они были обследованы с помощью анкетирования и методики «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 % респондентов не признают здоровье ценностью, но соглашаются с тем, что оно занимает не последнее место в жизни человека;

- 6 % анкетированных отметили, что в жизни есть вещи и поважнее здоровья (родители, семья);
- 6 % опрошенных не знают, как ответить на данный вопрос.

На вопрос «Важно ли укреплять своё здоровье?» 98 % испытуемых ответили положительно, из них 42 % — занимаются спортом; 35 % — делают зарядку, соблюдают режим питания и сна, часто бывают на свежем воздухе; 21 % — не курят и не пьют. Отрицательный ответ дали 3 % испытуемых.

Около 49 % опрошенных следят за своим здоровьем постоянно, столько же респондентов делают это время от времени; 3 % — ничего не предпринимают в этом отношении. На вопрос «Может ли человек быть абсолютно здоровым?» 73 % испытуемых ответили, что в современных экологических, экономических и других условиях жизни это сделать невозможно; 15 % уверены, что данную цель можно достичь, если вести абсолютно здоровый образ жизни, и столько же процентов испытуемых затрудняются ответить.

На вопрос «Что важнее: вести здоровый образ жизни или попробовать всё, что предлагают, независимо от последствий?» 61 % испытуемых дали положительный ответ на первую часть вопроса, из них 5 % респондентов считают, что, соблюдая здоровый образ жизни, легче чего-то достичь в жизни; 6 % подростков уверены, что здоровый образ жизни поможет им не заболеть;

3 % — не позволит организму «расслабиться», 3 % — сохранит красоту и молодость. Остальные 44 % испытуемых ответили, что в жизни надо попробовать всё, если это не навредит здоровью.

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

В результате проведения данной методики было выявлено следующее:

- 49,3 % испытуемых самой главной ценностью считают помощь и милосердие к другим людям;
- 46,4 % — признание и уважение людей, влияние на окружающих;
- 26,1 % — высокое материальное благосостояние;
- 23,2 % — любовь, а также познание нового о 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;
- 8,7 % — социальная активность для достижения позитивных изменений в обществе (рис. 1).

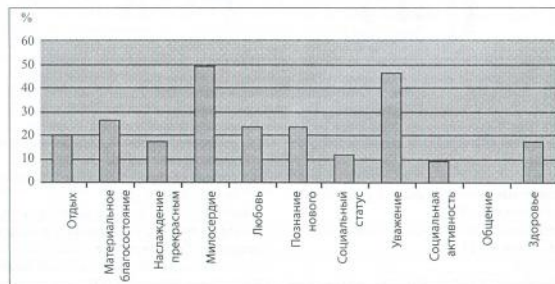


Рис. 1. Общая характеристика современных подростков (по всей выборке)

АД ТЭОРЫ ДА ПРАКТЫКІ

В рамках нашего исследования также проведён сравнительный анализ отношения современных подростков к здоровью и его месту в системе социальных ценностей (рис. 2, 3).

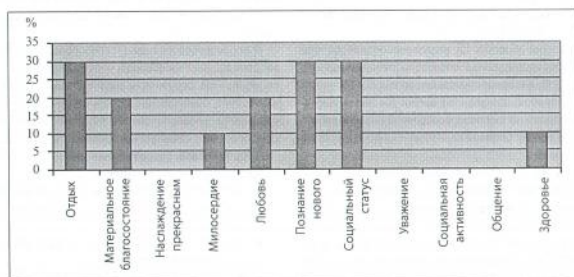


Рис. 2. Отношение мальчиков к ценностям

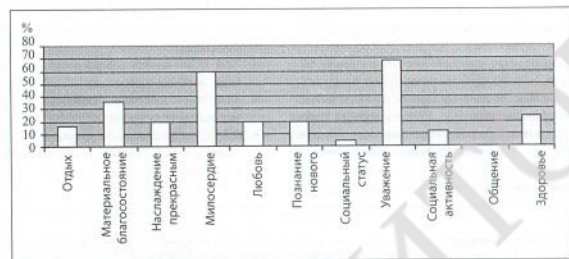


Рис. 3. Отношение девочек к ценностям

На основании анализа были сделаны следующие выводы:

у девочек:

- первое место — признание и уважение других людей (68 %);
- четвертое место — здоровье как социальная ценность (24 %);

у мальчиков

- первое место разделили следующие ценности: приятное времяпрепровождение, отдых; познание нового о мире, природе,

человеке; высокий социальный статус и управление людьми (30 %);

- третье место — здоровье, милосердие к другим людям (10 %).

Таким образом, в настоящее время формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни у учащейся молодежи действительно является актуальной проблемой философии и педагогики, так как сложившаяся система образования пока не может дать ответы на вопросы о том, кто непосредственно должен

О. Л. Лойко. Формирование ценностного отношения к здоровью: педагогический анализ

заниматься этой проблемой и что должна включать профессиональная подготовка специалиста, способного организовать и возглавить профилактическую деятельность по сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни. Выработка системы ценностных ориентаций — необходимое социально-педагогическое условие для определения жизненных перспектив и самореализации учащихся. В зависимости от того, на какие ценности ориентируются подростки, к чему стремятся в жизни, что хотят создать или получить, в чем видят личностную ценность общения и взаимодействия с другими людьми, мы можем говорить о их личностной зрелости.

Перед каждым учителем (воспитателем) остро стоит задача осуществлять непрерывное валеологическое образование подрастающего поколения с самого юного возраста, которое включает просветительскую работу в семье, разъяснение влияния личного примера родителей, их образа жизни на дальнейшую судьбу ребенка. Именно школа и другие социальные институты могут обеспечить систему образовательных мер, направленных на формирование здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья современной молодежи.

Список использованной литературы

1. Барулин, В. С. Социальная философия : учебник / В. С. Барулин. — 2-е изд. — М. : ФАИР-ПРЕСС, 2000. — 560 с.
2. Билич, Г. Л. Основы валеологии / Г. Л. Билич [и др.]. — СПб. : Водолей, 1998. — 560 с.
3. Валеология человека. Здоровье — Любовь — Красота: в 5 т. — СПб. : Петергоградский, 1996. — 304 с. — Т. 1: Валеология и мудрость здоровья.
4. Войтов, А. Г. Философия : учеб. пособие для аспирантов / А. Г. Войтов. — 3-е изд. — М. : Даников и К, 2007. — 512 с.
5. Лойко, В. Н. Подростковый возраст — непростой период в жизни взрослого человека / В. Н. Лойко // Здоровье лад юнца. — 2003. — № 2. — С. 25—27.
6. Селезнёв, А. А. Психология здоровья : учеб.-метод. пособие / А. А. Селезнёв; под ред. Я. Л. Колмынского. — 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 : учеб. пособие / под общ. ред. Н. В. Сократова. — М. : Сфера, 2005. — 224 с.

ВИЧ как социальная проблема

В конце 70 — начале 80-х г. прошлого века в Соединённых Штатах Америки и некоторых странах Европы, Южной и Центральной Африки было зарегистрировано несколько десятков случаев необычного развития некоторых инфекционных и онкологических заболеваний. Все они протекали на фоне сильного истощения иммунной системы и привели к смерти заболевших.

В 1982 г. для обозначения данного болезненного состояния организма человека был предложен термин «синдром приобретённого иммунодефицита человека», или сокращённо СПИД.

Исследуя причины развития этого синдрома, в 1983 г. сразу двое учёных — Люк Монтане во Франции и Роберт Галло в США открыли вирус, который в 1986 г. был назван «вирус иммунодефицита человека» (ВИЧ). Заболевание, вызываемое ВИЧ, стали называть ВИЧ-инфекцией.

Более чем за четверть века ВИЧ распространился по всему миру. На сегодняшний день в мире инфицировано ВИЧ более 33 млн человек, в том числе 17,5 млн женщин и 2,3 млн детей в возрасте до 15 лет. Ежегодно ВИЧ-инфекция поражает более 500 тыс. детей.

Две трети всех взрослых и детей с ВИЧ в мире живут в странах Африки, расположенных к югу от Сахары. Эпидемия ВИЧ в значительной степени охватила страны Южной и Юго-Восточной Азии, Латинской Америки и Карибского бассейна.

С середины 1990-х г. эпидемия ВИЧ-инфекции с новой силой охватила страны Восточной Европы и в наибольшей степени поразила Россию и Украину.

Масштабы и тяжесть последствий эпидемии давно привлекли внимание мировой общественности, политических и религиозных лидеров. В 1988 г. 1 декабря было объявлено Всемирным днём борьбы со СПИДом, а в 1996 г. была создана Объединённая программа ООН по ВИЧ/СПИДУ (ЮНЭЙДС).

(Продолжение на с. 22.)