

Формирование интеллектуального капитала территорий

УДК 314.04(470.12)
ББК 60.526(2Рос-4Вол)

© Краснова П.С.

САМОСОХРАНИТЕЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ МОЛОДЁЖИ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ ФАКУЛЬТЕТОВ ВУЗОВ)

В статье рассматривается самосохранительная направленность поведения студенческой молодёжи, обучающейся на гуманитарных факультетах вузов г. Вологды. Дан сравнительный анализ самосохранительных установок студентов г. Вологды, Коломны, Люблина. Определена направленность установок и действий по сохранению собственного здоровья среди вологодских студентов. Обозначен характер проявлений отдельных параметров самосохранительного поведения учащихся вузов.

Самосохранительное поведение, здоровье, здоровый образ жизни, молодёжь.

Студенческая молодёжь играет особую роль в формировании социального, трудового и репродуктивного потенциала страны. Оканчивая вуз, выпускники вносят существенный вклад в обновление рабочей силы, использование которой в свою очередь предполагает не только обладание определёнными знаниями, но и высоким уровнем физического и психологического здоровья. Здоровье необходимо для полноценного вступления в профессиональную жизнь и выполнения должностных обязанностей.

В условиях возрастания рисков для здоровья самосохранительная активность поведения становится неотъем-

лемой составляющей здорового образа жизни современного человека и одним из основных показателей отношения человека к своему здоровью [8, с. 80]. Самосохранительное поведение (действия, направленные на сохранение здоровья) ряд исследователей рассматривает как вид социальной активности, проявление сознательности, целеполагание, предвосхищение результата, компетентность, энергичность и результативность [8, с. 80]. Как отмечает В.В. Путин в одной из программных статей, необходимо повысить ответственность каждого человека за состояние своего здоровья [6].

Проблема низкой культуры самосохранительного поведения наиболее актуальна для учащейся молодёжи, которая находится в переходном состоянии и готовится к вступлению во взрослую жизнь, но при этом имеет собственные ориентиры и установки, приоритеты, стили жизни, ценности [3, с. 1413]. Развитие у молодёжи привычки заботиться о своём здоровье будет способствовать сохранению здоровья нации в целом.



КРАСНОВА Полина Сергеевна
младший научный сотрудник
ИСЭРТ РАН
pavla_87@mail.ru

Целью статьи является анализ самосохранительного поведения студенческой молодёжи. Его информационной базой послужили данные межстранового исследования здоровья студентов высших учебных заведений (на примере гуманитарных специальностей), проведённого в 2011 г. на территории 2-х стран – Польши (г. Люблин) и России (г. Вологда, г. Коломна).

Само понятие самосохранительного поведения в классическом его толковании состоит из двух частей, а именно: из системы действий и системы установок личности, направленных на сохранение здоровья и продление жизни [1, с. 34]. Выбор населением стратегий самосохранительного поведения будет определять состояние здоровья, которое в свою очередь во многом связано с субъективно ценностным восприятием человеком [10, с. 140]. Подобное понимание оказывает своё влияние на формирование самосохранительных установок.

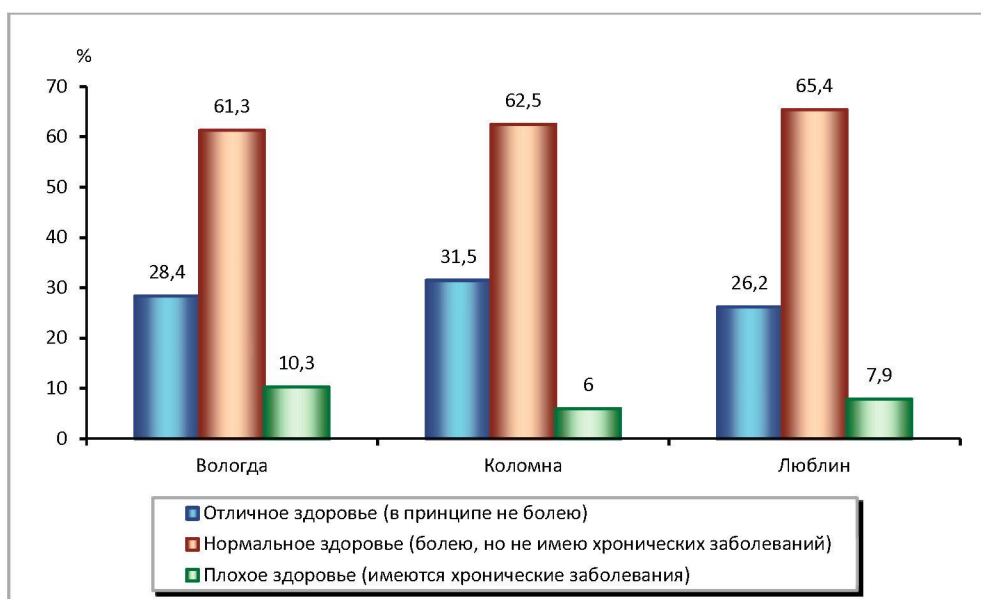
Как показали результаты исследования, примерно для 70% учащейся моло-

дёжи (России и Польши) здоровье является важной ценностью в жизни. Исходя из чего, логично было бы предложить, что самооценки здоровья студентов будут высокими, а поведение направлено на сохранение здоровья [5]. Однако в исследовании данные закономерности не прослеживаются.

При оценке собственного здоровья большинство вологодских студентов (90%) отметило, что имеют отличное или нормальное здоровье, а если болеют, то изредка (рис. 1).

Собственная активная позиция по отношению к здоровью весьма значима при формировании самосохранительного поведения. Результаты опроса показали, что вологодские студенты считают основным фактором негативного влияния на здоровье плохие экологические условия (76%; табл. 1). Такого же мнения придерживаются и студенты г. Коломны и польская молодёжь (73%). В то же время значительная часть молодёжи (Вологда – 39%, Коломна – 32%, Люблин – 53%) признают воздействие

Рисунок 1. Распределение ответов на вопрос: «Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?» (в % от числа опрошенных)



Источник: Данные межстранового исследования «Здоровье и здоровый образ жизни студентов гуманитарных факультетов» в 2011 г.

Таблица 1. Распределение ответов на вопрос: «Перечислите факторы, которые негативно влияют на Ваше здоровье?» (в % от числа опрошенных)

Субъект	Фактор				
	Плохая экология	Условия домашнего быта (проживания)	Условия обучения	Нездоровый образ жизни (вредные привычки)	Другое
Вологда	75,8	9,8	25,3	38,9	14,1
Коломна	72,5	8,0	24,5	32,0	14,5
Люблин (Польша)	73,4	22,9	15,0	52,8	15,9

Источник: Данные межстранового исследования «Здоровье и здоровый образ жизни студентов гуманитарных факультетов» в 2011 г.

Таблица 2. Самосохранительное поведение студентов (в % от числа опрошенных)

Задаваемый вопрос	Варианты ответа	Вологда	Коломна	Люблин
Что Вы делаете для того, чтобы вести активный образ жизни?	Занимаюсь спортом	41,4	31,5	40,7
	Делаю утреннюю гимнастику	14,5	13,0	11,2
	Хожу в тренажёрный зал (фитнес-клуб)	21,3	23,0	7,5
	Люблю активный отдых на природе (каток, лыжи, футбол и т. д.)	63,5	65,0	53,7
	Другое	9,8	8,0	24,8
Как Вы чаще всего проводите свободное время (досуг)?	Гуляю на свежем воздухе с друзьями	40,7	51,5	42,5
	Дома за компьютером (в сети Интернет или играю)	31,3	22,0	20,6
	Смотрю телевизор дома	7,6	4,5	14,0
	Читаю дома	6,7	10,0	9,8
	Занимаюсь своим хобби	11,4	10,5	11,2
Часто ли Вы используете выходные дни для активного отдыха (походов и занятий спортом)?	Регулярно (как минимум два раза в месяц)	28,9	35,0	29,0
	Иногда (2 – 3 раза в полгода)	51,0	44,5	54,7
	Никогда или очень редко	20,1	19,5	15,9
Считаете ли Вы своё питание рациональным?	Да	11,0	14,5	35,5
	Отчасти	43,6	31,5	47,2
	Нет	38,7	48,5	7,5
Соблюдаете ли Вы правильный режим дня?	Да, стараюсь всегда его соблюдать	6,0	5,6	23,8
	Пытаюсь придерживаться, но не всегда получается	64,9	66,7	58,9
	Нет, я никогда не соблюдаю режим дня	29,1	26,8	16,4
Как Вы относитесь к курению?	Считаю недопустимой вредной привычкой, сам не курю	74,5	64,5	75,2
	Считаю вредной привычкой, но сам курю	23,3	33,5	23,8
	Не считаю вредной привычкой, сам курю	2,0	2,0	0,5
Как Вы относитесь к употреблению наркотиков?	Считаю это просто недопустимым и никогда не буду употреблять	89,9	94,5	82,2
	Считаю вредной привычкой, но, может, стоит попробовать	2,9	2,0	4,2
	Пробовал (1 или несколько раз)	6,3	3,5	12,6

Источник: Данные межстранового исследования «Здоровье и здоровый образ жизни студентов гуманитарных факультетов» в 2011 г.

нездорового образа жизни (вредных привычек). Однако таких ответов почти в 2 раза меньше, чем в первом случае, что свидетельствует о недооценке молодёжью значимости собственных усилий по сбережению здоровья и зависимости от внешних факторов.

Анализируя самосохранительное поведение вологодских студентов через

призму действий, способствующих сохранению здоровья, можно выделить ряд положительных моментов. Так, 64% студентов предпочитают активный отдых на природе; 41% – занимаются спортом; 75% – признают курение вредной привычкой и сами не курят; 90% – считают недопустимым потребление наркотиков (табл. 2).

В то же время ответы молодых людей показывают, что в образе жизни студенческой молодёжи г. Вологды достаточно распространены и саморазрушительные факторы, в том числе нерациональное питание, неправильный режим дня, неактивный отдых.

Только 11% респондентов считают своё питание рациональным, 6% стараются всегда соблюдать правильный режим дня на фоне того, что 29% опрошенных никогда не соблюдали его; лишь 29% регулярно используют выходные дни для активного отдыха, а 39% чаще всего проводят свой отдых пассивно перед телевизором и посещают сеть Интернет.

Следует отметить, что польские студенты внимательнее следят за рациональностью питания и в большей степени, нежели чем российские студенты, придерживаются правильного режима дня.

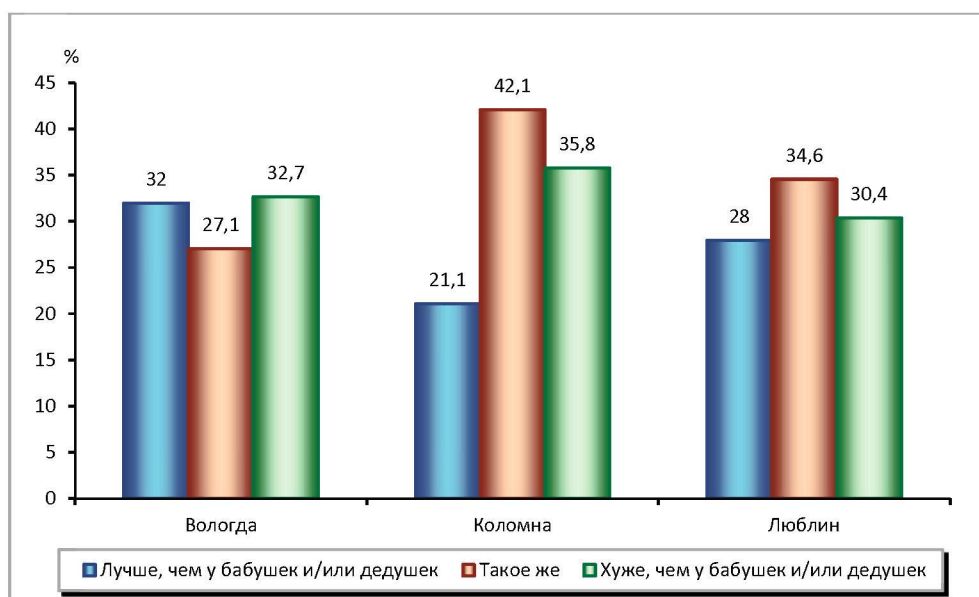
Анализ пролонгированных установок студентов в отношении здоровья показал, что только треть опрошенных полагают, что их здоровье будет лучше, чем у их бабушек и дедушек (рис. 2).

При этом только 15% оценивают здоровье своих прародителей как хорошее и 1% – как отличное. В свою очередь среди исследователей существует мнение, что ценностные ориентации на долгую и здоровую жизнь выступают в качестве важного фактора, детерминирующего демографическое поведение личности и оказывающего влияние на продолжительность жизни человека [9, с. 157].

В целом результаты анализа подтверждаются выводами отечественных учёных [4] о том, что молодёжь отличают беспечное отношение к здоровью и низкая личная ответственность за его поддержание и формирование.

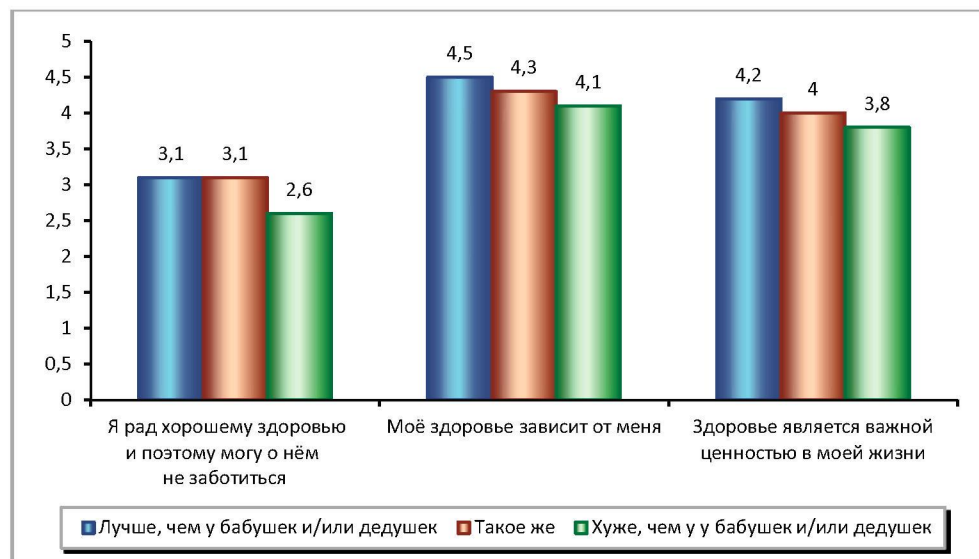
Исследование выявило, что чем яснее студенты осознают собственную ответственность за здоровье, тем с большей вероятностью рассчитывают на то, что при достижении пенсионного возраста будут иметь состояние здоровья лучше, чем их бабушки и дедушки на данный момент (рис. 3).

Рисунок 2. Распределение ответов на вопрос: «Каким будет Ваше здоровье, когда Вы будете в возрасте Ваших бабушек и/или дедушек?» (в % от числа опрошенных)



Источник: Данные межстранового исследования «Здоровье и здоровый образ жизни студентов гуманитарных факультетов» в 2011 г.

Рисунок 3. Здоровьесберегающие установки студентов, отвечающих на вопрос: «Каким будет Ваше здоровье, когда Вы будете в возрасте Ваших бабушек и/или дедушек?», г. Вологда, в баллах (средний балл по пятибалльной шкале)



Источник: Данные межстранового исследования «Здоровье и здоровый образ жизни студентов гуманитарных факультетов» в 2011 г.

Таким образом, представленные в исследовании данные показали, что большинство студентов недооценивает влияние субъективных факторов на состояние своего здоровья. Учащаяся молодёжь имеет пессимистический жизненный настрой: студенты не видят себя здоровыми через 30 – 40 лет, что служит негативным сигналом и для демографов, и для руководства страны в целом.

Согласно полученным результатам, имеет место некая рассогласованность внутри самой стратегии самосохранительного поведения, конфликт между оценкой состояния здоровья, отношением к здоровью как к одной из основных жизненных ценностей и деятельностью (действиями) по сохранению здоровья, что может быть следствием низкой культуры самосохранительного поведения. Однако именно его культура определяет активность в отношении к здоровью, способствуя большей вероятности исключения из жизни факторов риска возникновения заболеваний. Развитая культура самосохранения (грамотность и инфор-

мированность) позволяет нейтрализовать генетическую предрасположенность к заболеваниям, поддерживать здоровье и максимальную продолжительность жизни.

Вместе с тем самосохранительное поведение формируется под воздействием объективных и субъективных факторов, что требует внимания и социальных институтов, и государства, и общества. Одним из путей решения данной проблемы, на наш взгляд, может стать введение в учебные программы вузов валеологии (область знаний об индивидуальном здоровье человека, о культуре сохранения и укрепления здоровья) [7, с. 16]. Эта учебная дисциплина способствовала бы формированию у студентов убеждения в том, что для каждого человека здоровье является доминантой, на которую помимо различных условий окружающей среды влияют физическая и нравственная культура индивида, а также избранный им образ жизни, предполагающий активную жизненную позицию в укреплении и сохранении здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Журавлева, И.В. Отношение к здоровью индивида и общества [Текст] / И.В. Журавлева. – М., 2006. – 238 с.
2. Ивахненко, Г.А. Здоровье московских студентов: анализ самосохранительного поведения [Текст] / Г.А. Ивахненко // Социологические исследования. – 2006. – № 5. – С. 78-81.
3. Краснова, П.С. Самосохранительное поведение студенческой молодёжи крупного города [Текст] / П.С. Краснова // Социология в системе научного управления обществом : материалы IV Всерос. социологического конгресса. – М. : Институт социологии РАН, 2012. – С. 1413-1414.
4. Лавриненко, Г.В. Научно-методологические подходы к валеологическому образованию студентов [Текст] / Г.В. Лавриненко // Здоровье и образование: материалы Междунар. конгресса валеологов и Третьей Всерос. науч.-практ. конф. «Педагогические проблемы валеологии». – СПб., 1999. – С. 119-120.
5. Полторак, М.Н. Самосохранительное поведение учащейся молодёжи в условиях ценностной трансформации российского общества: методологические проблемы исследования [Текст] / М.Н. Полторак // Общество: политика, экономика, право : научный ежегодник. – Краснодар, 2009. – С. 85-89.
6. Путин, В.В. Строительство справедливости. Социальная политика для России [Электронный ресурс] / В.В. Путин – Режим доступа <http://www.putin2012.ru/#article-5>
7. Смирнов, М.К. Задачи валеологии в контексте проблем общества и системы образования [Текст] / М.К. Смирнов // Актуальные проблемы валеологии в образовании. – М., 1997. – С. 16.
8. Социально-демографические аспекты развития трудового потенциала [Текст] / А.А. Шабунова, Г.В. Леонидова, В.Р. Шухатович, М.И. Артюхин // Экономические и социальные перемены: факты, тенденции, прогноз. – 2012. – № 2(20). – С. 71-82.
9. Социологический энциклопедический словарь : на русском, английском, французском и чешском языках [Текст] / под ред. Г.В. Осипова. – М.: ИНФРА-НОРМА, 1998. – С. 224.
10. Шклярчук, В.Я. Самосохранительное поведение в молодёжной среде [Текст] / В.Я. Шклярчук // Социологические исследования. – 2008. – № 10. – С. 139-142.