

УДК 37.013

Типологические особенности ценностного отношения к здоровью педагогов

Петрова Лариса Витальевна

Кандидат психологических наук,
психолог-консультант,
акушер,

Краснотурьинская городская клиническая больница (Пелымское отделение),
624440, Российская Федерация, Краснотурьинск, ул. Чкалова, 20;
e-mail: Petrova_Loravita@mail.ru

Аннотация

В статье представлены актуальные вопросы здоровья и здорового образа жизни. Формирование ценностного отношения к здоровью старших школьников важная роль отводится педагогам (школе). Определены показатели ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни педагогов. Принятие здорового образа жизни – это условие потребности жизненных приоритетов каждой личности. Тема статьи аргументируется ценностным отношением к здоровью значимых взрослых (педагогов), являющихся активными трансляторами формирования ценностного отношения подростков к здоровью и здоровому образу жизни. Полученные данные правомерно использовать в психологической службе образования. В частности, данные могут быть использованы педагогами, классными руководителями образовательных учреждений при формировании позитивных установок ориентиров учащихся, своих детей и сохранении собственного здоровья. Анализ ценностного отношения к здоровью педагогов показал важность активности значимых взрослых. Посредством обучения и воспитательного процесса, направленного на формирование жизненно важных ценностей и осознание ценности здорового образа жизни старших школьников.

Для цитирования в научных исследованиях

Петрова Л.В. Типологические особенности ценностного отношения к здоровью педагогов // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2019. Т. 8. № 2А. С. 231-236.

Ключевые слова

Здоровье, образ жизни, моделирующие конструкты познавательный, эмоционально-ценностный, поведенческий, педагоги, старшие школьники.

Введение

Здоровье выступает индикатором устойчивого развития нации, а с психологической точки зрения и фактором эмоционально благополучного развития общества, закладывая основу для оптимальной жизнедеятельности каждого гражданина. Психолого-педагогическим анализом понятия здоровье и его составляющих занимались [Амосов, 2016; Апасенко, 2000; Глейтман, 2001; Гундаров, 2001], беря во внимание термин «количество здоровья», здоровье человека понимается как свойство организма, которое можно количественно оценить по состоянию отдельных физиологических параметров. Ценностную природу здоровья выделяли: Б.С. Братусь, [Братусь, 2014] использует терминологию «психическое здоровье» [Дубровина, 2007; Казначеев, 2013], «психологическое здоровье» [Митина, 2005; Пивоваров, 2001], «личностное здоровье» [Кореляков, 2003]; похожая терминология – «духовное здоровье».

Основная часть

Особенности ценностного отношения к здоровью раскрыты в работах: [Кабаева, 2002; Белов, 2002; Филатова, 2004; Шмойлова, 2007 и др.]. Исследовали возрастные особенности отношения к здоровью и ценности здорового образа жизни Л.В. Баль [Баль, 2005], С.В. Барканова [Барканова, 2003], О.С. Васильева [Васильева, 2001], И.В. Марина [Марина, 2011], Е.Н. Сухомлинова [Сухомлинова, 2012], О.А. Плаксина [Плаксина, 2008] и другие.

Дефиниция «здоровье» характеризуется сложностью, многозначностью и неоднородностью состава, одновременно отражая биологические, психические и духовные аспекты человека в мире.

Всемирная организация здравоохранения дает следующее понятие здоровья: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие каких-либо болезней и дефектов» [Амосов, 2016, 35].

Здоровье тесно связано с образом жизни наиболее полное определение понятия образа жизни дает Р. Рывкина. С точки зрения ученого образ жизни понимается, как совокупность нескольких различных и взаимосвязанных видов социальной активности. Выделяются следующие значимые виды социальной активности:

- различные виды экономической деятельности (например, индивидуально-трудовая деятельность);
- комплекс занятий в сфере домашнего хозяйства (например, удовлетворение повседневных бытовых потребностей);
- занятия в сфере образования (например, обучение в вузе);
- формы проведения свободного времени (например, отдых и развлечения);
- способы поддержания здоровья (например, занятия спортом);
- участие в политической жизни страны;
- трудовая и территориальная мобильность;
- проявление девиантного поведения.

По мнению Р. Рывкиной, в системе образа жизни кристаллизуются те стандарты поведения, которые были сформированы у индивида и которые меняются под воздействием условий его жизни [Баль, 2005, 109].

Несмотря на наличие четких определений понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержательная наполненность характеризуется сложностью, многозначностью и неоднородностью состава, в нем одновременно отражаются фундаментальные аспекты биологического, социального, психического и духовного бытия человека в мире.

Теоретико-эмпирической базой построения модели послужили работы Е.Н. Сухомлиновой, концепции Б.И. Додонова, А.К. Марковой, Т.А. Матис, А.Б. Орлова, И.В. Мариной в которых процесс формирования ценности здорового образа жизни представляет собой психолого-педагогическую работу по позитивному преобразованию внутренней позиции в сфере здоровья в сторону осознания его ценности, позитивного отношения и готовности к приложению своих усилий в этой сфере.

В проведенном Е.Н. Сухомлиновой исследовании выделены три компонента ценностного отношения к здоровью, являющимися для нас моделирующими конструктами, а именно: когнитивный (познавательный), эмоционально-оценочный (эмоционально-ценностный) и поведенческий. Несмотря на технологичность и целенаправленность процесса формирования ЗОЖ ценностное отношение к здоровью должно опираться на актуальное, уже сформированное состояние данного личностного образования (имеющиеся ценности и отношение к ЗОЖ); учитывать индивидуально-психологические особенности (психологические нормы, состояние здоровья, показатели жизнестойкости).

Познавательный – предполагает не только усвоение теоретических знаний и практических умений в области здоровьесбережения, но и осознание ценности здоровья как неотъемлемого условия полноценной жизни. Он связан со знанием о здоровом образе жизни, формирующем интерес к здоровью и здоровьесбережению. Эмоционально-ценностный – включает в себя эмоциональную оценку ценности здоровья, которая проявляется в удовлетворении потребности в здоровье, положительного к нему отношения. Поведенческий – связан с творческим применением освоенных знаний, умений и навыков в здоровьесберегающей деятельности, в том числе привычкой к ЗОЖ [Братусь, 2014, 10].

Представленная модель учитывает внутренние и внешние основания формирования ЗОЖ.

В нашем исследовании приняли участие 18 педагогов. Исследование проводилось на базе МКОУ СОШ № 1 п. Пелым; МАОУ СОШ № 1 г. Ивдель; МАОУ СОШ № 64 г. Екатеринбург в средних образовательных учреждениях.

Методики исследования: познавательного компонента (анкетирование с целью выявления состояния здоровья и отношение к здоровому образу жизни; Опросник «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской), эмоционально-ценностного компонента (методика «Ценностные ориентации» М. Рокича; опросник «Уровень притязаний личности» В.К. Гербачевского), поведенческого («Тест жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева; 16-ти факторный личностный опросник Кетелла; Опросник СОМО С.В. Духновского).

Анализ анкетных данных показал, как педагоги, считают, здоровье значимой жизненной ценностью, которая очень важна для ребенка, а также то, что она формируется в семье. Абсолютно здоровых педагогов нет, однако нет и тех, кто стремился бы вести здоровый образ жизни и благодаря хорошим отношениям с ребенком передавать данную ценность. Педагоги мало внимания и времени уделяют своему здоровью и здоровью близких. Причинами подобного поведения являются: недостаток времени и знаний здоровьесберегающих технологий. Источниками получения информации о здоровье, как важной познавательной составляющей ЗОЖ информация СМИ у педагогов 72,2%; через врачей-специалистов 88,9%; от друзей,

знакомых 94,4%, научно-популярные книги о здоровье педагоги получают 83,3%: Эмоционально-ценностный аспект свидетельствует о том, что у 9,2% педагогов ценность здоровья имеет высокий уровень в 83,3%, средний в 16,7% случаев, низкого уровня нет, т.е. для педагогов здоровье представляет собой наиважнейшую ценность. В целом можно заключить, что здоровье для педагогов является значимой ценностью. Наряду со схожими установками в отношении к здоровью у педагогов были выявлены следующие различия в жизненных ценностях: здоровье ($U = 355,500$; $P = 0,021$), интересная работа ($U = 247,500$; $P = 0,000$), образованность ($U = 355,500$; $P = 0,028$), терпимость ($U = 265,500$; $P = 0,001$), широта взглядов ($U = 321,000$; $P = 0,007$). Мотивация к здоровому образу жизни у педагогов проявляется жизненно важным приоритетом к работе и образованию.

Для поддержания ЗОЖ, как важного поведенческого аспекта педагоги придерживаются диеты в 33,3%. Для сохранения здоровья: заботятся о режиме сна и отдыха педагоги 55,5%, а закаляются педагоги 38,9%; посещают врача педагоги 50%; следят за весом 38,9%; ходят в баню (сауну) педагоги 50%; избегают вредных привычек педагоги 72,2%; посещать спортивные секции у педагогов (38,9%), практикуют специальные оздоровительные системы 50%. Однако, все указанные действия не имеют системного характера и появляются в ситуации болезни или угрозы здоровью.

Корреляционный и факторный анализ данных позволяет выделить следующую типологию отношения к здоровью и ценности здорового образа жизни у педагогов и родителей:

1 тип. Ценность ЗОЖ носит сформированный характер. Ярко выражен внутренний мотив, познавательный мотив, Ценность «Здоровье», умение мобилизовать усилия, исполнительность, практика оздоровительных процедур, использование профилактических мероприятий в отношении своего здоровья, закаливание, занятие спортом, ориентация на результат. Данный тип выявлен у 16,6 % педагогов (3 чел.).

2 тип. Ценность ЗОЖ сформирована, но не практикуется. На высоком и среднем уровне выражены ценность семьи, здоровья. Ведущими мотивами являются мотив избегания и самоуважения. В поведении присутствует непримиримость, смелость, не обращение внимания на здоровье. Данный тип выявлен у 50% педагогов (9 чел.).

3 тип. Ценность ЗОЖ не сформирована. Ведущими являются материальные ценности, ценности развития и образования. Для занятий спортом, у данной группы нет силы воли, условий и необходимой поддержки. Происходит игнорирование болезни, не обращение внимания на здоровье приводит к чувству вины и злости. Данный тип выявлен у 33,3% (6 чел.) педагогов.

Заключение

Проведенный анализ позволяет выделить психологические критерии здорового образа жизни педагогов: достаточная информированность о здоровом образе жизни, ведущая к позитивному отношению, как к своему здоровью, так и здоровью окружающих; потребность в здоровом образе жизни и бережное отношение к своему здоровью; положительное отношение к ограничениям, а также ситуациям, позволяющим сохранить здоровье или способствующим его укреплению.

Важными условиями формирования ЗОЖ педагоги считают собственное состояние здоровья, а также интерес, мотивацию обусловленные жизненными приоритетами и личной активностью.

Библиография

1. Амосов Н.М. Энциклопедия здоровья. М., 2016. 462 с.
2. Баль Л.В. Педагогу о здоровом образе жизни детей. М.: Просвещение, 2005. 189 с.
3. Баль Л.В., Барканова С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков. М.: Владос, 2003. 191 с.
4. Братусь Б.С. Аномалии личности. М.: Мысль, 2014. 301 с.
5. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки. М.: Академия, 2001. 352 с.
6. Кабаева В.М. Формирование осознанного отношения к собственному здоровью у подростка: автореф. дис. ... канд. псих. наук. М., 2002. 18 с.
7. Казначеев В.П. Здоровье нации. Просвещение. Образование. Новосибирск, 2013. 184 с.
8. Марина И.В. Модель формирования ценностного отношения к здоровью в образовательном пространстве вуза // Социальное воспитание. 2011. С. 101-108.
9. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлов А.Б. Формирование мотивации учения. М., 2010. 448 с.
10. Митина Л.М. Профессиональная деятельность и здоровье. М.: Академия, 2005. 311 с.
11. Митяева А.М. Здоровый образ жизни. М.: Академия, 2008. 144 с.
12. Плаксина О.А. Проблема формирования ценностного отношения студентов университета к здоровому образу жизни // Педагогический журнал. 2008. № 13. С. 391-396.
13. Сухомлинова Е.Н. Формирование ценностного отношения к здоровью старших школьников: автореф. дис. ... канд. псих. наук. Сочи, 2012. 18 с.

Typological features of the value attitude to the health of teachers

Larisa V. Petrova

PhD in Psychology,
Consultant Psychologist,
Obstetrician,
Krasnoturinsk City Clinical Hospital (Pelym branch),
624440, 20, Chkalova st., Krasnoturinsk, Russian Federation;
e-mail: Petrova_Loravita@mail.ru

Abstract

The research presented in the article presents topical issues of health and healthy lifestyle. The formation of the value attitude to the health of senior schoolchildren plays an important role for teachers and the school. Some indicators of the value attitude to health and a healthy lifestyle of teachers are determined. Adopting a healthy lifestyle is a condition of the need for the life priorities of each individual, state the author of the paper. The topic of the article is justified by the value attitude to the health of significant adults (school teachers), who are active translators of the formation of the adolescent's value attitude to health and a healthy lifestyle. The obtained data is legitimate to use in the psychological service of education. In particular, the data can be used by teachers, class teachers of educational institutions in the formation of positive attitudes of students, their children and maintaining their own health. The analysis of the value attitude to the health of teachers showed the importance of the activity of significant adults. It should be formed through the training and educational process, aimed at the formation of vital values and awareness of the value of a healthy lifestyle of older students.

For citation

Petrova L.V. (2019) Tipologicheskie osobennosti tsennostnogo otnosheniya k zdorov'yu pedagogov [Typological features of the value attitude to the health of teachers]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 8 (2A), pp. 231-236.

Keywords

Health, lifestyle, modeling constructs cognitive, emotional-value, behavioral, teachers, senior students.

References

1. Amosov N.M. (2016) *Entsiklopediya zdorov'ya* [Encyclopedia of health]. Moscow.
2. Bal' L.V. (2005) *Pedagogu o zdorovom obraze zhizni detei* [For teachers about a healthy lifestyle of children]. Moscow: Prosveshchenie Publ.
3. Bal' L.V., Barkanova S.V. (2003) *Formirovanie zdorovogo obraza zhizni rossiiskikh podrostkov* [Formation of a healthy lifestyle of Russian teenagers]. Moscow: Vlado Publ.
4. Bratus' B.S. (2014) *Anomalii lichnosti* [Anomalies of personality]. Moscow: Mysl' Publ.
5. Kabaeva V.M. (2002) *Formirovanie osoznannogo otnosheniya k sobstvennomu zdorov'yu u podrostka. Doct. Dis.* [Formation of a conscious attitude to their own health in adolescents. Doct. Dis.]. Moscow.
6. Kaznacheev V.P. (2013) *Zdorov'e natsii. Prosveshchenie. Obrazovanie* [Health of the nation. Education]. Novosibirsk.
7. Marina I.V. (2011) Model' formirovaniya tsennostnogo otnosheniya k zdorov'yu v obrazovatel'nom prostranstve vuza [Model of formation of the value attitude to health in the educational space of the university]. In: *Sotsial'noe vospitanie* [Social education].
8. Markova A.K., Matis T.A., Orlov A.B. (2010) *Formirovanie motivatsii ucheniya* [Formation of learning motivation]. Moscow.
9. Mitina L.M. (2005) *Professional'naya deyatel'nost' i zdorov'e* [Professional activities and health]. Moscow: Akademiya Publ.
10. Mityaeva A.M. (2008) *Zdorovyi obraz zhizni* [Healthy lifestyle]. Moscow: Akademiya Publ.
11. Plaksina O.A. (2008) Problema formirovaniya tsennostnogo otnosheniya studentov universiteta k zdorovomu obrazu zhizni [The problem of the formation of the value relationship of university students to a healthy lifestyle]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 13, pp. 391-396.
12. Sukhomlinova E.N. (2012) *Formirovanie tsennostnogo otnosheniya k zdorov'yu starshikh shkol'nikov. Doct. Dis.* [Formation of the value attitude to the health of senior schoolchildren. Doct. Dis.]. Sochi.
13. Vasil'eva O.S., Filatov F.R. (2001) *Psikhologiya zdorov'ya cheloveka: etalony, predstavleniya, ustanovki* [Psychology of human health: standards, ideas, attitudes]. Moscow: Akademiya Publ.