

*77-51037/529216 Обеспечение физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза*

**Гуманитарный Вестник #1, июнь 2013**

**Автор: Мысина Г.А.**

УДК 378.17, ББК 74.58

[gam7@mail.ru](mailto:gam7@mail.ru)

Кафедра «Валеологии» МГТУ им. Н.Э. Баумана

## **Введение**

Современная социальная политика Российской Федерации ориентирована на улучшение качества жизни общества в целом и каждого гражданина в частности. Характер социальной адаптации человека к изменяющимся условиям среды обитания, особенности принятия норм конкретной социокультурной сферы влияют на процесс становления личности молодого человека - будущего специалиста.

В Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года одними из основополагающих принципов являются следующие: сохранение и укрепление здоровья населения, увеличение продолжительности активной жизни, создание условий и формирование мотивации для ведения здорового образа жизни, существенное снижение уровня заболеваемости социально значимыми и представляющими опасность для окружающих заболеваниями, улучшение качества жизни больных, страдающих хроническими заболеваниями, и инвалидов; а также разработка эффективной системы профилактики социально значимых заболеваний, предупреждения факторов их развития [1-2].

---

---

В «Национальной доктрине образования в Российской Федерации», являющейся основополагающим государственным документом, утверждаемым федеральным законом и устанавливающим приоритет образования в государственной политике, стратегию и основные направления его развития до 2025 года, указано, что государство в сфере образования должно обеспечить всестороннюю заботу о здоровье учащихся и студентов. Одними из главных стратегических целей образования, которые тесно связаны с проблемами развития российского общества, являются: создание основы для устойчивого социально-экономического и духовного развития России, обеспечение высокого качества жизни народа и национальной безопасности.

Процесс модернизации российского образования, ориентированный на вхождение в мировое образовательное пространство, вызвал изменения в системе высшего профессионального образования. Происходит смена образовательной парадигмы, предлагаются иные содержание, подходы и отношения в системе высшей школы, которая становится все более значимой частью социального преобразования, существенно переоценивает свои подходы в плане понимания высшей ценности человека. Большое внимание стало уделяться не только вопросам образования, но и воспитания будущих специалистов.

Высшие учебные заведения, аккумулируя в себе кадровые, методические и материальные ресурсы, должны выступать как здоровьесберегающая образовательная среда, обеспечивающая сохранение и укрепление здоровья студентов. Содержание высшего профессионального образования, включающее основы наук, систему знаний, умений, навыков, должно реализовываться в процессе лично-ориентированного педагогического взаимодействия, направленного на развитие социально значимых качеств студентов при их профессиональном становлении.

Студенческий возраст – период активного формирования личности. Данные Минздравсоцразвития РФ свидетельствуют о том, что только 30% студентов практически здоровы, а 70 % имеют отклонения в состоянии

---

здоровья. Студентам (как и молодежи в целом) свойственны максимализм суждений, нетерпимость к мнению других, стремление к радикальным действиям, эмоциональные перегрузки, особенно в период сессий. Серьезную озабоченность вызывает состояние психического и физического благополучия студентов, что рассматривается как один из факторов риска отклоняющегося от социальных норм (девиантного) поведения учащейся молодежи. Во многом стиль жизни, мышление молодых людей, определяются наличием своей субкультуры, которая формирует нормы, ценности, образцы поведения, зачастую отличные от социальных норм. Стремительный рост зависимых форм поведения молодежи (алкоголизм, наркомания, игромания и т.д.) не только разрушает здоровье будущих специалистов, но и представляет угрозу национальной безопасности России.

### **Физическое, психическое и социальное благополучие студентов в образовательной среде**

Современное гуманистическое образование в условиях изменения мировоззренческих основ и нравственно-духовных установок общества призвано создавать пространство для самосознания подрастающим поколением самооценности, неповторимости, стремления к физическому, психическому и социальному благополучию, творческой самореализации личности.

Человек - это сложнейшая самоуправляющаяся и самоорганизующаяся биосоциальная система, которая охватывает и внутренний мир человека, и все многообразие его взаимоотношений с окружающим миром, включающих в себя физические, психические (духовные) и социальные аспекты.

Несмотря на обилие определений, точек зрения на суть здоровья человека, до настоящего времени нет единства подходов его определения и оценки. В нашем подходе здоровье, которое по Уставу ВОЗ определяется как состояние физического, психического и социального благополучия, является интегральным показателем функционирования организма в целом и в основном зависит от образа жизни человека, который в соответствии с образом мыслей и

---

индивидуальными особенностями человека (как биологическими, так и социальными) может быть здоровым или нездоровым.

Благополучие рассматривается нами как способность человека к адаптации (адаптация – приспособление организма к изменению условий окружающей среды, направленное на поддержание постоянства внутренней среды организма). С категорией «здоровье» также тесно связано понятие «качество жизни» - характеристика физического, психического и социального состояния человека, основанная на его субъективном восприятии. Качество жизни студента зависит от многих факторов: взаимоотношений в социуме, психологического и социального статуса, организации досуга, уровня образования; условий образовательной среды, способствующих сохранению и укреплению его здоровья, адекватности, стрессоустойчивости и умения адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам жизни.

Большую роль в физическом, психическом и социальном благополучии В.М. Бехтерев придавал воспитанию, которое должно создавать личность самостоятельную, инициативную, разумно критичную к себе и ко всему окружающему.

Личностный фактор, наряду с внешними стрессовыми воздействиями (сессия, конфликты с ровесниками, родителями, преподавателями и др.), является существенным моментом в возникновении нарушений адаптационных механизмов организма студента: психофизиологической дезадаптации (нарушение режима дня, острые заболевания желудочно-кишечного тракта, снижение иммунитета, аллергические проявления, эндокринные нарушения и пр.) и социально-психологической дезадаптации (повышенная утомляемость, раздражительность, конфликтность, депрессивные состояния, психосоматические нарушения здоровья, девиантное поведение и пр.).

Главным направлением деятельности субъектов образовательной среды вуза, направленной на устранение факторов нарушений здоровья студентов, является профилактика: первичная (психолого-педагогическая), целью которой является сохранение здоровья здоровых студентов; вторичная (медико-

социально-психологическая), цель которой – укрепление здоровья студентов после перенесенных заболеваний, а также их реабилитация при проявлении различных видов девиантного поведения; третичная – комплекс медицинских и реабилитационных мероприятий по профилактике хронизации заболеваний и зависимых форм поведения (алкоголизм, табакокурение, злоупотребление психоактивными веществами, в том числе наркотиками и т.д.), вынесенных за рамки образовательной среды вуза.

В развиваемом нами подходе образовательная среда вуза, в которой не только осуществляется профилактическая работа, но и создаются условия для сохранения и укрепления здоровья студентов в процессе их профессионального образования, является здоровьесберегающей, а деятельность субъектов этой среды (административно-управленческого, профессорско-преподавательского и студенческого коллективов) по созданию условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов – здоровьесберегающей.

Создание условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде высшего учебного заведения связано с наличием системы целевых установок; программ организации учебной и воспитательной деятельности субъектов образовательной среды вуза; организационных, психолого-педагогических и медико-социальных мер, средств и технологий, способствующих сохранению и укреплению здоровья студентов в процессе их профессионального обучения в вузе, позитивной динамике развития их социально-значимых качеств и личностного становления, а также целостной системы управления здоровьесберегающей деятельностью субъектов образовательной среды высшего учебного заведения.

Целостность условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза характеризуется: непротиворечивостью и последовательностью этапов создания, структурирования, дифференциации, интеграции всех

подсистем данной среды (образовательного процесса, внеучебной и воспитательной работы, программно-содержательного и научно-методического обеспечения развития социально значимых и личностных качеств студентов) и совокупностью окружающих обстоятельств (социальных, поведенческих, событийных, информационных), обусловленных системой организационных, психолого-педагогических и медико-социальных мер, средств и технологий и характеризующихся устойчивостью прямых и обратных связей всех составляющих здоровьесберегающей образовательной среды вуза.

Комплексный подход к созданию условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза включает организационные, психолого-педагогические и медико-социальные меры, средства и технологии, способствующие сохранению и укреплению здоровья студентов, основанные на современных теоретических подходах: средовом, аксиологическом, антропологическом, культурологическом, рефлексивно-деятельностном, личностно-ориентированном, системном.

Основными условиями обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза являются:

- построение и эффективная реализация модели здоровьесберегающей деятельности субъектов образовательной среды вуза;
  - взаимодействие в едином контуре управления административно-управленческого, профессорско-преподавательского и студенческого коллективов вуза на основе здоровьесберегающих технологий;
  - реализация в образовательной среде вуза комплекса организационных, психолого-педагогических и медико-социальных мер, средств и технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов;
  - разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательную среду вуза;
-

- субъектное включение студентов в здоровьесберегающую деятельность в вузе;

- обучение студентов здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению индивидуального здоровья, а также пропаганда здорового образа жизни через занятия физической культурой;

- повышение компетентности педагогов вузов в решении вопросов сохранения и укрепления здоровья студентов, а также профилактики его нарушений в здоровьесберегающей образовательной среде вуза;

- постоянный мониторинг социального, психологического и физического благополучия студентов.

В основе построения и реализации модели здоровьесберегающей деятельности субъектов образовательной среды вуза лежит система управления данным видом деятельности, которая включает следующие этапы:

- формулировка цели управления – повышение эффективности взаимодействия всех субъектов деятельности по созданию условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов;

- получение информации о результатах управления – популяционный социально-психологический и медико-социальный скрининг и мониторинг физического, психического и социального благополучия студентов с целью выявления среди них групп риска, а также факторов риска, приводящих к нарушениям здоровья;

- анализ полученных результатов является информационной поддержкой управленческих решений руководства и администрации вуза, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов;

- исполнение решения – реализация сбалансированного организационного, психолого-педагогического и медико-социального ресурсного обеспечения сохранения и укрепления здоровья студентов, совершенствование взаимодействия субъектов здоровьесберегающей

---

деятельности, разработка методик, современной высокотехнологичной аппаратуры для реализации здоровьесберегающих технологий [3-4].

Студент, являясь субъектом здоровьесберегающей деятельности в вузе, должен быть готов к управлению своим индивидуальным здоровьем, которое включает:

- формулировку цели управления – сохранение и укрепление индивидуального здоровья человека;

- получение информации о результатах управления - самонаблюдение, результаты медосмотров и диспансеризации, различные виды тестирования и анкетирования; получение знаний при изучении различных дисциплин в школе (биология, анатомия и т.д.); информация, полученная при общении с окружающими; личный опыт; знания, полученные при обучении здоровьесберегающей деятельности в вузе, участие в профилактических мероприятиях;

- анализ полученных результатов и выработка решения - самоанализ и самокоррекция поведения, формирование мотивационно-ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни;

- исполнение решения: сохранение и укрепление своего здоровья, неприятие различных форм девиантного поведения.

### **Заключение**

Исходным пунктом в разработке технологии обучения студентов здоровьесберегающей деятельности является рефлексивно-деятельностный подход, основное положение которого составляет идея «рефлексивного осмысления», заключающаяся в том, что специфика здоровьесберегающей деятельности связана с формированием у студентов рефлексивных умений, связанных с сохранением и укреплением своего здоровья, осознанием места и роли профилактики нарушений здоровья, ценности профессионального и личностного становления.

---



## Список литературы

1. Бехтерев, В.М. Психика и жизнь. Избранные труды по психологии личности / В.М. Бехтерев. – С-Пб.: Алетейя, 1999.
  2. Семикин, Г.И. Организация антинаркотической профилактической работы со студенческой молодежью в ВУЗах / Г.И. Семикин. – М.: 12 ЦТ МО РФ. – Москва, 2003. – 274 с.
  3. Мысина, Г.А. Создание условий для обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов в здоровьесберегающей образовательной среде вуза: Дисс. докт. пед. наук / Г.А. Мысина – Тула, 2011. – 420 с.
  4. Герцик Ю.Г. Этапы реализации инновационных проектов в сфере высоких медицинских технологий // Инновационная экономика. Сборник трудов аспирантов и молодых ученых Института экономики РАН. - М.: ИЭ РАН, 2008.- С.177 - 189
-