

ствие может привести к целому ряду заболеваний. Результаты исследования показали, что основными причинами, которые могут повлиять на развитие психосоматических расстройств, у детей подросткового возраста являются: общее эмоциональное состояние ребенка в школе; неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата, негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, демонстрации своих возможностей; а также негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки знаний, возможностей (особенно публично).

Методика «Завершение предложения» - проективная методика исследования личности. Самопонимание ребенка изучалось с помощью предложений, направленных на исследование значимых переживаний ребенка, оценку своих возможностей, а также рефлексивную самооценку, формирующуюся к началу подросткового возраста. Интерпретация результатов показала, что наиболее значимыми переживаниями ребенка, в подростковом возрасте являются: непонимание со стороны взрослых (матери, отца); конфликты и недопонимание со сверстниками или, наоборот, отсутствие дружеских отношений; плохое самочувствие; боязнь проверки знаний и конфликты с учителями, переживания по поводу своей привлекательности, боязнь потерять значимую фигуру/близкого родственника, тревога за свое будущее, а также личностные особенности ребенка, которые также могут способствовать развитию психосоматических заболеваний.

Подводя итоги, следует прийти к выводу, что стрессовые состояния, беспокойство, семейные, социальные и школьные проблемы влияют на психофизиологическое состояние подростка,

что нередко выражаются в расстройствах сна, приема пищи — такими как нервная анорексия и булимия, развитии депрессии, головных болей, болей в животе, энуреза, снохождения и лунатизма, а также приводит к целому ряду заболеваний, таких как бронхиальная астма, сахарный диабет, заболевания желудочно-кишечного тракта, язвенные болезни и т.д. Своевременное распознавание у ребенка психосоматического расстройства, позволит вовремя разработать методы медицинской и психологической помощи.

Литература:

1. Коркина, М.В., Лакосина, Н.Д., Личко, А.Е., Сергеев, И.И. Психиатрия. Учебник. 2-е изд., доп., перераб. - М.: МЕДпресс-информ, 2002. - 576 с.
11. Аммон, Г. Психосоматическая терапия. - СПб.: Изд-во «Речь», 2000. - 238 с.

КРИТЕРИИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Знаменок О.Н.

*МАОУ ВПО «Краснодарский
муниципальный медицинский институт
высшего сестринского образования»
Краснодар, Россия*

Актуальность изучения ценности здорового образа жизни для современной молодежи обусловлена рядом существенных факторов и, прежде всего, сложными изменениями, которые происходят в их жизни. Потребность в информировании молодых людей о том, что такое здоровый образ жизни очень велика. Но насколько современники придерживаются этих понятий и как к ним относятся, вопрос очень важный и своевременный.

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности.

Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самопознанию и счастью человека. Но что же такое здоровый образ жизни?

Существует несчетное количество понятий. Одни считают, что это система поведения разумного человека, умеренность во всем: оптимальный двигательный режим, закаливание, правильное питание, рациональный режим жизни и отказ от вредных привычек. Другие говорят о культурном, цивилизованном, активном образе жизни, напрямую связанным со здоровьем, долголетием, благополучием человека, почетом и богатством. А для третьих - это жизненная позиция, целиком и полностью, направленная на укрепление своего здоровья. Критериев определения понятия «здоровый образ жизни» может быть много, но согласна ли с ними современная молодежь?

Объект исследования: здоровый образ жизни, его основные понятия.

Предмет исследования: критерии определения здорового образа жизни у современной молодежи.

Цель исследования: выявить критерии, по которым у современной молодежи складываются убеждения о том, что такое здоровый образ жизни; определить степень осведомленности и изучить мнение молодежи о здоровом образе жизни.

Гипотеза исследования: здоровый образ жизни представляет наибольший интерес для молодых людей и играет важную роль в их жизнедеятельности. Главный тезис определения здорового образа жизни у современной молодежи — не пить, не курить, заниматься спортом и правильно питаться.

«Здоровье — это гармония и баланс между различными сторонами человеческой природы, окружающей действительности и образа жизни...», - писал Гиппократ.

В основе исследования лежат труды Виноградова П.А. Он считал, что в определении понятия здорового образа жизни необходимо учитывать два отправных фактора — генетическую природу человека и ее соответствие конкретным условиям жизнедеятельности [1]. С этих позиций здоровый образ жизни есть способ жизнедеятельности, соответствующий генетически обусловленным особенностям человека, конкретным условиям жизни, и направлен на формирование, сохранение и укрепление здоровья, а также на полноценное выполнение человеком его социально-биологических функций.

В психолого-педагогическом направлении (Г.П. Аксёнов, В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, Р. Дитлс, И.О. Мартынюк, Л.С. Кобелянская и др.) «здоровый образ жизни» рассматривается с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации.

Сегодня молодые люди находятся в наиболее сложной ситуации: в постоянно изменяющихся социально-экономических условиях. Необходимо сориентироваться и выбрать профессию, определить идеалы, жизненные цели, определить, какую роль во всем этом играет собственное здоровье, и важно ли оно вообще. Поэтому исследование критериев определения здорового образа жизни у молодых людей имеет особое значение для понимания настоящего и будущего нашего общества.

Здоровый образ жизни выражает и определенную ориентированность деятельности личности в направлении укрепления и развития личного и общественного здоровья. Тем самым здоровый образ жизни связан с личностно-мотивационным воплощением индивидами своих социальных, психологических, физических возможностей и способностей.

Современная молодежь видит не всю совокупность компонентов, форми-

рующих здоровой образ жизни, а лишь тот его аспект, с которым знакома лучше всего. С одной стороны, молодые люди в целом представляют собой сформированные личности а, с другой – их ценности остаются достаточно гибкими, подверженными различным влияниям.

В исследовании приняли участие студенты 3 курса Муниципального автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования Краснодарского муниципального медицинского института высшего сестринского образования, обучающиеся по специальности «Сестринское дело», выборочная совокупность – 30 человек. Базой для эмпирического исследования послужили 3 методики [2].

Результаты исследования по проведенной методике «Отношение к здоровью» свидетельствуют, что респонденты наибольшее значение придают эмоциональным переживаниям за свое здоровье, нежели что-либо делают для его поддержания. Несмотря на это считают, что здоровый образ жизни играет важную роль для того, чтобы добиться успеха в жизни.

Сравнительный анализ индивидуальной значимости результатов свидетельствует о принятии ответственности за состояние своего здоровья. Респонденты выделяют следующие критерии его оценивания: качество медицинского обслуживания, экологическая обстановка, особенности питания, вредные привычки и недостаточная забота о здоровье.

На втором этапе исследования проводилось анкетирование, направленное на изучение критериев определения здорового образа жизни у современной молодежи.

Первая часть анкеты состояла из 4 предложений, которые нужно было дополнить своими словами: «что такое здоровый образ жизни»; «что подразумевает под собой хорошее здоровье»;

«что значит – вести здоровый образ жизни»; «что необходимо, чтобы вести здоровый образ жизни».

Большинство респондентов утверждали, что здоровый образ жизни – неотъемлемая часть их жизнедеятельности. Занятие спортом и отсутствие вредных привычек – считали главными критериями понятия ЗОЖ. В ходе исследования выявился интересный факт. 95% респондентов заявили, что для того, чтобы вести здоровый образ жизни им необходимо больше времени, сила воли, денежные средства и друзья, которые разделят их взгляды.

Вторая часть анкеты состояла из 2 предложений, с вариантами ответов, которые нужно было закончить посредством ранжирования, выявив при этом процентное соотношение.

Большая часть респондентов считает, что хорошее здоровье, в первую очередь, связано с отсутствием врожденных заболеваний и вредных привычек, что составляет 54% всех ответов, а также с отсутствием вредных привычек (23%); с благоприятным эмоциональным состоянием (17%) и с экологией (14%). А формирование здорового образа жизни на 45% зависит от самого человека, на 36% – от правильного воспитания и на 19% – от экономической обстановки в стране.

Третья методика – «Диагностика самочувствия, активности, настроения».

У большинства респондентов наблюдается хорошее самочувствие, высокая работоспособность, они выносливы, полны сил, чувствуют себя свежими и отдохнувшими. Активны, подвижны, хорошее настроение преобладает, чувствуют себя счастливыми, оптимистичными, жизнерадостными, довольными и полными надежд.

В результате исследования мы выяснили, что главные критерии определения здорового образа жизни у современной молодежи – это правильно питаться,

не употреблять табачные изделия, спиртные напитки, наркотические вещества, а также заниматься спортом или любой физической нагрузкой.

Здоровый образ жизни - образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Литература:

1. Березовская, Р.А. Опросник «Отношение к здоровью». - М., 2001.
2. Лукашев, А.М., Прохоров, Б.Б., Шилленко, Ю.В. Общественное здоровье и управление здравоохранением. - М., 2007.

**ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ
ПРЕПОДАВАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ
«ЭТИКА, ПРАВО И
МЕНЕДЖМЕНТ В
СТОМАТОЛОГИИ»**

Зобенко А.В., Пильщикова В.В.,
Шильцова Т.А.

*ГБОУ ВПО КубГМУ Минздрава России
Краснодар, Россия*

В современных условиях перед высшей медицинской школой стоит важнейшая задача подготовки врачей, обладающих не только необходимыми профессиональными компетенциями в области избранной специальности, но и достаточным уровнем правовой грамотности, способных эффективно анализировать и разрешать этические проблемы, умеющих принимать эффективные управленческие решения для обеспечения высокого качества медицинской помощи населению. Ее реализация позволяет осуществить формирование научного миропонимания как части общей культуры выпускника медицинского вуза и является необходимым условием повышения конкурентоспособности будущих специалистов на рынке медицинских услуг.

В этой связи в федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по специальности «стоматология» введена новая учебная дисциплина «этика, право и менеджмент в стоматологии». По сути, она представляет собой междисциплинарное направление, преследующее цель сформировать у будущих врачей-стоматологов представление о моделях и правилах медицинской этики, о моральных ценностях, основополагающих в условиях разрешения этических конфликтов в стоматологии; дать необходимый объем теоретических знаний об основных положениях медицинского права, позволяющий адекватно оценивать возникающие правоотношения при осуществлении профессиональной медицинской деятельности и воспитать у будущих специалистов достаточный уровень правосознания и правовой культуры; привить навыки эффективного управления лечебно-диагностическим процессом в стоматологической организации в условиях как государственной, так и частной практики.

Поэтому к исходным требованиям для освоения данной дисциплины отнесены как базовые знания, полученные в процессе довузовского этапа образования (обществознание, история, культурология), так и те знания и навыки, которые сформированы в результате изучения комплекса учебных дисциплин уже на базе высшей школы (философия, биоэтика, правоведение, экономика, общественное здоровье и здравоохранение, медицинская информатика и стоматология).

На кафедре общественного здоровья, здравоохранения и истории медицины КубГМУ преподавание дисциплины «этика, право и менеджмент в стоматологии» ведется среди студентов четвертого курса стоматологического факультета. В ее состав входят модули: «этика в стоматологии», на долю которого прихо-