

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ У СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Н.А. Степанова¹, Ю.С. Гуляева²

^{1,2} Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н.Толстого», Россия, г. Тула

В данной статье идет речь о здоровьесбережении как условии формирования личностной безопасности студентов в вузе. Воспитательная система рассматривается как ресурс для создания здоровьесберегающих технологий в вузе, обеспечивающих безопасность личности студента.

Ключевые слова: *здоровьесбережение, здоровьесберегающие технологии, личностная безопасность студентов, воспитательная система вуза.*

Утверждение здорового образа жизни молодых людей в целом и студенчества, в частности, сегодня рассматривается как одно из приоритетных направлений развития системы российского образования. От того, насколько эффективно удастся сформировать и закрепить направленность на здоровьесбережение в молодом возрасте, зависит в последующем образ жизни молодого человека, состояние его здоровья, а значит его благополучие и удовлетворенность жизнью.

Здоровье человека всегда являлось достаточно актуальной темой, а в последнее время стало первостепенной. Активизировалось внимание к здоровому образу жизни студентов, выпускаемых высшей школой, ростом заболеваемости, появлением вредных привычек. Эти обстоятельства существенно подрывают формирование личностной безопасности студенческой молодежи.

Система формирования здорового образа жизни нуждается в целенаправленной работе по созданию системы здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесбережение рассматривается как особый вид деятельности в образовательном пространстве вуза, направленный на передачу подрастающему поколению накопленных человечеством культуры и опыта по повышению ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих на основе осознания студентом личной ответственности, на преобразование интеллектуальной и эмоциональной сфер личности.

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями (ЗОТ) можно понимать все те технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья учащихся. Если же ЗОТ связывать с решением более узкой здоровьесберегающей задачи, то к здоровьесберегающим будут относиться педагогические приемы, методы, технологии, которые не наносят прямого или косвенного вреда здоровью учащихся и педагогов, обеспечивают им безопасные условия пребывания, обучения и работы в образовательном условии.

Под здоровьесберегающими технологиями в образовательной среде высшей школы понимается система мер по охране и укреплению здоровья студентов, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды с точки зрения ее воздействия на здоровье данной группы лиц.

Студенты вуза составляют особый социальный слой населения, объединенный определенным возрастом, профессиональной направленностью, специфическими условиями обучения и образом жизни [3, с.17].

Активность студентов в процессе формирования и развития здорового образа жизни в рамках образовательного процесса детерминирована эффективностью двух взаимосвязанных процессов: процесса успешной адаптации личности студента к специфическим требованиям учебной деятельности и процесса успешной самореализации своей личности в условиях учебной деятельности. Происходит творческое преобразование самой деятельности и творческое саморазвитие личности студента в контексте целенаправленного формирования своего здорового образа жизни. Поэтому невозможно ставить перед собой цель реализовывать социальную адаптацию целенаправленно, например, в процессе преподавания отдельной дисциплины, изолированной от остального учебно-воспитательного процесса, комплекса мер и так далее. Тот или иной способ жизнедеятельности может характеризоваться как здоровый лишь в том случае, если три уровня (биологический, психический и социальный) в развитии отдельного человека взаимно уравнивают и дополняют друг друга.

Отметим, что процесс социальной адаптации как механизм реализации здоровьесбережения в вузе имеет место в любых учебных и воспитательных воздействиях программы здоровьесбережения.

Идеологическое направление представлено в первую очередь формированием мировоззренческой позиции, направленной на осознание того, что здоровье - это, прежде всего, определенный уровень развития личности [3, с. 22]. Например, это отражается в проведении в вузе мероприятий, направленных на формирование позитивного отношения к ЗОЖ, таких как "Неделя здоровья", учеба студенческого актива "Бросай курить - вставай на лыжи", "Тропа выживания для первокурсников". Большое внимание уделяется творческому преобразованию деятельности и личности студента в контексте целенаправленного формирования своего здорового образа жизни.

В связи с этими фактами проблемы девиантного и деликвентного поведения молодежи становятся базовыми в плане нездоровья, а соответственно нарушают личностную безопасность.

Формирование культуры безопасности на основе понимания важности укрепления и развития здоровья, как неотъемлемой компоненты безопасной личности, является важнейшей задачей учреждений образования всех уровней. До сих пор отсутствует четкая ориентация на формирование культуры безопасности и укрепление здоровья. С этой позиции важно

формировать ценностные ориентации, вооружать студентов устойчивыми знаниями, умениями и навыками в области личностной безопасности. Это требует поиска и внедрения новых подходов в содержании и организации учебно-воспитательного процесса в высшей школе.

Как отмечает Суворова Т.В., личность безопасного типа - это личность, ведущая здоровый образ жизни, умеющая оценивать различные ситуации, которые могут нанести ей ущерб, грамотно выстраивать собственное поведение в случае угроз, личность с четко сформированными установками о необходимости безопасного развития общества и государства, своей роли в этом развитии [7].

В настоящее время проблематика безопасности личности интенсивно развивается в рамках педагогической (И.А. Баева, Л.А. Гаязова, В.А. Дмитриевский и др.), социальной (Грачев Г.В., Емельянов Г.В., Лепский В.Е., Стрельцов А.А. и др.), экстремальной (Деркач А.А., Казаков Ю.Н., Росляков И.А.) психологии, психологии личности (Зотова О.Ю., Колесникова Т.И., Краснянская Т.М. и др.) и других ее разделов. Изучение психологической безопасности личности позволило установить ее связь с ценностными ориентациями и мировоззрением (Симонова А.К.), эмоциональной сферой (Леонова О.И.), автономностью (Ежевская Т.И.), саморегуляцией и субъективным благополучием (Бочарова Е.Е.) человека [5].

Особенно актуально обращение к данной проблеме применительно к субъектам студенческого возраста, уязвимость психологической безопасности которых обуславливается ограниченностью наличного жизненного опыта в сочетании с широким диапазоном открывающихся возможностей приложения жизненных сил [5].

Психологическая безопасность определяется как защищённость психики, целостности личности, сохранение душевного здоровья и духовности. Чтобы противостоять негативным факторам, не поддаваться чужому влиянию, человек должен обладать такими личностными особенностями, как саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, работоспособность, стрессоустойчивость, уверенность в себе, самоорганизованность, адекватная оценка ситуации, критичность и другие. Так как личность формируется под воздействием социальной среды, показатель ее защищенности или склонности к опасности – не только врожденное качество, но и результат развития [2].

В исследованиях Н.А. Степановой отмечается отсутствие четкой тенденции, выявляющей зависимость психологической безопасности от личностных особенностей [6].

Наиболее перспективным является подход И.А. Баевой, считающей психологическую безопасность психическим состоянием. В этом подходе, по нашему мнению, наиболее четко прослеживается момент взаимосвязи личности и среды в контексте формирования психологической безопасности. Подчеркивается, что ее сущностью является наличие согласования личностных стремлений и возможностей с особенностями средовых факторов и силой их воздействия [1].

В настоящее время нет достаточного количества практических разработок, направленных на создание условий для формирования способов обеспечения психологической безопасности личности студента средствами воспитательной системы вуза. Недостаточное внимание уделяется формированию качеств и свойств личности, лежащих в основе самообеспечения психологической безопасности.

Воспитательная система представляет собой упорядоченную целостную совокупность компонентов, взаимодействие и интеграция которых обуславливает наличие у образовательного учреждения или его структурного подразделения способности целенаправленного и эффективного содействия развитию личности учащихся.

Воспитательная система, содержание деятельности которой ориентировано на личность обучающегося, способствует своеобразной фильтрации негативного воздействия внешних средовых неблагоприятных факторов, приводит к снижению агрессивности и насилия во взаимодействии, помогает в выборе пути самореализации в просоциальной деятельности, формирует активную жизненную позицию [4].

В этом случае, воспитательная система образовательного учреждения будет выступать ресурсом обеспечения психологической безопасности личности обучающегося (студента), поскольку ее содержание и признаки позволяют привести к минимуму риски и угрозы безопасности личности [4].

Таким образом, воспитательную систему мы рассматриваем как ресурс для обеспечения безопасности личности студента, преодоления различных форм неадекватного поведения студентов в обществе.

Мы полагаем, что формирование личностной безопасности студентов может быть осуществлено при помощи специально разработанной программы, ориентированной на их активное участие в воспитательной системе вуза.

Внедрение здоровьесберегающих технологий должно стать одним из главных условий успешности обеспечения личностной безопасности студентов в воспитательной системе вуза. Реализуемый нами подход по практическому изучению характеристик личностного развития в юности через показатели жизнестойкости и осмысленности жизненных целей, волевой саморегуляции личности, в сочетании с анализом преобладающих базисных убеждений представляется достаточно перспективным для дальнейшей разработки программы по формированию стратегий личностной безопасности студентов средствами воспитательной системы вуза.

Список литературы

1. Баева И.А. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого-педагогическое сопровождение [Электронный ресурс]// Психологическая наука и образование: электрон. журн. 2012. №3 URL: <http://www.psyedu.ru> / ISSN: 2074-5885 .

2. Беляева П.И. Психологическая безопасность школьника как психическое состояние // Вестник Новгородского государственного университета им. Ярослава Мудрого. 2011. № 64. С. 139-143.

3. Ермаков В.А., Шелиспанская Э.В., Воспитание здорового образа жизни студентов. Тула, 2012.

4. Ковров В.В., Антонова Л.В. Эффективность воспитательной системы в обеспечении психологической безопасности учащихся средней школы // Социально-психологические проблемы исследования и оценки безопасности в образовании: сб. научных статей / под ред. И.А. Баевой, В.В. Коврова. М.: Эконом-информ, 2012. С. 11-29.

5. Кора Н.А. Концептуальная модель личностной безопасности студенческой молодежи // Вектор науки ТГУ. 2012. №2(9). С. 159-163.

6. Степанова Н.А., Лобанова А.В. Профилактика виктимного поведения как основа психологической безопасности подростков: монография. - Тула: Контур, 2011.

7. Суворова Т.В. Формирование культуры безопасности студентов колледжа на основе здоровьесбережения: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2008.

ZDOROVESBEREZHENIYA AS A CONDITION FORMATION OF PERSONAL SECURITY AMONG STUDENTS

N. Stepanova¹, I. Guliaeva²

Tula State Pedagogical University named by L. Tolstoy, Russia, Tula

Об авторах:

СТЕПАНОВА Н.А. – кандидат психологических наук, доцент, Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н.Толстого, Россия, г. Тула, e-mail: Stepanova_na@inbox.ru

ГУЛЯЕВА Ю.С. – магистрант направления «Психолого-педагогическое образование», Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н.Толстого, Россия, г. Тула