

МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ: СУЩНОСТЬ, СТРУКТУРА И МЕХАНИЗМЫ ФОРМИРОВАНИЯ

Motivational and value attitude of university students to their health: the essence, structure and mechanisms of formation

Хоптинская Анна Александровна, старший преподаватель кафедры педагогики и психологии профессионального образования. ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет».

 anna.dorofeeva@bk.ru

В статье рассмотрены существенные характеристики мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью, структура, механизмы его формирования, психолого-педагогические детерминанты, оказывающие влияние на результативность данного процесса. Автор определяет систему критериев и показателей, позволяющих определить степень выраженность мотивационно-ценностного отношения человека к своему здоровью. Особое внимание уделяется описанию дидактического обеспечения процесса формирования мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью. В контексте своего исследования, автор уточняет дефиницию «мотивационно-ценностное отношение студентов вуза к своему здоровью» как процесс присвоения обучающимися здоровьесозидающих ценностей, развития творческого отношения к здоровью, накопления опыта здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности, основанный на принципах паритетности, диалогичности, сотрудничества, гуманизма, вариативности и профессиональной компетенции.

The article considers the essential characteristics of the motivational and value attitude of students of the university to their health, the structure, the mechanisms of its formation, psychological and pedagogical determinants that influence the effectiveness of this process. . The author defines a system of criteria and indicators to determine the severity of a person's motivational and axiological attitude to his health. Particular attention is paid to the description of the didactic support of the process of formation of the motivational and axiological attitude of students of the university to their health. In the context of his research, the author clarifies the definition of "motivational and axiological attitudes of students of the university to their health" as the process of assigning health-generating values to students, developing a creative attitude to health, accumulating experience in health-saving and health-creating activities, based on the principles of parity, dialogue, cooperation, humanism, variability and professional competence.

Ключевые слова: мотивационно-ценностное отношение к здоровью, лично-стно-деятельностный подход, субъект-субъектное взаимодействие, рефлексия, фасилитирующие воздействия, партнёрская позиция, междисциплинарная интеграция.

Keywords: motivational and value attitude to health, personal-activity approach, subject-subject interaction, reflection, facilitating influences, partner position, interdisciplinary integration.

Современные динамические условия жизни, выступая объективным фактором активизации личности, выдвигают повышенные требования к здоровью, его сохранению и созиданию. Поэтому во многих социальных системах (здравоохранение, образование, экономика, политика) данная проблематика активно позиционируется и разрабатывается. Данный процесс напрямую связан с гуманизацией социальных отношений, с обращением к человеку, к его сущности и проявлению самости.

В «Национальной доктрине развития образования», в «Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ до 2020 года» отмечается, что сегодня приоритетной задачей системы образования в нашей стране является воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, как наивысшей социальной ценности, формирование высокого уровня здоровья детей и учащейся молодежи во всех его аспектах – духовном, психическом, физическом.

Новая модель образования, постулируемая Законом об образовании, смещает фокус внимания с формирования знаний, умений и навыков у учащихся и учащейся молодежи на целостное развитие личности, к компетентностному подходу, в контексте которого образование должно быть ориентировано на результат.

В этих условиях возрастает социальная и педагогическая значимость формирования мотивационно-ценностного отношения к здоровью в процессе образовательной деятельности, определяющего в дальнейшем полноту реализации жизненных целей и смыслов обучающихся, решая дидактогенические проблемы со здоровьем субъектов образовательного процесса (обучающихся, их родителей и педагогов).

Важно подчеркнуть, что формирование мотивационно-ценностного отношения человека к своему здоровью тесно связано с воздействием объективных и субъективных факторов, детерминируется внешней средой, преломляясь через внутренний мир личности. Именно поэтому, определяющую роль в этом процессе имеет лично-деятельностный подход, преобразующий педагогические задачи в личностный смысл деятельности студента, признающий его активным субъектом воспитательного процесса: с одной стороны – внешние воздействия преподавателя, информация, предметная деятельность, а с другой – самооценка, самоутверждение, самообразование, самовоспитание, физическое самосовершенствование. Как управляемый и самоуправляемый этот процесс характеризуется диагностикой исходного и последующих состояний (уровней) развития ценностного отношения студентов к здоровью и физической культуре (индифферентный, слабо заинтересованный, деятельностный, деятельностно-творческий), уче-

том их индивидуальных психологических особенностей, субъектного опыта в сфере физической культуры, совпадением целей образовательной деятельности педагога и студентов, их сотрудничеством.

При формировании мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью целесообразно использовать такие методы воспитания, как убеждение (информационные, поисковые, дискуссионные, взаимного просвещения), личный пример преподавателя, стимулирующие (поощрение, наказание, внушение) [4]. Так, внушение применяется при воздействии на подсознательный уровень психических процессов обучающихся, а убеждение связано с осознанными процессами понимания и восприятия информации. Убеждают при помощи логики, доказательств, демонстрации значений обсуждаемых явлений. В зависимости от индивидуальных и личностных особенностей студентов убедительными могут быть специально подобранные факты или какие-либо аспекты явления, на которые он ранее не обращал внимания. Чтобы убедить, необходимо раскрыть смысл явления в том аспекте, который, будет, для него значим, так как он реагирует, прежде всего, на то, что имеет личностный смысл. Подбирая объективные доводы для доказательства, нельзя не учитывать и субъективной стороны – того, насколько они будут значимы для студента.

В перестройке отношений к своему здоровью, исходным моментом выступает отношение студента к педагогу. Если студент осознает, что преподаватель интересуется им, думает о нем, старается помочь, это помогает ему обрести чувство собственной значимости. Он оказывается в атмосфере искренности, сочувствия и одобрения, что способствует приятию ценностей, предлагаемых преподавателем. Содержание предмета, заключается не столько в объективном содержании, сколько в субъективном его восприятии, значимости объективного для студента, в его отношении к этому содержанию. Только лично, субъективно значимая информация оказывает положительное, стимулирующее влияние на жизнедеятельность студента. Педагогу необходимо быть добрым и сочувственным, обладать достаточной уверенностью в себе, уметь устанавливать хорошие отношения с студентами, относиться с уважением к их индивидуальности и особенностям, взаимодействовать на паритетных началах. При хороших межличностных отношениях образовательная функция становится более конструктивной, трансформируется из культуротворческой в здравотворческую.

Опираясь на субъектный опыт студентов в сфере здоровьесбережения, следует расширять его границы, формировать те внутренние основания (знания, убеждения относительно своего здоровья и физи-

ческой культуры), которые активизируют их включение в здоровый образ жизни.

Педагог должен быть для студентов консультантом, вдохновителем, создателем благоприятных условий на занятиях и только потом информатором. Суть формирования ценностного отношения – в общении воспитуемых к ценностям воспитателя, а не в информировании о них, их изучении и навязывании [1, с.22].

«Обучение» здоровью, адресуемое к сознанию, связано с подсознанием студентов, при этом роль личности преподавателя весьма важна. Отношение студентов к педагогу определяет их отношение к здоровому образу жизни, к физической культуре и является исходным моментом формирования у них мотивационно-ценностного отношения к своему здоровью. Педагогу необходимо осознавать, как его убеждения и поведение, индивидуальные особенности (личные ценности, интересы, знания) отражаются на результатах деятельности, и эффективно их использовать.

Студенты воспринимают (может быть, скорее чувством, чем умом) отношение преподавателя к ценностям здоровья и физической культуры. С этим связано использование разных способов и приемов активизации этого отношения. Большое значение имеет персонализация информации, которая усиливает ее значение и делает более удобной для восприятия. Способность, желание, умение педагога понять позицию каждого студента, сохраняя при этом свою, состоят в том, чтобы установить с ними коммуникативный контакт, осуществляя этот процесс осмысленно, направленно, эмоционально. Заинтересованность педагога в общении со студентами, их ответный отклик, выражающийся в эмоциональных реакциях, высказываниях, интонациях, действиях, позволяет убеждать, внушать, склонять на свою сторону, понимая, что личность активно стремится к общению, отвечающему её жизненным ценностям, и избегает, если оно идет с ними вразрез.

Здесь критерием значимости личности преподавателя выступает наличие реальных изменений сложившихся ценностно-смысловых структур (логическая – что, причинная – почему, операционная – как, целевая – для чего, мотивационно-ценностная – ради чего) студента. Атмосфера доверительности и раскованности в процессе общения создается активным слушанием и сопереживанием, пониманием, что только при безусловном одобрении студент может принять решение об изменении своего поведения. Создание такой «фасилитирующей» атмосферы способствует формированию необходимого отношения к здоровью и ценностям физической культуры.

Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к своему здоровью – это творческий процесс, в котором существенной профессионально-личностной основой являются овладение и

управление педагогом своими психическими состояниями и диалогическим общением со студентами в целях позитивного и личностно развивающего психологического воздействия на них. Такое общение порождает общность ценностей, которая достигается не внешним давлением, а внутренним принятием ценностей другого, которые становятся его ценностными установками. В таком общении воспитательный эффект может не осознаваться, как не осознается он в общении друзей, не рассчитанном на то, что оно приведет к изменению жизненных позиций личности.

Фасилитирующие воздействия преподавателя обеспечивают собственный выбор студентом личностного роста и совершенствования образа жизни.

Превращение социальных ценностей здоровья и физической культуры в ценности студента происходит посредством переживания, эмоционально-чувственных отношений, способности чувствовать, понимать окружающие явления, события. Отношения субъектов образовательной деятельности, сами являющиеся ценностными, призваны актуализировать сопереживание, сорадость, сочувствие, событие и другие состояния. По С.Л. Рубинштейну, переживание – одухотворенное, эмоционально окрашенное состояние и явление действительности, которое всегда выступает как факт собственной биографии личности [3]. Посредством переживания осознается личностный смысл ценностей, всего происходящего в окружающей действительности. Взаимодействие чувственных впечатлений ведет к пониманию – соединению опыта преподавателя и воспитанника. Важно подчеркнуть, что спектр переживаний в процессе восприятия ценности здоровья и физической культуры значительно расширяется в физкультурно-спортивной деятельности.

Необходимое условие реализации сущностных сил преподавателя и студента – развитие способности к пониманию смыслов, предметного и логического содержания физической культуры, других людей, самого себя. На основе организации партнерской позиции, творческой благоприятной атмосферы педагог осуществляет отбор активных форм взаимодействия и традиционных форм обучения (лекция, методико-практическое и учебно-тренировочное занятие), которые наполняются новым содержанием, способствуют не столько обогащению информацией, сколько обнаружению студентом для себя смыслов самообразования и самовоспитания в сфере здоровья и физической культуры. Большую роль играют понимание педагогом смысла собственной профессиональной деятельности, его личностное отношение к преподаваемому предмету, теме занятия, самому себе и другим, смещение акцента с предмета на человека, с монолога на диалог, проявление способности слушать и говорить в диалоге, установка на понима-

ние и восприятие позиции других, принятие инакомыслия. Конечно, качественные изменения в отношении к здоровью и физической культуре могут быть заметны далеко не сразу, возможен отсроченный результат, но он обязательно будет, если лекция, методико-практическое, учебно-тренировочное занятие учитывают точки зрения всех его участников. Желательна организация взаимодействия, в ходе которого преподаватель и студенты оказывались бы в ситуации рефлексии, видения себя со стороны, выхода из привычного «Я». Рефлексия (от лат. reflexio – обращение назад) – размышление, самонаблюдение, самопознание; обращенность познания человека на самого себя, свой внутренний мир, психические качества и состояние; склонность к самоанализу [5]. Она присуща каждому человеку, но в процессе обучения ее можно усиливать, развивать, чтобы побуждать студента к активному самосовершенствованию.

Субъект-субъектное взаимодействие в образовательном процессе ведет к увеличению меры свободы его участников, включая в него эмоционально-ценностный опыт и преподавателя, и студента, при котором преподаватель не столько учит и воспитывает, сколько актуализирует, стимулирует к самосовершенствованию, способствует осознанию студентом его значимости и достижимости. Этому способствуют изучение личностных качеств и особенностей студентов методами наблюдения, индивидуальных бесед, опросных методик, анализа образовательной деятельности; беседы, содержащие вопросы, наводящие на рассуждения, побуждающие к заинтересованному отклику, размышлениям; прямое обращение к мнению студентов; проявление интереса к их индивидуальности, готовности оказывать реальную методическую поддержку; включение студентов на занятиях в ситуации, требующие проявления разнообразных личностных качеств и умений взаимодействия.

Здесь важна ориентация как на индивидуальные особенности и потребности студентов, так и целенаправленную работу с группой по формированию ее коллективного мнения – своеобразной социальной среды, оказывающей существенное влияние на мнение и поведение своих членов. Для этого можно использовать дискуссионные методы (дискуссия, диспут) и взаимного просвещения (доклады, конференции, стенгазеты).

Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью строится в соответствии с его критериальными показателями: развитием ценностных ориентаций здоровья и физической культуры, значимости самопознания, осознанием ценности здоровья и физической культуры, познавательной активностью в этой области, мотивацией к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

На наш взгляд, мотивационно-ценностное отношение студентов вуза к своему здоровью представляет собой процесс присвоения ими здоровьесозидающих ценностей, развития творческого отношения к здоровью, накопления опыта здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности, основанный на принципах паритетности, диалогичности, сотрудничества, гуманизма, вариативности и профессиональной компетенции.

В нашем исследовании в качестве критерий сформированности мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью выступили: степень их информированности о сохранении и укреплении здоровья (когнитивный); степень сформированности осознанного отношения к здоровью как к ценности (ценностно-потребностный); наличие чувства удовлетворения от совершения здоровьесозидающей деятельности, постоянство в совершении деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья (эмоционально-волевой); степень сформированности навыков и умений сохранять и укреплять свое здоровье и здоровье окружающих (деятельностно-практический).

К показателям сформированности мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью мы отнесли: степень усвоения знаний при изучении спецкурса «Путь к здоровью», эмоциональные потребности, ценностные ориентации, копинг-стратегии, смысложизненные ориентации, профессионально значимые качества, развитие физических кондиций, индекс самоактуализации личности, степень сформированности навыков и умений контролировать и сохранять свое здоровье и здоровье окружающих, активная здоровьесозидающая деятельность.

Эти показатели нашли свое отражение в ходе изучения исходного состояния и определения конечного уровня сформированности мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью.

Понятие «уровень» выражает «диалектический характер процесса развития, позволяющий познать предмет во всём многообразии его свойств, связей, отношений» [2, с.196].

При анализе уровней развития мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью мы руководствовались следующими ключевыми положениями, сформулированными отечественными психологами и философами (С.Л. Рубинштейном, А.Н. Леонтьевым, В.Г. Афанасьевым, Ю.Л. Егоровым и др.):

–развитие определенных качеств личности осуществляется последовательно: от низкого к высокому уровню, т.е. поэтапно;

–саногенные потребности формируются в процессе деятельности, аккумулируя все накопленное на предыдущем этапе, т.е. осуществ-

вляется переход к более высокому уровню, следуя диалектическому закону «отрицания отрицания»;

–предшествующий уровень служит основой для формирования последующих;

–в процессе развития при переходе от уровня к уровню возникает новая структура, целостность;

–своевременное диагностирование уровня сформированных саногенных потребностей дает возможность определить программу коррекционных действий;

–формирование саногенных потребностей происходит одновременно с формированием здоровьесориентированной направленности личности.

Опираясь на эти теоретические ориентиры, мы определили основные уровни развития мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью.

С целью оптимизации процесса формирования мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью, целесообразно обратить особое внимание на различные виды межпредметной интеграции. Опыт показал, что для того, чтобы обеспечить формирование мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью, необходимо научно обосновать характер взаимосвязей, существующих в межпредметных циклах на различных этапах профессиональной подготовки студентов. Именно поэтому, особое значение приобретает формирование у студентов метапредметных общепрофессиональных компетенций, которые лежат в основе структурирования знаний о здоровье и здоровом образе жизни. Формирование названных компетенций у студентов, возможно в процессе изучения дисциплин социально-гуманитарного и естественно научного цикла, которые играют определяющую роль в формировании мотивационно-ценностного отношения студентов вуза к своему здоровью.



БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. Абаскалова, Н.П. Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса (Школа-вуз): автореф. дис... д-ра пед. наук: 13.00.01 / Н.П. Абаскалова. – Барнаул, 2000. – 48 с.
2. Кремянский, В.И. Структурные уровни живой материи / В.И. Кремянский – М., 1969. – С. 196–198.
3. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 1999. – С. 519, С. 523-525.
4. Соломонов, В.А. Психологические условия развития ценностного отношения к здоровью студентов вуза: автореф. дис... канд. псих. наук / В.А. Соломонов. – Ставрополь, 2005. – С. 10.

5. Философский энциклопедический словарь / гл. редакция: Л.Ф. Ильичев, П.Н. Федосеев, С.М. Ковалев, В.Г. Панов. – М.: Сов. Энциклопедия. – М., 1989. – С. 432, С. 518.

REFERENCES

1. Abaskalova, N.P. A systematic approach to the formation of a healthy lifestyle of subjects of the educational process (School-University): disko peda ped. Sciences: 13.00.01 / N.P. Abaskalov. - Barnaul, 2000. - 48 with.
2. Kremyansky, V.I. Structural levels of living matter. Krmejansky - M., 1969. - S. 196 -198.
3. Rubinshtein, S.L. Fundamentals of General Psychology / S.L. Rubinstein. - St. Petersburg: Peter, 1999. - P. 519, P. 523-525.
4. Solomonov, V.A. Psychological conditions for the development of a value attitude to the health of university students: dis ... cand. crazy. Sciences / V.A. Solomonov. - Stavropol, 2005. - P. 10.
5. Philosophical Encyclopedic Dictionary / Ch. edition: LF Ilyichev, PN Fedoseev, S.M. Kovalev, V.G. Panov. - Moscow: Sov. Encyclopedia. - M., 1989. - P. 432, P. 518.