

**УДК 316.75.34**

**ЦЕННОСТЬ ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

**Лядова А.В.,**

*к.и.н., старший научный сотрудник*

*МГУ имени М. В. Ломоносова*

*Г. Москва, Россия*

**Лядова М.В.**

*,к.м.н., доцент, РНИМУ им. Н. И. Пирогова*

*Г. Москва, Россия*

**VALUE OF HEALTH IN THE MODERN SOCIETY**

**Lyadova A.**

*Candidate of Historical Sciences, Senior Researcher*

*Moscow State University named after MV Lomonosov*

*G. Moscow, Russia*

**Liadova M.**

*Cms, associate professor, RNIMU im. NI Pirogova*

*G. Moscow, Russia*

**АННОТАЦИЯ**

В статье рассматривается категория здоровья в рамках ценностного подхода. Автор акцентирует внимание на отношении к здоровью как ценности среди молодого поколения. В работе анализируются данные социологических исследований, которые свидетельствуют о преобладании стереотипного мнения среди молодого поколения на здоровье и здоровый образ жизни.

**ABSTRACT**

The article is devoted to the problem of the health lifestyle among young people. Based on the results of sociological investigations, the authors underline that the

majority of respondents considers this term as a body training and proper food. And only less than 10 % thinks that it is not fitness but soul health first of all.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, социологические исследования, тренировка, здоровье души.

**Key words:** the health lifestyle, sociological research, training, soul health.

Здоровье относится к одной из базовых человеческих ценностей. Как научная категория здоровье является объектом исследования целого ряда научных отраслей. В рамках биомедицинского подхода здоровье рассматривается как нормальное функционирование систем органов и организма в целом. С позиции социологии медицины здоровье исследуется в контексте влияния на него социальных и демографических факторов. В психологии здоровье рассматривается как высшая психическая функция, формирование которого напрямую связано с развитием самосознания человека [10, С.23]. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, данному в Преамбуле к Уставу ВОЗ, принятому в 1948 году, здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия.

Наряду с этим здоровье является одним из ключевых индикаторов при оценке качества жизни. Однако в условиях современного развития социума эти понятия являются взаимосвязанными, так как сегодня эксперты определяют в качестве основных факторов, которые более, чем на 50% формируют здоровье человека, - социальные. По мнению же одного из ведущих специалистов в изучении данной проблематики Ю.П.Лисицына, здоровье - одна из четырех категорий, входящих в состав понятий образа и качества жизни [7, С.6]. Следует отметить, что и в современных подходах здоровье понимается как динамический процесс, обусловленный особенностями взаимодействия индивида с окружающей средой: как социальной, так и природной [9, С.130]. Поэтому изучение отношения

населения к своему здоровью непосредственно связано с представлениями о здоровом образе жизни.

Следует отметить, что словосочетание «здоровый образ жизни» глубоко вошло в наш лексикон за последние годы. Тема здорового образа жизни стала одной из популярных в средствах массовой информации, обсуждаемой, как среди отдельных социальных групп, так и среди ученых: медиков, социологов, психологов и т.д. Необходимо подчеркнуть, что интерес к проблеме «здорового образа жизни» - это не только бум современного мира. Данный вопрос поднимали в своих трудах и древние мыслители. Как показывает изучение философского наследия Греции, Китая, Индии, они рассматривали здоровый образ жизни как состояние внутренней гармонии, баланс духовного и физического здоровья человека. В современном обществе проблемы здоровья и факторы, участвующие в его поддержании через приверженность здоровому образу жизни, оказались в центре внимания исследователей с середины прошлого столетия, что было вызвано объективной необходимостью поиска эффективных средств восстановления трудовых ресурсов после последствий Второй мировой войны. Однако вскоре в связи с социально-экономическими трансформациями, приведшими к становлению общества потребления, исследователи обратили внимание на нарастание таких негативных тенденций, как «омоложение» болезней на фоне внедрений новых методов диагностики и лечения, преобладание в структуре смертности болезней, развитие которых было вызвано не внешними, а внутренними, поведенческими факторами [4, С.41].

С 80-90-х годов прошлого столетия получило развитие новая научная дисциплина – валеология, предметом изучения которой и являются теоретико-практические аспекты становления здоровой жизни [2].

В современных исследованиях, несмотря на достаточное число работ по рассматриваемой теме, нет какого-то единого определения «здорового образа жизни». Здоровый образ жизни рассматривается в нескольких

аспектах: как степень социального благополучия, отражающего качество жизни, критерий эффективности деятельности государства в реализации мероприятий по его формированию и поддержанию, как особый стиль жизни индивида, в основе которого лежат представления о здоровье как о высшем благе, ценностные ориентации, установки, мотивы самосохранительного поведения. Так, по мнению академика Ю.П.Лисицына, здоровый образ жизни - это не просто все то, что благотворно влияет на здоровье людей, не только соблюдение медико-социальной активности, искоренение вредных привычек, правильное питание и т.д., а, прежде всего, использование материальных и духовных условий и возможностей в интересах здоровья, гармоническое физическое и духовное развитие человека [7]. В рамках концепции здорового образа жизни, разработанной А.М.Карповым, это, прежде всего, разумный образ жизни, который формируется в процессе саногенеза («рождение здоровья») на всех уровнях биологической и социальной организации жизни человека, что, по мнению исследователя, включает механизм обучения [6]. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, образ жизни - это способ жизни, основанный на идентифицируемых видах и особенностях поведения, определяющихся взаимодействием между личностными характеристиками человека, социальным взаимодействием и социально-экономическими и экологическими условиями жизни.

В целом, если обобщить представленное в литературе разнообразие подходов к трактовке данного понятия, очевидно, что оно включает четыре аспекта: физическое здоровье, социальное здоровье, влияние внешней среды, духовное здоровье. С позиции психологического подхода, здоровый образ жизни, как и собственно здоровье, напрямую соотносится с самосознанием индивида, поэтому их формирование, поддержание связано с духовно-нравственным воспитанием, прививанием соответствующих морально-нравственных ценностей.

Как известно, ценностно-нравственные ориентации закладываются в процессе социализации человека, в молодом возрасте, поэтому при изучении

рассматриваемой проблематики отношение к здоровью в рамках ценностного подхода среди данной социально-демографической группы представляет особый интерес.

В рамках данной работы было проведено пилотажное исследование среди студентов одного из ведущих образовательных учреждений высшего образования города Москвы об их представлении о здоровом образе жизни. Число опрошенных составило 100 человек, средний возраст – 21 год. Респондентам было предложено дать свою формулировку понятия здорового образа жизни. Полученные ответы были сгруппированы в 8 вариантов: 1 вариант (61,7%) - спорт, сбалансированное здоровое питание, распорядок дня; 2 вариант (20,6%) - отказ от вредных привычек, их отсутствие; 3 вариант (6,5%) - стиль жизни, направленный на поддержание или восстановление здоровья организма; 4 вариант (2%) - рациональный образ жизни, направленный на сохранение и улучшение здоровья; 5 вариант (2%) - здоровое сознание; 6 вариант (2%) - концепция жизнедеятельности человека, направленная на улучшение и сохранение здоровья с помощью правильного питания, занятий спортом, отказом от вредных привычек; 7 вариант (3%) - систематическая диспансеризация; 8 вариант (1,2%) - поддержание своего тела и духа в хорошем состоянии.

Результаты опроса показали, что большая часть респондентов (свыше 80 %) отождествляет понятие здорового образа жизни именно с поддержанием физического состояния организма, понимая под этим занятия спортом, правильное питание, режим дня, прохождение диспансеризации. Это означает, что молодежь в большинстве случаев идентифицирует понятие здорового образа жизни с показателями биологического здоровья. Менее 10 % респондентов рассматривают здоровый образ жизни как жизненный стиль, а не как комплекс время от времени проводимых мероприятий по поддержанию и укреплению здоровья. И лишь немногие (менее 6%) связывают здоровый образ жизни в первую очередь с уровнем морально-нравственного и духовного развития.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют об отсутствии у молодежи ценностного подхода к пониманию здоровья и здорового образа и указывают на необходимость разработки, прежде всего, морально-нравственного аспекта в процессе формирования здорового образа жизни у молодого поколения, в частности, и среди населения страны в целом, а также воспитания культуры здоровья, что напрямую связано с формированием здоровьесберегающей идеологии, гражданской ответственности за свое здоровье, так как сегодня рациональное отношение к своему здоровью имеет актуальное практическое значение и для решения демографических проблем, и в медицинском аспекте, и в экономическом плане как фактор формирования и развития человеческого капитала.

#### **Список литературы**

1. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни / Пер. с англ. – М.: Мир, 1997.
2. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Л., 1987. 125 С.
3. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. – М.: Изд-во RETORIKA, 1999.
4. Здоровье студентов: социологический анализ. Отв.ред. И.В.Журавлева. Институт социологии РАН. М., 2012. 252 С.
5. Калью П.И. Сущностные характеристики понятия «здоровья» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация. М., 1988.
6. Карпов А.М. Здравствуйте, если хотите. Образовательно-воспитательные основы интеграции медицины, экологии, образа жизни и власти. Казань : Медицинская литература, 2008.
7. Лисицын Ю.П. Образ жизни и здоровье населения. М., 1982. 328 с.
8. Мартыненко А.В. Здоровый образ жизни молодежи. Знание. Понимание. Умение. 2004; 1: 136 – 137.

9. Миронова Е.В. Теоретический подход к определению понятий здоровья и здорового образа жизни. Известия ПГПУ. Естественные науки. 2006; 1(5): 128-133.
10. Чеснокова М.Г. Понятие здоровья в контексте ключевых категорий культурно-деятельностного подхода. Вестник Московского Университета. Серия 14. Психология. 2015; 2: 23-36.

УДК 316.3