

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАНИИ

Сегодня в нашем обществе приходит осознание того, что здоровье является одной из важнейших жизненных ценностей, биопотенциалом человека, позволяющим ему занять в обществе определенные статусные позиции и место в социальном пространстве. Сегодня социологи фиксируют наличие сложившегося у части россиян стереотипа «саморазрушительного поведения» (отношение к здоровью как некоей данности, которая не имеет ценности и может быть разрушена; позволяющего человеку на фоне ухудшения экологической обстановки травить свой организм алкоголем, табаком (не всегда качественными), не заниматься физкультурой и не думать о предупреждении заболеваний). Процесс вымирания российского населения заставляет задуматься над причинами ухудшения человеческих ресурсов, ставит новые задачи перед учеными и педагогами.

Одной из наиболее актуальных междисциплинарных проблем является разработка здоровьесберегающих технологий в образовании. Здоровьесбережение выступает как культура самосохранения и является одной из составляющей культуры в целом. Цель здоровьесберегающих технологий – *формирование у человека самосохранительного сознания, отношение к здоровью как ведущей жизненной ценности*, инициирование активности по отношению к здоровью, целенаправленная минимизация факторов риска, разрушающих здоровье (гиподинамия, употребление в немедицинских целях наркотических веществ, физические и психические перегрузки и т. д.), *формирование установок на здоровый стиль жизни*. Ухудшение здоровья населения вызвано не только снижением качества жизни, но и сложившимся образом жизни и стратегией поведения в отношении здоровья.

Обращение к исследованию здоровья как основы человеческого потенциала (интегральной характеристики физических, психических, интеллектуальных и духовных способностей человека) интересно и своей междисциплинарной направленностью, объединением усилий специалистов различного профиля (медиков, педагогов, философов, социологов, психологов, валеологов).

В изучении здоровья студентов можно выделить несколько направлений:

- педагогическое – разработка основ *превентивной педагогики* (нацеленной на формирование самосохранительного сознания, навыков превентивных действий человека для поддержания физического и социального здоровья, адаптивности личности в социуме), а также моделей здоровьесбережения и технологий формирования самосохранительного сознания и здорового стиля жизни;

- медико-валеологическое – создание валеологического медико-социального сопровождения учебно-воспитательного процесса, включая систематический мониторинг здоровья, проводимый кафедрой физического воспитания, определяющий качество человеческого потенциала;

- социологическое – исследование установок и системы ценностей студентов относительно различных форм девиантного поведения (виртуальной зависимости, патологического гэмблинга, шоппинга, наркомании и целого ряда других), выяснение причин, детерминирующих саморазрушающее поведение; разработка рекомендаций по созданию оптимальных моделей превенции отклоняющегося поведения;

- психологическое – исследование психологии «ухода в болезнь» и «ухода от действительности» как способов решения человеком своих проблем (ухода от конфликта, перегрузок, желание привлечь к себе внимание близких и т. д.), организация психологического сопровождения здоровьесбережения путем организации тренинговой и консультационной работы с группами риска;

- практико-профилактическое – разработка концепции здоровьесбережения в рамках учебно-воспитательного процесса и программ формирования ценностных аспектов саморазвития и самоуправления личности своим поведением.

В рамках Российского государственного профессионально-педагогического университета, начиная с 1998 г., проводятся социологические исследования наркоситуации в образовательных учреждениях, в том числе и среди студентов. По итогам мониторинговых исследований были выявлены следующие закономерные тенденции:

- преимущественно компенсаторный характер девиантного поведения, возникающий как результат дезадаптации человека в социуме

и невозможности самореализоваться в социально одобряемых сферах деятельности. При организации в университете креативно-развивающей модели профилактики зависимостей наметилась тенденции к сокращению числа студентов, экспериментирующих с наркотиками для поиска дополнительных ощущений;

- среди распространенных причин употребления наркотиков можно назвать уход от действительности и волнующих человека проблем;
- взаимосвязь социального поведения с системой ценностей. Именно внутренний «ментальный» контроль способствует формированию социального поведения, снижающего риск чрезмерной аддикции (от вовлечения в секты до азартных игр).

Результаты, полученные в ходе социологических исследований, показывают необходимость развития такого направления как превентивная педагогика.

Принцип превенции, положенный в основу превентивной педагогики, предполагает не «борьбу» с девиантным поведением, а выработку в процессе социализации личности смысловых ценностей, блокирующих процесс девиантности (например, отказ от наркотиков несмотря на их доступность). Иными словами, человек не употребляет наркотики не потому, что не знает, где их достать, а потому, что считает для себя неприемлемым их немедицинское употребление как противоречащее его жизненным установкам и целям. Ментальный контроль, подкрепленный санкциями как формальными (законом), так и неформальными (одобрение или осуждение ближайшего окружения), способствует формированию социального поведения, снижающего риск чрезмерной аддикции любого рода (от вовлечения в секты до азартных игр). Для решения жизненных проблем человек использует не наркотики (как наиболее простой способ ухода от действительности), а свой личностный потенциал (интеллектуальные, физические и энергетические ресурсы). Второй путь является более сложным, но и более конструктивным, первый же является более простым, но деструктивным (приводящим к личностной деградации и социальной смерти, полному разрыву социальных контактов). Осознание человеком *мультиперспективности* собственной жизни приводит его в конечном итоге к выбору адекватного стиля поведения, сознательного выбора той или иной жизненной стратегии, снижает риск нежелательной аддикции.