

## ОСВЕДОМЛЁННОСТЬ СТУДЕНТОВ О СОСТАВЛЯЮЩИХ ПРАВСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ

**Введение.** Мир вступил в эру больших скоростей, и система ценностей меняется очень быстро, но только один показатель стабильно держится на самой верхней точке всемирной системы ценностей — счастье здорового человека.

Социально-экономические изменения, которые происходят в последние годы в обществе, выдвинули на первый план проблему сохранения здоровья детей и молодёжи. Это отражено в государственных программах и правовых актах по формированию здорового образа жизни населения Республики Беларусь: Законе Республики Беларусь «О здравоохранении», Президентской программе «Дети Беларуси», республиканской программе «Молодёжь Беларуси», Государственной программе по формированию здорового образа жизни населения Республики Беларусь и других документах. Однако, несмотря на то, что государством затрачиваются значительные средства на создание благоприятных условий для воспитания здорового поколения, на значительные успехи медицинских наук, здоровье и физическое состояние молодёжи существенно не улучшается. По данным исследований, только 20% студенческой молодёжи считаются практически здоровыми [1, с. 3]. В каждом человеке заложен потенциал здоровья, но этот потенциал может быть реализован по-разному под влиянием индивидуальных особенностей и тех социальных условий, в которых формируется личность.

**Основная часть.** Проблема духовно-нравственного воспитания молодёжи стала в последнее время объектом широких исследований. Этим вопросом занимались и занимаются многие: С. Ф. Анисимов, В. А. Блюмкин, Б. С. Братусь, Т. П. Гаврилова, О. Г. Дробницкий, Л. И. Рувинский, С. Г. Добротворская. О нравственной устойчивости личности писал В. Э. Чудновский. В последние годы проводились диссертационные исследования по формированию ценностного отношения к здоровью в процессе физического воспитания (В. Н. Беленова, И. А. Герасимова), формированию ценностного отношения младших подростков к здоровому образу жизни (Н. В. Самусева), культуры здорового образа жизни (Т. И. Прокопенко). Интенсивно изучением нравственного здоровья занимается в настоящее время кандидат медицинских наук, доцент кафедры дошкольного и музыкального образования учреждения образования «Барановичский государственный университет» К. С. Тристеня. Эта проблема по-прежнему остаётся актуальной и требует дальнейших исследований.

При всей важности здорового тела ведущая роль в воспитании молодёжи всё же отводится духовному компоненту, только в этом случае возможно полноценное здоровье. Физически и психически здоровый человек может быть нравственным «уродом», если он пренебрегает нормами морали. Здоровый человек — это счастливый человек, ибо болезнь несёт страдание и несчастье. Но болезни заставляют думать о себе, помогают понять суть влияния нравственности, характера и морали на здоровье. Поняв взаимосвязь здоровья и нравственности, человек начинает по-другому относиться к здоровью.

Нравственное воспитание требует привить воспитанникам навыки правильного поведения. И даже физическое развитие нельзя сводить только к развитию мышц, необходимо гармонично развивать все системы организма. При этом человек должен понять, что лучше долго жить здоровым для людей, чем быстро умереть больным ради себя одного [2].

Нравственное здоровье — комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной основы жизнедеятельности человека [1].

Если мы говорим о нравственном здоровье, то необходимо назвать явления, способные подорвать нравственное здоровье. Это такие отрицательные качества, как равнодушие, жестокость, зависть, ненависть, злоба. Здоровый человек — это тот, кто желает другим людям добра, кто способен на сострадание, дружбу, любовь, добрый поступок, кто умеет понять другого человека, оказать помощь, защитить других в трудных ситуациях.

Нравственное здоровье человека определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в социальной среде. В основе системы лежат общечеловеческие принципы морали и нравственности, в значительной мере определяющие духовность человека. Если критериями соматического здоровья в обобщённом виде можно считать «я могу», психического «я хочу», то нравственного «я должен» [3].

Духовность с философской точки зрения можно определить, прежде всего, как открытость первооснове бытия. Устранение духовности приводит к катастрофическим последствиям [4]. Проблема смысла жизни становится острой для молодёжи. Растёт количество несчастных и больных молодых людей. Это происходит потому, что духовно-нравственные ценности отошли на второй план. Жизненные цели современного студенчества направлены на прагматические и рационалистические ценностные ориентиры.

Нравственное — это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной основы социальной жизнедеятельности человека. Основа нравственного компонента здоровья человека определяется культурой человека, системой ценностей, установок и мотивов поведения индивида в социальной среде [3].

Хорошее самочувствие, духовность и ощущение счастья — это комплексное ощущение. Одно невозможно без другого. Поэтому в основе процессов самооздоровления должно быть духовное самосовершенствование [4].

Н. М. Полетаева сущность здоровья определяет так: «Здоровье — это интегральная целостность человека, которая проявляется в оптимальном единстве социального и биологического аспектов развития индивидуальности в конкретных условиях жизнедеятельности на основе приоритета духовно-нравственных ценностей» [5, с. 23]. В. Н. Ростовцев также подчёркивает значимость духовного компонента здоровья (наряду с генетическим и физическим) [6, с. 96]. Духовность понимается как величина духовно-нравственных понятий в системе ценностных ориентаций личности. Бездуховность означает низкую ценностную значимость духовно-нравственных понятий для личности. Слепота духовная гораздо более опасна, чем слепота физическая. Если человек радостен во всех обстоятельствах, непрерывно отдаёт другим себя, его будут любить все, и он будет счастлив и здоров. Справедливость также является условием здоровья. Она требует от личности никогда не лгать, чтобы защитить себя. Другое качество, необходимое для здоровья, — терпимость. Только проявляя терпение по отношению к другим, можно построить гармонические межличностные отношения, тем самым обрести гармонию с самим собой и миром [2, с. 63].

В структуре здоровья Н. М. Полетаева выделяет восемь взаимосвязанных компонентов: духовно-нравственное, личностное, социальное, интеллектуальное, эмоциональное, репродуктивное, физическое и генетическое. Духовно-нравственный компонент автор рассматривает как системообразующий компонент здоровья, так как духовным развитием человека определяется «его сила духа и иерархия его жизненных ценностей, на основе которых формируется индивидуальная программа жизнедеятельности, потребности в здоровом образе жизни» [5, с. 28]. Необходимо постоянно работать над тем, чтобы нравственные ценности здоровья были приоритетными и незыблемыми для наших студентов.

Личность должна включаться в духовно насыщенные разнообразные виды деятельности на всех этапах её развития в целях освоения имеющегося и приобретения духовного опыта [7].

Анализируя сказанное, можно сделать вывод, что духовно-нравственный компонент является системообразующим компонентом нашего здоровья, которое зависит от удовлетворения духовных потребностей при сохранении свободы личности. Если человек ответственен за свои действия и поступки, решения, если он сохраняет критичность мышления и осуществляет все лично значимые выборы самостоятельно, если у него сохраняется ясность сознания и удовлетворяется потребность в самореализации, то он духовно и душевно здоров. Нравственное здоровье — это особое состояние личности человека, сформированное сознание, которое ориентировано на Истину, Добро и Красоту и реализуется в предметно-целесообразной деятельности и общении.

Здоровый и духовно развитый человек счастлив. Он отлично себя чувствует, получает удовольствие от своей работы, стремится к самосовершенствованию, достигает тем самым неувыдающей молодости духа и внутренней красоты [4].

Показателями нравственного здоровья являются внутренний мир личности, восприятие духовной культуры человечества, образования, науки, искусства, религии, морали, этики. Свобода без ответственности за себя, за свои решения и поступки превращается в иллюзию свободы. Ответственность без свободы выбора превращается в рабство. Положение раба исключает возможность самореализации личности, саморазвития, духовного и социального роста, что наносит огромный вред духовному и душевному здоровью [8, с. 100].

В целях выяснения источника формирования нравственных качеств молодёжи проведено анкетирование 32 студентов факультета педагогики и психологии учреждения образования «Барановичский государственный университет».

Установлено, что у 61,23% студентов нравственные качества формировали родители, у 14,29% — учителя и родители, у 8,16% — религия и книги, у 4,08% — мама, у 6,12% — примеры из жизни, фильмы, СМИ, у 6,12% — родственники, старший брат, друзья. В семье были воспитаны следующие качества: уважение (21,82%), доброта (18,18%), взаимопомощь (12,72%), трудолюбие, честность (10,91%), порядочность, отзывчивость (9,09%), понимание (7,27%), любовь, справедливость, порядочность (5,45%), доброжелательность, благородство, вежливость, воспитанность, целеустремлённость, тактичность, искренность, всё, что позволяет жить и радоваться каждому дню (по 1,82%).

В детском саду были воспитаны: уважение (21,82%), доброта (18,18%), взаимопомощь (12,72%), трудолюбие, честность (10,91%), отзывчивость (9,09%), понимание (7,27%), любовь, справедливость, порядочность (5,45%), доброжелательность, благородство, вежливость, воспитанность, целеустремлённость, тактичность, искренность (2,44%). Были и такие ответы: «Не помню» (4,88%), «Не посещала детский сад» (4,88%). Воздержались от ответа 14,63%.

В школе сформировались следующие нравственные ценности: уважение к старшим (25,00%), взаимопомощь, ответственность (20,83%), честность (16,67%), терпеливость (12,50%), дружелюбие, коллективизм, доброта (8,33%), воспитанность, стремление к знаниям, усидчивость, понимание, трудолюбие, бережное отношение к природе, порядочность, самостоятельность, верность, целеустремлённость, милосердие, сдержанность (4,17%). Дали ответ «ничего» 4,17%, вообще не ответили 8,33% опрошенных.

В университете сформировались: ответственность (45,00%), самостоятельность, взаимопомощь (20,00%), трудолюбие (15,00%), уважение, честность, культура поведения, взаимовыручка, добросовестность, самовоспитание, самосовершенствование (10,00%), терпение, доброжелательность, ответственность, умение жить в коллективе, бескорыстие, целеустремлённость, соблюдение правил морали, любовь к Родине, любовь к родным, помощь ближним (5,00%), ничего не ответили 5,00% студентов.

**Заключение.** Нравственные качества у респондентов формировались в семье, детском саду, школе и продолжают формироваться в университете. В семье сформированы уважение, доброта, взаимопомощь, трудолюбие, честность, порядочность, отзывчивость, понимание, любовь, справедливость, порядочность, доброжелательность, благородство, вежливость, воспитанность, целеустремлённость, тактичность, искренность. В дошкольном возрасте сформированы уважение, доброта, взаимопомощь, трудолюбие, честность, отзывчивость, понимание, любовь, доброжелательность, вежливость, искренность. В школьные годы сформированы следующие нравственные качества: уважение к старшим, взаимопомощь, ответственность, честность, терпеливость, дружелюбие, коллективизм, доброта, воспитанность, стремление к знаниям, усидчивость, понимание, трудолюбие, бережное отношение к природе, порядочность, самостоятельность, верность, целеустремлённость, милосердие, сдержанность. В высшей школе у студентов сформировались ответственность, самостоятельность, взаимопомощь, трудолюбие, уважение, честность, культура поведения, взаимовыручка, добросовестность, самовоспитание, самосовершенствование, терпение, доброжелательность, ответственность, умение жить в коллективе, бескорыстие, целеустремлённость, соблюдение правил морали, любовь к Родине, любовь к родным, помощь ближним.

Стержнем нравственного императива студенчества является духовный, образовательный и культурный капитал. Поэтому перед учреждениями высшего образования, профессорско-преподавательским составом стоит задача сформировать моральную ответственность у студента, подготовить интеллигентного, высокообразованного и всесторонне развитого культурного человека. Также следует воспитать у нынешнего поколения студентов чувство собственного достоинства и социально ответственное отношение к обществу, к себе, другим людям. Необходимо обратить внимание на формирование духовно-нравственных потребностей у студенческой молодёжи. Действительно, без воспитания лучших духовно-нравственных качеств человека дальнейшее развитие общества оказывается невозможным. На студенческую молодёжь возлагается огромная моральная ответственность за будущее страны [6].

#### Список цитируемых источников

1. *Купчинов, Р. И.* Формирование здорового образа жизни студенческой молодёжи : пособие для преподавателей и кураторов сред. спец. и высш. учеб. заведений / Р. И. Купчинов. — Минск : ИВЦ Минфина, 2004. — 211 с.
2. *Осава, Г.* Искусство долголетия / Г. Осава. — М. : Мысль, 1993. — 189 с.
3. *Давиденко, Д. Н.* Здоровье, образ жизни и физическая культура : Физическая культура и здоровый образ жизни / Д. Н. Давиденко. — СПб. : ВИФК : Гос. техн. ун-т, 2001. — С. 20—42.
4. *Добротворская, С. Г.* Ориентация старшеклассников и студентов на здоровый образ жизни / С. Г. Добротворская. — Казань : Казан. ун-т, 2001. — 156 с.
5. *Петровский, А. В.* Краткий психологический словарь / А. В. Петровский ; под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — М. : Политиздат, 1985. — С. 326—327.
6. *Тристен, К. С.* Формирование нравственного здоровья детей средствами литературно-музыкальных мероприятий : практ. пособие для студентов пед. специальностей / К. С. Тристен, Е. Н. Авдей. — Барановичи : РИО БарГУ, 2012. — 120 с.
7. *Духовность человека: педагогика развития* : учеб. пособие / Н. В. Михалкович [и др.] ; под ред. Н. В. Михалковича. — Минск : Тесей, 2006. — 372 с.
8. *Никифоров, Г. С.* Здоровье как системное понятие : учеб. для вузов / Г. С. Никифоров. — СПб. : Питер, 2000. — 453 с.

Материал поступил в редакцию 23.02.2015 г.