

REFERENCES

1. Gorovaya, V.I. and Gulakova, M.V. (2005), *Formation of students' interest to pedagogical activity: monograph*, Serviceschool, Stavropol.
2. Levina, M.M. (2001), *Technologies of professional pedagogical education*, Academy, Moscow.
3. Markova, A.K. (1993), *Psychology of a teacher's work: Teacher's book*, Prosveshение, Moscow.
4. Kharchenko, L.N. (2012), *The teacher of the modern University: competency the competence model (monograph)*, Serviceschool, Stavropol.

Контактная информация: abotasheva@bk.ru

Статья поступила в редакцию 22.11.2015

УДК 159.9

ОРИЕНТАЦИЯ НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ В СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ У СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА

*Николай Алексеевич Зиновьев, старший преподаватель,
Александр Алексеевич Зиновьев, старший преподаватель,
Марат Валерьевич Купреев, доцент,*

*Петр Борисович Святченко, старший преподаватель,
Балтийский государственный технический университет «Военмех» им. Д.Ф. Устинова
(БГТУ «Военмех»), г. Санкт-Петербург*

Аннотация

Результаты исследования свидетельствуют, что параметры ориентации на здоровый образ жизни у студентов технического вуза недостаточно сформированы. При этом наиболее слабо выраженными являются информированность студентов о здоровом образе жизни и уровень их реальной активности в этой сфере. Параметры ориентации на здоровый образ жизни – тесно взаимосвязаны, центральным показателем их структуры является когнитивный компонент (информированность студентов о здоровом образе жизни). Степень ориентации студентов на здоровый образ жизни имеет большое значение в плане эффективности их социальной адаптации. Наибольшее адаптирующее значение со стороны компонентного состава здорового образа жизни имеют практический (активность в сфере здорового образа жизни) и когнитивный (информированность о здоровом образе жизни) компоненты, а со стороны элементного состава – физическая активность, отказ от пагубных для здоровья зависимостей и применение саморегуляции. Полученные данные следует использовать в процессе валеолого-педагогического сопровождения учебного процесса студентов на занятиях физической культурой.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, студенты технического вуза, компоненты, элементы, социальная адаптация.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.11.129.p270-274

ORIENTATION TO THE HEALTHY LIFESTYLE AND ITS VALUE IN SOCIAL ADAPTATION AMONG THE STUDENTS OF TECHNICAL UNIVERSITY

*Nikolay Alekseevich Zinoviev, the senior teacher,
Alexander Alekseevich Zinoviev, the senior teacher,
Marat Valerievich Kupreev, the senior lecturer,
Peter Borisovich Svyatchenko, the senior teacher,*

Baltic State Technical University "VOENMEKH" named after D.F. Ustinov, St. Petersburg

Annotation

The findings suggest that targeting options for the healthy lifestyle among the technical university students have not been insufficiently developed. The poor expressed is the students' knowledge about

healthy lifestyle and the level of real activity in this area. Parameters of focus on the healthy lifestyle are closely linked; the main indicator of their structure is a cognitive component (students' awareness about healthy lifestyle). The degree of orientation of students on the healthy lifestyle is of great importance in terms of the effectiveness of their social adaptation. The largest adapting value from the side of the component composition of the healthy lifestyle are the praxis (active in the field of healthy lifestyles) and cognitive (awareness of the healthy way of life) components and from the elemental composition side – physical activity, the refusal from harmful to the health dependencies and the use of self-regulation. The findings should be used in the process of valeology-pedagogical support of the educational process of students in the physical education.

Keywords: healthy lifestyle, students of technical university, components, elements, social adaptation.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема здорового образа жизни у современной молодежи стоит довольно остро. Отмечается довольно низкий уровень его сформированности у студентов различного профиля – будущих юристов, врачей, педагогов и др. [2, 3, 4]. Но проблема здорового образа жизни студентов, обучающихся в вузах технического профиля, на данный момент оказалась несправедливо обойденной вниманием со стороны исследователей. Однако именно данный контингент студенчества испытывает значительный дефицит валеологических знаний, так как учебная программа технических вузов не включает в себя дисциплин соответствующего профиля. Также неизвестно значение параметров здорового образа жизни в социальной адаптации студентов, хотя в отдельных работах подчеркивается социально-адаптирующая роль соблюдения его принципов [1, 5]. Тем не менее, конкретных данных относительно компонентов здорового образа жизни (их выраженности, структурных взаимосвязей и особенностей влияния на социальную адаптацию) у студентов вузов технического профиля не обнаружено.

МЕТОДИКА

Для изучения выделенных в результате теоретического анализа компонентов ориентации на здоровый образ жизни была разработана батарея анкет. Социальная адаптация изучалась посредством среднего балла академической успеваемости и методики «Социальная фрустрированность» Л.И. Вассермана, который фиксирует степень неудовлетворенности социальными достижениями в основных аспектах жизнедеятельности. В исследовании приняли участие 252 студентов, обучающихся в Национальном минерально-сырьевом университете «Горный» разных курсов обучения, различных специализаций (127 юношей и 125 девушек). Полученные данные были переведены в баллы и подвергнуты математическому анализу.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Установлено, что интегральный показатель ориентации на здоровый образ жизни студентов технического вуза находится на высокой границе среднего уровня выраженности, что свидетельствует о недостаточной степени его сформированности у данного контингента (таблица 1).

Таблица 1

Ориентация на студентов технического вуза на здоровый образ жизни

Компоненты здорового образа жизни	$\bar{X} \pm \sigma$
Когнитивный (информированность о ЗОЖ)	6,71±1,67
Эмоциональный (отношение к ЗОЖ)	7,64±1,26
Мотивационный (потребность в ЗОЖ)	8,29±1,15
Когнитивный (готовность к ЗОЖ)	7,32±1,23
Практический (активность в сфере ЗОЖ)	6,35±1,15
Интегральный показатель ориентации на ЗОЖ	7,26±1,19
Примечание: максимальное значение – 10 баллов.	
Условные обозначения: \bar{X} – среднее арифметическое, σ – стандартная ошибка среднего арифметического.	

Наибольшая выраженность зафиксирована у мотивационного компонента здорового образа жизни студентов, характеризующего их желания и потребности в данной сфере. Однако наименьшая выраженность обнаружена у наиболее значимого практического компонента здорового образа жизни, характеризующего реальное положение дел.

Различия выраженности мотивационного и практического компонентов здорового образа жизни студентов технического вуза достигают достоверного уровня значимости ($t=2,68$; $p\leq 0,01$). В качестве возможной причины рассогласования потребности и активности студентов в отношении здорового образа жизни можно предположить относительно низкий уровень информированности студентов в данной сфере.

Также обнаружены различия практического компонента по отношению ко всем остальным компонентами здорового образа жизни студентов – он на достоверном уровне значимости менее выражен, чем когнитивный ($t=2,14$; $p\leq 0,05$), эмоциональный ($t=2,3$; $p\leq 0,02$) и конативный ($t=1,99$; $p\leq 0,05$) компоненты. То есть, активность студентов технического вуза в сфере здорового образа жизни ниже, чем информированность о нем, эмоциональное отношение к нему и готовность ему следовать.

Также обнаружены достоверные различия выраженности других компонентов. Мотивация ведения здорового образа жизни превышает уровень фактической готовности студентов к нему ($t=2,24$; $p\leq 0,05$) и степень информированности о различных аспектах здорового образа жизни ($t=1,98$; $p\leq 0,05$).

Когнитивный компонент здорового образа жизни оказался менее выраженным по сравнению с эмоциональным ($t=2,29$; $p\leq 0,01$). Это значит, что, при общем позитивном отношении к здоровому образу жизни со стороны студентов, они явно недостаточно информированы о нем.

Как свидетельствуют результаты корреляционного анализа, интегральный показатель ориентации на здоровый образ жизни оказался связан со всеми его компонентами. Различия зафиксированы лишь в степени тесноты этих связей: наиболее тесно – с когнитивным компонентом ($r=0,71$), наименее – с практическим компонентом ($r=0,52$).

Выявлено, что наибольшим «весом» в общей структуре здорового образа жизни студентов обладают когнитивный и конативный элементы (по 3 связи). Следовательно, в процессе формирования здорового образа жизни большое внимание следует уделять именно им. Также весьма существенно значение и мотивационного компонента здорового образа жизни.

В целом, структуре здорового образа жизни студентов технического вуза выглядит следующим образом. Информированность студентов в вопросах здорового образа жизни связана с уровнем мотивации ($r=0,75$) и готовности ($r=0,71$) к соблюдению его принципов. То есть, чем выше валеологическая осведомленность студентов, тем сильнее их потребность в ведении здорового образа жизни и готовность к его практической реализации. Готовность студентов к здоровому образу жизни связана с потребностью в нем ($r=0,63$) и влияет на степень реальной активности в данной сфере ($r=0,64$). Кроме того, чем более студенты информированы в вопросах здорового образа жизни, тем более позитивно они к нему относятся ($r=0,55$).

Согласно полученным данным, уровень социальной адаптации студентов, обучающихся в техническом вузе, можно оценить как средний или средневысокий, и он достаточно тесно связан с оценкой ими своего здоровья ($r=0,80$).

Связи показателей здорового образа жизни студентов, обучающихся в техническом вузе, и различных параметров их социальной адаптации, выявлялись посредством корреляционного анализа. Анализу были подвергнуты связи, достигшие достаточно высокого (с коэффициентами не ниже 0,50) уровня достоверности.

В результате проведенного исследования были проанализированы связи с параметрами социальной адаптации, как компонентов, так и элементов здорового образа жизни.

В целом, получено достаточно много достоверных связей показателей компонентов здорового образа жизни студентов, обучающихся в техническом вузе, и различных параметров удовлетворенности жизнью, отражающих качество их социальной адаптации. Из 110 гипотетически возможных связей выявлено 32, причем на достаточно высоком уровне достоверности. Большая часть связей имеет положительный характер, однако часть из них (треть) является отрицательной.

Успешность обучения на высоком уровне достоверности оказалась связанной с когнитивным ($r=0,78$) и практическим ($r=0,64$) компонентами здорового образа жизни студентов.

Также было выявлено 42 связи показателей элементов здорового образа жизни и социальной адаптации студентов, обучающихся в техническом вузе. Следовательно, они также довольно существенно взаимообуславливают друг друга.

Наиболее существенное влияние на параметры социальной адаптации студентов оказывает такой элемент здорового образа жизни, как физическая активность, с резким «отрывом» от других показателей (10 связей). Несколько меньшее, но, все же, существенное влияние на социальную адаптацию студентов оказывают такие элементы здорового образа жизни, как отказ от пагубных для здоровья зависимостей (8 связей) и саморегуляция (7 связей).

Перечисленные показатели (физическая активность, отказ от пагубных для здоровья зависимостей и саморегуляция) оказались связанными с интегральным показателем удовлетворенности студентов своей жизнью, что показывает их высокое значение в социальной адаптации личности и обосновывает необходимость их отбора в качестве основных «мишеней» (или целей) в процессе валеолого-педагогического сопровождения студентов.

Учебная успеваемость студентов оказалась связанной с физической активностью ($r=0,57$), соблюдением режима ($r=0,54$) и отказом от пагубных для здоровья зависимостей ($r=0,53$). Из показателей социальной адаптации наиболее тесно связанной с различными элементами здорового образа жизни является удовлетворенность студентов своим здоровьем (8 связей), что вполне закономерно. Также отмечается связь таких показателей, как удовлетворенность студентов своим образом жизни в целом и отношениями с родителями (по 4 связи).

ВЫВОДЫ

Таким образом, в сфере здорового образа жизни у студентов технического вуза обнаружено существенное рассогласование между его компонентами, выражающееся в отрыве реальности от ее потенциала. Следовательно, основной задачей специалистов, осуществляющих валеолого-педагогическое сопровождение студентов, будет являться сокращение разрыва между актуальным и потенциальным состоянием здорового образа жизни студентов. Следовательно, учитывая характер связей компонентов здорового образа жизни студентов технического вуза, процесс валеолого-педагогического сопровождения студентов должен строиться на информационной основе.

Установлено, что степень сформированности параметров здорового образа жизни студентов определяет качество их социальной адаптации, причем наибольшее социально-адаптирующее значение имеют практический (активность в ЗОЖ) и когнитивный (информированность о ЗОЖ) его компоненты. Наиболее существенное влияние на параметры социальной адаптации студентов оказывает такой элемент здорового образа жизни, как физическая активность, а также отказ от пагубных для здоровья зависимостей и применение саморегуляции. Полученные данные следует использовать в процессе валеолого-педагогического сопровождения учебного процесса студентов на занятиях физической культурой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента : учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М. : КНОРУС, 2012. – 240 с.
2. Киэлевяйнен, Л.М. Формирование у студентов ценностно-смыслового отношения к здоровому образу жизни в физкультурно-образовательном процессе педагогического вуза : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Киэлевяйнен Л.М. – Тверь, 2012. – 22 с.
3. Малейченко, Е.А. Формирование установок на здоровый образ жизни в профессиональной подготовке студентов-юристов : автореф. дис. ... канд. социол. наук / Малейченко Е.А. – Волгоград, 2007. – 18 с.
4. Салько, С.В. Условия формирования умений здорового образа жизни у студентов медицинского колледжа в индивидуальной и профессиональной деятельности : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Салько С.В. – Новосибирск, 2007. – 20 с.
5. Страхова, И.Б. Здоровый образ жизни как способ интеграции в социум: на примере студентов с ослабленным здоровьем : автореф. дис. ... канд. социол. наук / Страхова И.Б. – Новосибирск, 2005. – 18 с.

REFERENCES

1. Vilenskiy, M.Y. and Gorshkov, A.A. (2012), *Physical culture and healthy lifestyle of the student: textbook*, KNORUS, Moscow.
2. Kielevainen, L.M. (2012), *Formation of students' value-semantic relationship to a healthy lifestyle in sports and educational process of pedagogical University*, dissertation, Tver.
3. Maleichenko, E. A. (2007), *Formation of installations on a healthy lifestyle in the professional training of students*, dissertation, Volgograd.
4. Salko, S.V. (2005), *Conditions of forming of skills of healthy lifestyle among students of medical College in private and professional activities*, dissertation, Novosibirsk.
5. Strakhov, I.B. (2005), *Healthy lifestyle as a way of integration into society: the case of students with weak health*, dissertation, Novosibirsk.

Контактная информация: nik.zinoviev@mail.ru

Статья поступила в редакцию 02.11.2015

УДК 159.99

**АГРЕССИЯ КАК ПРЕДИКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ
ЛИЧНОСТИ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ**

Марина Анатольевна Круглова, кандидат психологических наук, доцент, **Владимир Георгиевич Круглов**, кандидат психологических наук, доцент, **Лада Александровна Верещагина**, кандидат психологических наук, доцент, **Людмила Николаевна Горюнова**, кандидат психологических наук, старший преподаватель, **Виктория Евгеньевна Погребницкая**, старший преподаватель, **Римма Рамилевна Мулюкова**, магистрант,
Санкт-Петербургский государственный университет (СПбГУ)

Аннотация

В статье затрагивается проблема профессиональной деформации сотрудников правоохранительных органов. Приводятся эмпирические результаты относительно взаимосвязи уровня профессиональной деформации и агрессивности личности сотрудников правоохранительных органов. Было выявлено, что профессиональная деформация личности сотрудников правоохранительных органов зависит от: 1) половой принадлежности (мужчины более агрессивны), 2) образования (лица со средне-специальным образованием более подвержены профессиональной деформации личности), 3) вида непосредственных рабочих контактов (сотрудники, взаимодействующие в ходе работы с гражданами и людьми девиантного поведения, обладают более выраженным агрессивным поведением и эмоциональным истощением, чем сотрудники, работающие в отделе информационного обеспечения), 4) отношения сотрудников к реорганизации системы правоохранения (сотрудники, которые указывают нейтральное и негативное влияние изменений, обладают более выраженными профессиональными деформациями), 5) желания сменить профессию (сотрудники РОВД,