

Анализируя такой показатель как нейротизм у врачей, характеризующий нервно-психические процессы, имеем следующую картину. Средний уровень нейротизма характерен для 63,7% респондентов, высокий уровень - 26,7%, низкий уровень - 9,6%. Среди респондентов среднего медицинского персонала наиболее выражен высокий уровень нейротизма который составил 47,6%. В 11,4% случаях наблюдается очень высокий уровень нейротизма, в 27,6% - средний уровень нейротизма, в 13,3 % - низкий уровень нейротизма.

Следовательно, у большинства врачей и среднего медицинского персонала наблюдается эмоциональная неустойчивость, нестабильность нервно-психических процессов.

Заключение. Таким образом, чем больше эмоциональная напряжённость и длительность деловых контактов, тем больше вероятность психической деформации индивидуумов, работающих в системе здравоохранения. В этой связи в целях сохранения потенциалов социально-психологического здоровья у медицинских работников особую актуальность приобретает разработка технологии купирования и профилактики синдрома эмоционального выгорания посредством организации развития, управления межличностными отношениями в трудовом коллективе и повышения коммуникативной культуры.

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ ОРИЕНТАЦИИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

С. П. Сивакова, Г. Д. Смирнова

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

Актуальность. Проблема здоровья и изучение ценностно-смысловой ориентации, взглядов, представлений студентов, влияющих на подготовку будущих специалистов, их реальное поведение и формирование личностно-заинтересованного отношения к своему здоровью, несомненно, превращается в настоящее время в одну из важных составляющих процесса профессионального образования. Особенно ценностно-смысловая ориентация важна для воспитания мотивационного подхода к формированию здоровья у молодежи, получающей медицинское образование, что является необходимым условием успешности их профессиональной социализации и поэтому в их обязанности входит профилактическая работа с населением, включающая, в частности, профилактику девиантных форм поведения молодёжи.

На эмоционально-оценочном уровне в ценностно-смысловой ориентации молодежи выявляются противоречия в ее оценках, а сама система ценностных предпочтений в отношении здоровья является динамичной, внутренне противоречивой, неоднородной. Поэтому изучение в динамике изменений, происходящих в сознании современной молодежи, представляют значительный практический интерес и требуют обоснование

валеологического сопровождения процесса обучения [1].

Цель. В сравнительном аспекте, с использованием социолого-диагностических методов, изучались динамика приоритетов формирования у молодежи активной жизненной позиции в отношении к осознанному выбору жизненных ценностей и факторам, формирующим здоровье, а также причины их трансформации.

Материалы и методы. Методами валеолого-гигиенической диагностики проведена сравнительная аналитическая оценка ценностно-смысловой ориентации у 1514 респондентов (*студентов медицинского университета, учащихся медицинского колледжа и гимназии*). Полученные результаты обрабатывались с использованием пакета прикладных программ.

Результаты. Как показали результаты проведенного исследования, за десять лет увеличились показатели большинства значений ценностно-смысловой ориентации молодых людей. Изучение вопроса о личных качествах, необходимых для достижения успеха в жизни, показало, что 92% молодых людей отдали своё предпочтение целеустремлённости; 80% – профессионализму в своём деле, а 62% – считают, что для достижения успеха необходимо стремление получать больше знаний. Десять лет назад 54,3% респондентов надеялись на удачу, личные способности и помощь влиятельных лиц.

Анализ приоритетов выбора ценностных жизненных ориентаций, показывает, что молодежь отдает предпочтение материальной обеспеченности, образованию, уверенности в себе и своему внешнему виду. Современная молодежь, как и 10 лет назад, на первое место ставит материальную обеспеченность, на второе – любовь и развлечения, на третье – образование и интересную работу. У сверстников 10 лет назад третье место было отведено внешнему виду и уверенности в себе. Работа занимает одну из лидирующих позиций в иерархии ценностных приоритетов молодежи, поскольку именно работа позволяет реализовать свой потенциал, раскрыть свои таланты, а также обеспечить материальный достаток. Как показали данные исследований, число молодых людей, считающих, что работа занимает очень важное место в их жизни, увеличилось с 26,1 % (2005 г.) до 52,9 % (2015 г.).

Мотивы выбора места работы играют важную роль в определении ценностных приоритетов в сфере занятости. В современных условиях молодые люди по-прежнему на первое место в данной иерархии ставят высокую заработную плату, при этом в среднем 47,8% (2005 г., 2015 г.) представителей молодого поколения считают унижительным получать деньги, которые не заработали. Растет число молодых людей, ориентированных на творческую самореализацию, перспективную работу, соответствующую способностям.

Более половины (51,2%) молодых людей не согласны с тем, что работа должна быть на первом месте, даже если остается меньше свободного времени. Досуг – еще одна базовая ценность для нашей молодежи, значимость которой возрастает как своеобразная форма воплощения свободы:

с одной стороны, предоставляет возможность уйти от социальной регламентации, обязанностей и ответственности, с другой – найти нишу для свободной самореализации и самоидентификации. По результатам исследования 2015 г., в свободное время молодежь предпочитает отдыхать (95,6 %), встречаться с приятными людьми (85,3 %), делать то, что хочется (71,2 %), узнавать что-нибудь новое (54,8 %).

К сожалению, в шкале жизненных ценностей, как и раньше, здоровье, как у студентов, так и у школьников и учащихся колледжа занимает только шестое место. Однако многие студенты отметили, что наличие здоровья дает уверенность в себе, способствует самореализации, помогает в решении проблем (табл. 1).

Таблица 1 - динамика жизненных ценностей молодежи.

		беспечная жизнь и материальная обеспеченность	любовь и развлечения	образование и интересная работа	семья и счастье других	красота и уверенность в себе	здоровье	дружба	познание, развитие и творчество
2015 год	студенты медицинского университета	93,5 ±0,03	89,5 ±0,04	84,3 ±0,06	79,2 ±0,01	57,8 ±0,01	54,1 ±0,09	44,6 ±0,01	33,1 ±0,01
	учащиеся гимназии и медицинского колледжа	91,4 ± 0,04	89,9 ±0,05	88,1 ±0,03	89,2 ±0,04	78,5 ±0,08	46,9 ±0,04	45,1 ±0,02	44,3 ±0,07
2005 год	студенты медицинского университета	83,7 ±0,03	76,5 ±0,05	54,3 ±0,06	66,5 ±0,03	77,9 ±0,01	58,3 ±0,07	54,1 ±0,08	33,1 ±0,04
	учащиеся гимназии и медицинского колледжа	88,1 ± 0,01	73,6 ±0,07	57,3 ±0,09	69,9 ±0,07	78,1 ±0,08	55,1 ±0,02	44,3 ±0,07	54,1 ±0,01

Среди ближайших планов на будущее у четверти респондентов остается образование, а всего 10 лет назад приоритетом было создание семьи. В настоящее время только 12,4% молодых людей планируют сделать это в ближайшие год - два. Хотели бы, чтобы будущая семья была похожа на родительскую только 24,6% респондентов, хотя 76,9% постоянно беседует об этом со своими друзьями.

Оптимальным возрастом для вступления в брак молодежь считает возраст от 19 до 20 лет. Разница возраста в браке должна составлять не более 5 лет. Многие респонденты считают, что брак - это союз на всю жизнь. Тем не менее, большинство представителей молодого поколения (38,5 % в 2005 г., 75,8 % в 2015 г.) толерантно относятся к тому, что два человека живут вместе,

не состоя в официальном браке, хотя религиозное обоснование брака необходимо для 86% молодежи.

Оценивая участие мужчины и женщины в организации семейной жизни, большинство отмечает женский приоритет, при этом основной трудностью в семейной жизни для них является психическая и эмоциональная совместимость. Однако, за последние 10 лет значимость материального благополучия возросла: в 2015 году для 87,6% респондентов стал важным высокий уровень дохода, обеспеченность хорошим жильем и проживание отдельно от родственников (соответственно в 2005 году – для 45,6%). При этом большинство молодых людей (71,7 % в 2005 г., 93,1 % в 2015 г.) считают, что оба супруга должны вносить материальный вклад в домашнее хозяйство.

Оптимальным для всех респондентов в браке иметь двух детей считают 56,7%. Десять лет назад этот процент был выше (77,4%), зато трое и более детей хотят иметь уже 15,8% (для сравнения десять лет назад только 2,6%). При этом 96,5% считают, что их появление необходимо планировать.

Проблематическим моментом семейной культуры студентов является определенная противоречивость между идеальным образом семьи и реальными ценностно-смысловыми ориентациями студентов. Анализ данных, полученных при проведении теста Айзенка, показал, что средние статистические показатели тревожности десять лет назад были выше, а показатели общительности ниже (табл. 2):

Таблица 2 - динамика показателей тревожности и общительности.

		тревожность M±m	общительность M±m
2015год	студенты медицинского университета	16,6 ± 0,05	18,5 ± 0,01
	учащиеся гимназии и медицинского колледжа	16,2 ± 0,02	17,3 ± 0,03
2005 год	студенты медицинского университета	17,3 ± 0,07	15,4 ± 0,06
	учащиеся гимназии и медицинского колледжа	17,1 ± 0,02	15,2 ± 0,03

Знания по вопросам взаимоотношений в семейной жизни современная молодежь в основном получает из средств массовой информации (99,1%), от родителей (77,5%). На обсуждение этой проблемы с друзьями указали 36,6% молодых людей. В проведении специальных занятий перед созданием семьи нуждаются 87,8% респондентов.

Выводы: В современном обществе процесс социализации молодежи осложняется трудностями, которые возникают вследствие переоценки традиций, норм и ценностей. Полученные данные свидетельствуют об определенных нравственных изменениях в выборе ценностной ориентации студентами. Преобладание позитивной ценностно-смысловой ориентации у студентов, показывает, что часто они воспринимаются в эмоциональном аспекте и рассматриваются как внутренний компонент, представляющий их

взгляд на жизнь.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о необходимости непрерывного валеолого-гигиенического образования в медицинском университете, где акценты должны быть сделаны на фундаментализацию его содержания и формирования у будущих врачей специалистов методологической культуры и творческого овладения методами диагностики здоровья и профилактики для применения их в практической деятельности.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ СТАРЕНИЯ

Н. С. Слободская

УО «Гродненский государственный медицинский университет»

В 21 веке во всем мире отмечается интенсивное старение населения. В Республике Беларусь доля лиц старше 65 лет приближается к 15%. На фоне низкой рождаемости и увеличения средней продолжительности жизни ее население будет продолжать стареть. Более половины пациентов, обращающихся за медицинской помощью, составляют лица пожилого и старческого возраста. Под явлением старения понимаются все морфологические, биохимические, функциональные и психические изменения, возникающие в результате влияния времени на организм. На каждом этапе онтогенеза в связи с конкретными особенностями адаптационных возможностей организма создаются свои предпосылки к развитию какой-либо возрастной патологии. К старости болезни накапливаются, приобретают возрастные особенности течения и из-за снижения приспособительных возможностей становятся причиной гибели организма. Старение создает основу для неизбежного развития болезней, в связи с этим можно сказать, что старость - переплетение физиологического и патологического. Старение характеризуется сочетанием нескольких заболеваний, имеющих хроническое течение и плохо поддающихся лечению. Существует неразрывная связь старения и болезней, не означающая их тождества. Типичными для позднего возраста являются заболевания, связанные с изменениями органов в результате старения, а также присоединяющимися дегенеративными процессами под влиянием различных факторов внешней среды. К наиболее частым заболеваниям пожилых и старых людей относятся заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, онкологические заболевания. Самым неприятным последствием имеющихся заболеваний является развитие старческой немощи, при которой постоянно требуется посторонняя опека и помощь.

Однако, наряду со старением в организме действует процесс витаукта, который стабилизирует жизнедеятельность организма, повышает его надежность, направлен на предупреждение повреждения живых систем с возрастом и увеличение продолжительности жизни. Это обосновывает поиск оптимального образа жизни, экологических условий, замедляющих темпы