

Секция «Психология»

**Базовые жизненные ценности в определении самооценки здоровья студентов**

*Асанова Наталья Владимировна*

*Новосибирский государственный технический университет , гуманитарного образования, Новосибирск, Россия  
E-mail: sozvezdie-3s@yandex.ru*

В настоящее время существует парадоксальный характер отношения современного человека к здоровью: несоответствие между потребностью обладать хорошим здоровьем и теми усилиями, которые человек предпринимает для сохранения и укрепления своего физического и психологического благополучия. Очень часто здоровье воспринимается людьми как нечто безусловно данное или само разумеющееся, потребность в котором хотя и осознается, но ощущается лишь в ситуации дефицита. Иными словами, при полном физическом, психическом и социальном благополучии потребность в здоровье как бы не замечается человеком, приобретая характер актуальной жизненной необходимости в случае его потери или по мере утраты. Высокая значимость здоровья в системе жизненных ценностей студентов определяется тем, что, будучи качественной характеристикой личности, оно способствует достижению многих целей и различных потребностей человека (А.Г. Гасанов, В.В. Гребнева, Е.А. Малейченко). Б.С. Братусь описывает концепцию психического здоровья, в которой различаются три уровня: психофизиологический, индивидуально-исполнительский и личностный. Задача последнего уровня состоит в строительстве системы смысловой ориентировки в мире, стержнем которой является общий смысл жизни, неуничтожимый фактор физической смерти. По словам Н.В. Козлова психологическая безопасность личности и безопасность среды неотделимы друг от друга и находятся во взаимодействии. При этом психологическая безопасность выступает важным индикатором качества психического и личностного развития. Целью настоящего исследования стало изучение соотношения основных жизненных ценностей и самооценки состояния здоровья на студенческой выборке.

Для определения значения жизненных ценностей мы использовали опросник Шварца[2]. Для самооценки здоровья (СОЗ) использовали опросник, предложенный для определения компонентов биологического возраста [1]. В ходе анализа предиктором СОЗ у молодых людей становился вклад ценности «безопасности» (мир на Земле, национальная безопасность). Также была получена обратная связь, указывающая на то, что большему количеству симптомов нарушения здоровья соответствует меньшая субъективная значимость ценности «безопасность». Среди интегральных ценностей первые места в иерархии занимают «доброта», «достижение» и «самостоятельность», а последние – «конформность» и «власть». Разделив на группы молодых людей, отличающихся самооценкой своего здоровья, были выделены различия в профиле жизненных ценностей. Первая группа - считающая свое здоровье хорошим; промежуточная и группа с СОЗ более 15 баллов. Post-hoc анализ этого взаимодействия с использованием критерия Фишера показал, что первая группа отличается от третьей достоверно большими значениями по шкалам «власть» и «безопасность» (соответственно,  $p < 0,03$  и  $0,0002$ ). Сопоставляя эти результаты с выделенными моделями описания здоровья в младшей

группе, с одной стороны мы подтвердили, что ценности «власть» и «безопасность» являются информативными предикторами самооценки здоровья у молодых людей, и отрицание этих ценностей сопряжено с появлением симптомов ухудшения здоровья.

Таким образом, знания об индивидуально значимых жизненных ценностях дают возможность для целенаправленной разработки методов профилактики здоровья.

### **Литература**

1. Войтенко В.П., Токарь А.В., Полюхов А.М. Методика определения биологического возраста человека// Геронтология и гериатрия. Биологический возраст, наследственность и старение. Киев, 1984.132-138с.
2. Карандашев В. Н. Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. СПб.: Речь, 2004.70 с.
3. Разумникова О.М. Основы социальной медицины: учебное пособие. Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2006. 182с.