

УДК 378.661+613:614.254.3

## ВОСПИТАНИЕ ЦЕННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ БУДУЩИХ ВРАЧЕЙ СЕМЕЙНОЙ МЕДИЦИНЫ

Скринник Е.А.

*ВГУЗУ «Украинская медицинская стоматологическая академия», Полтава, Украина (36024, Полтава, ул. Шевченка, 23), jessiasorokina@mail.ru*

Проведен анализ публикаций, посвященных проблемам профессиональной подготовки семейных врачей. Рассмотрены вопросы воспитания ценностей здорового образа жизни будущих врачей семейной медицины как образовательно-квалификационной проблемы. Раскрыто содержание понятий «превентивная медицина», «медицинская валеология», «здоровье», «здоровый образ жизни». Определена роль семейного врача в жизни семьи. Установлена связь между уровнем духовно-нравственного воспитания будущего семейного врача и его профессиональной деятельностью. Проведена характеристика культуры личности семейного врача и определено значение духовности, здоровья человека с позиции православного христианства. Проблема здорового образа жизни рассмотрена с точки зрения аксиологии. Обоснована роль физического воспитания как основы физического здоровья личности. Указаны основные аспекты в воспитании ценностей здорового образа жизни будущих семейных врачей.

Ключевые слова: ценности здорового образа жизни, ценность здоровья личности, семейный врач.

## EDUCATION OF VALUES OF HEALTHY LIFESTYLE FUTURE FAMILY DOCTORS

Skrinnik E.A.

*HSEIU «Ukrainian Medical Stomatological Academy», Poltava, Ukraine (36024, Poltava, Shevchenko str., 23), jessiasorokina@mail.ru*

The analysis of publications of the family doctors devoted to problems of vocational training is carried out. Questions of education of values of a healthy lifestyle of future doctors of family medicine as educational and qualification problem are considered. The content of the concepts «preventive medicine», «medical valueology», «health», «healthy lifestyle» is opened. The role of the family doctor in family life is defined. Connection between the level of spiritual and moral education of the budushchy family doctor and his professional activity is established. The characteristic of culture of the identity of the family doctor is carried out and value of spirituality, health of the person from a position of orthodox Christianity is defined. The problem of a healthy lifestyle is considered from the point of view of an axiology. The role of physical training as to a basis of physical health of the personality is proved. The main aspects in education of values of a healthy lifestyle of future family doctors are specified.

Keywords: values of healthy lifestyle, value of health of personality, family doctor.

В настоящее время профессиональная подготовка квалифицированных кадров является актуальной проблемой. В частности, большое внимание заслуживает проблема подготовки будущих врачей семейной медицины как специалистов, которые играют важную роль в развитии общества. Семейного врача признают специалистом медицинской отрасли, способным влиять на состояние здоровья населения.

Таким образом, определим, что семейная медицина – это наука о состоянии здоровья отдельного человека и его семьи, влиянии семьи на формирование, сохранение, укрепление и восстановление здоровья каждого ее члена через реализацию комплекса валеологических, профилактических, диагностических и лечебно-реабилитационных мероприятий по первичной медико-санитарной помощи [13].

В условиях реформирования здравоохранения деятельность всех медицинских вузов и учреждений последипломного образования ориентирована на повышение эффективности додипломной и последипломной подготовки семейных врачей высокой квалификации. Опыт подготовки семейных врачей на дипломном и последипломном этапах обсуждается в значительном количестве работ, в которых отмечается, что семейный врач должен быть квалифицированным врачом-универсалом, умеющим оперировать теоретическими знаниями и практическими навыками диагностики по всем разделам медицины, а также способным оказывать первую медицинскую помощь и лечение, обеспечивать профилактику, кроме того, должен быть советчиком, консультантом, «адвокатом семьи», интегратором проблем пациентов, посредником между всеми специалистами и больным [7, с. 3].

Анализ публикаций показал, что проблема профессиональной подготовки семейных врачей рассматривалась в работах В. Ждана, Б. Лемишко, Е. Поповой, Л. Гурина, В. Гощинского, С. Бутвина, И. Боровика, М. Банчук, Т. Бахтеевой, В. Волосовец, А. Гирина, В. Лазоришинца, В. Лехан, Н. Михайловской, В. Сиволап и других отечественных и зарубежных исследователей [8; 13; 1; 4; 2; 7]. Однако, вопросы духовно-нравственного воспитания будущих семейных врачей, в частности, формирование ценности здоровья личности и ценностей здорового образа жизни, изучены недостаточно.

Врач должен обладать высокими моральными качествами, устойчивой системой ценностей, развивать принципы гуманизма, деонтологии. Уровень организации учебно-воспитательного процесса имеет важное значение в формировании морального облика будущего врача семейной медицины. Поэтому, наряду с проблемами совершенствования подготовки по специальным дисциплинам и практике, должна стоять задача повышения уровня духовно-нравственного воспитания, в частности воспитания ценностей здорового образа жизни. Главным условием решения этого вопроса является углубление знаний по педагогической этике преподавателей вузов. В свою очередь, педагогическая этика обращает особое внимание на специфику индивидуального сознания преподавателя, так как он принимает основное участие в процессе формирования личности будущего семейного врача. Этот процесс преподаватель должен осуществлять постоянно, индивидуально, личным примером, общением в урочное и внеурочное время.

Б.Б. Лемишко в своих исследованиях отмечает, что на этапах подготовки будущих семейных врачей недостаточное внимания уделяется превентивной медицине, медицинской валеологии и практике применения профилактических технологий в здравоохранении [13].

Отметим, что превентивная медицина – это система научных знаний и практических действий, направленных на обеспечение высокого уровня здоровья отдельных людей и социальных групп (общества) и первичную профилактику заболеваний [11, с. 120].

Медицинская валеология – это наука и практическая деятельность, имеющие целью формирование, сохранение и укрепление здоровья здоровых людей. Основной задачей медицинской валеологии является реализация принципов здорового образа жизни [11, с. 121].

В наше время наблюдается стремительный процесс девальвации семейных духовно-нравственных ценностей. Ценности в жизни человека выступают своеобразным ориентиром, непосредственно влияют на формирование характера, принципов, привычек, становятся, так называемым «регулятором» поступков. Поэтому воспитание семейных духовно-нравственных ценностей, одними из которых является здоровье личности и здоровый образ жизни, чрезвычайно актуальная проблема, требующая значительного внимания, ведь именно они становятся приоритетными в процессе формирования личности будущего семейного врача и общества в целом.

Здоровье – это одна из главных ценностей человека, определяет возможность для реализации всех его стремлений, как личных, так и социальных. Здоровье – это не только отсутствие болезни. Мировая наука разработала целостный взгляд на здоровье как феномен, интегрирующий по крайней мере четыре его составляющие – физическую, психическую (умственную), социальную (общественную) и духовную. Все эти составляющие неотъемлемы друг от друга, они тесно взаимосвязаны и только в совокупности определяют состояние здоровья человека, то есть, понятие здоровья человека не сводится только к физическому состоянию, а предполагает психоэмоциональную уравновешенность, духовное и социальное здоровья [9, с. 81].

В процессе формирования индивидуального сознания ценность феномена здоровья заключается в том, что оно является объектом интересов человека и выполняет роль ориентира в предметной и социальной действительности. Здоровье как ценность индивидуального сознания выполняет роль целеполагательной основы практических отношений относительно ее деятельности и окружающей среды. В процессе формирования общественного сознания ценность здоровья может выступать как идеальная ценность здорового образа жизни [6, с. 60]. Реальной формой осуществления этой ценности выступает жизнедеятельность общества, в частности будущего семейного врача. Исходя из этого, потребность в здоровье как потребность в самоактуализации должна быть направлена на мотивационную сферу личности будущего семейного врача и атрибуты здоровья как отражение образа жизни.

Уровень развития культуры здоровья и здорового образа жизни обуславливает формирование у будущих семейных врачей определенной системы ценностных ориентаций, которые находятся в определенной иерархической структуре, что, в свою очередь,

осуществляет регулятивную функцию в жизнедеятельности человека. Одной из главных составляющих характеристик культуры личности семейного врача является духовность, определяющая высокий уровень развития его внутренней сущности. Духовность – это высшая степень эмоционально-нравственного развития человека, гармоничный синтез его идеалов с общечеловеческими ценностями и высоконравственными поступками, в основе которых лежат потребность служить людям и добру, постоянное стремление к самосовершенствованию [6, с. 61].

Православная церковь издревле определяла высокую ценность не только в духовном, но и в телесном здоровье человека. Христианство утверждает, что телесное здоровье не самодостаточно, а выступает одной из составляющих человеческого бытия. Одновременно церковь отмечает необходимость поддержания здоровья личности посредством профилактических мероприятий, в частности занятиям физической культурой и спортом. В XX в. архиепископ Лука Крымский (Войно-Ясинецкий) в своей книге «Дух, душа и тело», указывает на подобное понимание сущности человека, считает, что природа человека содержит три составляющие: наличие духовного, душевного и телесного. Святитель Лука, один из самых почитаемых святых на нашей земле, был не только верным исповедником, добрым пастырем Церкви Христовой, но и талантливым хирургом. Он стал образцом сочетания служения архипастыря и врача, исцеляя как душевные болезни, так и телесные [3].

Православное мировоззрение трактует ценность здоровья как Божий дар, который необходимо беречь и поддерживать, рассматривает как вспомогательный фактор в нелегком процессе спасения души каждого человека [12].

Семейный врач должен стать образцом, достойным примером для подражания, эталоном здорового образа жизни для всех окружающих, в частности для своих пациентов. Рассматривая этот вопрос, уместно вспомнить мудрое изречение: «Хочешь изменить мир – начни с себя». Так как семейный врач становится для семьи своеобразным авторитетом по вопросам связанными со здоровьем, поэтому важно, чтобы у него была сформирована устойчивая система ценностей. Утверждая или изменяя в положительном направлении свой образ жизни семейный врач бесспорно способен повлиять на окружение.

Будущие семейные врачи должны осознать, что не смогут войти в доверие пациентов теоретически доводя о негативном влиянии вредных привычек, важную роль здорового образа жизни, внедрение в жизнь семьи здоровьесберегающих технологий и собственным примером противореча своим словам. Поэтому воспитание высокого уровня духовно-нравственной культуры, устойчивых ценностей здорового образа жизни становится насущной необходимостью и условием коррекции учебно-воспитательного процесса, реформирования современной системы образования в целом.

Согласно исследованиям, состояние самой системы здравоохранения обуславливает в среднем лишь около 10% всех воздействий. Остальные 90% приходится на экологию (около 20%), наследственность (около 20%), и больше всего – на условия и образ жизни (около 50%) [9, с. 81].

Здоровья необходимо рассматривать в органическом единстве процесса сохранения и развития психофизиологических функций, работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни, которая зависит от многих факторов, в том числе от образа жизни.

Понятие «здоровый образ жизни» – это концентрированное выражение взаимосвязи образа жизни и здоровья человека. Здоровый образ жизни объединяет все то, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях. Здоровый образ жизни является показателем культуры. Приоритетными для самовосприятия на пути к здоровому образу жизни являются определения соответствующие жизненным целям.

Древнегреческий философ Демокрит высказал мнение о том, что существуют не только болезни тела, но и болезни образа жизни. Известно, что довольно часто у молодежи возникает страсть к вредным привычкам, в частности употребление тонизирующих и алкогольных напитков в основном от духовной скуки, безделья, общественной пассивности. Поэтому смысл одной из главных задач духовно-нравственного воспитания будущих семейных врачей заключается в том, чтобы как можно раньше сформировать четкие жизненные интересы, увлечение учебой, культурными ценностями, общественной работой, поддерживать стремление к творчеству, занятие спортом и др. И, в этом смысле, много зависит от организации учебно-воспитательного процесса, взаимодействия преподавателя высшей школы и студента.

Воспитание ценностей здорового образа жизни будущих семейных врачей положительно влияет на результаты учебно-познавательной деятельности, так как студенты-медики обязаны усвоить достаточно большой объем информации. Важную роль в учебно-воспитательном процессе подготовки будущих семейных врачей играют занятия по физическому воспитанию, которые являются одним из главных средств в формировании ценностей здорового образа жизни, ориентированные на улучшение психофизического состояния студентов и профилактике гиподинамии.

Последователи П. Лесгафта – основателя научно-обоснованного метода физического воспитания, считают, что пренебрежение здоровым образом жизни является причиной снижения активного долголетия, сокращения средней продолжительности жизни, «омоложения» заболеваний, особенно сердечно-сосудистых, выявления признаков

атеросклероза, гипертонии у молодежи, сочетающиеся с заболеваниями различных систем; распространения метаболического синдрома и ожирения; злоупотребление алкоголем, отсутствие ориентации на здоровое питание [10, с. 88].

Физическую деградацию и гиподинамию можно преодолеть только при условии выполнения ежедневных упражнений физической культуры и соблюдения правил здорового образа жизни.

Основой физического здоровья является физическое воспитание, направленное на укрепление и поддержание здоровья, развитие и совершенствование физических качеств и возможностей человека.

Опыт развитых европейских стран свидетельствует о ренессансе идеи физического воспитания в подготовке квалифицированных кадров. В нашей стране существует высокая потребность в развитии физического воспитания в системе современного высшего образования, основу которого составляет оздоровительное физическая тренировка, то есть система специально организованных форм мышечной деятельности в направлении достижения такого уровня физического состояния, который обуславливает оптимальную физическую и умственную работоспособность, стабильное здоровье и эмоциональное состояние студенческой молодежи.

Физическое воспитание – это физическое совершенство и активное долголетие, которые ведут к омоложению нации. Для достижения конечной цели используются нагрузки, не превышающие функциональные возможности организма, но достаточно интенсивные, чтобы вызвать тренировочный эффект. Максимальный оздоровительный эффект наблюдается при использовании физических упражнений, рационально сбалансированные по направлению, мощности и объемам, в соответствии с индивидуальными возможностями студентов [5].

Таким образом, процесс воспитания ценностей здорового образа жизни должен включать занятия физической культурой (выполнение общеразвивающих упражнений, участие в спортивных секциях, соревнованиях), тематические воспитательные мероприятия, лекции о негативном влиянии вредных привычек, использования опыта этнопедагогики и педагогической этики, углубленное изучение превентивной медицины и медицинской валеологии, применение инновационных здоровьесберегающих и профилактических технологий.

Здоровый образ жизни, суть которого заключается в достижении необходимого уровня психофизического состояния, обуславливает высокую работоспособность и крепкое здоровье будущих семейных врачей на основе повышения психофизиологических

возможностей организма – ведущего фактора общего оздоровления, противостояния стрессу и патогенным факторам окружающей среды.

Итак, определим основные аспекты в воспитании ценностей здорового образа жизни будущих семейных врачей:

1. Улучшение психофизического состояния студентов-медиков в процессе обучения, способствующее эффективному усвоению знаний, умений и навыков.

2. Формирование достойного примера для окружающих и пациентов в частности, ведь семейный врач должен быть эталоном здорового образа жизни, образцом для подражания всей семьи.

Проблема воспитания ценностей здорового образа жизни будущих семейных врачей нуждается в дальнейшем изучении и совершенствовании.

### Список литературы

1. Бахтеева Т.Д. Реформирование системы здравоохранения и медицинского образования / Т. Д. Бахтеева // Проблемы современной медицинской науки и образования. - 2010. - №1. - С. 4-8.
2. Высшее медицинское образование Украины на современном этапе / В.В. Лазоришинец, М.В. Банчук, А.П. Волосовец [и соавт.] // Проблемы современной медицинской науки и образования. - 2008. - №2. - С. 5-10.
3. Войно-Ясинецкий (Архиепископ Лука). Дух, душа и тело / Войно-Ясинецкий. - М: Дарь, 2005. - 320 с.
4. Гирина А.Н. Целесообразность реформирования амбулаторно-поликлинической системы и перехода к практике семейного обслуживания населения / А. Н. Гирина, В. А. Сирьк, Н. М. Воробей, Т. И. Калюжная // Семейная медицина. - 2010. - №3. - С. 10-15.
5. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://textreferat.com.ua/referat2.php?id=460&p=0>
6. Здоровье как ценность человека и составляющая культуры [Электронный ресурс] / Ю. С. Хоменко // Философия. Грани. - 2011. - № 4 (78). - С. 60-62. - Режим доступа: [http://archive.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Grani/2011\\_4/15.pdf](http://archive.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Grani/2011_4/15.pdf)
7. Лехан В.М. Стратегия развития системы здравоохранения: Украинское измерение / В.Н. Лехан, Г.А. Слабый, М.В. Шевченко. - К., 2009. - С. 3.
8. Организация последиplomного поэтапного образования семейных врачей - новые методические подходы / В. Н. Ждан, Е. Ф. Попова, Л. И. Гурина [и др.] // Семейная медицина. - 2004. - № 3. - С. 54

9. Сорокина С. И., Тесленко А. И., Сорокина Е. А. Роль преподавателя в формировании здорового образа жизни студентов-медиков: материалы Всеукр. учеб. конф. [«Формирование здорового образа жизни студентов-медиков средствами образования»]. - Полтава, 2011. - С.81-82.
10. Сорокина С. И., Тесленко А. И., Сорокина Е. А. Формирование здорового образа жизни студентов-медиков с помощью отдельных инновационных образовательных технологий: материалы Всеукр. навч.- метод. конф. [«Формирование здорового образа жизни студентов-медиков средствами образования»]. - Полтава, 2011. - С.88-89.
11. Скляр Е. Я., Мартынюк И. А., Лемишко Б. Б., Санология и валеология - две равнозначные области медицины // Практическая медицина. - 2003. - № 5. - С. 120-122.
12. Социальная концепция Русской Православной Церкви. - М.: Даниловский благовестник, 2001. - 192 с.
13. Управление подготовкой специалистов семейной медицины [Электронный ресурс] / Б. Лемишко // Научный вестник. - 2009. - Вып. 3. Режим доступа:  
[http://www.lvivacademy.com/visnik3/fail/+Lemishko\\_B.pdf](http://www.lvivacademy.com/visnik3/fail/+Lemishko_B.pdf)

**Рецензенты:**

Кравченко Л.Н., д.п.н., профессор, зав. кафедрой культурологии и методики преподавания культурологических дисциплин, проректор по научной работе, Полтавский национальный педагогический университет имени В.Г. Короленко, г. Полтава.

Онишко В.В., д.п.н., профессор, зав. кафедрой ботаники и методики преподавания биологии, Полтавский национальный педагогический университет имени В.Г. Короленко, г. Полтава.