

## ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ У СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ ПРИМОРСКОГО КРАЯ

<sup>1</sup>Корнилова Д.С., <sup>1</sup>Петрова Ю.И., <sup>1</sup>Асриян О.Б., <sup>1</sup>Черемискина И.И.

<sup>1</sup>ГБОУ ВПО «Тихоокеанский государственный медицинский университет» Минздрава России, Владивосток, Россия (690002, Владивосток, проспект Острякова, д.2), e-mail: mail@vgmu.ru

В данной статье представлены результаты исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции Приморского края. Актуальность исследования обусловлена возрастающим вниманием к психологической составляющей здоровья специалистов, работающих в особых условиях труда. Дело в том, что ценностное отношение к своему здоровью предопределяет активность субъекта, в том числе трудовой деятельности, по его сохранению. Результаты исследования позволяют сказать о положительном отношении к своему здоровью сотрудников полиции Приморского края, однако, уровень мотивации на поддержание здоровья – низкий. Таким образом, можно говорить о необходимости профилактических и дополнительных активных психологических мероприятий по формированию мотивационного компонента отношения к здоровью в целях оптимизации рабочего функционального состояния сотрудников полиции.

Ключевые слова: отношение к здоровью, когнитивный компонент, мотивационный компонент, эмоциональный компонент, сотрудники полиции.

## ATTITUDE TOWARDS HEALTH OF POLICE OFFICERS OF PRIMORSKY KRAI

<sup>1</sup>Kornilova D.S., <sup>1</sup>Petrova J.I. <sup>1</sup>Asriyan O.B., <sup>1</sup>Cheremiskina I.I.

<sup>1</sup>Pacific State Medical University, Vladivostok, Russia (690002, Vladivostok, Prospect Ostryakova, 2), e-mail: mail@vgmu.ru

This article presents the results of research of the attitude towards health at police officers of Primorsky Krai. Relevance of research is caused by the increasing attention to a psychological component of health of the experts working in special working conditions. The matter is that the valuable attitude towards health predetermines activity of the subject, including work on his preservation. Results of research allow to tell about the positive attitude towards their health of police officers of Primorsky Krai, however, motivation level on maintenance of health is low. Thus, it is possible to talk about the need of preventive and additional active psychological actions for forming motivational component of the attitude towards health in order to optimize working functional condition of police officers.

Keywords: attitude to health, cognitive component, motivational component, emotional component, police officers.

Актуальность исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции обусловлена крайней напряженностью их профессиональной деятельности, частыми чрезвычайными происшествиями ее сопровождающими, что, несомненно, сказывается на состоянии их физического и психического здоровья.

### Материал и методы

В исследовании приняли участие 15 сотрудников полиции г. Партизанска Приморского края ДФО; 9 мужчин в возрасте от 24 до 47 лет и 6 женщин в возрасте от 20 до 33 лет.

Методическое обеспечение исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции Приморского края: 1) «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской 2) «Ценностные ориентации» М. Рокича. При обработке результатов исследования применялся качественный анализ и содержательная интерпретация результатов.

По мнению В.Н. Мясищева, «отношение личности – это активная сознательная, интегральная, избирательная, основанная на опыте связь личности с различными сторонами действительности» [6, С. 95]. Отношения личности формируются под влиянием общественных отношений, которыми личность связана с окружающим миром в целом и обществом, в частности. Вслед за В.Н. Мясищевым в структуре отношения принято различать три компонента: познавательный (когнитивный, оценочный), волевой (мотивационный, конативный, поведенческий) и эмоциональный. Эмоциональный компонент формирует эмоциональное отношение к объектам среды, людям и самому себе. Волевой - помогает осуществлению выбора стратегий и тактик поведения личности по отношению к значимым для нее объектам среды, людей и самому себе. Познавательный компонент способствует восприятию и оценке объектов среды, людей и самого себя.

Различают положительные и отрицательные отношения с эмоциональной и рациональной оценки. Эмоциональная сторона выражается посредством привязанности, любви, симпатии и противоположных по знаку чувств – неприязни, вражды, антипатии. Волевая сторона отношений выражается через потребности. Потребность, указывая на предмет, дает косвенное указание на способ достижения этого предмета. Познавательная сторона проявляется в принятых личностью моральных ценностях, выработанных убеждениях, вкусах, склонностях, идеалах [6].

Рассмотрим подробнее понятие «отношения к здоровью».

И.В. Журавлева понимает отношение к здоровью как «индивидуальные избирательные связи личности с разными явлениями окружающей действительности, способствующие или угрожающие здоровью людей, а так же оценку человеком своего физического и психического состояния» [3, С. 12]. Трехкомпонентная структура характерна и для отношения к здоровью.

Когнитивный компонент отражает знания человека о своем здоровье, понимание роли здоровья в жизнедеятельности, знание негативных или позитивных факторов, оказывающих влияние на здоровье человека и т.п.

Мотивационный компонент указывает на место здоровья в индивидуальной иерархии ценностей человека, мотивацию в области ЗОЖ, поведение в сфере здоровья, приверженность человека к ЗОЖ, поведение при заболеваниях.

Эмоциональная составляющая – это переживания и чувства человека, по поводу состояния своего здоровья и вследствие ухудшения самочувствия человека.

Отношение к здоровью может быть адекватным или неадекватным. Критериями степени адекватности/неадекватности могут служить: на когнитивном уровне – осведомленность и компетентность человека в области здоровья, знание основных факторов

риска/антириска, понимание роли здоровья в жизнедеятельности человека; на мотивационном уровне – высокая значимость здоровья в индивидуальной иерархии ценностей, сформированность мотивации на сохранение и укрепление здоровья, степень соответствия действий и поступков человека условиям ЗОЖ; на эмоциональном уровне – степень тревожности, умение наслаждаться и радоваться здоровью.

В последнее время интерес исследователей в области изучения отношения к здоровью представителей вредных и опасных профессий значительно возрос. Например, Р.А. Березовская трактует отношение менеджеров к своему здоровью как фактор эффективности профессиональной деятельности. Результаты ее исследования показывают, что управленцы пассивно и безответственно относятся к своему здоровью. Менеджеры начинают заботиться о своем здоровье только, когда оно начинает ухудшаться [2].

Позже Р.А. Березовская развивает идею ценностного отношения к здоровью. Она считает, что «основным механизмом развития ценностного отношения к здоровью является активная самостоятельная деятельность субъекта по разрешению противоречия между осознанием ценности здоровья и реальным поведением: важную роль в этом процессе играет рефлексия, дающая возможность осмысливать, оценивать, корректировать имеющийся субъективный опыт сохранения здоровья» [1, С. 225].

Р.А. Березовская приходит к выводу, что отношение к здоровью надо рассматривать как одну из мишеней, на которую должно быть направлено воздействие психолога. Её концепция профессионального здоровья направлена на обеспечение и поддержание здоровья в процессе трудовой деятельности, путем внедрения в практику системы научно-обоснованных мероприятий профессионального отбора, специального обучения будущих профессионалов, а также оздоровительных и профилактических программ [2].

Результаты, представленные в данной статье, освещают отношение к здоровью у сотрудников полиции, чья профессиональная деятельность реализуется в особых условиях труда. Значение специалиста, достигшего в этой области профессиональных высот, трудно переоценить, поэтому в интересах общества и полиции, как организации, создать условия, чтобы специалист полнее и дольше воплощал свой профессиональный потенциал в решении стоящих перед ним задач. Популяризация ЗОЖ на сегодняшний день в полной мере затронула большие города, где создаются все условия для поддержания физической формы и высокого уровня здоровья. Гораздо сложнее дело обстоит с небольшими населенными пунктами, где на решение человека придерживаться правил ЗОЖ, влияет в первую очередь его внутренняя мотивация и решимость. Актуальность данного исследования обусловлена существованием практического запроса, заключающегося в поиске эффективных способов поддержания здоровья при дефиците свободного времени и наличии факторов риска, что

характеризует профессию полицейского в современном обществе, наряду с повышенной ответственностью и экстремальными условиями профессиональной деятельности.

**Цель работы:** описать когнитивный, мотивационный и эмоциональный компоненты отношения к здоровью у сотрудников полиции г. Партизанска.

### Результаты и их обсуждение

По результатам исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции г. Партизанска с помощью методики «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской были получены данные по когнитивному компоненту, представленные на рисунке 1, 2.

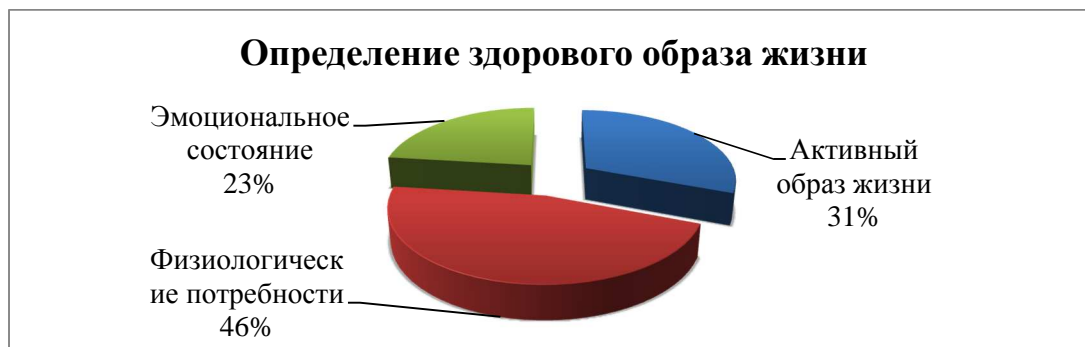


Рис. 1. Составляющие определения здорового образа жизни сотрудниками полиции



Рис. 2. Влияние информации на осведомленность в области здоровья сотрудников полиции

По полученным данным, можно сказать, что на осведомленность в области здоровья сотрудников полиции в большей степени влияют средства массовой информации, такие как телевидение, интернет, радио. Не меньшее влияние оказывают врачи. Респонденты обращаются за информацией к друзьям и знакомым, а вот научно-популярной литературой о здоровье опрошенные пользуются меньше всего. Вероятно, дефицит личного времени позволяет получать знания необходимые в этой области только среди ближайшего окружения. ЗОЖ респонденты расценивают как правильное и качественное питание, отсутствие вредных привычек, занятия спортом, нахождение в спокойном состоянии. Без внимания не остался сон, секс, активный отдых и в целом счастливая жизнь. По мнению респондентов, существенное влияние на состояние их здоровья оказывают факторы образа жизни, особенностей питания и самостоятельной заботы о своем здоровье. А вот

профессиональная деятельность и качество медицинского обслуживания ушли на второй план, т.е. меньше влияют на их здоровье. Можно сказать, что на когнитивном уровне отношение к здоровью полицейских г. Партизанска, носит интернальную направленность, о чем говорит тенденция видеть свою активную роль в поддержании ЗОЖ по сравнению с ролью качества медицинского обслуживания. Вероятно, такие психологические характеристики как ответственность и обязательность, без которых затруднительным представляется выполнение полицейским своих обязанностей, обуславливают и соответствующее отношение к своему здоровью.

По результатам исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции г. Партизанска с помощью методики «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской и методики «Ценностные ориентации» М. Рокича были получены данные по ценностно-мотивационному компоненту, представленные в таблице 1.

**Таблица 1**

Сравнительный анализ доминирующих ценностей, полученных по методике Р.А. Березовской и М. Рокича

<b>Ценности по методике «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской</b>	<b>Ценности по методике «Ценностные ориентации» М. Рокича</b>
Здоровье	Здоровье
Счастливая семейная жизнь	Счастливая семейная жизнь
Материальное благополучие	Любовь
Верные друзья	Наличие хороших и верных друзей
Интересная работа	Уверенность в себе
Независимость (свобода)	Интересная работа
Признание и уважение окружающих	Материально обеспеченная жизнь

Таким образом, в данный момент для сотрудников полиции важно их здоровье и счастливая семейная жизнь. Без внимания не остается материальное благополучие, верные друзья и интересная работа, которая находится на 5 месте. Меньше всего респонденты обращают внимание на признание и уважение окружающих. Для достижения успеха в жизни опрошенным требуется упорство и трудолюбие, способности и хорошее здоровье. На втором месте по значимости стоит материальный достаток и «нужные связи», поддержка друзей и близких и только после этого требуется образование и удача. Многие опрошенные считают, что они здоровы, и заботиться о своем здоровье нет необходимости. У многих не хватает времени, или соответствующих условий, кто-то находит более важные дела. Меньше всего опрошенные знают, что нужно делать для поддержания своего здоровья. Популяризация ЗОЖ среди полицейских г. Партизанска представляется необходимой т.к. неадекватное отношение к своему здоровью среди данной категории граждан более вероятно по причине недостаточной информированности в области средств и способов поддержания здоровья.

По результатам исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции г. Партизанска с помощью методики «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской были получены данные по поведенческому компоненту, представленные на рисунке 3.

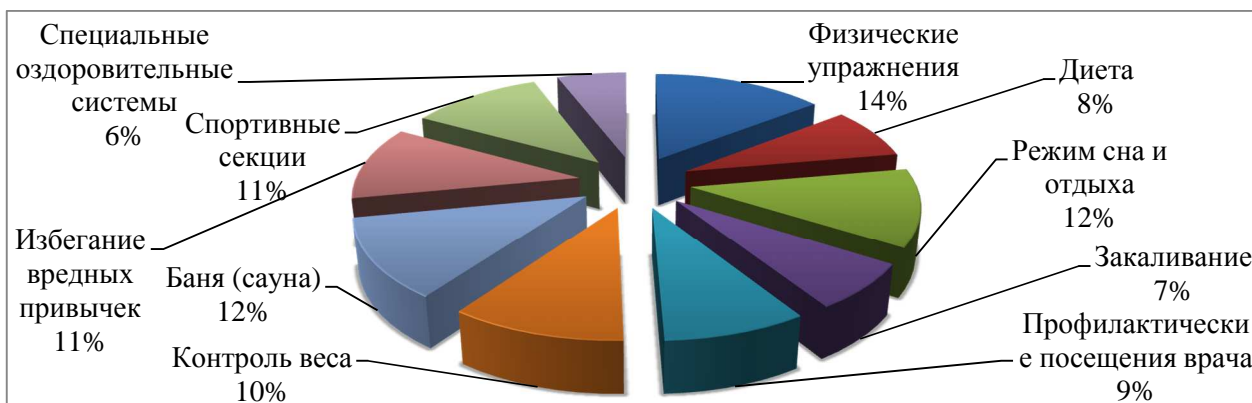


Рис. 3. Деятельность, направленная на поддержание здоровья

Для поддержания своего здоровья сотрудники полиции занимаются физическими упражнениями, ходят в баню или сауну. Многие заботятся о режиме сна и отдыха, избегают вредных привычек. Однако специальные оздоровительные системы, такие как йога, китайская гимнастика, закаливание, следование разнообразным диетам не нашли своего применения среди респондентов. В случае ухудшения здоровья, чувства недомогания, респонденты обращаются к врачу или сами принимают оздоровительные меры на основе прошлого опыта. Меньше всего стараются обращаться за помощью к друзьям и знакомым.

По результатам исследования отношения к здоровью у сотрудников полиции г. Партизанска с помощью методики «Отношение к здоровью» Р.А. Березовской были получены данные по эмоциональному компоненту, представленные на рисунке 4, 5.

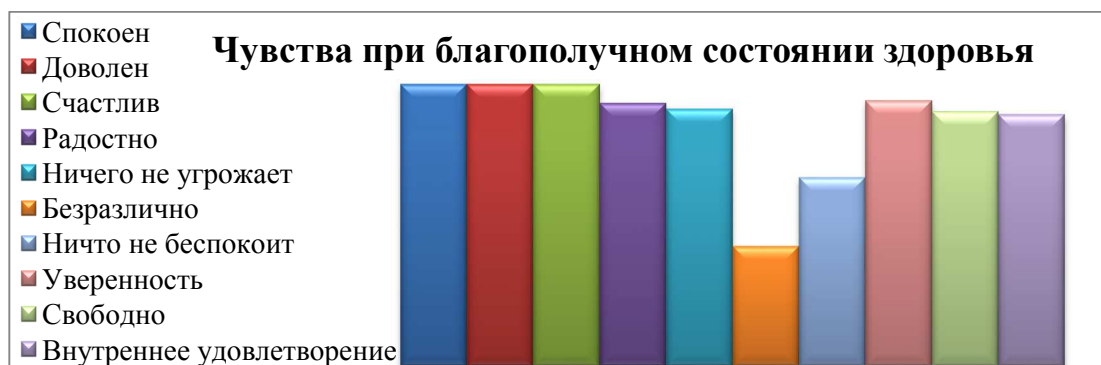


Рис. 4. Испытываемые чувства при благополучном состоянии здоровья



*Рис. 5. Испытываемые чувства при ухудшении здоровья*

Благополучное состояние здоровья у большинства респондентов сопровождается положительными эмоциями. Сотрудники полиции испытывают чувство внутреннего удовлетворения, они спокойны, довольны, счастливы, радостны. Респонденты чувствуют уверенность в себе, свободу. Меньше всего опрошенные испытывают безразличие в отношении своего здоровья. В случае ухудшения своего здоровья в первую очередь респонденты расстроены, озабочены своим состоянием, чувствуют подавленность, испытывают сожаление, страх. Меньше всего стыдятся, испытывают вину и спокойствие. Такие чувства возникают, скорее всего, на фоне сопряженности состояния здоровья и возможностей в профессиональной деятельности, т.к. ухудшение здоровья препятствует выполнению профессиональных обязанностей, таких как оперативно-служебная деятельность, обеспечение правопорядка и защиты людей.

### **Выводы**

У сотрудников полиции выявлено положительно окрашенное отношение к здоровью. Наблюдается высокая значимость здоровья, однако мотивации на сохранение и поддержание здоровья не выражена, возможно, это связано с тем, что респонденты считают себя здоровыми. Опрошенные понимают роль здоровья в обеспечении активной и продолжительной жизни, осведомлены в сфере здоровья, знают основные факторы риска и антириска. Респонденты наслаждаются своим здоровьем, радуются ему, а в случае ухудшения расстраиваются, тревожатся. Их действия и поступки полностью соответствуют требованиям ЗОЖ. Однако сотрудник полиции должен быть физически подготовленным, выносливым, энергичным, но по полученным результатам респонденты не занимаются дополнительным оздоровлением своего организма, не увлекаются различными видами спорта, не придерживаются диет, не закаляются, а всего лишь выполняют необходимые физические упражнения, требуемые в их профессиональной деятельности, т.е. сдают нормативы, периодически посещают тренажерный зал. Низкая активность в данной сфере может привести к профессиональному выгоранию, снижению работоспособности, эмоциональному неудовлетворению жизнью.

Полученные результаты говорят о необходимости проведения дополнительной работы по психологической подготовке сотрудников полиции, формирования у них положительного отношения к своему здоровью, что позволит снизить риск профессионального выгорания и повысить уровень работоспособности, профессиональной пригодности и эмоциональной удовлетворенности жизнью. Основным направлением может быть психологическое просвещение сотрудников полиции, направленное на формирование и поддержания ЗОЖ.

### Список литературы

1. Березовская Р.А. Исследование отношения к здоровью: современное состояние проблемы в отечественной психологии // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2011. - №1. – С. 221-226.
2. Березовская Р.А. Отношение менеджеров к своему здоровью как к фактору профессиональной деятельности: дис...канд психол. наук: 19.00.03. – СПб. 2001. – 240 с.
3. Журавлева И.В. Отношение к здоровью как социокультурный феномен: дис....д-ра социол. наук: 22.00.04. – М., 2005. – С. 1-98.
4. Корнилова Д.С., Рязанова В.С., Асриян О.Б., Черемискина И.И. Отношение к здоровью у учителей Приморского края // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. - № 1 – С. 146-150.
5. Кравцова Н.А. и др. Факторы и механизмы развития психосоматических расстройств // Тихоокеанский медицинский журнал, Владивосток – 2013. - № 4. – С. 48-55.
6. Мясищев В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев. – Москва: Воронеж – 1995. – 352
7. Никифоров Г.С. Практикум по психологии здоровья: Учебное пособие // Г.С. Никифоров. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с.
8. Никифоров Г.С. Психология здоровья: Учебник для вузов // Г.С. Никифоров. – СПб.: Питер, 2006. – С. 275-291.

### Рецензенты:

Бочарников В.Н., д.б.н., профессор, ведущий научный сотрудник лаборатории ФГБУН Тихоокеанский институт географии ДВО РАН, г. Петропавловск-Камчатский;

Кравцова Н.А., д.п.н., профессор, профессор кафедры общей и профессиональной психологии Морского гуманитарного института ФБОУ ВПО «Морской государственный университет имени адм. Г.И. Невельского» Федерального агентства морского и речного транспорта, г. Владивосток.