

*Исследование выполнено в рамках реализации проекта «Исследование оценочной репрезентации интеллектуальных способностей человека в современном английском языке» ФЦП «Научные и научно-педагогические кадры инновационной России» на 2009 – 2013 годы.*

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений. 4-е изд., доп. – М.: Азбуковник, 1999.
2. СЭС – Советский Энциклопедический Словарь. – М.: Советская Энциклопедия, 1980.
3. ФС – Философский словарь / Под ред. И. Т. Фролова. – 5-е изд. – М.: Политиздат, 1986.
4. Gardner H. Frames of mind: The theory of multiple intelligences. - N. Y.: Basic Books, 1983.
5. Холодная М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Питер, 2002.

#### АНАЛИЗ КЛЮЧЕВЫХ КАТЕГОРИЙ ОБРАЗА ЖИЗНИ

Федосеева Н.А.

ГОУ ВПО КГПУ им. В.П. Астафьева  
Красноярск, Россия

Удовлетворенность жизнью – интегральный показатель, в котором обобщаются такие характеристики удовлетворенности, как психологическое состояние, степень психологического комфорта и социально-психологической адаптированности. Тесно связан с самочувствием, уровнем активности и определенностью жизненных планов, наличием творческого дела.

Образ жизни включает три категории: уровень жизни, стиль жизни, качество жизни.

*Уровень жизни* – это степень удовлетворения материальных, культурных и духовных потребностей (в основном это экономическая категория).

*Стиль жизни* – поведенческая особенность жизни человека, т.е. определенный стандарт, под который подстраивается личность (социально-психологическая категория).

*Качество жизни* (международная аббревиатура понятия «качество жизни» – Quality of Life – QOL) характеризуется комфортом в удовлетворении человеческих потребностей (преимущественно социологическая категория).

Как правило рассматривается четыре ценностных аспекта качества жизни (QOL):

- *физическое QOL*: мобильность, здоровье, соматический комфорт, функциональные параметры и т.д.;
- *психическое QOL*: удовлетворенность, покой, радость и т.п.;
- *социальное QOL*: семейные, культурные, рабочие, экономические отношения;
- *духовное QOL*: смысл жизни, цели, ценности, метафизически-религиозные отношения.

Здоровье. В формулировке Всемирной организации здравоохранения здоровье – *это не только отсутствие болезней и физических дефектов, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.*

Здоровье рассматривается как *динамичный показатель жизнеспособности человека.*

Его изучают с разных сторон: соматическое здоровье – сфера биологии и медицины, физическое здоровье – физкультуры и спорта, психическое здоровье – психологических наук, нравственное здоровье – это сфера воспитания.

В настоящее время в понятие *здоровье* включается нравственное и духовное благополучие.

В связи с этим модель здоровья может быть представлена в виде его составляющих:

##### 1. Здоровье физическое.

*Медицинское определение* – это состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции.

*Педагогическое определение* – это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.

##### 2. Здоровье психическое

*Медицинское определение* – это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция.

*Педагогическое определение* – это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.

##### 3. Здоровье социальное

*Медицинское определение* – это оптимальные, адекватные условия социальной среды, препятствующие возникновению социально обусловленных заболеваний, социальной дезадаптации и определяющие состояние социального иммунитета, гармоничное развитие личности в социальной структуре общества.

*Педагогическое определение* – это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в оптимальных социальных условиях микро- я макро- среды (семье, школе, социальной группе).

#### 4. Здоровье нравственное

Это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви, милосердия и красоты.

Главное условие обучения и воспитания у детей мотиваций на здоровье и здоровый образ жизни – это регулярное воспитание соответствующей культуры здоровья с раннего детского возраста: физической – управление движением; физиологической – управление процессами в теле: психологической – управление своими ощущениями и внутренним состоянием; интеллектуальной – управление мыслью и размышлениями, направленными на совершенствование позитивных нравственно-духовных ценностей.

В практике работы образовательных учреждений ориентирами состояния здоровья и физического развития ребенка выступают:

- показатели *соматического* здоровья (медицинские данные);
- общая *активность*: физическая, трудовая, общественная, познавательная;
- *овладение* детьми основами личной физической культуры, теоретические и методические знания о путях физического развития в конкретном возрасте и перспективе;
- *осведомленность* о перспективах своего *физического развития*: сформированность адекватной *самооценки* своего здоровья, своих физических возможностей и особенностей;
- развитие выносливости, гибкости, скорости, силы;
- развитие речедвигательной памяти, *координационных* способностей, движений, разнообразной чувствительности;
- *потребность* и способность в физическом *самовоспитании*: саморегуляции поведения, использование режима дня, специальных упражнений по созданию положительного настроения, осанки, выработки походки и т.д.

Как показывает практика, здоровье ребенка в значительной мере зависит от применяемых технологий воспитания, от здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни. Данное понятие представляет совокупность форм поведения, способствующих выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях, и выражает ориентированность личности на то, чтобы сформировать, сохранять и укреплять свое здоровье.

Известный в XIX в. врач Шнелль в своей книге «Органическое воспитание» писал: «Но будучи только заботой жизни, здоровье делается целью воспитания! Оно должно быть целью потому, что дети и молодежь нашего времени подвержены болезням и слабостям более, чем когда-либо... Болезни же детства и юности имеют неотвратимое влияние на всю жизнь» [1]. Первейшим разрушителем здоровья детей автор уже в те годы считал школу: «Но вот начинается учение – дитя отправляют в школу, а здесь первая заповедь сидеть смирно и не шевелиться... Исчезает румянец щек и округлость форм, мышцы делаются слабее, тело худеет, и много, очень много детей с поступлением в школу навсегда расстаются со своим здоровьем» [1]. Автор приходит к однозначному заключению, на которое не худо было бы обратить внимание нынешним педагогам и управленцам: характер обучения и воспитания в школе является основой «истощающего развития» [1]. А должно быть наоборот! Всем нам пора четко уяснить: здоровье – это категория воспитания, формирования внутренних резервов, а наука о воспитании у нас пока одна – педагогика. Следовательно, здоровье – категория педагогическая.

Специалист в области здоровья и развития ребенка В.Ф.Базарный призывает нас:

«Уважаемые учителя! Уважаемые родители! Задумайтесь хоть на миг: какие средства оказались самыми эффективными в лечении тяжелых депрессий, наркомании, психических сломов не только у молодых людей, но и у взрослых? Вот они:

- это терапия созерцанием живой природы (леса, неба, восхода и захода солнца, звезд и т.д.);
- это терапия полезным физическим трудом;
- это терапия художественным рукотворчеством, и особенно рисованием;
- это терапия каллиграфическим письмом;
- это терапия вязанием и вышиванием;
- это терапия хоровым пением;
- это терапия личным участием в театрализованных представлениях и т.д.

Все то, что ранее было образом воспитания («вочеловечивания») детей, образом на-родно-воспитательных культур, все то, что затем изгнала из своего базового учебного плана школа, много лет спустя мы вынуждены привносить в виде терапии перевоспитания! Выводы за вами» [2].

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Базарный В.Ф. Нервно-психическое утомление учащихся в традиционной школьной среде: истоки, подходы к профилактике (Президентская программа "Дети России"). – Сергиев Посад, 1995 // [http://www.hrono.ru/libris/lib\\_b/utoml00.html](http://www.hrono.ru/libris/lib_b/utoml00.html)

2. Базарный В.Ф. Дитя человеческое. Психофизиология развития и регресса. М., 2009. // [http://www.hrono.ru/libris/lib\\_b/ditja00.html](http://www.hrono.ru/libris/lib_b/ditja00.html)

3. Коробейников А.А. Образование в России и национальная безопасность страны: доклад на Всероссийском форуме «Образование и здоровое развитие учащихся» 27 декабря 2005. // <http://www.obrzdrav.ru/documents/korobejnikov.shtml>

4. Коробейников А.А. Образование в целях гармоничного развития учащихся: доклад на Парламентской Ассамблее совета Европы (ПАСЕ), 2008 г. // [http://www.obrzdrav.ru/documents/KAA\\_PACE\\_report.pdf](http://www.obrzdrav.ru/documents/KAA_PACE_report.pdf)

#### Социологические науки

### СОЗИДАТЕЛЬНОЕ СОЗНАНИЕ – ЗАЛОГ УСПЕШНОГО УПРАВЛЕНИЯ

Задоя Е.С.

*Николаевский государственный университет им. В.А.Сухомлинского  
Николаев, Украина*

Решающим фактором развития социума на современном этапе является разумная, созидательная деятельность государственного служащего. Формирование гармоничных, творческих отношения и нового мировоззрения у своих граждан во многом зависит от общей культуры, духовности и образованности государственного служащего и от его созидательных способностей изменять и оптимизировать процессы происходящие в социуме.

Нельзя управлять социумом не оценив, способности социума к управляемости. Чтобы управлять, необходимо много знать об объекте управления и о том, что может представлять угрозу нормальному его существованию и функционированию. Развитие созидательного аппарата познания позволяет получить безопасный путь развития как самого человека, так и социума.

Государственный служащий должен уметь использовать любые практики и опыт необходимых мировых технологий созидательного плана для преобразования, реконструкции управления в достижений гармонически развитого социума.

Управление - это одновременное планирование и прогнозирование, осуществляемое действиями государственного служащего на упорядочение процессов, происходящих в социуме. И задача заключается в том, чтобы не допустить таких технологий, которые разрушали бы личность человека, а значит и социум.

Чтобы решить данные задачи, необходимо уметь реконструировать информацию, являющейся проблемной. Причем, вовсе не обязательно, чтобы такая информация поступала через различные системы, в том числе и компьютерные. Успешно работает и личный аппарат духовного познания. Необходима дематериализация негативной информации до тех пор, пока она не трансформируется в позитивную. Данный процесс не противоречит законам мироздания. Сознание становится активным, созидающим элементом. При этом необходимо работать над тем, чтобы не только осознавать все происходящие, но и контролировать ситуацию и управлять ею.

Таким образом создается возможность одновременности планирования и прогнозирования, так как приближенные и отдаленные события воспринимаются одновременно. При этом сознание присутствует и в объекте, играя роль активного, созидательного элемента.

Сознание выступает как „соединительная” ткань, соединяющая подсознание и сверхсознание, приводя в гармонию отношения как внутри самого субъекта, так и отношения с внешним миром.

В процессе развития социума усложняется и совершенствуются в первую очередь различного рода связи и отношения, обеспечивающее функциональное его развитие в целом, определяет и резервы совершенствования и развития управленческого аппарата, его способности психологической адаптации. Избыток связей создает хаос в принятии решений, увеличивая тем самым время реакции системы. Только государственный служащий, владеющий активным, созидающим сознанием в процессе управления может влиять на весь социальный организм в целом.