

УДК 159.922.8:61

# ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ПОДРОСТКОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПОЛА

**ЗИНЧЕНКО Татьяна Олеговна,**старший преподаватель кафедры практической психологии  
Воронежский государственный педагогический университет

**АННОТАЦИЯ.** Представлены данные эмпирического исследования отношения к здоровью у подростков в зависимости от пола. Выявлен более высокий уровень сформированности отношения к здоровью у девочек при большей значимости здоровья у мальчиков. Для девочек более характерна ориентация на эмоциональные признаки здоровья, для мальчиков – на конкретно-предметные признаки и действия.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** отношение к здоровью, значимость здоровья, самооценка здоровья, здоровый образ жизни, образы здоровья и болезни.

**ZINCHENKO T. O.,**Senior Lecturer, Department of Practical Psychology  
Voronezh State Pedagogical University

## GENDER PECULIARITIES OF TEENAGERS' ATTITUDE TO HEALTH

**ABSTRACT.** The data of an empirical research of the attitude to health amongst teenagers are presented. A higher level of the forming attitude to health amongst girls and a higher importance of health amongst boys were revealed. For girls, the emotional signs of health are more important whereas boys pay more attention to specific signs and actions.

**KEY WORDS:** attitude to health, significance of health, self-examination, healthy lifestyle, images of health and disease.

Актуальность нашего исследования обусловлена противоречием между важностью здоровья и отсутствием практических навыков его поддержания, особенно у детей и подростков. Востребованным направлением работы в современной школе является здоровьесберегающая деятельность [1], психологическая составляющая которой часто недооценивается [2]. В представлениях подрастающего поколения ярко выражена физическая сторона здоровья и слабо – психологическая. В нашем исследовании ставится акцент на психологической стороне здоровья – отношении к нему у подростков, при этом разрабатываются недостаточно изученные половые аспекты.

Теоретической основой исследования послужили положения концепции психологии отношений В.М. Мясищева [3]. В рамках этой концепции мы вслед за Г.С. Никифоровым определяем отношение к здоровью как систему индивидуальных, избирательных связей личности с различными явлениями окружающей действительности, способствующими или, напротив, угрожающими здоровью людей, а также как определенную оценку индивидом своего физического и психического состояния [4]. Структура отношения к здоровью включает когнитивный,

эмоциональный, поведенческий компоненты и по содержанию близка структуре валеоустановки, описанной О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатовым [5]. Разработке понятия «отношение к здоровью» посвящена наша более ранняя статья [6].

В результате анализа литературных источников мы обнаружили недостаточную эмпирическую разработанность проблемы зависимости отношения к здоровью от возраста и пола. В отечественных публикациях рассматриваются чаще возрастные и профессиональные особенности отношения к здоровью. В работах В.Э. Пахальяна [7], И.А. Аликина с соавт. [8] изучается отношение к здоровью у дошкольников, учащихся и учителей. Социально-психологические аспекты здоровья молодежи анализируются в работах И.Б. Бовиной [9]; вопросы отношения к здоровью и болезни у детей в связи со спецификой их заболеваний представлены в работах Д.Н. Исаева [10]. Сравнительные аспекты восприятия болезни мужчинами и женщинами описаны в работе И.В. Грошева [11], а различия в представлениях о здоровье у мужчин и женщин исследованы О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатовым [5].

Целью предпринятого нами эмпирического исследования выступило изучение половых особенностей отношения к здоровью у подростков.

Мы предположили, что уровень сформированности отношения к здоровью и степень значимости здоровья у девочек-подростков выше, чем у мальчиков. При этом девочки склонны ориентироваться на эмоциональные, а мальчики – на когнитивно-поведенческие аспекты здоровья.

Наше эмпирическое исследование проведено с использованием следующих методик:

- теста «Индекс отношения к здоровью» С.Д. Дерябо и В.А. Ясвина [12];

- разработанной нами анкеты об отношении к здоровью и здоровому образу жизни;

- методики исследования самооценки по Т. Дембо - С.Я. Рубинштейн [13] в модификации, предполагающей 10-балльные самооценочные шкалы;

- рисуночного теста «Здоровье и болезнь» О.С. Васильевой и Ф.Р. Филатова [5].

Для количественной обработки данных использован критерий углового преобразования Фишера [14].

В исследовании приняли участие 40 человек - 20 мальчиков и 20 девочек, учащихся 9 классов МБОУ СОШ №74 и МБОУ СОШ №56 г. Воронежа, в возрасте 15 -16 лет.

Полученные нами результаты следующие:

1. Уровень сформированности отношения к здоровью у девочек выше, чем у мальчиков, по всем шкалам. При этом и у девочек и у мальчиков средние значения по эмоциональной и практической шкалам, низкие значения – по познавательной шкале и шкале поступков.

2. Значимость здоровья у девочек немного ниже, чем у мальчиков, при этом ранг здоровья в обеих группах имеет среднее значение.

3. По результатам анкетирования наиболее выражена разница по такому показателю, как использование действий по сохранению здоровья. Девочки значимо реже используют такие действия ( $p \leq 0,01$ ).

4. Уровень самооценки по шкале здоровья немного выше у мальчиков и соответствует среднему значению. Наиболее выражена разница результатов по шкале счастья. Девочки значимо чаще оценивают себя как самых счастливых ( $p \leq 0,01$ ).

5. Образы здоровья и болезни в рисунках девочек и мальчиков в основном сходны, при этом девочки чаще ориентируются на эмоциональные признаки, а мальчики чаще используют изображения человека в действии, а также изображения конкретных природных и искусственных предметов.

В результате исследования наша гипотеза частично подтверждена. У девочек выше, чем у мальчиков, общие показатели по уровню сформированности отношения к здоровью; для де-

вочек более характерна ориентация на эмоциональные признаки здоровья, для мальчиков – на конкретно-предметные и поведенческие признаки. Результаты мальчиков и девочек находятся в основном в зоне средних значений, редко встречаются высокие значения и есть значения низкие, что говорит о том, что перспективой исследования может стать развивающая работа по формированию более высокого уровня отношения к здоровью у подростков. Противоречат нашей гипотезе данные о более высокой степени значимости здоровья у мальчиков по сравнению с девочками. Наиболее выраженными различиями оказались частота встречаемости использования действий по сохранению здоровья (у мальчиков чаще, чем у девочек) и высокого уровня самооценки по шкале счастья (у девочек чаще, чем у мальчиков).

Наше результаты могут быть использованы в практике школьного психолога как вспомогательный материал для проведения здоровьесберегающей работы.

Мы можем предложить следующие рекомендации по формированию адекватного отношения к здоровью у подростков:

1. Разработанная нами батарея диагностических методик позволяет получить данные об уровне сформированности отношения к здоровью, степени значимости здоровья, представлениях о здоровом образе жизни, уровне самооценки здоровья и о содержании образов здоровья и болезни. Данная батарея может использоваться для определения исходного состояния обозначенных параметров и целенаправленного планирования формирующей работы.

2. Сама процедура проведения диагностических методик может являться фактором, формирующим отношение к здоровью, поскольку, выполняя задания, подростки задумываются над соответствующими проблемами.

3. Для восполнения дефицита знаний целесообразно информировать подростков о психологии здоровья, а для повышения активности отношения к здоровью включать их в конкретные действия по сохранению своего здоровья и здоровья окружающих.

В перспективе мы видим разработку программы занятий с подростками по здоровьесбережению, учитывающую половые особенности отношения к здоровью. Считаем необходимым вести такие занятия в школе как обязательные или факультативные, используя как отечественный, так и зарубежный опыт [15].

Важным направлением дальнейших исследований может стать сравнительный анализ отношения к здоровью в зависимости от пола в различных возрастных группах.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Науменко Ю.В. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности / Ю.В. Науменко. – М. : Планета, 2011. - 208 с.
2. Зинченко Т.О. Работа психолога по здоровьесбережению в общеобразовательной школе / Т.О. Зинченко, О.А. Гребцова // Проблемы здоровьесбережения дошкольников, учащихся и студентов. Новые здоровьесберегающие тенденции в фармации и медицине: Материалы всероссийской с международным участием научно-практической конференции, г. Воронеж, 26-27 апреля 2011 г. -Воронеж: изд.-полиграф. центр ВГУ, 2011. – 588с. – С.88-91.
3. Мясищев В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев. – М. : Изд-во Моск. психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2011. – 400 с.
4. Психология здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. - СПб. : Питер, 2003. - 607 с.
5. Васильева О.С. Психология здоровья человека / О.С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - М. : Мини-Тайп, 2005. – 480с.
6. Зинченко Т.О. К разработке понятия и типологии отношения к здоровью / Т.О. Зинченко // Проблемы здоровьесбережения школьников и студентов. Новые научные тенденции в медицине и фармации. Материалы межрегиональной научно-практической юбилейной конференции. Воронеж: ВГУ, 2008. - 573с. - С.193 - 197.
7. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье: дошкольный и школьный возраст / В.Э. Пахальян. - СПб. : Питер, 2006. – 240 с.
8. Аликин И.А. Отношение к здоровью учащихся и учителей как один из аспектов «Я-концепции» / И.А. Аликин и др. // Вестник практической психологии образования. - 2008. - №4(17). - С.39 - 43.
9. Бовина И.Б. Социальная психология здоровья и болезни / И.Б. Бовина. – М.: Аспект Пресс, 2008. – 264 с.
10. Исаев Д.Н. Детская медицинская психология / Д.Н. Исаев. – СПб. : Речь, 2004. – 384 с.
11. Грошев И.В. Психофизиологические различия мужчин и женщин / И.В. Грошев. - М.: Изд-во Моск. психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2005. - 464 с.
12. Дерябо С.Д. Здоровье как предмет эконихологической диагностики / С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин, В.И. Панов // Прикладная психология. - 2000. - №4. - С.52 - 66.
13. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике (практическое руководство в 2 тт.) / С.Я. Рубинштейн. – М. : Апрель-Пресс; изд-во Института психотерапии, 2010. – 384 с.
14. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб.: ООО «Речь», 2001. – 350 с.
15. Glanz K. Health Behavior and Health Education: Theory, Research, and Practice / K. Glanz, B.K. Rimer, K. Viswanath. - Jossey-Bass, 2008. - 592p.