

ID: 2016-06-2164-T-6578

Тезис

Рыбкова М.А.

Эмоции в системе мотивации к здоровьесбережению студентов-медиков*ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России**Научный руководитель: Чернышков Д.В.*

Актуальность. Многогранность проблемы здоровьесбережения предполагает разные подходы к ее пониманию (проблема физического, психического и социального благополучия в целом) и адекватного функционирования (нахождения устойчивого положения в постоянно изменяющейся среде, развития в достижениях жизненных целей, понимания собственных внутренних резервов и аутентичности). Мотивационные компоненты здоровьесбережения студенческой молодежи как социально-демографической группы, имеющей свои отличия в образе жизни и ценностях, определяются доминирующими установками на ценности здорового образа жизни.

Цель исследования: определение роли эмоций в системе мотивации к здоровьесбережению студентов-медиков.

Материал и методы. В качестве методологии нами использована группа формально-логических методов, системный подход, структурно-функциональный анализ.

Результаты. Традиционно основным индикатором здорового образа жизни молодежи наряду с отказом от вредных привычек являются занятия физической культурой и спортом. В диагностике мотивационных установок к занятиям физической культурой среди студенческой молодежи, на наш взгляд, важным является выделение эмоционального компонента, так как эмоции не только управляют важными аспектами жизни, но и сигнализируют о наиболее значимых ситуациях и событиях в жизни. Оценивая роль эмоций в формировании мотивации к здоровьесбережению, выделим следующие значимые моменты: 1) хорошее состояние здоровья как объективная основа жизнедеятельности в контексте реализации жизненных целей; 2) позитивное настроение как эмоциональный показатель здоровья. На занятиях физической культурой для студентов открываются такие возможности как доступ к правильному выражению эмоций в межличностном и групповом взаимодействии, приобретение положительного эмоционального опыта, эмоциональной компетентности.

Выводы. Благоприятный эмоциональный фон положительного социального взаимодействия, сопровождающий занятия физической культурой в процессе обучения в медицинском вузе, является важным параметром мотивации к здоровьесберегающему поведению студентов.

Ключевые слова: эмоциональная доминанта, здоровьесбережение, студенты медицинского вуза