

Секция «Актуальные проблемы психологии спорта и здорового образа жизни»

Отношение к здоровью и креативность студентов

Научный руководитель – Ермакова Елена Сергеевна

Блинова Екатерина Николаевна

Студент (бакалавр)

Петербургский государственный университет путей сообщения, Санкт-Петербург, Россия

E-mail: blinova_e.n@mail.ru

Актуальность исследования определяется тем, что современным студентам необходимо обладать достаточно высоким уровнем здоровья, при этом отношение к здоровью является важнейшим субъективным фактором, обеспечивающим его регуляцию [2].

Другим универсальным требованием, предъявляемым к молодым людям большинством сфер их дальнейшей деятельности становится креативность, необходимая для успешного личностного и профессионального становления [1].

При этом вопрос о связях креативности и здоровья в психологии остается открытым, несмотря на многочисленные исследования с целью обнаружения универсальных закономерностей [3].

Эмпирическое исследование было направлено на проверку гипотезы о том, что отношение студентов к здоровью связано с особенностями их креативных характеристик. Выборку составили студенты Петербургского государственного университета путей сообщения разных направлений профессиональной подготовки в количестве 90 человек.

Методическим инструментарием исследования явились: авторская анкета для изучения включенности студентов в творческую деятельность; методика «Индекс отношения к здоровью» С.Д. Дерябо, В.А. Ясвина; методика «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой; тест невербальной креативности «Завершение картинок» Э.П. Торренса (адаптация А.Н. Воронина); опросник для определения креативного потенциала С.И. Макшанова.

При анализе результатов было обнаружено, что здоровье не входит в число наиболее значимых для студентов всей выборки ценностей и занимает 6 из 12 позиций в системе ценностных ориентаций, уступая категориям, связанным с семейным благополучием и личной самореализацией. Творчество является для исследуемой выборки еще менее привлекательной (11 место из 12 позиций) ценностью, что указывает на низкий уровень мотивации к творческой деятельности.

Активность студентов, направленная на поддержание своего здоровья положительно связана с выраженностью ценностно-мотивационного компонента отношения. Активность, направленная на социальное окружение, положительно связана с когнитивным компонентом отношения, что, вероятно, определяется знаниями студентов о социально одобряемых взглядах на проблему сохранения здоровья и соответствующих этому формам поведения.

Изучение особенностей креативных характеристик позволило заключить, что испытуемые всей выборки обладают преимущественно средними показателями актуальной креативности. Их креативный потенциал также близок к средним стандартизированным значениям.

Общих для всей выборки статистически значимых корреляционных связей между показателями различных компонентов отношения к здоровью и креативных характеристик не обнаружено. Дальнейший сравнительный анализ был проведен на основании выделения в выборке двух групп испытуемых: не занимающихся и занимающихся творчеством.

Было установлено, что студенты, не занимающиеся творчеством, обладают значительно более высокими показателями по эмоциональному компоненту отношения к здоровью,

тем самым они более внимательны и чувствительны к своему состоянию. У таких студентов все компоненты отношения к здоровью оказываются в прямых или косвенных положительных корреляционных связях, что дает основания предполагать достаточно непротиворечивое отношение к своему здоровью. Наиболее тесно связаны когнитивный и поступочный компоненты, что может объясняться стремлением к социально-одобряемому поведению. Высокие показатели личностного креативного потенциала имеют отрицательную корреляцию с доступностью здоровья. Это позволяет предположить, что творчество, в представлении студентов, им не занимающихся, может создавать трудности для поддержания своего здоровья.

Студенты, занимающиеся творчеством, обладают более высокими показателями актуальной и потенциальной креативности. У таких студентов эмоциональный компонент отношения к здоровью оказывается изолированным, не связанным с остальными, что позволяет предполагать достаточно противоречивое отношение к своему здоровью. При этом поступочный и практический компоненты находятся в положительной корреляционной связи. Кроме того, ценностно-мотивационный компонент отношения к здоровью имеет отрицательную корреляцию с креативностью подхода к решению проблем. Данные результаты позволяют полагать, что способность к порождению нестандартных идей не сопутствует здоровьесберегающему поведению. Тем самым студенты, занимающиеся творческой деятельностью, более подвержены влиянию значимых для них эмоциональных стимулов творчества, что обуславливает их меньшую чувствительность к переменам в своем физическом и психическом состоянии и менее способствует сохранению здоровья.

Выводы:

- 1) Здоровье не входит в число наиболее значимых для студентов ценностей, уступая категориям, связанным с семейным благополучием и личной самореализацией.
- 2) Студенты, не занимающиеся творчеством, более внимательны и чувствительны к своему здоровью, стремятся в его сохранении к социально-одобряемому поведению. Творчество, в их представлении, может создавать трудности для поддержания своего здоровья.
- 3) Студенты, занимающиеся творчеством, обладают более высокими показателями креативности. У них отмечено достаточно противоречивое отношение к своему здоровью. Увлеченность, страстность творческой работы обуславливает их меньшую чувствительность к переменам в своем физическом и психическом состоянии и менее способствует сохранению здоровья. Необходимы коррекционные мероприятия, направленные на активизацию самоорганизации и саморегуляции творческой деятельности студентов, что будет способствовать сохранению их здоровья.

Источники и литература

- 1) Ермакова Е.С. Предметная и социальная креативность студентов различных направлений подготовки // Вестник ЛГУ имени А.С. Пушкина. Научный журнал. Серия «Психология».- 2015. - № 4 (Том 5) – С.46-54.
- 2) Здоровая личность / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Речь, 2013. – 400с.
- 3) Шалаева М. В. Проблема взаимосвязи гениальности и безумия в современной науке // Журнал «Вестник Томского государственного университета» - 2007. - № 304. – С.86-89.