

Студенты, будущие бухгалтеры-экономисты, бухгалтеры-ревизоры, экономисты по финансам больше опираются на конкретные знания и информацию о человеке, им в меньшей мере характерно проявление открытости эмоций и идентифицирование себя с другими в силу особенностей профессии. У будущих маркетологов, менеджеров, юристов значительно сильнее выражены интуитивный канал и идентификация в эмпатии. Это свидетельствует о том, что студенты этих квалификаций способны успешнее действовать в условиях дефицита информации о партнере, опираясь на интуицию, внешние поведенческие проявления партнеров по взаимодействию. Они способны анализировать и обобщать различные сведения об участниках совместной деятельности, видеть, чувствовать, понимать поведение партнеров, идентифицировать себя с ними.

Е.А. Куделевич
БГЭУ (Минск)

ДЕСТРУКТИВНЫЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТА

Высочайшие темпы развития современного общества предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Современному человеку в техногенно измененной окружающей среде, насыщенной увеличивающимся множеством безразличных для организма факторов физической, химической и биологической природы, огромным объемом психоэмоциональных воздействий, сохранить здоровье непросто. К этому добавляются проблемы малоподвижного образа жизни, являющегося необходимым атрибутом массовых профессий, возникших вследствие научно-технического прогресса, которые связаны с различными многочисленными заболеваниями и необратимыми изменениями в организме.

Все упомянутые объективные факторы, влияющие на здоровье населения, приводят не только к функциональным расстройствам, но и утверждению в качестве нормы «нездорового образа жизни». Поэтому проблемы оптимизации жизни и здоровья студентов в современных неустойчивых условиях социального и экономического развития требуют пристального внимания и неотложного решения, поскольку студенчество является интеллектуальным потенциалом нации, от здоровья которого во многом зависит здоровье общества в целом.

Выход из данной ситуации необходимо искать в повышении ценностной ориентации студента на здоровый образ жизни.

Рассмотрим основные причины, которые негативно влияют на здоровье студентов: психологические (адаптация в среде, заниженная самооценка, стрессы на контрольных и экзаменах, высокая конкуренция за лидерство и активный поиск своего «Я»); организация быта (пита-

ние, медицинское обслуживание, организация досуга); воздействие СМИ и массовой культуры (реклама алкогольной и табачной продукции, свободные сексуальные отношения, мода на наркотические средства и т.д.); физиологические (низкий уровень здоровья и незнание информации о его поддержании и восстановлении).

Выход из данной ситуации видится не только в прививании привычки к физической культуре, но и в решении ключевых проблем, связанных с психологической адаптацией студентов в вузе (здесь решающую роль играет политика вуза, методики преподавания и действия куратора); введение на начальных курсах дисциплины «Валеология» и проведения акций «За здоровый образ жизни»; в решении проблем организации быта и досуга; постоянном мониторинге здоровья обучающихся; максимальном вовлечении в студенческую и научную жизнь вуза; организации спортивных соревнований между группами, факультетами и профессорско-преподавательским составом.

Период студенчества — время развития личности, когда происходит активное усвоение профессионального, социального опыта и взаимодействия с людьми для подготовки к профессиональной деятельности. По этой причине необходимо повышенное внимание к социализации ориентированной на здоровье личности молодого специалиста.

З.Г. Луцкив, Н.Д. Даник
БГЭУ (Минск)

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ КАК СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНО- ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА СТУДЕНТОВ

Известно, что уровень здоровья человека зависит от многих факторов: наследственных, социально-экономических, экологических, деятельности системы здравоохранения. По, по данным Всемирной организации здравоохранения он лишь на 10—15 % связан с последним фактором, на 15—20 обусловлен генетическими факторами, на 25 его определяют экономические условия и на 50—55 % — условия и образ жизни человека. Таким образом, очевидно, что первостепенная роль в сохранении и формировании здоровья все же принадлежит самому человеку, его образу жизни, ценностям, установкам, степени гармонизации его внутреннего мира и отношений с окружающими людьми.

Установлено, что под влиянием физических упражнений, постоянных самотренировок, закаливания организма и физического саморазвития продолжительность жизни и творческого долголетия увеличивается на 5—12 лет. По данным исследования П.А. Стещенко, оптимальной для студентов является нагрузка по 8—10 ч в неделю. Малая затра-