

## Анализ мотивации здорового образа жизни курсантов вуза МВД России

Дубнякова А.И.

Санкт-Петербургский университет МВД России (Санкт-Петербург)

Важнейшей социальной задачей государства традиционно считается охрана здоровья студентов. Реформирование Министерства внутренних дел, введение нового образовательного стандарта (ФГОС-3) требует от будущего полицейского не только соответствующей квалификации, высокого образовательного и культурного уровня, но и крепкого здоровья, хорошей физической и функциональной подготовленности, высоких моральных и волевых качеств.

По нашему мнению ключевую роль в формировании здоровья играет здоровый образ жизни. Соответственно, целесообразно проводить разнообразные исследования, которые позволят выявить закономерности этого процесса, в том числе его мотивацию. При этом специальных исследований мотивации здорового образа жизни явно недостаточно, а для разработки программ формирования мотивации сохранения и укрепления здоровья необходимо изучение ее факторов и закономерностей.

Наше исследование было направлено на определение специфики мотивации здорового образа жизни курсантов Санкт-Петербургского университета МВД России. Исследование проводилось на базе факультета подготовки оперативных работников Санкт-Петербургского университета МВД России в феврале 2012 года (n=95).

Батарея психодиагностических методик включала: анкету «Мотивация здорового образа жизни» В.А. Соломонова; 16-ти факторный личностный опросник Р. Кеттела (форма С); FPI – Фрайбургский личностный опросник (Й. Фаренберг, Х. Зелг, Р. Гампел); шкалы «Реактивной тревожности» и «Личностной тревожности», разработанные Ч.Д. Спилбергером; опросник САМОАЛ; методику «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири; опросник УСК; методику изучения ценностных ориентаций М. Рокича. Нами получены результаты, позволившие сформулировать ряд выводов.

Изучение отношения курсантов к здоровью и здоровому образу жизни выявило противоречие между их желанием сохранить здоровье в процессе обучения и недостаточно разработанными педагогическими условиями формирования здорового образа жизни в образовательном процессе вуза, что обуславливает необходимость подробного изучения структуры и динамики мотивации здорового образа жизни и возможностей ее коррекции психолого-педагогическими средствами.

Приоритетными мотивами здорового образа жизни курсантов Санкт-Петербургского университета МВД России являются следующие мотивы:

– «быть уверенным в себе, свободным от внутренних противоречий»,

- «устойчивость к физическим нагрузкам»,
- «развивать познавательные процессы (восприятие и ощущение, внимание, память, мышление)».

Доминирование представленных мотивов, по нашему мнению, может быть обусловлено особенностями обучения в вузе МВД России, где особое значение придается физической подготовленности, служебно-боевой готовности, а также высоким, в свете реформирования системы МВД России, требованиям к профессии полицейского.

Психологическими детерминантами мотивов здорового образа жизни выступают характерологические особенности и показатели тревожности. Мотивы здорового образа жизни взаимосвязаны с показателями самоконтроля, самоактуализации личности и ее ценностными ориентациями, а также обуславливают поведенческие особенности курсантов Санкт-Петербургского университета МВД России.