

С.В. Капранов, Г.В. Капранова, Я.И. Загарук, О.С. Ковалева,

М.А. Несвит, И.В. Стрельцова

**ОЦЕНКА ВЛИЯНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ МОТИВОВ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА САМОЧУВСТВИЕ
СТАРШЕКЛАССНИКОВ ПРОМЫШЛЕННОГО ГОРОДА**

Алчевская городская санэпидстанция

Управление образования Алчевского горисполкома

Киевская городская клиническая психоневрологическая больница №1

Научная секция «Медицина» Луганского территориального отделения Малой академии наук Украины, г. Алчевск

Ключевые слова: мотивации, психическое самочувствие, старшеклассники

Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков является важнейшей государственной и общественной проблемой.

Общеизвестно, что здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни и физических дефектов. К показателям здоровья относятся: физическое развитие, иммунологическая реактивность, заболеваемость, смертность, рождаемость, а также ухудшение самочувствия. Это различные болезненные явления, которые рассматриваются как физиологические признаки болезни или физиологические и другие сдвиги неизвестного значения.

Состояние здоровья человека формируется под влиянием многих условий, одними из основных являются социальные факторы среды жизнедеятельности, которые можно условно разделить на положительные и отрицательные (депрессивные). К депрессивным социальным факторам среды жизнедеятельности относится неблагоприятный психологический климат, вызванный различными причинами.

Согласно результатам исследований, большинство соматических заболеваний являются следствием невроза – нарушения эмоционально-чувственного, ментального равновесия человека. Сознание человека, которое отражается в его чувствах, желаниях, мыслях, влияет через вегетативную нервную систему на его соматическое состояние [1].

Установлено, что воздействие отрицательных психогенных факторов на старшеклассников приводит к ухудшению их самочувствия [2].

Одним из субъективных проявлений неблагополучия личности, ее дезадаптации является тревожность, которая свидетельствует об эмоциональном дискомфорте, неудовлетворении важнейших потребностей подростка [3].

Исследования показали, что в возрасте 15-17 лет девочки по сравнению с мальчиками имеют более высокие уровни ситуационной и личностной тревожности [4].

Принято выделять ряд факторов, которые оказывают отрицательное влияние на психическое здоровье человека. По сведениям комитета экспертов ВОЗ, к их числу следует отнести: межличностную изоляцию, которая неуклонно возрастает на фоне значительной информатизации общества, чрезмерную интенсификацию нервно-психической деятельности, значительное ослабление влияния семьи, выраженное учащение использования успокаивающих и снотворных фармацевтических средств и алкоголя, повышение степени зависимости человека от современных средств массовой информации [5].

Учитывая отрицательное влияние неблагоприятного психологического климата на здоровье, предложено рассматривать состояние нервно-психологического стресса, как показатель санитарно-эпидемиологи-

ческого благополучия населения, влияющий на его здоровье [6].

Одним из существенных факторов, оказывающих влияние на психическое здоровье детей и подростков, являются мотивации, мотивы и личностное отношение к возможности их удовлетворения.

Мотивации (побуждения) в биологии - активные состояния мозговых структур, побуждающие высших животных и человека совершенствоваться наследственно закрепленные или приобретенные опытом действия, направленные на удовлетворение индивидуальных (голод, жажда и др.) или групповых (забота о потомстве и др.) потребностей. Мотивы - то, что побуждает деятельность человека, ради чего она совершается. В широком смысле к мотивам в психологии относят потребности и инстинкты, влечения и эмоции, установки и идеалы [7].

Мотивация - совокупность побуждений, вызывающих активность организма и определяющих ее направленность. Мотивация включает в себя способы и условия удовлетворения мотивов [8].

Согласно определению психологов и педагогов, под мотивом обычно понимают внутреннее пробуждение личности к тому или иному виду активности (деятельность, общение, поведение), связанное с удовлетворением определенной потребности. В качестве мотивов могут выступать и идеалы, интересы личности, убеждения, социальные установки, ценности, но за всеми этими причинами все равно стоят потребности личности во всем их многообразии: от витальных, биологических до высших социальных.

Выделяют мотивы внутренние и внешние. Если для личности деятельность значима сама по себе (удовлетворение познавательной потребности в процессе обучения), то говорят о внутренней мотивации. Если же значимы другие потребности (социальный престиж, зарплата и т.д.), то говорят о внешних мотивах. Сами внешние мотивы могут быть положительными (мотивы успеха, достижения) и отрицательными (мотивы избегания, защиты). Очевидно, внешние положительные мотивы более эффективны, чем внешние отрицательные,

даже если по силе (количественный показатель) они равны [9].

Возникая на основе потребности, мотив представляет собой ее предметное воплощение [10].

Мотивы, как формы проявления направленности личности, могут быть неосознаваемыми и осознаваемыми. К неосознаваемым мотивам относят влечения (стремление удовлетворить малоосознаваемую или вообще неосознанную потребность) и установки (неосознаваемое личностью состояние готовности к деятельности, с помощью которой может быть удовлетворена та или иная потребность). К осознаваемым мотивам относятся: желание, интерес, склонность, идеал, мировоззрение и убеждение.

Всю совокупность мотивов, которые формируются и развиваются на протяжении жизни личности, называют мотивационной сферой личности. В целом развитие этой сферы протекает в зависимости от обстоятельств. Но все-таки в ней можно выделить устойчивые мотивы, которые направляют поведение личности относительно независимо от внешних условий. Такая совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность личности и относительно независимых от наличных ситуаций, называется направленностью личности [11].

Одним из основных положительных осознанных мотивов детей и подростков является мотив учения. Это направленность ученика на различные стороны учебной деятельности. Учебные мотивы формируются в процессе обучения через предметное содержание деятельности и через отношения, складывающиеся между участниками учебного процесса. Соответственно этому выделяются познавательные мотивы - к учебному предмету (связанные с процессом выполнения учебной деятельности) и социальные мотивы - по отношению к другим людям [12-13].

Вторым важным осознанным положительным мотивом у подростков является позитивная социализация, связанная с отчетливостью, реалистичностью и оптимистичностью ориентации на будущее. Согласно результатам проведенного лонгитюдного исследования социального развития, в

зависимости от наличия или отсутствия ориентации на будущее все подростки, участвовавшие в интервью, были разделены на два крайних полюса - достигших единства с обществом («борцы») и отчужденных от общества («неудачники»). Социализировавшиеся подростки были хорошо приспособлены, смотрели на будущее с оптимизмом и были удовлетворены своим выбором. Они позитивно и реалистично относились к жизни и к себе, имели планы на будущее, характеризовались высокой степенью школьной успешности, чувствовали ответственность перед обществом и интересовались общественной жизнью. В противоположность им отчужденные подростки боялись будущего и были неудовлетворены своим выбором. У них отсутствовали уверенность в себе и планы на будущее, оценки в школе были низкими, занятия часто прерывались. Эти подростки «жили одним днем», не чувствовали ответственности перед обществом и не интересовались общественной жизнью [14].

Имеются научные публикации, в которых указывается на взаимосвязь мотивов в жизнедеятельности человека и показателей его здоровья. Так, согласно опубликованным данным, здоровье - это дар, который весьма быстро теряется, если жизнь не наполнена смыслом и не дает радости существования. Болезненное состояние нашего общества, стремительный рост преступности, наркомании, алкоголизма, самоубийств, деграционные процессы являются следствием того, что огромное количество людей ощущает бессмысленность и бесцельность своего бытия. Это проблема не только нашего общества. На основании многих, как отечественных, так и зарубежных исследований, можно утверждать, что потеря смысла жизни служит причиной фрустрации, экзистенциального вакуума, с чем связаны неврозы, психические заболевания и даже суициды. И наоборот, выявление в жизни смысла развивает в человеке мощные жизненные силы, что положительно влияет на здоровье. Таким образом, проблема здоровья в значительной мере является проблемой смысла жизни [15-16].

Однако, в настоящее время наука не располагает данными о влиянии мотивов

жизнедеятельности на показатели здоровья, в том числе самочувствие, старшеклассников, проживающих в городах с неблагоприятной экологической обстановкой. В то же время, ранее выполненные нами исследования показали, что различные жалобы на ухудшение самочувствия под влиянием комплекса неблагоприятных факторов среды жизнедеятельности предъявляют большинство старшеклассников, проживающих в условиях неблагоприятной экологической обстановки [17].

Анализ различных жалоб населения на ухудшение его самочувствия в последние пятьдесят лет успешно применяется отечественными и зарубежными учеными для оценки воздействия отрицательных факторов среды жизнедеятельности на здоровье.

Целью научной работы явилось изучение и оценка влияния положительных мотивов жизнедеятельности на самочувствие старшеклассников промышленного города с последующей разработкой профилактических рекомендаций.

Материалы и методы. Исследования выполнены в г. Алчевске с высокой плотностью жилой и промышленной застройки и крупными производствами черной металлургии и коксохимии. С целью изучения жалоб у старшеклассников промышленного города на ухудшение их самочувствия проведено анкетирование учащихся 9 – 11 классов в возрасте 15 – 17 лет в 10 общеобразовательных школах города. Всего анкеты заполнили 646 школьников, из них мальчиков 261, а девочек – 385.

Школьникам было предложено добровольно ответить на вопросы: «Предъявляешь ли ты жалобы на ухудшение самочувствия» по следующим признакам: головная боль, головокружение, чувство тяжести в голове, бессонница, сонливость, общее недомогание, умственная усталость, нервно-психическая усталость, физическая усталость, неуверенность в себе, тревожность, грусть, раздражительность, психическая возбудимость, ухудшение координации точных движений, затрудненность дыхания, кашель, сухость во рту, ухудшение аппетита, тошнота (вне связи с приемом недоброкачественных продуктов), неприятные ощущения в области сердца и неприятные

ощущения в области живота. Ответы на указанные вопросы были распределены в зависимости от частоты предъявления жалоб: никогда, реже одного раза в месяц (иногда), чаще одного раза в месяц (часто).

В качестве положительного мотива жизнедеятельности была использована цель в жизни.

С целью оценки наличия указанного мотива в деятельности школьники добровольно ответили на вопрос анкеты: «Имеется ли ты в жизни глубоко продуманную цель, к достижению которой последовательно стремишься». Ответ на этот вопрос отражает индивидуальное (субъективное) мнение школьников о наличии или отсутствии у них ориентации на будущее.

По результатам анкетирования все старшеклассники были распределены на следующие 3 группы: I группа (основная) – имели цель в жизни (на вопрос анкеты ответили «да»); II группа – на вопрос анкеты указали «затрудняюсь ответить»; III

группа – не имели цели в жизни (на вопрос анкеты ответили «нет»). Для удобства статистической обработки и анализа полученных данных II и III группы детей были объединены в общую контрольную группу.

В результате для каждой из групп детей, сформированных в зависимости от изученных факторов, были рассчитаны экстенсивные показатели (в %). Определение достоверности разности этих показателей осуществлено общепринятыми методами.

Результаты исследования и их обсуждение. Установлено, что из 646 старшеклассников 431 (то есть $66,72 \pm 1,85\%$) имели цель в жизни, 159 ($24,61 \pm 1,69\%$) затруднялись ответить и 56 ($8,67 \pm 1,11\%$) – не имели цели в жизни. При этом, в зависимости от ответа на вопрос о наличии цели в жизни как одного из основных положительных мотивов жизнедеятельности, мальчики и девочки распределены на указанные три группы следующим образом (табл. 1).

Таблица 1

Результаты анализа анкетирования старшеклассников по вопросу наличия глубоко продуманной цели в жизни (%)

Цель в жизни	Пол детей:		p
	мальчики	девочки	
имели (основная группа)	$73,95 \pm 2,72$	$61,82 \pm 2,48$	$< 0,001$
затруднялись ответить+ не имели (контрольная группа) в том числе:	$26,05 \pm 2,72$	$38,18 \pm 2,48$	$< 0,001$
затруднялись ответить	$17,62 \pm 2,36$	$29,35 \pm 2,32$	$< 0,001$
не имели	$8,43 \pm 1,72$	$8,83 \pm 1,45$	$> 0,05$

Согласно результатам анализа проведенного анкетирования старшеклассников г. Алчевска установлено, что удельный вес имевших цель в жизни (основная группа) – мальчиков ($73,95 \pm 2,72\%$), статистически достоверно выше, чем девочек ($61,82 \pm 2,48\%$), различия в 1,2 раза статистически достоверны ($p < 0,001$). Затрудняются ответить на это вопрос, наоборот, достоверно больше девочек – $29,35 \pm 2,32\%$, чем мальчиков – $17,62 \pm 2,36\%$, различия составляют - 1,7 раза ($p < 0,001$). Среди затрудняющихся ответить и не имевших цели в жизни (контрольная группа), также больше девочек ($38,18 \pm 2,48\%$), по сравнению с мальчиками ($26,05 \pm 2,72\%$). Выявленные различия в 1,5 раза статистически достоверны ($p < 0,001$).

Полученные данные указывают на то, что мальчики по сравнению с девочками являются более целеустремленными, у них более выражена позитивная социализация, связанная с отчетливостью, реалистичностью и оптимистичностью ориентации на будущее.

В результате проведенных исследований установлено, что среди старшеклассников общей группы (мальчики + девочки), не имевших цели в жизни или испытавшими затруднения при ответе на этот вопрос, по сравнению с их сверстниками, имевшими цель в жизни, статистически достоверно выше удельный вес школьников с частыми жалобами на: чувство тяжести в голове – $17,67 \pm 2,60\%$ против $10,44 \pm 1,47\%$ (кратность различия в 1,7 раза), сонливость – $58,60 \pm 3,36\%$ против $43,16 \pm 2,39\%$ (в 1,4 ра-

за), общее недомогание – 20,93±2,77% против 12,53±1,59% (в 1,7 раза), нервно-психическую усталость – 27,44±3,04% против 17,40±1,83% (в 1,6 раза), неуверенность в себе – 12,09±2,22% против 4,87±1,04% (в 2,5 раза), раздражительность – 28,37±3,07% против 19,02±1,89% (в 1,5 раза), психичес-

кую возбудимость – 17,21±2,57% против 11,36±1,53% (в 1,5 раза) и сухость во рту – 10,70±2,11% против 5,11±1,06% (в 2,1 раза). При этом выявленные различия статистически достоверны (р от < 0,05 до < 0,001). Полученные данные указанные в таблице 2.

Таблица 2

Влияние наличия цели в жизни у школьников 15-17 лет г. Алчевска на их самочувствие (в %)

Пол школьников	Удельный вес школьников с жалобами на ухудшение самочувствия:								
	никогда			реже 1 раза в месяц			чаще 1 раза в месяц		
	цель в жизнь имеют		р	цель в жизнь имеют		р	цель в жизнь имеют		р
имеют	затрудняются ответить или не имеют	имеют		затрудняются ответить или не имеют	имеют		затрудняются ответить или не имеют		
Головная боль									
Общая группа	18,33±1,86	12,56±2,26	< 0,05	44,78±2,40	46,05±3,40	> 0,05	36,89±2,32	41,39±3,36	> 0,05
Мальчики	22,80±3,02	23,53±5,14	> 0,05	52,85±3,59	48,53±6,06	> 0,05	24,53±3,09	27,94±5,44	> 0,05
Девочки	14,70±2,30	7,48±2,17	< 0,05	38,24±3,15	40,90±4,10	> 0,05	47,06±3,24	47,62±4,12	> 0,05
Чувство тяжести в голове									
Общая группа	60,56±2,35	56,28±3,38	> 0,05	29,00±2,19	26,05±2,99	> 0,05	10,44±1,47	17,67±2,60	< 0,02
Мальчики	66,32±3,40	63,24±5,85	> 0,05	26,43±3,17	25,00±5,25	> 0,05	7,25±1,87	11,76±3,91	> 0,05
Девочки	55,88±3,22	53,06±4,12	> 0,05	31,09±3,00	26,53±3,64	> 0,05	13,03±2,18	20,41±3,32	> 0,05
Сонливость									
Общая группа	26,68±2,13	18,14±2,63	< 0,02	30,16±2,21	23,26±2,88	> 0,05	43,16±2,39	58,60±3,36	< 0,001
Мальчики	36,27±3,46	25,00±5,25	> 0,05	30,57±3,32	26,47±5,35	> 0,05	33,16±3,39	48,53±6,06	< 0,05
Девочки	18,91±2,54	14,96±2,94	> 0,05	29,83±2,97	21,77±3,40	> 0,05	51,26±3,24	63,27±3,98	< 0,02
Общее недомогание									
Общая группа	48,72±2,41	37,67±3,30	< 0,01	38,75±2,35	41,40±3,36	> 0,05	12,53±1,59	20,93±2,77	< 0,01
Мальчики	63,73±3,46	57,35±6,00	> 0,05	27,98±3,23	30,88±5,60	> 0,05	8,29±1,98	11,77±3,91	> 0,05
Девочки	36,55±3,12	28,57±3,73	> 0,05	47,48±3,24	46,26±4,11	> 0,05	15,97±2,37	25,17±3,58	< 0,05
Нервно-психическая усталость									
Общая группа	54,06±2,40	39,07±3,33	< 0,001	28,54±2,18	33,49±3,22	> 0,05	17,40±1,83	27,44±3,04	< 0,01
Мальчики	66,32±3,40	60,29±5,93	> 0,05	22,28±3,00	17,65±4,62	> 0,05	11,40±2,29	22,06±5,03	> 0,05
Девочки	44,12±3,22	29,25±3,75	< 0,01	33,61±3,06	40,82±4,05	> 0,05	22,27±2,70	29,93±3,78	> 0,05
Неуверенность в себе									
Общая группа	29,47±2,20	14,42±2,40	< 0,001	65,66±2,29	73,49±3,01	< 0,05	4,87±1,04	12,09±2,22	< 0,01
Мальчики	32,64±3,38	20,59±4,90	< 0,05	64,25±3,45	72,06±5,44	> 0,05	3,11±1,25	7,35±3,16	> 0,05
Девочки	26,89±2,87	11,56±2,64	< 0,001	66,81±3,05	74,15±3,61	> 0,05	6,30±1,57	14,29±2,89	< 0,02
Тревожность									
Общая группа	22,04±2,00	11,16±2,15	< 0,001	64,04±2,31	69,30±3,15	> 0,05	13,92±1,67	19,54±2,70	> 0,05
Мальчики	30,05±3,30	20,59±4,90	> 0,05	60,10±3,52	64,71±5,80	> 0,05	9,85±2,14	14,70±4,29	> 0,05
Девочки	15,55±2,35	6,80±2,08	< 0,01	67,23±3,04	71,43±3,73	> 0,05	17,23±2,45	21,77±3,40	> 0,05
Грусть									
Общая группа	18,33±1,86	12,09±2,22	< 0,05	67,98±2,25	68,84±3,16	> 0,05	13,69±1,66	19,07±2,68	> 0,05
Мальчики	25,39±3,13	25,00±5,25	> 0,05	67,36±3,38	60,29±5,93	> 0,05	7,25±1,87	14,71±4,30	> 0,05
Девочки	12,60±2,15	6,12±1,98	< 0,05	68,49±3,01	72,79±3,67	> 0,05	18,91±2,54	21,09±3,36	> 0,05
Раздражительность									
Общая группа	21,35±1,97	10,70±2,11	< 0,001	59,63±2,36	60,93±3,33	> 0,05	19,02±1,89	28,37±3,07	< 0,01
Мальчики	30,05±3,30	14,71±4,30	< 0,01	56,48±3,57	64,70±5,80	> 0,05	13,47±2,46	20,59±4,90	> 0,05
Девочки	14,29±2,27	8,84±2,34	> 0,05	62,18±3,14	59,19±4,05	> 0,05	23,53±2,75	31,97±3,85	> 0,05
Психическая возбудимость									
Общая группа	41,77±2,38	33,95±3,23	> 0,05	46,87±2,40	48,84±3,41	> 0,05	11,36±1,53	17,21±2,57	< 0,05
Мальчики	51,81±3,60	35,29±5,80	< 0,02	42,49±3,56	54,41±6,04	> 0,05	5,70±1,67	10,30±3,69	> 0,05
Девочки	33,61±3,06	33,33±3,89	> 0,05	50,42±3,24	46,26±4,11	> 0,05	15,97±2,37	20,41±3,32	> 0,05
Сухость во рту									
Общая группа	51,04±2,41	40,93±3,35	< 0,02	43,85±2,39	48,37±3,41	> 0,05	5,11±1,06	10,70±2,11	< 0,02
Мальчики	50,26±3,60	39,71±5,93	> 0,05	44,04±3,57	50,00±6,06	> 0,05	5,70±1,67	10,29±3,68	> 0,05
Девочки	51,68±3,24	41,50±4,06	< 0,05	43,70±3,22	47,62±4,12	> 0,05	4,62±1,36	10,88±2,57	< 0,05

Ухудшение аппетита									
Общая группа	49,42±2,41	41,40±3,35	> 0,05	43,62±2,39	49,30±3,41	> 0,05	6,96±1,23	9,30±1,98	> 0,05
Мальчики	58,55±3,55	44,12±6,02	< 0,05	36,27±3,46	52,94±6,05	< 0,02	5,18±1,60	2,94±2,05	> 0,05
Девочки	42,02±3,20	40,14±4,04	> 0,05	49,58±3,24	47,62±4,12	> 0,05	8,40±1,80	12,24±2,70	> 0,05
Неприятные ощущения в области сердца									
Общая группа	59,90±2,40	40,93±3,35	< 0,01	36,89±2,32	47,91±3,41	< 0,01	10,21±1,46	11,16±2,15	> 0,05
Мальчики	62,18±3,49	52,94±6,05	> 0,05	29,53±3,28	42,65±6,00	> 0,05	8,29±1,98	4,41±2,49	> 0,05
Девочки	45,38±3,23	35,37±3,94	< 0,05	42,86±3,21	50,34±4,13	> 0,05	11,76±2,09	14,29±2,89	> 0,05

Удельный вес школьников, которые предъявляли жалобы на неприятные ощущения в области сердца реже одного раза в месяц, также выше среди старшеклассников, не имевших цели в жизни или испытывшими затруднения при ответе на этот вопрос - 47,91±3,41%, по сравнению с их сверстниками, имевшими цель в жизни, - 36,89±2,32%. Выявленные различия в 1,3 раза статистически достоверны ($p < 0,01$).

В контингенте старшеклассников основной группы, имевших цель в жизни, по сравнению с их сверстниками из контрольной группы, статистически достоверно выше удельный вес школьников, не предъявлявших жалобы на: головную боль - 18,33±1,86% против 12,56±2,26% (кратность различия в 1,5 раза), сонливость - 26,68±2,13% против 18,14±2,63% (в 1,5 раза), общее недомогание - 48,72±2,41% против 37,67±3,30% (в 1,3 раза), нервно-психическую усталость - 54,06±2,40% против 39,07±3,33% (в 1,4 раза), неуверенность в себе - 29,47±2,20% против 14,42±2,40% (в 2,0 раза), тревожность - 22,04±2,00% против 11,16±2,15% (в 2,0 раза), грусть - 18,33±1,86% против 12,09±2,22% (в 1,5 раза), раздражительность - 21,35±1,97% против 10,70±2,11% (в 2,0 раза), сухость во рту - 51,04±2,41% против 40,93±3,35% (в 1,2 раза) и неприятные ощущения в области сердца - 52,90±2,40% против 40,93±3,35% (в 1,3 раза). При этом выявленные различия статистически достоверны (p от $< 0,05$ до $< 0,001$).

Кроме того, в основной группе, по сравнению с контрольной, выше удельный вес мальчиков, не предъявлявших жалобы на ухудшение аппетита - соответственно - 58,55±3,55% против 44,12±6,02% (в 1,3 раза). Выявленные при этом различия статистически достоверны (p от $< 0,05$).

Анализ проведенных исследований показал, что из 23 изученных жалоб, в том числе 13, по которым выявлены статистически достоверные различия, по девяти жалобам (на головную боль, сонливость, общее недомогание, нервно-психическую усталость, неуверенность в себе, тревожность, грусть, сухость во рту и неприятные ощущения в области сердца) кратность различия между показателями в сравниваемых группах более значительная в совокупности девочек, чем мальчиков. Это подтверждает, что по сравнению с мальчиками, девочки более восприимчивы к воздействию факторов, формирующих мотивы жизнедеятельности.

Таким образом, согласно результатам проведенных исследований было установлено, что среди старшеклассников контрольной группы промышленного города, которые не имели положительного мотива жизнедеятельности - цели в жизни или затруднялись ответить на этот вопрос, по сравнению с теми, которые имели цель в жизни (основная группа), достоверно выше удельный вес школьников, предъявлявших частые жалобы (а по поводу неприятных ощущений в области сердца - редкие жалобы) на ухудшение самочувствия.

Данные болезненные явления указывают на отрицательные функциональные изменения, происходящие в различных системах: нервной, пищеварительной, сердечно-сосудистой и других. Соответствующие функциональные изменения при определенных условиях в дальнейшем могут привести к заболеваниям этих и других систем организма.

Полученные сведения указывают на то, что отсутствие важнейшего положительного мотива жизнедеятельности - глубоко продуманную цель жизни у подростков приводит к ухудшению их самочувствия.

Выводы и рекомендации

1. Установлено, что $66,72 \pm 1,85\%$ старшеклассников промышленного города имели цель в жизни, $24,61 \pm 1,69\%$ затруднились ответить на поставленный вопрос и $8,67 \pm 1,11\%$ – не имели цели в жизни.

2. Удельный вес имевших цель в жизни мальчиков статистически достоверно выше, чем девочек. Затрудняются ответить на этот вопрос, наоборот, достоверно больше девочек, чем мальчиков. Среди школьников, затрудняющихся ответить на указанный вопрос и не имевших цели в жизни, также, больше девочек, по сравнению с мальчиками.

3. В группе старшеклассников, не имевших важного положительного мотива жизнедеятельности – цели в жизни или затруднявшихся ответить на этот вопрос, по сравнению с теми, которые имели цель в жизни, выше удельный вес школьников, предъявлявших жалобы на ухудшение самочувствия. Указанные функциональные изменения при определенных условиях в дальнейшем могут привести к заболеваниям этих и других систем организма.

4. Девочки по сравнению с мальчиками более восприимчивы к фактору воздействия мотивов жизнедеятельности.

С целью профилактики ухудшения самочувствия и других показателей здоровья школьников необходимо обеспечить:

1. Формирование у учащихся силами педагогов, родителей и других лиц, работающих с детьми и подростками, положительных мотивов жизнедеятельности и особенно позитивной социализации, связанной с отчетливостью, реалистичностью и оптимистичностью ориентации на будущее. Воспитание у школьников глубоко продуманных благородных целей в жизни, к достижению которых следует последовательно стремиться, а также удовлетворенности своим выбором. Достижение подростками хорошего приспособления в обществе. Формирование у учащихся ответственности перед обществом и заинтересованности общественной жизнью.

2. Активизация у детей и подростков осознанного мотива учения путем воздействия на различные стороны учебной деятельности: предметное содержание учебной

работы и отношения, складывающиеся между участниками учебного процесса – школьниками и педагогами. Создание для учащихся благоприятного психологического климата в школе и семье.

3. Исследование и оценка мотивов жизнедеятельности школьников. В процессе изучения психического здоровья учащихся раннее выявление и коррекция первых отклонений в нервно-психическом состоянии школьников с участием педагогов, психологов и медицинских работников. Организация постоянного наблюдения за психическим здоровьем учащихся как составной части социально-гигиенического мониторинга.

Литература

1. Песоцкая Л.А. Психофизиология здоровья // Лікарська справа. – 2003. – №1. – С. 61 – 63.

2. Капранов С.В., Капранова Г.В., Несвит М.А., Ковалева О.С. Оценка влияния нервно-психических условий жизнедеятельности на самочувствие старшеклассников промышленного города // Вестник гигиены и эпидемиологии. – 2007. – Том 11. – №2. – С. 255–258.

3. Карнаух И.С. Тревожность как фактор личностного развития подростков // Проблемы психического развития и психокоррекции детей и подростков: межвузовский сборник статей аспирантов. – Пенза: Издательство ПГПУ им. В.Г. Беллинского, 2002. – С. 37–42.

4. Сергета І.В., Браткова О.Ю. Рівень ситуаційної та особистої тривожності серед учнів старших класів загальноосвітніх шкіл // Збереження здоров'я населення урбанізованих територій: наукові і практичні аспекти впливу чинників довкілля: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої 85-річчю кафедри загальної гігієни. – Дніпропетровськ: МЦ ДДМА, 2007. – С. 195–198.

5. Сергета І.В. Актуальні проблеми психогігієни // Гігієнічна наука та практика на рубежі століть: Матеріали XIV з'їзду гігієністів України. 19–21 травня 2004 року (Дніпропетровськ). – Т. I. – К., 2004. – С. 334–337.

6. Грач В.Ф. Санитарно-эпидемиологическая служба: Современное состояние, перспективы развития. – Донецк, 2005. – 548 с.

7. Советский энциклопедический словарь / Гл. ред. А.М. Прохоров. – 4-е изд. – М.: Советская энциклопедия, 1988. – 1600 с.

8. Колбанов В.В. Валеология: Основные понятия, термины и определения. – СПб.: ДЕАН, 1988. – 232 с.

9. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.И. *Психология и педагогика*. - СПб.: Питер, 2001. - 432 с.
10. Медведев В.И., Марьянович А.Т. *Основные понятия физиологии военного труда*. - Л.: ВМедА, 1983. - 36 с.
11. Бондарчук Е.И., Бондарчук Л.И. *Основы психологии и педагогики*. - 2-е изд., перераб. и доп.. - К.: МАУП, 2001. - 168 с.
12. Бархаев Б.П. *Педагогическая психология*. - СПб.: Питер, 2007. - 448 с.
13. Турішцева Л.В. *Формування мотивації навчання // Біологія*. - 2007. - №2. - С. 20.2-20.6.
14. Пулккинен Л. *Лонгитюдное исследование ориентации на будущее у подростков // В кн.: Психология личности и образ жизни*. - М.: Наука, 1987. - С. 153-158.
15. Скумин В.А. *И воздвигем духа сияющий храм*. - Новочеркасск: Терос, 1996. - 24 с.
16. Грацук В.П. *Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика)*. - Луганск: Альма-матер, 2003. - 376 с.
17. Капранов С.В., Капранова Г.В., Тарасова И.О., Безручко Д.Ю., Головина Т.Ю., Догадина Я.А., Наумова Ю.Ю., Несвит М.А., Ковалева О.С., Стрельцова И.В. *Анализ жалоб у старшеклассников промышленного города на ухудшение самочувствия // Материали IV Міжнародної науково-практичної конференції «Динамика наукових досліджень, 2005»: 20-30 червня 2005 року: Том 30: Медицина*. - Дніпропетровськ, 2005. - С. 51-52.

ОЦІНКА ВПЛИВУ ПОЗИТИВНИХ МОТИВІВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ НА САМОПОЧУТТЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ ПРОМИСЛОВОГО МІСТА

С.В. Капранов, Г.В. Капранова, Я.І. Загарук, О.С. Ковальова,
М.А. Несвіт, І.В.Стрельцова

Вивчено вплив позитивних мотивів життєдіяльності на самопочуття старшокласників міста з великими підприємствами чорної металургії і коксохімії. З метою вивчення скарг проведено анкетування 646 учнів 9 – 11 класів (15 – 17 років) в 10 загальноосвітніх школах. Встановлено, що відсутність позитивного мотиву життєдіяльності - цілі у житті у старшокласників призводить до погіршення їхнього самопочуття. Дівчата у порівнянні з хлопцями більш чутливі щодо впливу факторів, які формують мотиви життєдіяльності.

Запропоновані профілактичні рекомендації.

Ключові слова: мотивації, самопочуття, старшокласники

EVALUATION OF THE INFLUENCE OF THE POSITIVE REASONS OF VITALACTIVITIES ON FEELING AT THE HIGH SCHOOLCHILDREN OF INDUSTRIAL CITY

S.V. Kapranov, G.V. Kapranova, Y.I. Zagaruk, O.S. Kovaleva, M.A. Nesvit, I.V. Streltsova

It was investigated the influence of the positive reasons of vitalactivities on feeling at the high schoolchildren of city with the large ferrous and coke-chemical industry. With the purpose of study of the complaints in 646 schoolchildren of 9-11 classes (15-17 years) of 10 comprehensive schools are carried out question-naire

It was established, that absence of the positive reasons of vital functions is aims in life for senior pupils results in worsen of their feel. The girls in comparison with the boys are more sensitive to factors, formings reasons of vital functions.

The preventive recommendations are offered.

Keywords: motivations, feel, senior pupils