

СЕКЦИЯ 2
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ И СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

А. В. Бутько

Белорусский государственный университет культуры и искусств
г. Минск, Республика Беларусь

**СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ОРГАНИЗАЦИИ ПИАР-МЕРОПРИЯТИЙ
ДЛЯ ПОПУЛЯРИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ**

В статье рассматриваются цели и средства пиар-мероприятий по формированию здорового образа жизни среди студентов, так как неблагоприятные тенденции в динамике здоровья молодежи диктуют необходимость поиска различных действенных мер.

Ключевые слова: здоровье, образ жизни, пиар-деятельность, профилактика.

Здоровье выступает одной из базовых ценностей человеческой жизни [1]. Однако, несмотря на ценность и большую значимость здоровья для каждого человека, большое количество современных социологических исследований и статистических данных свидетельствуют о том, что происходит ухудшение состояния здоровья населения Республики Беларусь. В частности, увеличиваются показатели заболеваемости детей и молодежи, отмечается невысокий уровень физической подготовки молодежи и фиксируется недостаточная популяризация спорта среди населения Беларуси.

Присутствие популяризации здорового и активного образа жизни в учебном и воспитательном процессе ведет к более раннему и обоснованному формированию взглядов на данную проблему, обращению человека путем информирования в сторону осознанного выбора в пользу собственного здоровья и благополучия.

В связи с тем, что фундамент здоровья закладывается в молодом возрасте, необходимо уделять больше внимания формированию у молодого поколения более ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ), мотивировать на занятия физической культурой и спортом. Идея здорового и активного образа жизни продвигается такими институтами, как семья, государство, образование. В рамках данной работы мы рассмотрим физкультурно-оздоровительную деятельность молодежи в пространстве вуза. Связано это с тем, что на определенном жизненном этапе молодой человек весьма активно погружается в образовательный процесс, получая высшее образование, и обладает тесной связью именно с высшим учебным заведением. Перед образовательным учреждением стоит задача обучения навыкам ЗОЖ, а также организация и создание условий для проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий, которые смогут заинтересовать учащихся вуза [3].

Работу с молодежью можно назвать одним из самых перспективных направлений во всей пиар-деятельности в сфере популяризации здорового образа жизни. Эта категория населения помимо своей восприимчивости, также может обеспечить и дальнейшее распространение этой идеи среди сверстников и младшего поколения, что будет способствовать наиболее быстрой информируемости и смене взглядов.

Обучение в высшем учебном заведении требует от современной студенческой молодежи усидчивости, ответственности, большой концентрации ресурсов и максимальной работоспособности. Благодаря этим качествам современный обучающийся сможет овладеть необходимыми знаниями, умениями и навыками, приобрести универсальные и профессиональные компетенции, которые в будущем помогут ему сложиться как высококвалифицированному специалисту.

Необходимо подчеркнуть, что помимо перечисленных качеств, современный студент должен поддерживать свое психологическое, социальное и физическое состояние, которые помогут

ему выдержать учебные нагрузки при выполнении различных видов образовательных работ, а также позволят студенту иметь возможность принимать участие в научной, общественной и спортивной деятельности, реализуемых в пространстве учебного заведения [2].

То есть учебная и внеучебная деятельность современной студенческой молодежи в настоящее время настолько активна, что включает в себя длительные занятия в аудитории, большое количество времени, которое студент проводит за монитором компьютера или другого гаджета, что увеличивает нагрузку на костно-мышечный и зрительный аппарат, а также приводит к нервно-психическому напряжению обучающихся. Помимо этого, у студентов могут снижаться показатели физического развития, развиться ряд заболеваний, куда можно отнести и профессиональные, появляющиеся уже во время обучения в вузе.

Обращая внимание на такие нагрузки, мы хотим отметить, что особо важно со стороны высшего учебного заведения уделять внимание на то, чтобы молодые люди заботились о своем здоровье и поддерживали свой иммунитет. Поддерживать и укреплять свой уровень здоровья, а также мотивировать обучающихся заниматься своим физическим развитием можно через грамотно организованную физкультурно-оздоровительную деятельность учреждения образования.

Разрабатывая PR-кампанию для продвижения здорового образа жизни среди студентов, следует обратить внимание на алгоритм создания этой самой акции.

На первом этапе формируется штаб для разработки PR-кампаний. Штаб может состоять из какой-либо учебной группы или студенческого клуба здоровья. Для того чтобы пригласить желающих, можно оставлять объявления внутри учебного заведения. Разработкой плана действий также занимается штаб, они в свою очередь определяют цели, задачи и стратегию PR-мероприятия.

Исследования проводятся с помощью анкетирования (бумажное или виртуальное), интервьюирование и т. д. Исследование выявляет проблему в области здоровья (компьютерная зависимость, табакокурение, избыточный вес и др.) наиболее распространенные среди учащихся вуза.

Выбирая тему PR-мероприятия, следует опираться на результаты исследования, так как тема определяется штабом. Она может сформироваться на примере слогана или девиза, также можно предложить участникам самим выбрать название темы.

Цели и задачи мероприятия должны быть сформулированы конкретно и возможны для выполнения.

На втором этапе осуществляется выбор формы для проведения мероприятия. Например, это могут быть ярмарки, конкурсы, выставки, деловые игры и конференции. Выбор формы основывается на позволенных ресурсах, которыми обладает высшее учебное заведение, желательно с учетом результатов, обозначенных в ответах опрошенных.

Для подготовки пресс-релиза существует «правило 21 дня» которое означает, что анонсировать PR-мероприятие необходимо именно в течении данного промежутка времени и тогда общественность будет информирована и подготовлена к событию. Формами пресс-релиза могут быть как объявления в стенах университета, так и размещены в социальных сетях.

3 Этап – это непосредственно проведение PR-мероприятия. Необходимо добровольное присутствие на мероприятии большого числа представителей целевой аудитории, однако также должен присутствовать интерес представителей студенческой общественности. Именно массовый характер позволяет кампании быть наиболее эффективной. Однако, в данном случае главной точкой PR-мероприятия является освещение события в СМИ.

Именно освещение PR-мероприятия в средствах массовой информации позволяет получить общественный резонанс события, а также возможность закрепления спрогнозированного мнения и отношения к проблематике, продление эффекта от PR-события.

На четвертом этапе происходит оценка эффективности PR-мероприятия.

Оценки изменения общественного мнения могут быть аналогичны тем, что применимы в начале PR-мероприятия, а также показательным, но отложенным критерием эффективности является поведение целевой аудитории. Показательным примером эффективности PR-кампании является высокая активность студентов БГУКИ, которые посещают каждый год

«День здоровья» и каждый факультет принимает участие в данном мероприятии, а также активно обсуждает ее в социальных сетях.

Подводя итоги, следует отметить, что PR-деятельность является эффективной технологией, которая используется для продвижения здорового образа жизни среди студентов, а также заинтересованности в области физической культуры и спорта. Благодаря вышеизложенному алгоритму, можно составить свою PR-кампанию для эффективного проведения мероприятия.

Список использованных источников

1 Никифоров, Г. С. Психология здоровья / Г. С. Никифоров. – Санкт-Петербург : Питер, 2006. – 607 с.

2 Руденко, З. Х. Роль физического воспитания в профессиональной подготовке студента : учеб. пособие / З. Х. Руденко, В. И. Долганов. – М. : ИД «Форум»: ИНФРА-М, 1999. – 501 с.

3 Соковня-Семенова, И. И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь : учеб. пособие / И. И. Соковня-Семенова. – М. : ЮНИТИ, 2000. – 208 с.

А. Н. Редюк

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины
г. Гомель, Республика Беларусь

АГРЕССИЯ И АГРЕССИВНОСТЬ У ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК, СКЛОННЫХ К РЕАКЦИИ ОБИДЫ

В статье разъясняется негативное влияние чувства обиды на качество жизни и здоровья студентов. Эмпирически подтверждается связь обиды и агрессии. Раскрываются гендерные различия в проявлении агрессии и агрессивности. Приводятся данные эмпирического исследования 155 юношей и 150 девушек в возрасте 17–21 года на основе методик «Диагностика показателей и форм агрессии» (А. Басса и А. Дарки) и «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильина и П. А. Ковалева), реализованного на базе университетов г. Гомеля.

Ключевые слова: обида, агрессия, агрессивность, социальное взаимодействие, качество жизни, здоровье, юноши, девушки.

Изучение причин снижения качества жизни и здоровья человека являются актуальной проблемой в психологических исследованиях. Интерес психологической науки к данной теме обусловлен знанием, что непродуктивные способы выражения эмоций могут проявиться в виде различных психических и физических заболеваний. Человек – существо социальное и большинство своих потребностей может удовлетворить только в обществе, в общении с другими людьми. Именно эффективное социальное взаимодействие в большей степени обуславливает высокий уровень жизни и здоровья человека.

Дистресс, длительные, сильные, сдержанные, подавленные эмоции часто является предикторами различных психосоматических расстройств [1], разрушающих человека изнутри (онкологических, сердечно-сосудистых, аллергических, вирусных, личностных) [2]. Агрессия часто сочетается с такими психосоматическими симптомами как: спазмы, сонливость, плаксивость, колебания настроения, нарушение сна, нарушение дыхания, повышение аппетита [3].

На уровне социального взаимодействия неадекватное выражение эмоций проявляется в одиночестве, конфликтах, разводах, суицидах, сексуальных дисфункциях, алкоголизации, наркоманизации, табакокурении, снижении количества социальных связей и социальной поддержки.