

экономике с высшим образованием возрос на 5,9 процентных пункта, удельный вес занятых со средним специальным образованием - на 11,8 процентного пункта. За тот же период средняя продолжительность обучения населения увеличилась с 12,3 до 14,6 лет. Анализ уровня государственного финансирования в Беларуси показал, что по удельному весу, на протяжении 2008–2011 гг. расходы органов государственного управления на систему образования составляли около 6% от ВВП, что сопоставимо как с другими странами Центральной и Восточной Европы, так и развитыми странами. Однако в структуре расходов на образование в Беларуси основная часть приходится на среднее образование (около 55%), а доля, приходящаяся на высшее образование, постоянно падает. Компенсация осуществляется за счет роста частных инвестиций в образование, которые приносят экономические и социальные выгоды - по расчетам в Беларуси в среднем годовая зарплата работника с высшим образованием в 2,35 раза превышает зарплату работника с базовым средним образованием [5].

В своем развитии человеческое общество вступило в третье тысячелетие, переходя в качественно новое состояние - информационное общество, в условиях которого существенно возрастает значение образования и актуализируется проблема его инвестирования.

Список литературы

1. Всемирный доклад по образованию 2007. //UNESCO Institute for Statistics [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://unesdoc.unesco.org>. - Дата доступа: 12.10.2013.
2. Взгляд на образование 2012 //Организация Экономического Сотрудничества и Развития, 11-сентября-2012 [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://oecdru.org/obraz.htm>. - Дата доступа: 12.10.2013.
3. Взгляд на образование 2013. Индикаторы ОЭСР // Организация Экономического Сотрудничества и Развития, 24-июня-2013 [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://oecdru.org/obraz.html>- Дата доступа: 12.10.2013.
4. Нестерова Д., Сабирьянова К. Инвестиции в человеческий капитал в переходный период в России. Российская программа экономических исследований. Научный доклад № 99/04, декабрь 1998.
5. Шиманович, Г. Человеческий капитал: Отдача на образование / Г.Шиманович, А. Чубрик [электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://belinstitute.eu/ru/node/625>. - Дата доступа: 15.11.2013.

УДК 378.172

МОТИВАЦИЯ К ВЕДЕНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

*Размыслович М.С., Литуновская Т.В.,
Витебск, УО «ВГТУ»*

К счастью все больше людей начинают отказываться от вредных привычек и заниматься здоровым образом жизни. Что это и почему оно начинает занимать такое место в нашей жизни? Точного определения для ЗОЖ еще нет, но с физической стороны он выступает как отказ от вредных привычек, занятия спортом. С психологической точки зрения здоровый образ жизни является развитием личности, мотивацией. Трудно ведь представить успешного человека без должной мотивации?

Что входит в здоровый образ жизни?

- хорошее воспитание и осознанный отказ от вредных привычек;
- экологически чистая окружающая среда;
- правильное и здоровое питание – отказ от жирной пищи, употребление качественных продуктов;

– физическая активность – будь то профессиональные занятия спортом либо просто гимнастика.

– мотивация к успеху, целеустремленность.

Почему ЗОЖ так моден сейчас? Просто социум начал осознавать, что только здоровый образ жизни обеспечит долголетие и здоровые, целые и счастливые семьи. Мотивация к ЗОЖ поможет нам получить должную мотивацию для достижения цели и успеха в будущем.

Никто не знает, откуда именно началась эта популяризация ЗОЖ, но сейчас она все больше набирает известность и в наших странах благодаря активистам и сети интернет.

Здоровье, потребность и стремление в его сохранении практически у большинства людей выступают на первый план. Иначе говоря, здоровье – это абсолютная и жизненная непреходящая ценность, занимающая самую верхнюю ступень в иерархической лестнице потребностей. Однако положение здоровья на вершине жизненных потребностей носит скорее теоретический аспект (или желанный результат). На практике же, как свидетельствуют исследования, здоровье занимает далеко не первые позиции среди населения. Низкий рейтинг здоровья подтверждается тем, что большая часть населения не соблюдает здорового образа жизни, у многих имеются те или иные факторы риска, низкая медицинская активность.

Кроме того, у определённой категории преобладает стремление к накопительству товаров, значительному расходованию на них средств в ущерб своему здоровью. Наличие же здоровья позволит человеку вести активную, творческую, полноценную жизнь. И чем раньше человек осознаёт это, тем меньше ему придётся расходовать средств в последующие годы на коррекцию здоровья, тем более гармоничной будет личность.

Потребность в здоровье носит всеобщий характер. Она присуща как отдельным индивидуумам, так и обществу в целом, поскольку здоровье оказывает огромное влияние на качество трудовых ресурсов, производительность труда и, следовательно, в итоге на производство национального продукта страны.

Мотивация здоровья и здорового образа жизни занимает центральное место в формировании и сохранения здоровья каждого человека.

Под мотивацией здоровья и здорового образа жизни понимается осознание человеком необходимости сохранения здоровья как основы для проявления в различных сферах жизнедеятельности, как основы его гармонического развития и выполнение в связи с этим тех или иных мероприятий по сохранению и поддержанию здоровья, соблюдения для этих же целей принципов здорового образа жизни. При отсутствии мотивации у человека любые программы и мероприятия по сохранению здоровья будут слабо эффективны или вообще нерезультативны.

Например, если человек сам не осознаёт, что курение вредно, не убедится в его пагубности, малоэффективными окажутся любые мероприятия по борьбе с курением. Однако наличие мотивации у человека плюс борьба с ним обеспечивают практически 100%-ный успех [1, с. 53]

Чем ниже уровень мотивации здоровья среди населения, тем ниже здоровье и уровень его благосостояния. В современных условиях болезнь является наиболее частой причиной невыходов на работу. Стремление к сохранению здоровья, а точнее к сокрытию патологии, уже проявилось в сегодняшних рыночных отношениях. Это выражается в том, что уменьшилось число обращений граждан в ЛПУ. В ЛПУ практически (а особенно в поликлиниках) отсутствуют очереди на приём к врачам. Уменьшение числа обращений, разумеется, не связано с улучшением здоровья населения. Оно обусловлено тем, что население боится лишней раз не выйти на работу, т. к. может попасть под сокращение и оказаться безработными. Следовательно, у больных больше шансов стать безработными, чем у здоровых. Важно это в связи с тем, что:

1) частая болезнь работающего не позволит создать материальные блага, т. е. прибыль предприятию;

2) в случае болезни или травмы работодатель обязан выплатить больному пособие по временной нетрудоспособности.

Поэтому гораздо выгодней работодателю принимать на работу здоровых лиц, чем больных с низким уровнем здоровья. В связи с этим у населения в условиях рыночной экономики возникает к мотивации и сохранению здоровья, чего не было при социализме. Население должно понять, что здоровье – это бесценное социальное качество, которое нужно сохранять и преумножать. Необходимо формировать моду на здоровье, чтобы человек понял, что здоровым быть престижнее, чем больным.

Для этого помимо профилактических мероприятий санитарно-просветительного характера следует использовать экономические стимулы. К таким стимулам по формированию престижа здоровья можно отнести: надбавки к заработной плате, сокращение продолжительности рабочего времени, увеличение числа выходных, увеличение продолжительности отпуска и др. Эти стимулы необходимо применять в отношении тех лиц, которые соблюдают здоровый образ жизни (не злоупотребляют спиртным, не курят, занимаются спортом и т. д.), которые имеют минимальное число невыходов на работу, т. е. высокий потенциал здоровья. Тогда у других людей, у которых ещё не наступила мотивация здоровья и здорового образа жизни, будет хороший стимул для их реализации.

Каждый из нас дорожит кем-то или чем-то в этом мире. Для кого-то это дети, семья, для кого-то – работа или хобби. Но только здоровый человек сможет полностью отдаваться тому, что он любит, ведь иначе просто не будет хватать сил на всё. Статистика сообщает, что люди, ведущие здоровый образ жизни, гораздо дольше живут, реже страдают от хронических заболеваний, добиваются большего успеха в различных сферах деятельности и быстрее достигают карьерного роста. Кроме этого, у таких людей без причины не портится настроение, а значит, их жизнь значительно приятнее. Чем не мотивация к здоровому образу жизни?

Ценности здорового образа жизни понятны, но нужно определиться, что же это вообще такое. Для кого-то это просто отказ от курения и употребления алкоголя и наркотиков, кто-то воспринимает это как зарядку утром и здоровое питание. Однако не всё так просто, ведь нужно соблюдать правильный режим.

Прежде всего, действительно нужно правильно питаться, не курить, не употреблять наркотики, заниматься спортом. Очень полезны прогулки на свежем воздухе, а также езда на велосипеде, плавание. Однако здоровье не ограничивается только лишь физическими параметрами. Нужно быть здоровыми и морально, духовно. Не стоит постоянно думать о проблемах, нужно уметь мыслить оптимистично и стараться находить свои плюсы во всём. Даже если кажется, что мир рушится, стоит собраться и быть сильным, чтобы преодолеть все невзгоды. А ведение правильной, здоровой жизни поможет, ведь, как говорит пословица: «В здоровом теле – здоровый дух» [2, с. 151].

Список литературы

1. Виленский, М.Я. Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни студентов. В сб.: Материалы первой Всероссийской научной конференции «Образ жизни и здоровье студентов» 21–23 ноября 1995 года, в г. Москве, на базе Российского университета дружбы народов им. П. Лумумбы. – М.: Изд-во РУДН, 1995.
2. Ляхович, А.В., Маркова А.И. Тенденции образа жизни студенческой молодёжи. В сб.: Материалы первой Всероссийской научной конференции «Образ жизни и здоровье студентов» 21–23 ноября 1995 года, в г. Москве, на базе Российского университета дружбы народов им. П. Лумумбы. – М.: Изд-во РУДН, 1995.