

ТЕХНОЛОГИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ КАК ОСНОВА ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ

© **Марина Александровна БОЛДИНА**

кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры социально-педагогического образования
Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33
E-mail: marina_boldina@mail.ru

Проанализировано понятие «социальная технология», которая определяется как деятельность, в результате которой достигается поставленная цель и изменяется объект деятельности. Определено, что, как и любая социальная деятельность, социальная технология многообразна по своему конкретному воплощению, целевым функциям, своему характеру и результатам. Примером может служить применение здоровьесберегающих технологий в деятельности специалиста социальной работы. Здоровьесберегающие технологии рассмотрены как совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью. Анализ научной литературы позволил выделить, что с целью формирования здорового образа жизни применяются различные социальные технологии, направленные на работу как с различными категориями клиентов, так и с сотрудниками социозащитных учреждений. В работе с коллективом специалистов используется весь широкий спектр мер по защите от неблагоприятных биологических и социальных факторов. В системе мер социальной защиты населения наиболее эффективными являются реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта, адаптивная физическая культура. Кроме того, в системе социальной защиты населения применяются технологии, включающие в себя основные вопросы, связанные с жизнедеятельностью маломобильных групп населения в современном обществе. Обосновано, что квалифицированное содействие клиентам в решении проблем, связанных со здоровьем, определяет профессиональные особенности социальной работы и уровень подготовки специалиста по соответствующей медицинской специализации, выполняющего координирующую роль и участвующего в оказании медико-социальной помощи.

Ключевые слова: социальная технология; здоровьесберегающие технологии; деятельность специалиста социальной работы

DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-10(162)-67-71

Технология социальной работы – последовательность действий специалиста по социальной работе, основанных на его профессиональном мастерстве, индивидуальной технике, направленных на активизацию личностных ресурсов клиента и достижение выхода из трудной жизненной ситуации.

В широком смысле социальные технологии понимаются как деятельность по организации, изменению другой деятельности. Для этого разрабатывается комплекс методов процедур, правил, предлагаемых конкретным людям с целью улучшения их труда.

Социальная технология – это деятельность, в результате которой достигается поставленная цель и изменяется объект деятельности (в данном случае под социальной технологией мы понимаем любую технологию, относящуюся к общественным отношениям). Как и любая социальная деятельность,

социальная технология многообразна по своему конкретному воплощению, целевым функциям, своему характеру и результатам.

Многообразие – закон развития общества, и говорить о какой-либо пользе от упорядоченной деятельности в различных социальных сферах можно лишь тогда, когда для определенной социальной деятельности создается специальная технология. При этом речь идет не о какой-то универсальной технологии, а о множестве технологий, каждая из которых соотнобразится со спецификой конкретной деятельности, с целями, которые социальный субъект ставит перед собой и которых он стремится достичь [1, с. 11].

Примером может служить применение здоровьесберегающих технологий в деятельности специалиста социальной работы.

Понятие «здоровьесбережение» сводится не только к лечебно-профилактическим ме-

рам, но и к формам, описывающим проектирование, развитие потребностей в здоровом образе жизни, расширение психофизических возможностей в процессе реализации социально-оздоровительных, здоровьесберегающих, здоровьесформирующих технологий [2, с. 8].

Социальные и медицинские службы делают одно общее дело – помогают людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию. В первом случае это проблемы адаптации в социальной среде, во втором – проблемы сохранения здоровья, а иногда и жизни человека. Проблемы столь взаимосвязаны, что трудно определить, где кончается социальная работа и начинается медицинская деятельность.

Квалифицированное содействие клиентам в решении их жизненных проблем, связанных со здоровьем, определяют профессиональные особенности социальной работы и уровень подготовки специалиста по соответствующей медицинской специализации. Необходимо отметить координирующую роль специалиста социальной работы, участвующего в оказании медико-социальной помощи в решении всего комплекса проблем клиента, оказавшегося в сложной жизненной ситуации и требующего соучастия специалистов смежных профессий – врачей, психологов, педагогов, юристов и др. [3].

Разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий в различных сферах жизнедеятельности с различными группами и лицами является перспективным и актуальным направлением. Граждане нуждаются в профилактике различных заболеваний, информировании о социальных аспектах здоровья и болезни, социальном консультировании и посредничестве, социально-правовой защите в вопросах здоровья и болезней. Формирование и развитие здорового образа жизни как комплекс мероприятий, направленных на сохранение здоровья, пропаганду ценностей здоровья и здорового образа жизни; мотивирование граждан к личной ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей; разработку индивидуальных подходов к формированию здорового образа жизни; борьбу с факторами риска развития хронических заболеваний, предупреждение социальных факторов заболеваемости; просвещение и информирование населения, особенно де-

тей, молодежи, о вреде табака и злоупотребления алкоголем; предотвращение социально-значимых заболеваний, обусловлены жизненной необходимостью [4].

Здоровьесберегающие технологии предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью. Нет какой-то одной единственной уникальной технологии здоровья. Здоровьесбережение может выступать как одна из задач некоего процесса. Это может быть процесс медико-гигиенической направленности; физкультурно-оздоровительной (отдается приоритет занятиям физкультурной направленности); экологической (создание гармоничных взаимоотношений с природой) и др. Только благодаря комплексному подходу могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья.

Так, например, от двигательного режима в значительной степени зависит уровень здоровья в целом, всех его составляющих: уровень и гармоничность физического развития, резервные возможности основных физиологических систем, уровень иммунной защиты и неспецифической резистентности организма, наличие или отсутствие многих хронических заболеваний, уровень морально-волевых установок, интеллектуальное развитие [5, с. 36].

Правильно организованные физические упражнения нормализуют деятельность желудочно-кишечного тракта, а сопровождаемые потоотделением не только совершенствуют терморегуляцию, но и обеспечивают систематический вывод из организма образовавшихся в процессе жизнедеятельности шлаковых веществ и тренируют иммунитет [6, с. 86].

Огромное влияние на здоровье организма оказывает употребляемая пища, которая является основным источником выработки всех видов энергии в организме, необходимым материалом для роста и развития всех органов и систем. В пище должны содержаться в правильном соотношении все вещества, которые входят в состав тканей человеческого организма: белки, жиры, углеводы, минеральные соли, вода, витамины.

Витамины являются неотъемлемой частью питания. Выполняя роль биологических

катализаторов, они обеспечивают полное, экономичное и правильное использование организмом основных питательных веществ.

Закаливание целесообразно начинать в летний период, когда температура воздуха выше, чем в другие периоды года, и ее колебания не бывают резкими, а затем систематически проводить его в течение года [5, с. 13].

С целью формирования здорового образа жизни применяются различные социальные технологии, направленные на работу как с различными категориями клиентов, так и с сотрудниками социозащитных учреждений. В работе с коллективом специалистов также необходимо использовать весь широкий спектр мер по профилактике инфекционных заболеваний, стрессовых и конфликтных ситуаций, гиподинамии, разрушительного воздействия шума, вибрации, агрессивной среды и других неблагоприятных биологических и социальных факторов. К таким мерам относятся закаливание, аутотренинг, оздоровительное плавание, биоинформационная коррекция (БОС-тренинг), проведение оздоровительных физиотерапевтических процедур, фитотерапия, кислородный коктейль, занятия на тренажерах, элементы лечебной физической культуры и массажа, акупунктуры, дыхательной гимнастики, применение которых стимулирует резервы адаптации человека, способствует оптимальному регулированию личных ресурсов здоровья.

В системе мер социальной защиты населения все большее значение приобретают ее активные формы, более эффективной из которых является реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта. Научно обосновано и доказано, что физическая реабилитация не только составная часть социально-бытовой, профессиональной, социально-культурной, медицинской, психологической реабилитации, но и лежит в ее основе.

Одной из популярных социальных технологий признана адаптивная физическая культура, причем можно выделить несколько ее различных видов:

- адаптивное физическое воспитание с целью дать базовые основы физкультурного образования;
- адаптивная двигательная рекреация,

предназначенная для организации здорового досуга, активного отдыха, игр, общения;

- адаптивный спорт, направленный на совершенствование и реализацию физических, психических, эмоционально-волевых способностей;

- адаптивная двигательная реабилитация, направленная на использование естественных средств и методов, стимулирующих скорейшее восстановление организма.

Основная задача – сформировать у занимающихся осознанное отношение к своим силам, твердую уверенность в них, осознанное отношение к выполнению необходимых физических нагрузок, а также потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и формированию здорового образа жизни.

Кроме того, в системе социальной защиты населения применяются технологии, направленные на повышение уровня безопасности повседневной жизни лиц пожилого возраста, инвалидов и других слаботехнических слоев населения, и включают в себя основные вопросы, связанные с жизнедеятельностью маломобильных групп населения в современном обществе. Занятия с клиентами носят практико-ориентированный характер и направлены на:

- изучение и освоение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и запросов личности в повседневной жизни;

- ознакомление с видами опасностей, угрожающих человеку в современной повседневной жизни, действиями в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;

- изучение и освоение методов и приемов защиты, позволяющих минимизировать возможный ущерб личности и обществу в опасных и чрезвычайных ситуациях, снизить индивидуальные риски;

- развитие способностей анализировать ситуации и принимать безопасные решения в быту;

- формирование представления об экологических, социокультурных, экономических особенностях современного общества как среды непосредственной жизнедеятель-

ности и сопричастности к ней в процессе самоутверждения и самореализации;

– формирование способности выбора морально-психологических установок в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

– формирование уважительного, ответственного отношения к собственной безопасности и безопасности окружающих людей, навыков взаимодействия, сотрудничества, необходимых для разрешения и предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, осознание приоритетности безопасности во всех сферах жизнедеятельности человека.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии, несмотря на то, что это понятие появилось совсем недавно, получают широкое распространение. Ценность здоровья становится все более значимой в современных условиях жизни, что требует развития форм его сохранения и способствует укреплению здоровьесберегающих технологий среди других социальных технологий.

Список литературы

1. Технология социальной работы / под ред. Е.И. Холостовой, Л.И. Кононовой. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и Ко», 2013. 478 с.
2. Гаврилова Н.Н., Микляева Н.В. Педагогические ситуации как средство активизации здоровьесберегающей среды ДОУ. М.: АРКТИ, 2010. 88 с.
3. Болдина М.А. Активные методы обучения в технологии подготовки специалистов по социальной работе в сфере здравоохранения // Непрерывное социальное образование: теоретические подходы, модели и перспективы: материалы Всерос. науч.-практ. интернет-конф. Тамбов: Изд. дом ТГУ им. Г.Р. Державина, 2010. С. 85-87.
4. Социальная работа в вопросах и ответах / под ред. Е.П. Агапова. Ростов н/Д: Центр универсальной полиграфии, 2009. 324 с.
5. Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А. Основы медицинских знаний и здорового об-

раза жизни. Новосибирск: Сибир. университетское изд-во, 2010. 214 с.

6. Вайнер Э.Н., Волынская Е.В. Валеология. М.: Флинта: Наука, 2009. 312 с.

References

1. *Tekhnologiya sotsial'noy raboty* [Technology of social work], ed. E.I. Kholostova, L.I. Kononova. Moscow, Publishing-Commercial Corporation "Dashkov and Co", 2013. 478 p. (In Russian).
2. Gavrilova N.N., Miklyayeva N.V. *Pedagogicheskie situatsii kak sredstvo aktivizatsii zdorov'esberegayushchey sredy DOU* [Pedagogic situations as a mean of activization of health-saving environment of pre-school educational facility]. Moscow, ARKTI Publ., 2010. 88 p. (In Russian).
3. Boldina M.A. *Aktivnye metody obucheniya v tekhnologii podgotovki spetsialistov po sotsial'noy rabote v sfere zdravookhraneniya* [Active methods of communication in technology of specialists preparation on social work in the sphere of public health service]. *Materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy internet-konferentsii "Nepriyryvnoe sotsial'noe obrazovanie: teoreticheskie podkhody, modeli i perspektivy"* [Proceedings of All-Russian scientific and practical conference "Continuous social education: theoretical approaches, models and prospects"]. Tambov, Publishing house of Tambov State University named after G.R. Derzhavin Publ., 2010, pp. 85-87. (In Russian).
4. *Sotsial'naya rabota v voprosakh i otvetakh* [Social work: problems and responses], ed. E.P. Agapova. Rostov-on-Don, Tsentr universal'noy poligrafii Publ., 2009. 324 p. (In Russian).
5. *Ayzman R.I., Rubanovich V.B., Subotyalov M.A. Osnovy meditsinskikh znaniy i zdorovogo obraza zhizni* [Fundamentals of Medicine and healthy lifestyle]. Novosibirsk, Siberian University Press, 2010. 214 p. (In Russian).
6. Vayner E.N., Volynskaya E.V. *Valeologiya* [Valeology]. Moscow, Flinta: Nauka Publ., 2009. 312 p. (In Russian).

Поступила в редакцию 22.04.2016 г.
Received 22 April 2016

UDC 37.037

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE ACTIVITY OF A SPECIALIST OF SOCIAL WORK AS A BASIS FOR PUBLIC HEALTH PROBLEM DECISION

Marina Aleksandrovna BOLDINA

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of Social-Pedagogic Education Department

Tambov State University named after G.R. Derzhavin

33 Internatsionalnaya St., Tambov, Russian Federation, 392000

E-mail: marina_boldina@mail.ru

The concept “social technology” is analyzed, which is defined as an activity, as a result of which the goal is achieved, and the activity object is changed. It is determined that social activity as any social technology is diverse in its particular embodiment, the objective function, nature and results. Example is the use of health protection technologies in social work. Health saving technologies are seen as a set of pedagogical, psychological and medical effects, aimed at protecting and promoting the health and formation of value attitude to health. The analysis of the scientific literature has made it possible to identify that in the formation of a healthy way of life there are different social technologies working both with the different categories of clients and personnel of social agencies. In working with the personnel a wide range of measures to protect against adverse biological and social factors are used. Within the system of social protection, the most effective technologies are rehabilitation and social adaptation by means of physical culture and sports, as well as by adaptive physical education. In addition, the technology used in the system of social protection of the population, include major issues related with the life of people with limited mobility in modern society. It is proved that qualified assistance to clients in solving problems related to health, determines the level of preparation of the social worker at the appropriate medical expertise, who has a coordinating role and is involved in the provision of health and social care.

Key words: social technology; health-saving technologies; the activities of a social worker

DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-10(162)-67-71

Информация для цитирования:

Болдина М.А. Технологии здоровьесбережения в деятельности специалиста социальной работы как основа для решения проблем здоровья населения // Вестник Тамбовского университета. Серия Гуманитарные науки. Тамбов, 2016. Т. 21. Вып. 10 (162). С. 67-71. DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-10(162)-67-71.

Boldina M.A. Tekhnologii zdorov'esberezheniya v deyatel'nosti spetsialista sotsial'noy raboty kak osnova dlya resheniya problem zdorov'ya naseleniya [Health-saving technologies in the activity of a specialist of social work as a basis for public health problem decision]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2016, vol. 21, no. 10 (162), pp. 67-71. DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-10(162)-67-71. (In Russian).