

## СОЦИАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

*Ю.А. Железняк, Ю.А. Хомяк, 3 курс*

*Научный руководитель – Е.С. Смирнова*

*Филиал Российского государственного социального университета, г. Минск*

Сегодня важное место в нашей жизни занимает здоровье, как физическое, так душевное и социальное. Однако как показывают исследования, молодежь не уделяет ему должного внимания. Табакокурение, потребление алкоголя и наркотических веществ сегодня выступает одним из негативных способов организации социальной и культурной сторон жизнедеятельности молодого поколения. Все это приводит к различным зависимостям, негативно сказывающимся на здоровье и не позволяющим в той или иной мере реализовать свой творческий потенциал.

Молодежи необходимо изменить сложившиеся стереотипы поведения в сфере здоровья, осознавая необходимость собственной ответственности. Это сегодня становится главной задачей на пути формирования здорового образа жизни общества в целом.

Изменения могут произойти только в случае создания соответствующих условий, способствующих осознанному и естественному выбору стиля и формы поведения молодежи в пользу «здорового образа жизни». Одним из таких условий выступает признание роли и грамотная организация передачи информации и социального общения, т.е. социальной коммуникации среди молодежи в сфере здоровьесбережения.

Социальная коммуникация – это процесс передачи информации идей, эмоций одним лицом другому или ряду лиц, посредством речи, знаков, символов, основанная на взаимопонимании. Социальная коммуникация организовывается в группах либо массах молодежи с использованием различных каналов передачи социальной информации. Арсенал этих каналов о «здоровье» для молодежи разнообразен: газеты, журналы, брошюры, книги, буклеты, листовки, плакаты, сообщения на радио и телевидении; видеозаписи. Каждый направлен на решение конкретных здоровьесберегающих задач, обеспечивая выработку и применение определенной стратегии, призванной помочь молодому человеку приобрести знания, умения и навыки в области безопасного и ответственного поведения, сохранить и укрепить здоровье.

Однако социальная коммуникация, построенная на опосредованных принципах, т.е. тех, которые не включают самого молодого человека в активный процесс усвоения и практики здоровьесберегающего поведения, не позволяет говорить об эффективности данного процесса.

Большой эффект можно получить организовывая социальную коммуникацию в области здоровьесбережения молодежи на непосредственных принципах общения. Отсюда задачей видится интеграция отдельных молодых людей в специально созданные социальные группы и общности, пропагандирующие соблюдение здорового образа жизни и практику безопасного и ответственного поведения. Такими группами могут быть специально подготовленные группы волонтеров из числа молодых людей, основной задачей которых является передача опыта здоровьесберегающего поведения своим сверстникам. Молодой человек, становясь волонтером, превращается в активного участника информационно-просветительского процесса, лидера, приобретающего и транслирующего полученные знания своим сверстникам.

Примером практики формирования здоровьесберегающего поведения молодежи с опорой на социальные коммуникации может служить здоровьесберегающее направление деятельности созданного в филиале РГСУ в г. Минске волонтерского клуба «Золотое сердце». Социальная коммуникация участников клуба в области здоровьесбережения становится контролируемым процессом благодаря использованию технологии «равного обучения».

Положительный эффект социальной коммуникации в области здоровьесбережения молодежи, построенной на принципах равного обучения состоит в следующем: во-первых, молодежь в боль-

шей степени доверяет информации и образцам поведения сверстников; во-вторых, информация о здоровье и ответственном образе жизни подается в более доступной и принимаемой форме, т.е. молодые люди общаются друг с другом на «одном языке»; в-третьих, социальная коммуникация в области здоровьесбережения носит неформальный характер и реализуется в атмосфере непринужденного общения; в-четвертых, функции передачи знаний и опыта передаются молодым людям; в-пятых, в программах, основанных на данном принципе, используются групповая форма работы и интерактивные методы обучения. Таким образом, происходит не только распространение информации по определенной теме, но и взаимное обогащение опытом, выработка новых моделей здоровьесберегающего поведения.

Этапами реализации данной технологии являются:

1) Подбор волонтеров из числа студентов, обучающиеся по специальности «психология», «социальная работа», которые желают получить информацию в области здоровьесбережения и в дальнейшем ее распространять среди сверстников;

2) Подготовка волонтеров. Во время подготовки студенты получают знания о здоровом образе жизни, о влиянии вредных привычек на здоровье молодого поколения, ВИЧ-инфекции и о том, как им стать лидерами. В процессе нескольких тренингов, проводимых преподавателями вуза и представителями молодежных общественных организаций, у студентов развиваются умения, необходимые для построения эффективной коммуникации в молодежных группах своих же сверстников.

3) Разработка тренингов по здоровьесбережению и их проведение. Студенты сами разрабатывают собственные занятия и проводят их со своими сверстниками в учебном заведении, молодежных организациях или просто делятся этой информацией с друзьями и знакомыми.

Таким образом, социальная коммуникация со сверстниками в молодежной среде представляет собой очень важный и эффективный канал необходимой информации в области здоровьесбережения. Обучение на равных способствует эффективному восприятию информации у молодого поколения, что подразумевает равенство в общении — искренность, открытость; умение быть самим собой и говорить на понятном молодежи языке; уважение стиля жизни, мнения, чувств других людей. Очевидно, что формирование навыков безопасного и ответственного поведения посредством регулируемой социальной коммуникации среди самой студенческой молодежи способствует повышению их личностного уровня здоровьесберегающего поведения, сокращению числа курящих, снижению уровня потребления психоактивных веществ. Следовательно, социальная коммуникация дает возможность выработать либо развить качества и навыки, необходимые молодому человеку как в личностном, так и социальном аспектах; реализовать потребность в самоутверждении, признании окружающих, самостоятельной общественной деятельности; участвовать в решении актуальных социальных проблем. Положительным результатом можно считать приобретаемые студентами навыки работы по продвижению здоровьесберегающих идей среди молодежи с опорой на личный пример.

#### **Список использованных источников**

1. Формирование здорового образа жизни в регионах, пострадавших от аварии на Чернобыльской АЭС (сборник практических материалов для педагогов)/ Е.Н.Родионова, [и др.]. – Минск: Лазурак, 2009. – 144 с.