

тающихся 1-2 раза в день, чаще проявляется усталость, раздражительность и пониженное настроение. Кроме того, регулярность питания благотворно влияет на психологическое самочувствие респондентов. Среди опрошенных, следящих за своим режимом питания, больше оптимистов, тогда как питающиеся от случая к случаю более склонны к депрессивным состояниям и пессимизму.

В целом, оценивая режим питания, можно прийти к выводу, что, несмотря на то, что большинство смогло «приучить» себя к более или менее регулярному режиму питания, есть и те, кому это по ряду причин недоступно, что негативным образом сказывается как на их физическом, так и психологическом самочувствии.

На вопрос «Придерживаетесь ли вы диеты?» большинство респондентов (69%) ответило, что никакой диеты не придерживаются, но, тем не менее, много и тех, кто так или иначе ограничивает себя в еде. Каждый десятый опрошенный с помощью диет пытается похудеть, 16% респондентов придерживается спортивной диеты, а 5% – лечебной.

Приверженцы диеты для похудения отказывают себе практически во всем. Эта категория респондентов чаще остальных употребляет лишь кофе. Опрошенные, придерживающиеся лечебной диеты, чаще остальных включают в свой рацион молоко, мясо, фрукты, сухие завтраки, овощи и пельмени. Респонденты, у которых спортивная диета чаще, чем остальные едят фрукты, соки и выпечку. Те же, у которых нет никаких диет, чаще прочих включают в свой рацион крупы, чай, конфеты, чипсы, колбасу, пельмени и выпечку.

Девушки, считающие свой режим к рацион питания правильным и здоровым, чаще остальных употребляют в пищу молоко и молочные продукты, супы, мясо и мясные продукты, яйца, фрукты, овощи, соки и рыбу. А у тех, кто критически относится к своему режиму и рациону питания и считает его неправильным, на столе чаще появляются сухие завтраки, чипсы, пельмени, кофе и выпечка.

Кроме того, те, кто питается сухими завтраками, конфетами, чипсами, пельменями и выпечкой чаще остальных жалуются на боли в желудке. Как выяснилось в ходе исследования, отношение респондентов к заведениям быстрого питания (фаст-фуд) в большей мере является нейтральным (70%), всего лишь 3% выразило положительное отношение к данным заведениям, 27% в свою очередь откликнулось негативно.

Проблема правильной организации питания имеет не только медицинское, но и большое социально-экономическое значение, так как является одним из важных факторов, формирующих здоровье и последующее развитие человека.

Необходимо вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены. Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности и физической активности. Следуя правилам здорового образа жизни, можно сохранить свое здоровье и, возможно, приумножить его. Все зависит от заинтересованности и желания.

Можно с уверенностью утверждать, что большинство участников опроса стараются вести здоровый образ жизни. Они понимают, что это нужно для сохранения их здоровья, готовы получать информацию на эту тему.

Список литературы:

1. Воробьев, Р.И. Питание и здоровье: учебное пособие / Р.И. Воробьев. – М., 1990.–86 с.
2. Климова, В.И. Человек и его здоровье / Климова В.И. – М.: Знание, 1985. – 192 с.

УДК 378.0.18.065+378.018.1

ГОТОВНОСТЬ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К РОДИТЕЛЬСТВУ

*Гусакова Е.В. (УО «ВГУ им. П.М. Машерова»)
Науч. рук. – Туболец С.Г., ст. преподаватель*

Изучению семьи как воспитательного института посвящено большое количество исследований – как в отечественной, так и в зарубежной специальной и научной литературе. В этих трудах раскрыты различные характеристики семьи, оценена роль родителей в воспитании ребенка, исследованы взаимоотношения детей и родителей, выявлены стили и стратегии семейного воспитания, а также многое другое, имеющее отношение к семье. При очень большом научном интересе к развитию детей в семье самим родителям уделяется намного меньше внимания. А для того чтобы наиболее полно изучить детско-родительские отношения и их взаимовлияние, необходимо рассматривать семью не только со стороны ребенка, но и со стороны родителя.

Родительство – это комплексное понятие, оно включает феномены материнства и отцов-

ства, но не сводится к их простой совокупности. Однако при относительно активной разработке отдельных проблем материнства (А.Я. Варга, Д. Винникотт, В.А. Рамих, Г.Г. Филиппова, М. Мид), отцовство является практически неизученным (Т.М. Афанасьева, К. Витакер, И.С. Кон, В.И. Кочетков, М. Мид, В.А. Сухомлинский). То же необходимо отметить и по отношению к родительству в целом – нет однозначного определения понятия родительства, нет обоснования этого феномена с различных точек зрения.

Исходя из этого, возникают противоречия:

- между потребностью в изучении родительства и факторов, определяющих его формирование, – с одной стороны, и недостаточной разработанностью этой проблемы, – с другой;
- между практической необходимостью в целенаправленном формировании осознанного родительства, с одной стороны, и неразработанностью психолого-педагогических технологий формирования осознанного родительства, с другой стороны.

Следует отметить, что родительство – форма взаимодействия между мужчиной и женщиной, устанавливающая их права и обязанности как единого субъекта по отношению к своим детям. Залогом эффективного родительства и гармоничности стиля семейного воспитания является осознанность.

Готовность к осознанному родительству – это активно-действенное состояние личности, установка на осуществление материнского и отцовского поведения, мобилизованность сил для выполнения родительской роли, наличие знаний, умений и навыков, настроенности и решимости выполнять родительские функции в соответствии с законом и современными образовательными тенденциями.

Формирование готовности к осознанному родительству предполагает реализацию одной из важнейших семейных ценностей – ценность родительства. В качестве основных ценностей родительства мы рассматриваем ценность состояния «быть отцом/матерью», которая включает желание иметь и совместно воспитывать детей.

Российский психолог Е.Г. Смирнова на основании проведенных исследований отмечает, что среди бездетных пар только 1% по медико-биологическим показателям не может родить ребенка. У остальных проявляется неготовность к осознанному родительству в виде нежелания иметь детей. Рост социального сиротства, детская беспризорность являются ярким свидетельством того, что для многих мужчин и женщин, имеющих детей, родительство не стало осознанной миссией [2].

Это связано, прежде всего, (как отмечается в Национальной программе демографической безопасности Республики Беларусь на 2007–2010 гг.) с неготовностью молодежи к осознанному родительству, несмотря на то, что сензитивным периодом для вступления в брак и рождения ребенка является возраст 19–25 лет, то есть, период, затрагивающий время обучения в высшем учебном заведении.

Этот возраст (период поздней юности) является важнейшим этапом для формирования готовности к осознанному родительству, что обусловлено следующими обстоятельствами: в этом возрастном периоде завершается биологическое развитие (рост тела, его органов и систем); завершается процесс полового созревания, что предполагает возможность зачатия и рождения ребёнка; молодые люди приобретают взрослый тип мышления; социальное развитие, которое приводит к образованию личности, приобретает в самосознании основу своего дальнейшего развития, стартует процесс объединения всех элементов самосознания и формируется чувство идентичности; происходит формирование общей эмоциональной направленности личности, при этом, основной содержательной характеристикой эмоций в этом возрасте является направленность в будущее; формируется система ценностей, в том числе, – ориентация на устойчивую и благополучную семью и ценности семейной жизни.

Для того чтобы узнать мнения современной студенческой молодежи по поводу родительства и их готовности стать родителями, нами был проведен интернет-опрос среди молодежи, в котором приняло участие 20 респондентов. Опрашиваемым было предложено дать свое определение таких понятий как «родительство» и «осознанное родительство», ведь именно через понимание этих понятий мы уже можем увидеть насколько сами респонденты осведомлены на данную тему, а в некоторых случаях даже готовы к родительству.

Следует отметить, что 5 человек (что составило бы 25% от общего количества опрашиваемых), вообще отказались принимать участие в опросе, мотивировав это тем, что никогда не задумывались над такими вопросами. Из чего мы можем сделать вывод о неготовности к родительству этих респондентов, не говоря уже об осознанном решении иметь детей и семью, что делает эту проблему очень актуальной на сегодняшний день.

Проанализировав ответы, мы выяснили, что современная молодежь понятию «родительство» приписывает несколько разнообразных значений, для одних – это факт того, что человек стал родителем (35%), для других биологическая возможность иметь детей – 10%, а третьи понятие «родительство» соотносят с созданием семьи (25%) и отношениями между родителями и

детьми – 20%. Из чего следует, что современная молодежь воспринимает данное понятие не однозначно, у них не существует четких образов в сознании, связанных с родительством, а некоторые даже не сумели дать вразумительного ответа на поставленный вопрос.

Из ответов на второй вопрос («осознанное родительство» – это...), мы выяснили, что большая часть респондентов считает, что осознанное родительство – это планирование семьи (55%) и подготовка к рождению детей 25% (5 человек), 15% опрошенных думают, что это понятие включает осознанный подход к воспитанию детей (15%) и 5% осознанное родительство интерпретируют, как желание иметь детей.

Проведённый опрос позволяет сделать вывод о недостаточно четких представлениях современной молодежи о смысле этих понятий, о неполной сформированности представления о родительстве, (в частности, об осознанном родительстве), что является подтверждением актуальности изучения такого социально – психологического феномена.

Мы можем сделать вывод, что современная молодежь недостаточно осведомлена по вопросам родительства и поэтому следует уделять больше внимания этому вопросу. Можно порекомендовать создание научно-методических, информационных и организационных основ, обеспечивающих формирование готовности студенческой молодежи Республики Беларусь к осознанному родительству, а так же совокупность мероприятий, направленных на эффективное решение задач по формированию у молодежи готовности к осознанному выполнению роли родителей.

Список литературы:

1. Овчарова, Р.В. Психология родительства: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Р.В. Овчарова – М.: Издат. Центр «Академия», – 2005. – 368с.
2. Смирнова, Е.Г. Психолого–педагогическое сопровождение формирования осознанного родительства в молодой семье. Автореферат дис. на соискание учёной степени кандидата психол. наук / Е.Г. Смирнова; Курганский государственный университет. – Екатеринбург, 2008. – 22 с.

УДК 316.356.2

РАННЕЕ МАТЕРИНСТВО: СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ

*Гучкова А.С. (УО «ВГУ им. П.М. Машерова»)
Науч. рук. – Качан Г.А., канд. пед. наук, доцент*

Как свидетельствуют статистические данные, большинство белорусских девушек начинают половую жизнь в возрасте 14,5-15 лет. Следствием этого являются ранние беременности, аборт, ранее материнство. Так, в 2010 г. в Беларуси несовершеннолетние матери родили 1383 ребенка: из них 14 младенцев появились у 14-летних мам, 98 – у 15-летних, 327 – у 16 летних (причем у 12 юных мам это были уже вторые роды) и 944 – у 17-летних (28 девушек родили второго ребенка). В связи с этим возникает необходимость изучения и осмысления такого явления как несовершеннолетнее материнство.

Целью нашего исследования стало рассмотрение социального и психологического аспектов раннего материнства как феномена.

В контексте нашей темы целесообразным представлялось уточнить само понятие «раннее материнство». В русском словаре Д. Н. Ушакова «материнство» трактуется в нескольких аспектах: 1) беременность, роды, кормление ребёнка, как функция женщины–матери; 2) родственная связь матери с детьми; чувство материнства; инстинкт материнства. В социологическом словаре понятие «материнство» определяется как – основная биологическая функция женского организма, направленная на продолжение человеческого рода. Материнство принято связывать с родами, кормлением, связью между матерью и ребёнком.

В свою очередь, раннее материнство, так же не имеет однозначной трактовки. В социальном плане ранней беременностью принято называть факт ожидания ребенка несовершеннолетней девушкой. Это явление носит и другое название – подростковая беременность. Исследователи проблемы раннего материнства (С.Б. Скутнева, С.Б. Масленцева и др.), среди причин ранней рождаемости выделяют: пропаганду в СМИ вседозволенности; сексуальную революцию; беременность вследствие изнасилования. Способствуют распространению данного явления и либерализация половой морали, которая принесла с собой определенные изменения в сексуальных установках и поведении. Современные подростки, в большей степени являются сторонниками индивидуальной этики, и считают, что каждый человек должен сам для себя выбирать правила поведения, в том числе и сексуального. Так, основными мотивами вступления несовершеннолетних в сексуальные отношения, выступают: скука, насилие, алкогольное наркотическое опьянение, материальная