

АННОТАЦИЯ

ОСОБЕННОСТИ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ СПЕЦИАЛИСТОВ СФЕРЫ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ: аннотация к дипломной работе / Бологан Анастасия Сергеевна; Факультет философии и социальных наук, Кафедра общей и медицинской психологии; науч. рук. Ю.Г.Фролова.

Объект исследования: отношение к здоровью.

Предмет исследования: отношение к здоровью специалистов сферы информационных технологий.

Цель исследования: описать особенности отношения к здоровью специалистов сферы информационных технологий.

Основные результаты. Эмпирическое исследование было направлено на выявление различий в отношении к здоровью специалистов сферы информационных технологий. Для этого была сформулирована гипотеза исследования, поставлена цель, определены этапы исследования, сделан подбор диагностического инструментария. Для определения уровня отношения к здоровью был использован опросник Р.А. Березовской «Отношение к здоровью». Для изучения структуры ценностных ориентаций использовалась методика С.С. Бубновой «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности». Также использовалась авторская анкета, составленная на основе анкеты для оценки безопасного поведения.

Исследование отношения к здоровью среди специалистов информационных технологий показывает, что для них важными аспектами жизни являются здоровье, независимость и интересная работа. Здоровый образ жизни включает психологическое здоровье, управление стрессом, здоровые привычки, питание, профилактику заболеваний, физическую активность и баланс между работой и отдыхом. Врачи являются главным источником информации о здоровье. Опрошенные специалисты в сфере информационных технологий в целом положительно относятся к своему здоровью и стараются его улучшить. Однако есть проблемы, такие как нарушение правил дорожного движения и купание в опасных местах. Установлены различия в уровне стресса и условиях работы между разными профессиями в IT-сфере. Разработчики ПО и аналитики данных испытывают более высокий уровень стресса на работе по сравнению с дизайнерами. Все три группы профессионалов придают большое значение отдыху, здоровью и материальному благосостоянию.

Были установлены статистически значимые различия отношения к здоровью и ценностных ориентаций. Разработчики ПО чаще других склонны считать, что способности выступают основным фактором успеха. Разработчики ПО более склонны испытывать нежелание ограничивать себя в рамках заботы о здоровье. У них чаще других причиной визита к врачу выступает получение

справки и плановый осмотр. Аналитики данных чаще всего склонны самостоятельно принимать меры в случае недомогания, при этом они более склонны оценивать свое здоровье лучше, чем у родителей. У дизайнеров более всего выражена ценность материального благополучия и благосостояния. Они чаще всех указывают интересную работу как фактор успеха. Также они чаще всего определяют качество медицинского обслуживания и отсутствие времени как факторы влияния на состояние здоровья.

Таким образом, цель дипломного исследования достигнута, задачи выполнены, гипотеза доказана.

Ключевые слова: ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ, СПЕЦИАЛИСТЫ СФЕРЫ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ РАЗРАБОТЧИКОВ АНАЛИТИКОВ ДАННЫХ, ДИЗАЙНЕРОВ, РАЗЛИЧИЯ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ.

FEATURES OF ATTITUDE TO HEALTH OF SPECIALISTS IN THE SPHERE OF INFORMATION TECHNOLOGIES: annotation to the thesis / Bologan Anastasia Sergeevna; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of General and Medical Psychology; scientific hands Yu.G.Frolova.

Object of study: attitude to health.

Subject of research: attitude to health of specialists in the field of information technology.

The purpose of the study: to describe the characteristics of the attitude to health of specialists in the field of information technology.

Main results. An empirical study was aimed at identifying differences in attitudes towards the health of specialists in the field of information technology. For this, a research hypothesis was formulated, a goal was set, the stages of the research were determined, and diagnostic tools were selected. To determine the level of attitude to health, a questionnaire by R.A. Berezovskaya "Attitude to health". To study the structure of value orientations, the method of S.S. Bubnova "Diagnosis of the real structure of the value orientations of the individual." The author's questionnaire was also used, compiled on the basis of a questionnaire for assessing safe behavior.

A study of attitudes towards health among information technology professionals shows that for them, important aspects of life are health, independence and interesting work. A healthy lifestyle includes mental health, stress management, healthy habits, nutrition, disease prevention, physical activity, and work-life balance. Doctors are the main source of health information. The interviewed specialists in the field of information technology generally have a positive attitude towards their health and try to improve it. However, there are problems such as breaking traffic rules and swimming in dangerous places. Differences in the level of stress and working conditions between different professions in the IT field have been established. Software developers and data analysts experience higher levels of stress at work compared to designers. All three groups of professionals attach great importance to rest, health and material well-being.

Statistically significant differences in attitudes towards health and value orientations were established. Software developers are more likely than others to believe that ability is the main success factor. Software developers are more likely to be reluctant to limit themselves to health care. For them, more often than others, the reason for a visit to the doctor is obtaining a certificate and a scheduled examination. Data analysts are most likely to take action on their own when sick, and are more likely to rate their own health better than their parents. Designers most of all express the value of material well-being and well-being. They most often indicate interesting work as a success factor. They also most often identify the quality of medical care and lack of time as factors influencing their health status.

Thus, the goal of the thesis research is achieved, the tasks are completed, the hypothesis is proved. Keywords: ATTITUDE TO HEALTH, SPECIALISTS IN THE SPHERE OF INFORMATION TECHNOLOGIES, VALUE ORIENTATIONS OF DEVELOPERS, DATA ANALYST, DESIGNERS, DIFFERENCES IN ATTITUDE TO HEALTH.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алексеенко, Н.С. Профилактика заболеваний. / С.Н. Алексеенко, Е.В. Дробот. – М.: Изд. дом Акад. естествознания, 2015. – 449 с
2. Алексеенко, С.Н. Ценностно – мотивационные приоритеты студентов медицинского вуза в отношении здорового образа жизни / С.Н. Алексеенко, М.Г. Авдеева, Е.В. Дробот // Фундаментальные исследования. – 2013. – № 2-1. – С. 16-19. – [Электронный ресурс] URL: <http://fundamental-research.ru/ru/article/view?id=31044> (дата обращения: 15.11.2021)
3. Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни. / Г.П. Артюнина, С.А. Игнаткова - Псков: учебное пособие для студентов педагогических вузов, 2003. – 304 с.
4. Березовская, Р. А. Психология профессионального здоровья за рубежом: современное состояние и перспективы развития. Психологические исследования / Р.А.Березовская [Электронный ресурс]. – 2012. – Т.5. – № 26. – Режим дотупа : URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2012v5n26/761-berezovskaya26>. – Дата дотупа : 21.10.2021
5. Березовская Р.А., Опросник «Отношение к здоровью» / Р. А. Березовская [Электронный ресурс] : Файловый архив для студентов «Stydfiles». – Режим дотупа: <http://www.studfiles.ru>. – Дата дотупа 25.10.2021
6. Березовская, Р. А. Исследования отношения к здоровью: современное состояние проблемы в отечественной психологии / Р.А.Березовская // Вестник СПбГУ. – 2011. - №. 1. - С. 221-226
7. Блюм, В.В. Структура внутренней картины здоровья / В.В.Блюм. – СПб. : Издательство СПбГУ, 2006. – 96 с.
8. Боллигер, Л. В., Отношение к собственному здоровью медицинских работников / Л.В. Боллигер // Вестник ИрГТУ. – 2015. – №10 (105). – С.280-284.
9. Бобровский И.Н., Варфоломеева Т.В. Ценностное отношение к здоровью студентов медицинского вуза Научно-исследовательский журнал [Электронный ресурс] – 2020. – №12(102) <https://research-journal.org/medical/cennostnoe-otnoshenie-k-zdorovyu-studentov-medicinskogo-vuza/>. – Дата дотупа : 15.11.2021.
10. Бубнова, С. С. Ценностные ориентации молодежи различных регионов России: принципы, методы, результаты исследования / С. С. Бубнова, А. Н. Сытин // Научные материалы международного форума и школы молодых ученых ИП РАН. – Сочи. – 2006. – 129с.
11. Водопьянова, Н. Е. Психодиагностика стресса / Н.Е.Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.

12. Ветков, Н.Е. Здоровье человека как ценность и его определяющие факторы / Н.Е.Ветков // Наука-2020 [Электронный ресурс] – 2016. – №5 (11). – Режим доступа : URL: <https://cyberleninka.ru/>. – Дата доступа : 15.11.2021.
13. Воронов, Н.А. Актуальные вопросы воспитания молодежи и студенческого спорта / Н.А. Воронов // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2018. – №6-1. – С. 61-63.
14. Гордеева, С.С. Отношение к здоровью как социальный феномен / С.С.Гордеева // Вестник пермского университета. – Выпуск 2 (6). – 2011 – С.131-136.
15. Ермакова, П.Н. Психология личности: учеб. пособие / П.Н.Ермакова, под ред., В.А. Лабунской. – Москва, 2008. 653 с.
16. Житницкая, Э.А. Психогигиенические и валеологические проблемы адаптации к обучению студентов младших курсов / Э.А. Житницкая, Л.Н. Гречман, А.А. Шеметова, Н.П. Волохова // Проблемы образовательной и социально-психологической адаптации молодежи в г.Иркутске: материалы научн.-практ. конференции (Иркутск, 19 ноября 2010 г.). – Иркутск: ИГЛУ, 2010. – С. 26-32.
17. Журавлева, И.В. Отношение к здоровью индивида и общества: учеб. пособие / И.В. Журавлева. - М.: Наука, 2006. – 238 с.
18. Каган, В.Е. Внутренняя картина здоровья и соматические заболевания у детей / В.Е. Каган // Неврозы у детей и подростков: Тезисы докладов Всесоюзной конференции (Москва, 17-18.XIII. 1986). М., 1986. – С. 74-75.
19. Казин, Э.М. Здоровьесозидающие подходы и развитие системы образования в современных социокультурных условиях: Валеология / Э.М.Казин. – Кемерово : Кузбас, 2005. – 145 с.
20. Кудрявцева, Е.Н. Анализ и измерение здоровья / Е.Н.Кудрявцева // Здоровье и экология человека: методологический анализ предмета и метода исследования. – М. : Наука, 1989. – С.44-45.
21. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. — СПб. : Питер, 2004. — 464 с
22. Лисицын, Ю.П. Образ жизни и здоровье населения / Ю.П.Лисицын. – М., 1982. – 328 с.
23. Миронова, Е.В. Теоретический подход к определению понятий здоровья и здорового образа жизни / Е.В.Миронова // Известия ПГПУ. Естественные науки. – 2006 – Вып.1(5). – С. 128-133.
24. Митяева, А.М. Здоровый образ жизни / А.М. Митяева. – М.: Academia, 2015. – 144 с.

25. Некрасова, Т.А. Социально-психологические факторы отношения человека к своему здоровью / Т.А. Некрасова // Научный журнал Сервис PLUS. – 2010 – №1. – С. 84-89.
26. Никифоров, Г.С. Психология здоровья / Г.С. Никифоров – Питер: Психология здоровья, 2006. – 275 с.
27. Осадчук, О.Л., Лонская, Л.В. Формирование адекватного отношения к своему здоровью у студентов медицинского вуза на занятиях по психологии // О.Л.Осадчук, Л.В.Лонская // Журнал Успехи современного естествознания. – 2015. – № 1 (8) – С. 1315-1318.
28. Петраш, М.Д., Стрижицкая, О.Ю., Муртазина, И.Р. Валидизация опросника «Профиль здорового образа жизни» на российской выборке // Консультативная психология и психотерапия. – 2018. – Т.26. – №3. – С.164—190.
29. Сиерес Д. О различных подходах к понятию "здоровье" / Д. Сиерес, В. Гавидия // Школа здоровья. – 1998. – Т. 5, № 1. – С. 7-16.
30. Трофимчук, А.Г., Общечеловеческие ценности здорового образа жизни / А.Г.Трофимчук /Здоровый образ жизни как социально-психологический феномен конференции/ Под ред. Л.А.Койсман. – 2012г. – 316с.
31. Тхостов, А.Ш. Психология телесности / А.Ш.Тхостов. – М. : Смысл, 2002. – 287 с.
32. Фролова, Ю.Г. Психологические факторы здоровья персонала / Ю.Г. Фролова // Психологическая подготовка управленческих кадров: моногр. /авт. кол.; под общ.ред. В.М. Козубовского, Г.М. Кучинского. – Минск: Изд-во МИУ, 2006. – С. 170-188.
33. Ходакова, О.В., Кошечая, Н.В. Самооценка здоровья, как элемент самосохранительного поведения и приверженности к диспансеризации взрослого населения / О.В.Ходакова, Н.В.Кошечая // Научно-практический рецензируемый журнал «Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики». – 2019. – №4. – С.321-328.
34. Цветкова, И.В. Проблема психологического изучения внутренней картины здоровья / И.В.Цветкова // Психологические исследования. – 2012. – № 1(21). – С.34-39.
35. Челпанов, В.Б. Феномены внутренней картины болезни и внутренней картины здоровья как конкурирующие и взаимодополняющие психические реальности / В.Б.Челпанов // Учёные записки Курского государственного университета: электронный научный журнал. – 2009. – №3 (11).
36. Чернов, И.А. Психологические факторы формирования здорового образа жизни / И.А. Чернов – М.: Вестник университета. – 2013. –275с.

37. Шувалов, А. В. Гуманитарно-антропологические основы теории психологического здоровья / А. В. Шувалов // Вопросы психологии. – 2004. – N 6, С.87-95.
38. Шухатович, В.Р. Здоровый образ жизни / В.Р. Шухатович // Энциклопедия социологии. — Мн.: Книжный Дом, 2003. – 856 с.
39. Щедрина, А.Г. Понятие и структура индивидуального здоровья человека: методология системного подхода /А.Г Щедрина // Медицина и образование в Сибири. – 2009. – №5. – С.8.
40. Юдин, Б. Г. Здоровье человека как предмет междисциплинарного знания / Б. Г. Юдин, Г. Б. Степанова // Общественное здоровье и профилактика заболеваний. – 2004. – № 1. – С. 3-10.
41. Frydenberg, E. Teaching Coping to adolescents: when and to whom? / Frydenberg E., Lewis R. // American Educational Research Journal. — 2000. — №37(3). — P. 727-745.
42. Kasl, S.V. Some mental health consequences of plant closing and job loss / Kasl S.V., Cobb S. // Mental Health and the economy / Eds. L.A. Ferman & J.P. Gordus. — Kalamazoo: W. E. Upjohn Institute, 1979. — P. 255-299.