

ՀԱՐՎԱԾԱՅԻՆ ԱԼԻՔԸ ՏՆՏԵՍԱԳԻՏԱԿԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐՈՒՄ

Սուսաննա Մնացականի Իսպիրյան

Գ.Վ. Պլեխանովի անվան ՌՏՀ Երևանի մասնաճյուղի Ինֆորմացիոն տեխնոլոգիաների ամբիոնի դոցենտ, տեխնիկական գիտությունների թեկնածու

Համառոտագիր

Բազմաթիվ տնտեսական խնդիրներում, դիտարկելով տնտեսական գործընթացները որպես ալիքային ռեժիմում պրոցեսներ՝ պարբերաբար աճող եւ նվազող, երբեմն ստիպված են լինում բախվել այնպիսի խնդրի հետ, երբ խախտվում է գործընթացների «հավասարակշռությունը»:

Հողվածում առաջարկվում է նշված տնտեսական խնդիրների մաթեմատիկական մոդել, որը ոչ գծային գազային դինամիկայի ալիքային խնդիրների և առաձգականության տեսության խնդիրների լուծման մոդելի անալոգն է: Առաջարկվում են նաև տնտեսական այն խնդիրների ուսումնասիրության քայլերը, որոնք կապված են հարվածային ալիք գտնելու հետ:

Հիմնաբառեր. հարվածային ալիք, գազի դինամիկա, առաձգականության տեսություն, ալիքային ռեժիմ, ոչ գծային խնդիր, հարվածային ալիքի հավասարում, ոչ գծային բնութագրիչների հավասարում, հոսքի խտություն, հոսքի շարժման արագություն:

SHOCK WAVE IN ECONOMIC TASKS

Susanna Mnatsakan Ispiryan

Associate Professor of the Department of "Information Technology" of YB Plekhanov Russian University of Economics, PhD in technical sciences

Abstract

In many economic problems, considering economic processes in the wave mode, periodically increasing and diminishing, one has to face the problem when the “balance” of these processes is disturbed.

This article proposes a mathematical model of these economic problems, similar to the model for solving wave problems of nonlinear gas dynamics and problems of the theory of elasticity. Steps are also given for the study of economic problems from the point of view of finding a shock wave.

Keywords: Shock wave, gas dynamics, theory of elasticity, wave mode, nonlinear problem, equation of a shock wave, equation of nonlinear characteristics, flux density, flow velocity.

О ПОНЯТИИ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Мкртич Григорьевич Кджанян

Профессор кафедры «Информационные технологии и Гуманитарные науки»
ЕФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, кандидат философских наук

Категория «образ жизни» - предмет изучения различных дисциплин. Все они изучают те или иные срезы объективно интегрированной картины многообразия форм человеческой деятельности, тот или иной аспект нормативно-ценностных систем, определяющих тип и формы поведения людей в конкретных условиях.¹

Категория «образ жизни» характеризует прежде всего деятельную сторону человеческого бытия в конкретных социально-исторических условиях. Из сказанного следует, что условия жизни творят людей и их образ жизни также, как сами люди своей активностью, своим образом воспроизводят и изменяют и условия, и самих себя.

Следует подчеркнуть, что образ жизни наиболее полно и всесторонне воплощает количественные и качественные характеристики особенностей жизнедеятельности людей, детерминированных совокупностью конкретных условий. Образ жизни охватывает все существенные сферы жизнедеятельности социальных субъектов.

Отсюда «образ жизни» - понятие, характеризующее специфику жизнедеятельности социальных субъектов, детерминированную совокупностью конкретных природных и социальных условий их бытия.

Необходимо подчеркнуть, что модификация условий жизни, проистекающая из потенциальной заданности самих условий и направленная на удостоверение и реализацию активности личности, вместе с тем, должна быть рассмотрена в аспекте связи ее с требованиями общественной системы, с общественными целями. Для этого необходимо выявить детерминацию исследуемого образа жизни, с системой витальных и социокультурных потребностей, в которой образ жизни выступает, с одной стороны, как условие их формирования, с другой – как способ их удовлетворения. Иначе говоря, отношения в системе витальных и социокультурных потребностей, в системе «потребности личности – способ его реализации – требования условий» следует анализировать с точки зрения того, насколько здравоохранные требования условий, в какой мере потребности совпадают с этими требованиями, в какой степени способ реализации потребности и требований условий содействуют оптимуму связи «потребность – требования».

¹ Толстых В.И. Образ жизни: Понятие. Реальность. Проблемы, М., 1985; Сахно А.В. Здоровье человека – социальная зрелость, М.: Мысль, 1988; Лисицын Ю.С. Образ жизни и здоровья населения, М.: Медцин, 1992.

Такое соотношение позволяет оценить образ жизни с точки зрения его содействия реализации общесоциальных и индивидуальных потребностей.

Если условия жизнедеятельности неуклонно улучшаются, а человек имеет возможность пользоваться достигнутыми, то отрицательные явления в основном могут быть следствием субъективных факторов. Однако, по мере достижения желаемых параметров условий труда, быта, досуга, общественно-политической деятельности, получения образования и квалификации, а также культурного роста, стало очевидно, что эти достижения автоматически не обеспечивают должной социальной активности членов общества. Сами по себе они не снимают дезадаптивных явлений.

Источником дезадаптивных явлений могут быть любые нарушения во взаимодействии компонентов системы «условия жизни - образ жизни – субъект жизнедеятельности», их подсистем. Оптимальность условий жизни не приводит к желаемым результатам, если ими не пользуются. Поэтому любые улучшения условий труда, быта, отдыха, занятия физической культурой и спортом, получения образования, квалификации, лечения и т.д. могут оставаться неиспользованными, если у людей не выработана соответствующая культура потребности в них.

Противоречия между общесоциальным и индивидуальным должно найти свое разрешение не в том, чтобы требования, общие для всех, превращались в присущее всем свойство, а в том, чтобы на индивидуально-личностном уровне были оформлены те компоненты, которые будут способствовать достижению общих целей. Такой подход позволит четко представить, что широкая палитра стилей жизни, стандартов поведения способна реализации индивидуальных склонностей человека, его адаптации и, активизируя тем самым творчество масс, направленно утверждать здоровый образ жизни.

В современных условиях сохранение и укрепление здоровья становится все более сложным. Медицина не всегда оказывается в состоянии решать новые проблемы, встающие перед нею. Врачи сталкиваются с необходимостью решать задачи не только со многими неизвестными, но и такими, которые не имели подобия в прошлом. По-прежнему в медицинской практике доминируют лечебные аспекты врачебной деятельности. Не на должном уровне находится осознание того, что здоровье нужно формировать ежедневно, и что в этом деле главное - образ жизни.

Поскольку здоровье людей - целостный биопсихосоциальный феномен, детерминированный главным образом природными и социокультурными условиями их жизнедеятельности, а эти условия по крайней мере в своей социальной части формируются при непосредственном участии этих людей, чья активность образует все уровни организации материальной и духовной жизни

общества, поскольку между последними и состоянием здоровья населения следует видеть непреходящую внутреннюю связь, более того – зависимость. Отсюда и решение здравоохранных проблем нужно видеть сквозь призму возможностей учреждений министерства здравоохранения, а шире – в совокупной социальной активности, на всех (формальных и неформальных) уровнях ее организации и функционирования.

Стало быть, здоровье населения как и каждого отдельного индивида, формируется в конкретных условиях с неизбежностью испытывает на себе воздействие изменений, происходящих в структуре различных уровней организации жизни общества, но не непосредственно, а, прежде всего, через образ жизни, который находится в несравненно более прямой связи со способом производства, господствующими общественно-экономическими отношениями. Иначе говоря, эти последние оказывают влияние на движение здоровья по большей мере через образ жизни людей.

С каждым днем становится очевидным, что успехи в борьбе с современной патологией могут быть достигнуты усилиями человека, направленными на каждодневное укрепление здоровья, в большей мере, чем лечебную помощь.

Обеспечение здоровья населения выходит за пределы компетенции наличных служб здравоохранения. Здоровье населения, его сохранение и развитие – задача всего общества, его подсистем. Поскольку в обществе здоровье – благо не только личное, но и общественное, постольку и забота о нем должна рассматриваться делом и личным, и в то же время общественным. Непосредственно затрагивая интересы всех и каждого, проблемы здоровья, его обеспечения и укрепления не должны восприниматься сферой деятельности лишь одного, специального ведомства. Их следует видеть вплетенными в «ткань» жизнедеятельности каждого человека, всех слоев общества и, стало быть, – их производственной и внепроизводственной деятельности, изнутри индивидуального и общественного бытия людей. Непременным условием эффективной борьбы против современной патологии является подчинение всех систем деятельности социальных институтов здравоохранным задачам. На всех уровнях и во всех подсистемах деятельности субъектов здоровье следует рассматривать как целостный биопсихосоциальный феномен, норму и важнейшую ценность социальной жизни.

Отсюда биопсихосоциальные потребности человека должны рассматриваться системообразующим началом в разработке и пропаганде здорового образа жизни. При этом надо исходить из принятия ряда посылок, в том числе и таких, как виденье, во-первых, гигиенизации совокупной человеческой деятельности сложным, многогранным процессом, прямого и опосредованного подчинения всей социальной активности здравоохранения целям; во-вторых, – борьбы за

гигиенизацию совокупной социальной деятельности, столбовой дорогой оптимизации взаимоотношений связей между носителями социальных отношений и окружающим природным миром.

Оценивая место и роль экологических факторов в обеспечении здоровья населения можно сказать, что эта связь носит непосредственный характер по отношению к человеку и процессам его жизнедеятельности. Так в системе «экологическая среда – образ жизни – уровень здоровья» доминантой оказываются факторы окружающей среды, воздействующие на образ жизни людей и их здоровье. В системе «образ жизни – экологическая среда – уровень здоровья» доминантой представляет образ жизни, от характера которого во все большей зависимости оказывается, как экология, так и здоровье населения региона.

Определяющую роль в образе жизни людей играет социальный компонент – специфические способ и форма деятельности социальных субъектов в сфере труда, отдыха, потребления, различия в определении традиций и обычаев, словом – социокультурная среда во всей своей многоликости и многогранности. Все подсистемы социокультурной деятельности человека, его образ жизни можно рассматривать как специфическую жизнедеятельность человека, детерминированную совокупностью конкретных условий его бытия, содействующих оптимальному проявлению человека как целостного биопсихосоциального феномена, продлению его активной долголетней жизни.

Стало быть, важнейшим критерием здорового образа жизни является активная целостная (биопсихосоциальная) жизнедеятельность человека, полноценное проявление его биологических, психологических и социальных способностей.

Процесс формирования здорового образа жизни в значительной мере осуществляется социальными, психологическими, экологическими мотивами человеческой деятельности. Это, прежде всего, относится к тому, как человек, будучи сознательным существом организует свой труд, быт, питание, отдых, соблюдает правила личной и общественной гигиены, придерживается тех или иных привычек, обычаев, общается, проводит свободное время.

Из всех социальных сфер лишь труд выступает как системообразующая сфера образа жизни. Удовлетворенность трудом, творческое проявление личности в процессе трудовой деятельности во многом определяют содержание индивидуальной характеристики образа жизни. Стало быть, труду, как самому значимому элементу образа жизни, принадлежит особое место в ряду современных здравоохранных проблем. Труд как важнейший социальный фактор, является основной детерминантой физического и духовного развития человека, необходимым условием обеспечения его здоровья, формирования здорового образа жизни. Однако, не всякий труд и не все его формы при любых условиях

способствуют охране здоровья людей. Только тот служит наиболее полной реализации социальных ролей субъектов, который перерастает в жизненную потребность, становиться решающим источником их полноценной жизнедеятельности.¹

Здравоохранная роль, которую может выполнять труд, во многом зависит от того, какое отношение имеет работник к труду, как проявляется его интерес к содержанию своей работы, какие внутриколлективные отношения имеются, как он общается с товарищами по работе.

Важнейшей предпосылкой усиленной трудовой деятельности является наличие таких индивидуальных возможностей личности, которые соответствовали бы объективным требованиям параметров трудовой среды. Нередко несоответствие психофизических ритмов организма человека технологическим ритмам производственного процесса приводит к дисгармонии, психическим перенапряжениям, превращается в препятствие для полноценной производственной деятельности.

Здоровый психологический климат – важнейшее условие для успешной профессиональной деятельности. Характер взаимоотношений между работниками влияет не только на их настроение. Спектор его воздействия шире, ибо от настроения не в малой степени зависят инициатива, творческий поиск, изобретательность.

Для того, чтобы правильно и плодотворно работать, необходимо, во-первых, профессионально быть готовым к данной трудовой деятельности; во-вторых, творчески содействовать проявлению своих биопсихосоциальных возможностей для решения производственных задач; в-третьих, способствовать оздоровлению условий труда и гуманизации производственных отношений. Иначе говоря, преобразование в трудовой среде и условиях труда должно быть ориентировано на обеспечение здоровья работника.

Именно в процессе трудовой деятельности со всей полнотой интегрируются биологические, психические и социальные качества человека. Их оптимальное проявление является, с одной стороны, следствием гармонизации и гигиенизации труда, с другой, он и сами выступают в роли интегрального вектора, направленного на создание оптимальных условий трудовой деятельности.

Общение как социально-психологическое явление представляет собой отношение людей друг к другу, выступает как важнейший фактор социальной и психологической регуляции поведения людей.

¹ Меграбян Б.В., Кджанян М.Г. О роли трудовой активности личности в процессе адаптации в пенсионном периоде. Мат. IV всесоюзного съезда геронтологов и гериатров, Киев, 1982; Уманский А.М. Культура труда на производстве, Киев, 1990.

Культура общения, важнейшим фактором жизнедеятельности личности, одновременно – условие сохранения и укрепления его здоровья. Под культурой общения понимаем такой способ социального, социально-психологического взаимоотношения людей, в пределах которых формируются здоровые межличностные отношения на работе и в быту.

Гигиенизация и гуманизация межличностных отношений, формирование психо-гигиенической культуры поведения – в производственных и непроизводственных сферах деятельности человека является необходимым критерием формирования здорового образа жизни.

Здравоохранные функции культуры общения проявляются в различных сферах деятельности человеческой деятельности и через различные способы биопсихосоциальной жизнедеятельности людей.

Основной характерной чертой процесса общения в современных условиях является ее психологизация. Интенсификация психической деятельности человека, психологизация межличностных отношений во многом определяют не только степень производительности, качество труда, но и уровень состояния здоровья людей. Так как в процессе общения осуществляются определенные сдвиги во внутреннем мире субъекта общения, подобные сдвиги, с одной стороны, могут содействовать полноценному самовыражению личности, взаимному пониманию людьми друг друга, с другой – вызывать эмоциональную и интеллектуальную напряженность и тем самым, отрицательно сказываться на психосоматическом состоянии человека, следствием которого могут быть различные психосоматические болезни.

Устойчивость физиологических и психологических функций человека во многом детерминировано характером общения, в процессе которого взаимообогащение людей, их взаимопонимание, сопереживание друг другу выступает важным основанием оптимального функционирования человеческого организма и личности.

Формирование здорового образа жизни индивида во многом зависит от культуры его отношения к своему здоровью, которая прежде всего проявляется через интеллектуальную, трудовую, волевою, физическую, нравственную деятельность.

Определенный тип биопсихосоциальной культуры человека детерминирует форму его биопсихосоциальной жизнедеятельности. Характер реализации биопсихической, психической и социальной активности имеет большое значение не только в аспекте сохранения своего здоровья, но и здоровья окружающих людей.

Важное место в системе самовоспитания личности занимает культура потребления и общения. В этом аспекте можно выделить познавательные и

эмоционально-волевые механизмы влияния потребностей на здоровье в системе самовоспитания соответствующих принципов отношения к своему здоровью, существенную роль играет качество самооценки, самопознания, самоконтроля, самокритики личности в здравоохранном срезе.

Межличностное общение можно характеризовать как процесс взаимного понимания, доверия и сопереживания, эмоциональной теплоты или наоборот, взаимного несогласия, антипатии, эмоционального конфликта.

Культура общения во многом определяет состояние психического и соматического здоровья. Проблема формирования чувства высокой культуры межличностного общения как в производственной, так и непромышленной сферах актуализируется для всех специалистов, которые имеют дело с человеческим фактором. При этом роль врача огромна в утверждении здоровых психоэмоциональных форм общения. Гигиенизация и гуманизация процесса межличностных общений – залог нравственного развития человека и его здоровья. Последнее связано, прежде всего с тем, как осуществляются межличностные отношения в процессе трудовой деятельности, в быту, на отдыхе.

Здоровье человека, его гармоничное физическое и психическое развитие в значительной степени зависит от его индивидуального образа жизни. Без всякого сомнения можно утверждать, что в формировании здорового образа жизни физическая культура и спорт занимают важное место. Последнее во многом повышает степень сопротивляемости организма к различным заболеваниям, повышает устойчивость к различным экологическим и социокультурным факторам риска.

Исследования, проводимые в аспекте изучения роли двигательной активности в обеспечении полноценной жизнедеятельности людей показали, что физический потенциал человека, который ему предстоит тратить, формируется в первые два десятилетия его жизни. Стало быть, в зависимости от системы организации физического воспитания в эти годы, во многом определяется развитие физических свойств человека, его физическое совершенство, как одного из важнейших предпосылок здорового образа жизни. Аристотель в IV веке до н.э. писал: «Ничего так не разрушает, как физическое бездействие».

Изучение здравоохранных аспектов физической культуры и спорта актуализируется тем, что во-первых, в современных условиях научно-технического прогресса уменьшалась доля физического труда, повышалась психоэмоциональная нагрузка, напряженность трудовой деятельности, снизился уровень двигательной активности человека.

Основой вектора правильной оценки эффективности физического воспитания должно стать состояние здоровья людей. Часто физическое и психическое состояние людей не содействует сохранению и укреплению его здоровья,

выступает, при этом, на первый план показатель спортивного достижения, который рассматривается в качестве самоцели. Подобная тактика при осуществлении любой активности, направленная на достижение «высоких результатов» должна осуждаться. Всякое достижение в результате занятия физической культурой и спортом должно быть оценено через призму сохранения и укрепления здорового образа жизни.

Огромна роль физического воспитания в борьбе против вредных привычек, в частности – пьянства и алкоголизма, наркомании, курения и др. Если занятие физической культурой сопровождается вредными привычками, то такое сочетание непосредственно или опосредованно приводит к тому, что снижается физическая активность у человека и тем самым физические упражнения выступают в качестве отрицательного вектора, нарушающие здоровый образ жизни.¹

Роль физической культуры в борьбе с вредными привычками огромна, так как систематическое занятие физической культурой и спортом формирует у человека потребность в физической активности, удовлетворение которой становится необходимостью. Устанавливается конкретный ритм жизнедеятельности индивида и, как подчеркивают специалисты, отсутствие двигательной активности по каким-либо причинам вызывает чувство дискомфорта.

Таким образом, линия борьбы за охрану и укрепление здоровья должна проходить главным образом через гущу самой жизни людей – сферу их труда, отдыха, быта, семейных, межличностных и других отношений. Поэтому поиск решения основных здравоохранных проблем следует сосредоточить в области повседневной человеческой активности. К тому же – главным образом, в направлении предупреждения обстоятельств, стесняющих жизнь.

О ПОНЯТИИ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

Мкртич Григорьевич Кджанян

Профессор кафедры «Информационные технологии и Гуманитарные науки»
ЕФ РЭУ им. Г.В. Плеханова, кандидат философских наук

Аннотация

Исследование места и роли образа жизни в обеспечении здоровья человека – предмет настоящей статьи. Рассматриваются вопросы изучения социальных,

¹ Бальсевич В. Спортивный вектор здорового образа жизни, М.: Физкультура и спорт, 1985; Загрядский В.П., Сулимо-Самдило З.К. Физическая нагрузка современного человека, Л.: Наука, 1988.

социально-психологических, социально-гигиенических аспектов формирования здорового образа жизни. Значительное внимание уделяется, во-первых, пропаганде здравоохранительных вопросов организации труда, развития двигательной активности, общения, во-вторых, разработке проблем методологии исследования социально-гигиенических характеристик образа жизни, прежде всего здорового образа жизни.

Ключевые слова: образ жизни, здоровый образ жизни, здоровье населения, здравоохранение, культура общения, культура труда, физическая культура, биопсихосоциальные потребности, гигиенизация деятельности, здоровье человека.

«ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊ» ՀԱՄԿԱՑՈՒԹՅԱՆ ՄԱՍԻՆ

Մկրտիչ Գրիգորիի Կջանյան

Գ.Վ. Պլեխանովի անվան ՌՏՀ Երևանի մասնաճյուղի
Ինֆորմացիոն տեխնոլոգիաների և հումանիտար գիտությունների
ամբիոնի պրոֆեսոր, փիլիսոփայական գիտությունների թեկնածու

Համառոտագիր

Սույն հոդվածի առարկան հանդիսանում է մարդու առողջության ապահովման ոլորտում կենսակերպի տեղն ու դերն ուսումնասիրելը: Մենք համարում ենք առողջ ապրելակերպի ձևավորման սոցիալական, սոցիալ-հոգեբանական, սոցիալ-հիգիենիկ ասպեկտների ուսումնասիրությունը: Հատուկ ուշադրություն է հատկացվում աշխատանքի կազմակերպման, ֆիզիկական գործունեության զարգացմանը, հաղորդակցմանն ուղղված առողջապահական խնդիրների առաջխաղացմանը, և երկրորդ, կենսակերպի սոցիալական և հիգիենիկ բնութագրերի ուսումնասիրման մեթոդաբանության խնդիրներին, նախևառաջ առողջ ապրելակերպին:

Հիմնաբաներ. առողջ ապրելակերպ, հանրային առողջություն, առողջապահություն, հաղորդակցման մշակույթ, աշխատանքային մշակույթ, ֆիզիկական կուլտուրա, կենսապսոշոկոսոցիալական կարիքներ, գործունեություն հիգիենա, մարդու առողջություն:

ABOUT THE CONCEPT OF "HEALTHY LIFESTYLE»

Mkrtich Grigor Kjanayan

Professor at the Department of "Information Technology and Human Sciences" of
YB Plekhanov Russian University of Economics, PhD of philosophical sciences

Abstract

Research into the place and role of lifestyle in ensuring human health is the subject of this article. We consider the study of social, socio-psychological, socio-hygienic aspects of the formation of a healthy lifestyle. Considerable attention is paid, firstly, to the promotion of health issues in the organization of labor, the development of physical activity, communication, and secondly, to the development of problems in the methodology for studying the socio-hygienic characteristics of lifestyle, above all a healthy lifestyle.

Keywords: lifestyle, healthy lifestyle, public health, health care, communication culture, work culture, physical culture, biopsychosocial needs, hygiene activities, human health.