

| | |
|--|---|
| Imię i nazwisko doktora: Mirosław Kowalski | |
| Tytuł rozprawy doktorskiej: Uwarunkowania prozdrowotnego stylu życia młodzieży studiującej - kandydatów do zawodu nauczycielskiego | |
| Promotor: dr hab. Maria Kuchcińska, prof. nadzw. AB | |
| Recenzenci: prof. dr hab. Edmund Trempała; dr hab. Edward Koziół, prof. nadzw. UZ | |
| Data publicznej obrony: 01.06.2004 r. | Data nadania stopnia: 08.06.2004 r. |
| Charakterystyka rozprawy doktorskiej*: | |
| <p>Praca stanowiła próbę diagnozy: prozdrowotności stylu życia młodzieży studiującej - kandydatów do zawodu nauczycielskiego; uwarunkowań tego stylu odnoszących się do czynników społeczno-demograficznych, osobowościowych, biologicznych i kulturowych. W rzeczy samej została podjęta próba rozpoznania, czy i w jakim stopniu oraz w jakich sferach aktywności, młodzież studiująca - kandydaci do zawodu nauczycielskiego - realizuje prozdrowotny styl życia oraz jakie czynniki warunkują te zachowania? Dlaczego warto było skupić uwagę na przedmiocie badań jakim jest prozdrowotny styl życia ?</p> <p>Po pierwsze, życie i zdrowie ludzkie, nosząc znamiona wartości uniwersalnych wpisują się na listę źródeł stanowienia celów wychowania. Wychowanie do kultury zdrowotnej jest niezbywalnym elementem kształtowania osobowości wychowanków i wspomagania ich wielostronnego rozwoju, zatem udział nauczycieli w tym procesie należy interpretować w kategoriach moralnej i zawodowej powinności.</p> <p>Po drugie, charakterystyka zachowań prozdrowotnych młodzieży studiującej - kandydatów do zawodu nauczycielskiego - oraz ustalenie stopnia realizacji prozdrowotnego stylu życia ma wiele implikacji pedagogicznych. Zatem, ważne było ustalenie, czy i w jakim stopniu młodzież studiująca - kandydaci do zawodu nauczycielskiego - może stanowić wzór prawidłowej troski o zdrowie dla swoich uczniów. Bo przecież ukształtowanie nawyków, zachowań i postaw prozdrowotnych wśród dzieci i młodzieży jest znacznie bardziej prawdopodobne, gdy równoległe towarzyszą temu przykłady jej stosowania w praktyce przez nauczycieli. Rozpoznanie więc charakterystyki prozdrowotnego stylu życia wydaje się cenne dla prognozowania kierunku zachowań zdrowotnych młodego pokolenia, a w konsekwencji obrazu kondycji zdrowotnej społeczeństwa.</p> <p>Po trzecie, można się było spodziewać, że gdy będą znane elementy stylu życia, w których odnotowano „niedostatki” w zakresie realizacji zachowań prozdrowotnych, a także czynniki, które determinują podejmowanie określonych działań zdrowotnych, spełnione będą podstawowe warunki do modyfikacji (m.in. w trakcie studiów na kierunkach nauczycielskich) niekorzystnych zdrowotnie postaw, zachowań, przekonań, szeroko rozumianej kultury zdrowotnej m.in. poprzez szersze włączenie treści z obszaru zdrowia do programów nauczania. Ukazanie więc, jak pisze A. Radziewicz - Winnicki, niektórych związków między społecznymi i biologicznymi aspektami zdrowia wzbogaci naszą wiedzę o profilaktyce, ochronie, o pielęgnacji, a także możliwościach zbiorowego współdziałania.</p> <p>Czyniąc przedmiotem badań stan i uwarunkowania prozdrowotnego stylu życia studiujących kandydatów do zawodu nauczycielskiego stwierdzono, że:</p> <ul style="list-style-type: none"> - z punktu widzenia współczesnej wiedzy o zdrowiu i postępowaniu sprzyjającym osiągnięciu dobrej kondycji psychofizycznej, poziom prozdrowotności stylu życia przyszłych | |

nauczycieli nie jest zadawalający. Także zachowania profilaktyczne a zwłaszcza lecznicze znacznej części badanych wymagają wielu modyfikacji.

Wniosek ten uzasadniały zgromadzone dane empiryczne świadczące o tym, że badani nie wykazują ani należytej aktywności własnej w budowaniu potencjału zdrowotnego ani nie wykazują pełnej gotowości do pasywnego poddawania się autorytetom medycznym. Zalecenia wynikające z analizy prozdrowotnego stylu życia są przez badanych respektowane na tyle wybiórczo, że można w ich przypadku mówić raczej o obecności poszczególnych zachowań niż o realizacji prozdrowotnego stylu życia. Jednak obecność choćby części zachowań zdrowotnych otwiera (a nie przekreśla) szansę modyfikowania stylu życia przyszłych nauczycieli. Szczególne potrzeby odnotowano w zakresie: aktywności ruchowej, nie palenia tytoniu i nie spożywania napojów alkoholowych; korzystania z badań profilaktycznych; w obszarze zachowań leczniczych; w zakresie higieny snu, higieny osobistej oraz regularności odżywiania się i struktury diety; radzenia sobie ze stresem.

Realizowanie zadań dydaktyczno – wychowawczych wymaga nie tylko odpowiedniej wiedzy, specyficznych kompetencji, określonych dyspozycji osobowościowych i kwalifikacji moralnych, ale również wysokiej sprawności fizycznej i psychicznej. Nadto oddziaływania nauczycieli ukierunkowane na kształtowanie osobowości dzieci i młodzieży, ich przekonań, zachowań, także tych odnoszących się do zdrowia własnego i innych osób tworzących środowisko życia, będą bardziej efektywne, gdy wychowankowie będą mogli zaobserwować jedność słów i czynów nauczyciela. Dlatego też bardziej pożądane od przekazywania wiedzy, formułowania wymagań, nakazów, zakazów, jest dawanie przykładu osobistego.

To – będące już truizmem – stwierdzenie odnosi się nie tylko do relacji kandydat do zawodu nauczycielskiego - jego przyszli uczniowie ale również do relacji kandydat do zawodu nauczycielskiego - jego obecni nauczyciele akademicy, bowiem ci ostatni także edukują nie tylko drogą przekazu społecznego ale i tym, kim osobiście są (tu: na ile afirmują cudze i własne zdrowie psychiczne oraz fizyczne).

*Opracowane przez Autora rozprawy