

# Диагностика иерархии ценностей как этап формирования приверженности к здоровому образу жизни у населения

*Зеленко А.В., Толкач С.Н., Шахновский Д.В.*

*Научно-исследовательский институт гигиены, токсикологии, эпидемиологии, вирусологии и микробиологии ГУ «РЦГЭиОЗ»*

*г. Минск, Республика Беларусь*

*30 января 2025 г.*

Диагностика иерархии ценностей является один из этапов Алгоритма формирования приверженности к здоровому образу жизни у населения.

Алгоритм формирования приверженности к здоровому образу жизни у населения может быть использован в комплексе медицинских услуг, направленных на медицинскую профилактику заболеваний, ассоциированных с поведенческими факторами риска.

Использование алгоритма направлено на формирование у населения приверженности к здоровому образу жизни, ответственного отношения к сохранению, укреплению и восстановлению собственного здоровья и здоровья окружающих.

Алгоритм может быть использован для:

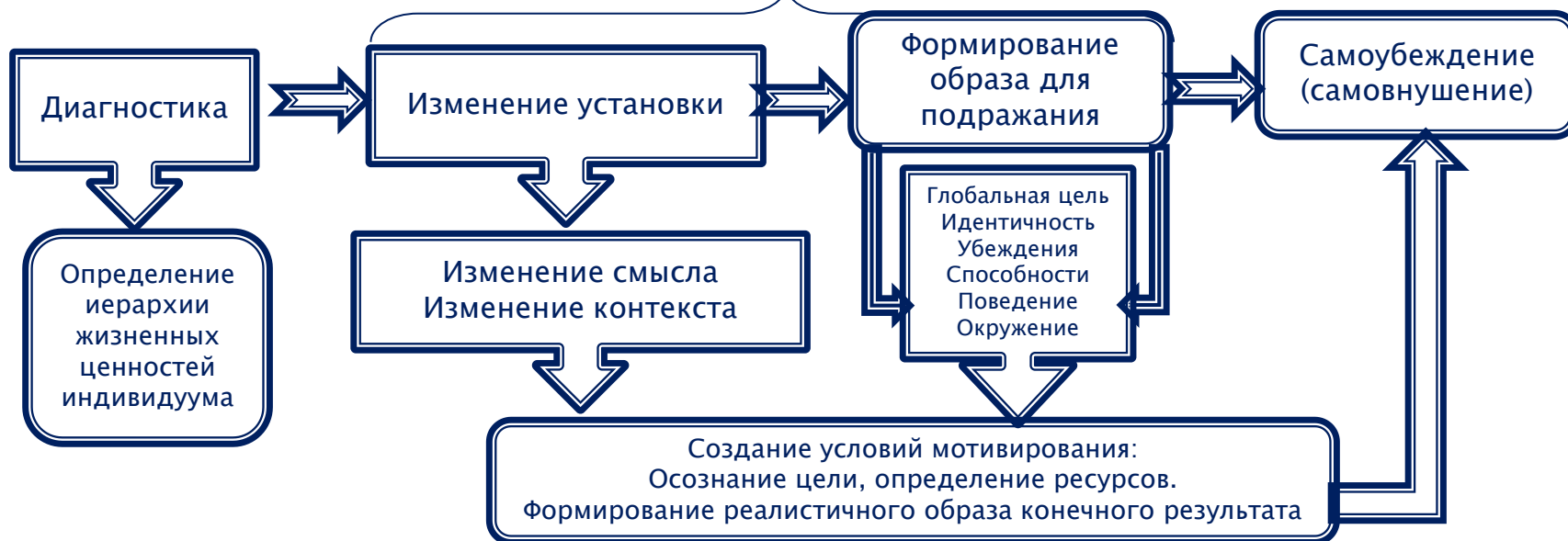
- ▶ оценки иерархии ценностей при проведении мероприятий по формированию у населения здорового образа жизни;
- ▶ формирования приверженности населения к здоровому образу жизни;
- ▶ формирования приоритета ценности здорового образа жизни.

Настоящий алгоритм предназначен для специалистов учреждений, осуществляющих государственный санитарный надзор, организаций здравоохранения, государственных медицинских, научных организаций, государственных учреждений образования, осуществляющих подготовку, повышение квалификации и (или) переподготовку специалистов с высшим или средним специальным медицинским образованием.

# Алгоритм формирования приверженности к ЗОЖ

«..тренировка, физическая и нравственная, и подразумевает следующее: 1) *неприятие данного, сущего и 2) подготовку к будущему, к должному и идеальному*».  
В.Н.Сорока-Росинский

## ИНФОРМИРОВАНИЕ



# Оценка иерархии ценностей приверженности к ЗОЖ

## Опросник ценностных ориентаций

ИНСТРУКЦИЯ: «Вам предлагаются список ценностей. Ваша задача — проранжировать их по уровню значимости для Вас как принципов, которыми Вы руководствуетесь в Вашей жизни. То есть самому важному Вы присваиваете номер 5 и т.д., так что под номером 1 будет идти ценность наименее значимая для вас. Каждую оценку можно присвоить не более 2 раз

	1	2	3	4	5
Материально обеспеченная жизнь					
Общественное признание					
Свобода и самостоятельность					
Уверенность в себе					
Развлечения					
Крепкий организм					
Эмоциональная насыщенность жизни					
Удовлетворенность жизнью					
Двигательные способности					
Самочувствие и работоспособность					

## Методика формирования перспективной жизненной стратегии

(Сидоров П.И., Мосягин И.Г., Маруняк С.В. Психология катастроф: Учебник для вузов / под ред. П.И. Сидорова. – Архангельск: Издательский центр СГМУ, 2007.)

в какой степени предложенные ценности значимы для данного испытуемого

каким образом они ранжированы, по мнению испытуемого, у безупречного во всех отношениях человека, довольного своей жизнью.

в какой степени он хотел бы их реализовать в ближайшем будущем

Результат: 52,6 % повысили ранг привлекательности образа «Здоровый Я»  
 $p = 0,000998$

- ▶ Вывод: проведение диагностики иерархии жизненных ценностей у респондентов является неотъемлемым этапом формирования приверженности к ЗОЖ, что способствует формированию у населения осознанного стремления следования принципам ЗОЖ и, соответственно, выполнение мер по профилактике хронических неинфекционных заболеваний.